



T.C.
DOĞUŞ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜŐÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**KİŞİSEL TRAVMATİK YAŞANTI VE İKİNCİL
TRAVMATİK STRES BELİRTİLERİ İLE VAROLUŞSAL
KAYGI VE ONTOLOJİK İYİ OLUŞ ARASINDAKİ
İLİŞKİDE ÜSTBİLİŞSEL İNANÇLARIN ARACI
ROLÜNÜN İNCELENMESİ**
Doktora Tezi

Tezi Hazırlayan
ECE CÖMERTPAY

İstanbul, 2024



T.C.
DOĞUŞ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**KİŞİSEL TRAVMATİK YAŞANTI VE İKİNCİL
TRAVMATİK STRES BELİRTİLERİ İLE VAROLUŞSAL
KAYGI VE ONTOLOJİK İYİ OLUŞ ARASINDAKİ
İLİŞKİDE ÜSTBİLİŞSEL İNANÇLARIN ARACI
ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

Doktora Tezi

Tezi Hazırlayan

ECE CÖMERTPAY

20192003063

0009-0007-4127-9836

Danışman

Dr. Öğrt. Üyesi Hilal DURAK

İstanbul, 2024

YEMİN METNİ

Doktora Tezi olarak sunduğum “Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Üstbilişsel İnançların Aracı Rolünün İncelenmesi başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını, patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım. 19.01.2024

Ece CÖMERTPAY



**DOKTORA TEZ SAVUNMA SINAV
TUTANAĞI**

Doküman No	FR.1.46
Yürürlük Tarihi	1.11.2017
Revizyon Tarihi	4.12.2020
Revizyon No	2
Sayfa	1 / 1

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Tarih : 19/01/2024

Anabilim Dalı

Psikoloji

Öğrencinin Adı Soyadı

Ece CÖMERTPAY

Öğrenci No

20192003063

Tez Danışmanının Adı Soyadı

Dr. Öğrt. Üyesi Hilal DURAK

İkinci Tez Danışmanının Adı Soyadı

Tezin Başlığı

Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Behinçileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik Tübi Oluş Anısındaki İlişikte Üstbilgisel İnançların Anacı Rolünün İncelenmesi

Doğuş Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin 44.Maddesi uyarınca yapılan değerlendirmeler sonunda;

☒ tezin kabul edilmesine

☐ tezde düzeltme verilmesine

☐ tezin reddedilmesine

oy birliği / oy çokluğu ile karar verilmiştir. Gereği için arz olunur.

Danışman Üye

Üye

Üye

Üye

Üye

Anabilim Dalı Başkanı Onayı:

Doğuş Üniversitesi ("Üniversite") olarak kişisel verilerinizin güvenliği hakkında azami hassasiyet göstermekteyiz. Üniversite olarak, Üniversite ile ilişkili tüm şahıslara ait her türlü kişisel verinin 6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu ("KVKK")'na uygun olarak işlenmesine ve gizliliğinin sağlanmasına büyük önem vermektedir. Anayasa m.20/3 ile tanıyan "kişisel verilerinizin korunmasını isteme" hakkınızın bilincinde olarak, KVKK kapsamında tanımlı "Veri Sorumlusu" sıfatıyla, kişisel verilerinizi mevzuata uygun şekilde işlemekteyiz. Daha geniş açıklama için Doğuş Üniversitesi <https://www.dogus.edu.tr/hakkimizda/kisisel-verilerin-korunmasi>

As Doğuş University ("University"), we show maximum sensitivity about the security of your personal data. As a university, we attach great importance to the processing and confidentiality of all personal data of all individuals associated with the University in accordance with the Law No. 6698 on Protection of Personal Data ("KVKK"). Being aware of your right to "ask for the protection of your personal data" recognized by the constitution article 20/3, as "Data Controller" defined within the scope of KVKK, we process your personal data in accordance with the legislation. For a broader explanation you can visit <https://www.dogus.edu.tr/hakkimizda/kisisel-verilerin-korunmasi>

hakkımızda: about us kişisel-verilerin-korunmasi: protection of personal data

(Form No: FR-001, Revizyon Tarihi: 30.09.2016, Revizyon No:00)

Adı ve Soyadı : Ece CÖMERTPAY
Danışmanı : Dr. Öğr. Üyesi Hilal DURAK
Türü ve Tarihi : Doktora Tezi, 2024
Alanı : Klinik Psikoloji
Anahtar Kelimeler : Travmatik Yaşantı, İkincil Travmatik Stres Belirtileri, Üstbiliş, Varoluşsal Kaygı, Ontolojik İyi Oluş

ÖZET

KİŞİSEL TRAVMATİK YAŞANTI VE İKİNCİL TRAVMATİK STRES BELİRTİLERİ İLE VAROLUŞSAL KAYGI VE ONTOLOJİK İYİ OLUŞ ARASINDAKİ İLİŞKİDE ÜSTBİLİŞSEL İNANÇLARIN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

Bu araştırmanın amacı ikincil travmatik stres ve travmatik yaşantı ile ilişkili değişkenlerin belirlenmesi ve bu ilişkiler üzerinde üstbilişsel inançların aracılık etkisinin görülmesidir. Bu amaçla öğretmenlerin Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş düzeyleri arasındaki ilişkiler; Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri arasındaki ilişkiler ve Üstbilişsel İnançların bu ilişkiler üzerindeki aracı etkisi incelenmiştir.

Araştırmanın çalışma grubunu, Adana'nın dört merkez ilçesinde görev yapmakta olan 608 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan öğretmenlere, Kişisel Bilgi Formu, İkincil Travmatik Stres Ölçeği, Üstbiliş Ölçeği-3, Varoluşsal Kaygı Ölçeği, Yaşam Projesi Ölçeği ve Yaşam Olayları Kontrol Listesi uygulanmıştır. Veriler R programlama ortamında hayes process macro kullanılarak bootstrap yaklaşımıyla aracılık modellemeleri yapılarak analiz edildi.

Araştırmadan elde edilen verilere göre, travmatik yaşantı ile ontolojik iyi oluş ve varoluşsal kaygı arasında üstbilişsel inançların aracı rolünün bulunmadığı; ikincil travmatik stres ile ontolojik iyi oluş (istemsiz etkilenmeler ve pişmanlık dışında) ve varoluşsal kaygı (istemsiz etkilenmeler ve kaçınma ile anlamsızlık kaygısı dışında) arasındaki ilişkilerde üstbilişsel inançların aracı rolünün bulunduğu; travmatik yaşantı ile ikincil travmatik stres, ontolojik iyi oluş ve varoluşsal kaygı arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı; ikincil travmatik stres ile ontolojik iyi oluş arasında negatif, varoluşsal kaygı arasında (istemsiz etkilenmeler ile anlamsızlık kaygısı arasındaki ilişki dışında) pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öğretmenlerin travma konusundaki farkındalıklarının ve bilgi birikiminin artırılmasına, travma sonrası oluşabilecek olumsuz durumlara yönelik koruyucu çalışmalarının yapılmasına, başetmeye yönelik psikoeğitim programlarının geliştirilmesine, olumlu üstbilişsel inançlar ile ontolojik iyi oluş düzeyinin artırılmasına ve varoluşsal kaygı düzeyinin azaltılmasına yönelik çalışmaların ikincil travmaya karşı güçlendirici olacağı düşünülmektedir.

Name and Surname : Ece CÖMERTPAY
Supervisor : Asst. Prof. Dr. Hilal DURAK
Degree and Date : Phd, 2024
Major : Clinical Psychology
Key Words : Traumatic Experience, Secondary Traumatic Stress
Symptoms, Metacognition, Existential Anxiety,
Ontological Well-Being

ABSTRACT

EXAMINING THE MEDIATORY ROLE OF METACOGNITIVE BELIEFS IN THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONAL TRAUMATIC EXPERIENCE AND SECONDARY TRAUMATIC STRESS SYMPTOMS AND EXISTENTIAL ANXIETY AND ONTOLOGICAL WELL-BEING

The aim of this research is to determine the variables related to secondary traumatic stress and traumatic experience and to see the mediating effect of metacognitive beliefs on these relationships. For this purpose, the relationships between teachers' Personal Traumatic Experience and Secondary Traumatic Stress Symptoms and their Existential Anxiety and Ontological Well-Being levels; The relationships between Personal Traumatic Experience and Secondary Traumatic Stress Symptoms and the mediating effect of Metacognitive Beliefs on these relationships were examined.

The study group of the research consists of 608 teachers working in four central districts of Adana. Personal Information Form, Secondary Traumatic Stress Scale, Metacognition Scale-3, Existential Anxiety Scale, Life Project Scale and Life Events Checklist were applied to the teachers participating in the research. The data were analyzed by performing mediation modeling with the bootstrap approach using the hayes process macro in the R programming environment.

According to the data obtained from the research, metacognitive beliefs do not have a mediating role between traumatic experience and ontological well-being and existential anxiety; metacognitive beliefs have a mediating role in the relationships between secondary traumatic stress and ontological well-being (except for involuntary influences and regret) and existential anxiety (except for involuntary influences and avoidance and meaninglessness anxiety); there is no significant relationship between traumatic experience and secondary traumatic stress, ontological well-being and existential anxiety; it was concluded that there was a negative significant relationship between secondary traumatic stress and ontological well-being, and a positive significant relationship between existential anxiety (except for the relationship between involuntary influences and meaninglessness anxiety).

It is thought that studies aimed at increasing teachers' awareness and knowledge about trauma, carrying out protective studies against negative situations that may occur after trauma, developing psychoeducational programs for coping, increasing the level of ontological well-being with positive metacognitive beliefs and reducing the level of existential anxiety will be strengthening against secondary trauma.



İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

ÖZET

ABSTRACT

TABLolar LİSTESİ	iv
ŞEKİLLER LİSTESİ	vi
KISALTMALAR	viii
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ LİTERATÜR

1.1. Travma	10
1.1.1. Travmanın Tarihçesi.....	11
1.1.2. Travmatik Yaşantı Sonrası Görülebilecek Belirtiler	12
1.2. İkincil Travma.....	13
1.2.1. İkincil Travmatik Stres	14
1.2.1.1. Yeniden Yaşantılama	16
1.2.1.2. Kaçınma	16
1.2.1.3. Aşırı Uyarılmışlık	16
1.2.2. İkincil Travmatik Stresin Oluşumunu Etkileyen Faktörler	17
1.2.2.1. Bireysel Faktörler	17
1.2.2.2. Mesleki Faktörler	18
1.2.3. İkincil Travmatik Stresle İlişkili Kavramlar.....	18
1.2.3.1. Şefkat Yorgunluğu	18
1.2.3.2. Tükenmişlik	19
1.2.3.3. Dolaylı Travma	20
1.3. Varoluşsal Kaygı.....	20
1.3.1. Ölüm Kaygısı.....	23
1.3.2. Özgürlük Kaygısı.....	24
1.3.3. Yalıtılmışlık Kaygısı	24

1.3.4. Anlamsızlık Kaygısı	24
1.4. Ontolojik İyi Oluş	25
1.5. Üstbilişsel İnançlar	26
1.5.1. Üstbiliş Çeşitleri	26
1.5.2. Üstbilişsel İnançlar ve Psikopatoloji	28
1.5.3. Öz-Düzenleyici Yürütücü İşlev Modeli (S-REF)	29
1.6. Değişkenler Arasındaki İlişkiler ve İlgili Araştırmalar	29
1.6.1. Travma ve İkincil Travmatik Stres	29
1.6.2. Travma, İkincil Travmatik Stres ve Varoluşsal Kaygı	31
1.6.3. Travma, İkincil Travmatik Stres ve Ontolojik İyi Oluş	32
1.6.4. Travma, İkincil Travmatik Stres ve Üstbiliş	33
1.6.5. Öğretmenlerde İkincil Travmatik Stres	35

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli	36
2.2. Araştırmanın Örneklemi	37
2.3. Veri Toplama Araçları	39
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu	39
2.3.2. İkincil Travmatik Stres Ölçeği	39
2.3.2.1. İkincil Travmatik Stres Ölçeğinde Madde Analizi ve Güvenirlilik	40
2.3.3. Üstbiliş Ölçeği-30 (ÜBO-30)	41
2.3.3.1. Üstbiliş Ölçeğinde Madde Analizi ve Güvenirlilik	41
2.3.4. Varoluşsal Kaygı Ölçeği	43
2.3.4.1. Varoluşsal Kaygı Ölçeğinde Madde Analizi ve Güvenirlilik	43
2.3.5. Yaşam Projesi Ölçeği	44
2.3.5.1. Yaşam Projesi Ölçeğinde Madde Analizi ve Güvenirlilik	45
2.3.6. Yaşam Olayları Kontrol Listesi (YOKL-5)	46
2.4. İşlem	46
2.5. Verilerin Analizi	47
2.5.1. Pilot Uygulama	47

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Ontolojik İyi Oluş Arasında, Üst Bilişsel	
İnançların Aracı Rolüne İlişkin Bulgular	49
3.2. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygı Arasında, Üst Bilişsel	
İnançların Aracı Rolüne İlişkin Bulgular	53
3.3. İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Ontolojik İyi Oluş Arasında, Üst Bilişsel	
İnançların Aracı Rolüne İlişkin Bulgular	58
3.4. İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı Arasında, Üst Bilişsel	
İnançların Aracı Rolüne İlişkin Bulgular	73
3.5. Kişisel Travmatik Yaşantı, İkincil Travmatik Stres, Varoluşsal Kaygı ve	
Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulgular	85
TARTIŞMA	89
SONUÇ	101
KAYNAKÇA	104
EKLER	
Ek 1: Kişisel Bilgi Formu	122
Ek 2: İkincil Travmatik Stres Ölçeği Türkçe Formu	123
Ek 3: Üstbiliş Ölçeği-30	124
Ek 4: Varoluşsal Kaygı Ölçeği	125
Ek 5: Yaşam Projesi (Ontolojik İyi Oluş) Ölçeği	126
Ek 6: Yaşam Olayları Kontrol Listesi (YOKL-5)	127
Ek 7: Bilgilendirilmiş Onam Formu	128
Ek 8: İkincil Travmatik Stres Ölçeği İzni	129
Ek 9: Üstbiliş Ölçeği İzni	130
Ek 10: Varoluşsal Kaygı Ölçeği İzni	131
Ek 11: Yaşam Projesi Ölçeği İzni	132
Ek 12: Yaşam Olayları Kontrol Listesi İzni	133

TABLÖLAR LİSTESİ

	Sayfa No.
Tablo 1. Araştırma Örneklemine İlişkin Demografik Dağılım.....	38
Tablo 2. İkincil Travmatik Stres Ölçeği Madde Analizi ve Güvenirliği	40
Tablo 3. Üst Biliş Ölçeği Madde Analizi ve Güvenirliği	42
Tablo 4. Varoluşsal Kaygı Ölçeği Madde Analizi ve Güvenirliği	44
Tablo 5. Yaşam Projesi Ölçeği Madde Analizi ve Güvenirliği	45
Tablo 6. Pilot Uygulamaya İlişkin Demografik Dağılım	47
Tablo 7. Travmatik Yaşantı ve Pişmanlık Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	50
Tablo 8. Travmatik Yaşantı ve Umut Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü	51
Tablo 9. Travmatik Yaşantı ve Hiçlik Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü	52
Tablo 10. Travmatik Yaşantı ve Harekete Geçme Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	53
Tablo 11. Travmatik Yaşantı ve Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	54
Tablo 12. Travmatik Yaşantı ve Anlamsızlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	55
Tablo 13. Travmatik Yaşantı ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	56
Tablo 14. Travmatik Yaşantı ve Özgürlük Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü	57
Tablo 15. İstemsiz Etkilenmeler ve Pişmanlık Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	59
Tablo 16. İstemsiz Etkilenmeler ve Umut Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	60
Tablo 17. İstemsiz Etkilenmeler ve Hiçlik Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	62
Tablo 18. İstemsiz Etkilenmeler ve Harekete Geçme Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	63
Tablo 19. Kaçınma ve Pişmanlık Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	65

Tablo 20.	Kaçınma ve Umut Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	66
Tablo 21.	Kaçınma ve Hiçlik Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	67
Tablo 22.	Kaçınma ve Harekete Geçme Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	68
Tablo 23.	Uyarılmışlık ve Pişmanlık Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü ..	69
Tablo 24.	Uyarılmışlık ve Umut Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü	70
Tablo 25.	Uyarılmışlık ve Hiçlik Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü	71
Tablo 26.	Uyarılmışlık ve Harekete Geçme Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	72
Tablo 27.	İstemsiz Etkilenmeler ve Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü	74
Tablo 28.	İstemsiz Etkilenmeler ve Anlamsızlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü	75
Tablo 29.	İstemsiz Etkilenmeler ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü	76
Tablo 30.	İstemsiz Etkilenmeler ve Özgürlük Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü	77
Tablo 31.	Kaçınma ve Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü .	78
Tablo 32.	Kaçınma ve Anlamsızlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	79
Tablo 33.	Kaçınma ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	80
Tablo 34.	Kaçınma ve Özgürlük Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	81
Tablo 35.	Uyarılmışlık ve Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	82
Tablo 36.	Uyarılmışlık ve Anlamsızlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	83
Tablo 37.	Uyarılmışlık ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	84
Tablo 38.	Uyarılmışlık ve Özgürlük Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü.....	85

ŞEKİLLER LİSTESİ

	Sayfa No.
Şekil 1. Aracılık Modeli (Şimşek, 2007)	36
Şekil 2. İkili Aracılık Modeli	37
Şekil 3. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Pişmanlık Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	49
Şekil 4. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Umut Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	50
Şekil 5. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Hiçlik Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	51
Şekil 6. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Harekete Geçme Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	52
Şekil 7. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Ölüm Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	54
Şekil 8. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Anlamsızlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	55
Şekil 9. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	56
Şekil 10. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Özgürlük Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	57
Şekil 11. İstemsiz Etkilenmeler ve Pişmanlık Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	58
Şekil 12. İstemsiz Etkilenmeler ve Umut Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli.....	60
Şekil 13. İstemsiz Etkilenmeler ve Hiçlik Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli....	61
Şekil 14. İstemsiz Etkilenmeler ve Harekete Geçme Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	63
Şekil 15. Kaçınma ve Pişmanlık Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	64
Şekil 16. Kaçınma ve Umut Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	65
Şekil 17. Kaçınma ve Hiçlik Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	66
Şekil 18. Kaçınma ve Harekete Geçme Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli.....	67
Şekil 19. Uyarılmışlık ve Pişmanlık Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli.....	69

Şekil 20.	Uyarılmışlık ve Umut Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	70
Şekil 21.	Uyarılmışlık ve Hiçlik Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli.....	71
Şekil 22.	Uyarılmışlık ve Harekete Geçme Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli..	72
Şekil 23.	İstemsiz Etkilenmeler ve Ölüm Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	73
Şekil 24.	İstemsiz Etkilenmeler ve Anlamsızlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	74
Şekil 25.	İstemsiz Etkilenmeler ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	75
Şekil 26.	İstemsiz Etkilenmeler ve Özgürlük Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	76
Şekil 27.	Kaçınma ve Ölüm Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli.....	77
Şekil 28.	Kaçınma ve Anlamsızlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli .	78
Şekil 29.	Kaçınma ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli.	79
Şekil 30.	Kaçınma ve Özgürlük Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	80
Şekil 31.	Uyarılmışlık ve Ölüm Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	81
Şekil 32.	Uyarılmışlık ve Anlamsızlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	82
Şekil 33.	Uyarılmışlık ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	83
Şekil 34.	Uyarılmışlık ve Özgürlük Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli	84
Şekil 35.	Travmatik Yaşantı ile İkincil Travmatik Stres Arasındaki İlişki	86
Şekil 36.	Travmatik Yaşantı ile Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki	86
Şekil 37.	Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygı Arasındaki İlişki.....	87
Şekil 38.	İkincil Travmatik Stres ile Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki	87
Şekil 39.	İkincil Travmatik Stres ile Varoluşsal Kaygı Arasındaki İlişki	88

KISALTMALAR

APA	: Amerika Psikiyatri Birliği
CAS	: Bilişsel Dikkat Sendromu
DSM-5	: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı
İTS	: İkincil Travmatik Stres
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
S-REF	: Öz-Düzenleyici Yürütücü İşlev Modeli
TSSB	: Travma Sonrası Stres Belirtileri
YOKL-5	: Yaşam Olayları Kontrol Listesi

GİRİŞ

Travmatik yaşantılar; kişinin devam eden yaşamındaki uyum halini bozan olağandışı yaşantılardır (Herman, 1992). Kişide düşünsel, duygusal ve davranışsal birtakım sonuçlara neden olan doğal afetler, insanlar tarafından oluşturulan travmatik olaylar, hastalıklar, sakatlıklar ve kazalar gibi zorlu yaşantıları ifade etmektedir (Bayraktar, 2016)

Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB); deneyimlenen ya da şahit olunan travmatik bir olayın ardından ortaya çıkan, uzun süreli devam eden ve kişinin günlük yaşamını kesintiye uğratan birtakım belirtilerdir. Bu belirtiler; yeniden deneyimleme, kaçınma, aşırı uyarılmışlık, olumsuz düşünce ve duyguları içerir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2014). Ortaya çıkan bu sonuçların kalıcı etkilerinin olduğu ve bu sonuçların tamamen ortadan kaybolmadığı öne sürülmektedir (Ruppert, 2011). APA (2014)'nın tanımında da bahsedildiği gibi travmatik yaşantılar, buna doğrudan maruz kalan kişileri etkilediği gibi, etkileşim içinde bulunan kişileri de etkileyebilmektedir. Travmatik yaşantılarla doğrudan deneyim sonucu gelişen belirtilere TSSB, genellikle yakın bir kişisel veya profesyonel ilişki yoluyla ortaya çıkan dolaylı maruziyetten kaynaklanan belirtilere ise ikincil travmatik stres belirtileri denilmektedir. Travmatik yaşantıya doğrudan ya da dolaylı olarak maruz kalınması sonucu verilen tepkilerin de benzer olduğu öne sürülmektedir (Figley, 1995; Kahil ve Palabıyıkoglu, 2018).

Figley (1995); kişilerin korku, acı ve ıstırap hikayelerini dinleyen profesyonellerin, benzer duyguları hissedebileceğini söylemiştir. Pearlman ve Mac Ian (1995) benzer şekilde şiddet vakalarıyla çalışan ve travmatik tanımlamalara maruz kalan profesyonellerin çalışmalarının sonucunda psikolojik sıkıntı geliştirebileceklerini ileri sürmüşlerdir. Gündüz (2020)'e göre; ikincil travmaya maruz kalan meslek elemanları sosyal ilişkilerinde sorun yaşamakta ve sosyal hayatlarından aldıkları hazda düşüş yaşamaktadırlar. Ayrıca ikincil travmatik stresin, yardım hizmeti veren profesyonellerin verdiği hizmetin derecesini ve kalitesini de etkilediği öne sürülmektedir (Jakimowicz, Perry ve Lewis, 2018; Lalayants, 2021). Dolayısıyla ikincil travmatik stresin belirtileri, nedenleri ve etkileri üzerinde daha fazla çalışmanın yapılmasının ve travmatik yaşantıya şahit olma olasılığı yüksek olan meslek

elemanlarındaki çalışma motivasyonunu arttırıcı çözüm önerilerinin ortaya konulmasının gerekli olduğu görülmektedir.

İkincil travmatik stresle ilgili yapılan çalışmalar, genellikle ruh sağlığı alanında görev yapan meslek çalışanları üzerinde yapılmış olup; acil yardım çalışanları, arama kurtarma ekipleri, sosyal hizmet uzmanları, sağlık personelleri, psikologlar, polis memurları, itfaiye çalışanları risk grubunda olan meslek grupları içerisinde değerlendirilmiştir (Yılmaz ve Hisli Şahin, 2007; Gündüz, 2020; Gürkan ve Yalçiner, 2017; Birinci ve Erden, 2017; Tansel vd. 2015; Wagner vd 1998). İkincil travmatik stresin öğretmenler üzerinde çalışıldığı araştırmalara bakıldığında; Fowler (2015) travmanın öğrencilerin yaşamlarını ve sınıftaki yeteneklerini doğrudan etkilediğini kabul ettiğimiz takdirde, öğretmenler üzerinde en azından dolaylı etkileri olacağını tahmin edebileceğimizi söylemektedir. Travma geçirmiş öğrencilerle ilgilenen herhangi bir öğretmen bu nedenle travmanın yüklerine karşı hassastır. Brunzell vd (2021)'e göre öğretmenler öğrencilerinin travmatik yaşantılarına tekrar tekrar maruz kalmakta ve bunun sonucunda ikincil travmatik stres, ikincil travma, merhamet yorgunluğu, tükenmişlik gibi ilişkili olumsuz etkilerle mücadele etmektedir. Ancak buna rağmen travmaya maruz kalan öğrencilere eğitim veren öğretmenlerin iyi oluş düzeylerine yönelik yeterli araştırma yapılmadığını ileri sürmüştür. Ayrıca Dünya genelinde COVID-19 küresel pandemisinden kaynaklanan travma semptomları (birincil ve ikincil) yaşayan öğrenci ve öğretmenlerdeki olası artışın, konu ile ilgili araştırmaların gereksinimini arttırdığını belirtmiştir (Brunzell vd., 2021). Özellikle COVID-19 gibi bulaşıcı hastalıklarla ilgili salgınlar ve pandemiler genellikle bireylerde travma yaratarak potansiyel olarak travma sonrası strese ve devam eden psikolojik sıkıntılara yol açar (Boyras ve Legros, 2020). Borntrager vd. (2012), öğretmenlerin yüksek düzeyde ikincil travmatik stres yaşadıklarını söylemektedir. Smith Hatcher vd. (2011)'in tutuklu çocuklara öğretmenlik yapan uzmanlarla yaptığı çalışmada önce öğretmenlerden öğrencilerinin travmatik yaşantılarını değerlendirmeleri istenmiş ve ardından öğretmenlerin ikincil travmatik stres düzeyleri ölçülmüştür. Ölçek sonuçlarına göre katılımcıların %81'i TSSB'nin üç belirti grubundan en az birini, %55'i ikisini ve %3'ü tamamını karşılayan belirtileri bildirmişlerdir.

Downey (2007)'ye göre olumsuz çocukluk deneyimlerine sahip bazı çocuklar, bu deneyimlerin olumsuz etkileriyle başa çıkamamakta, okullarda başarısızlık yaşamaktadır ve bu davranışlar öğretmenler tarafından abartılı, dirençli, saldırgan veya içine kapanık davranışlar olarak görülebilmektedir. Travmaya maruz kalmanın ne kadar yaygın olduğuna ve öğrenciler ve sınıf üzerindeki önemli etkisine rağmen, çok az öğretmen uygun şekilde tanımaya ve yanıt vermeye hazırlıktır (Honsinger ve Brown, 2019). Hoppey vd (2021)'nin yapmış olduğu çalışmada; öğretmen adaylarına travma hakkında bilgi verilmesinin, zorluklarla mücadele ederken destekleyici olacağını, ruh sağlığı desteği verme ve pedagojik problem çözme becerilerini geliştireceğini ileri sürmektedir.

Öğretmenler genellikle çocukluk çağı travmaları, okullardaki duygusal ve davranışsal krizlere yanıt verme ve öğrenci travmalarını duyma konusunda ön saflarda yer almaktadır (Hydon vd., 2015). Öğretmenler sınıflarında neredeyse her gün travmaya tepki vermektedirler (Tehrani, 2007). Bu durum, öğretmenler arasında duygusal yük, stres ve kaygı gelişmesine neden olmaktadır. Travmadan etkilenen öğrencilerle çalışmadan kaynaklanan duygusal yük öğretmenlerin iyi oluş düzeyini olumsuz etkiler (Alisic, 2012; Miller ve Flint-Stipp, 2019). Öğretmenlik, özellikle travmadan etkilenen öğrenci sayısının artmasıyla hem düşünsel hem de duygusal yönden zor bir meslektir. Sınıfta öğrenmeyi destekleyebilecek etkili stratejileri uygulamaya başlamadan önce, travmanın çocukların yaşamları üzerindeki etkisine ilişkin bir farkındalık ve anlayış geliştirmeleri önemlidir (Honsinger ve Brown, 2019). İkincil travmaya maruz kalmak; en kötüsünü beklemek, arkadaşlardan veya meslektaşlardan kaçınmak, öz bakımında azalma, uyku güçlüğü ve umutsuz hissetme gibi bir dizi fiziksel, zihinsel, sosyal, duygusal ve ruhsal sonuçlara yol açabilir (Hydon vd., 2015). Bu sonuçlar, öğretmenlerin kişisel sağlığını ve sınıflarında öğrencilere sağlayabileceği desteği tehlikeye atmaktadır (Alisic, 2012).

Travma, travmaya verilen olumlu-olumsuz tepkiler ve bu tepkiler üzerinde etkisi olabileceği düşünülen faktörlerle ilgili pek çok araştırma yapılmıştır. Ancak travmatik yaşantıya sahip olan her bireyde olumsuz belirtilerin görülmediği, travmaya verilen tepkilerin şiddetinde farklılıklar olduğu görülmektedir. İkincil travmatik stres belirtileri ile ilgili yapılan araştırmalarda; duygu düzenleme güçlüğü (Cemgil, 2019), erken dönem uyum bozucu şemalar, öz-şevkat (Güzey, 2020), psikolojik dayanıklılık

(Büyükbodur, 2018; Austin vd, 2018), tükenmişlik (Kitano vd, 2021; Bulik ve Michalska, 2021), geçmiş travmatik yaşantılar (Ehlers ve Clark, 2008; Kahil, 2016) ile arasında anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ehlers ve Clark (2008), geçmiş travmatik yaşantıların, sonraki travmatik yaşantılarla ilişkilendirilerek verilen tepkinin şiddetini arttırabileceği üzerinde durmuştur. Öte yandan Palm, Polusny ve Follette (2004) geçmiş travmatik yaşantılara sahip çalışanların ikincil travmatik strese karşı daha dirençli olabileceğini ve düşük düzeyde olumsuz travma etkileri ortaya çıkabileceğini  ne sürmektedir. Yapılan bu araştırma ile, travmatik yaşantıların ikincil travmatik stres üzerindeki etkisi konusundaki tutarsız sonuçların netleşmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Travmatik yaşantılara sürekli maruz kalmak bir kişinin kendisi ve dünya hakkındaki varsayımlarını, inançlarını veya değerlerini paramparça edebilir (Janoff-Bulman, 1992). Joseph (2018), insanların iyi bir ruh sağlığını korumak için dünyayı yardımsever ve anlamlı, benliği de değerli olarak görmesi gerektiğini öne sürer. Bireyler, rahatsız edici ve travmatik olaylara rağmen gelişme yeteneğine sahiptir. Yapılan araştırmalara göre; dayanıklılık, kendini geliştirme, başa çıkma becerileri, pozitiflik boyutlarının travmatik bir olaya verilen tepkilerde önemli olduğunu göstermektedir (Bonanno, 2004)

Ontolojik iyi-oluş, bireyin kendi yaşamını geçmiş, gelecek ve şimdi bakımından değerlendirdiği bir yaşam projesidir. Ontolojik yaşam projesi (iyi oluş) modeline göre, yaşam projeleri kaynağını geçmişten alarak geleceğe uzanmaktadır. Geçmiş olumlu ve olumsuz duygular; şimdi, yaşam projesini oluşturma, harekete geçme ve hiçlik; gelecek ise olumlu duygular ile ifade edilmektedir. Geçmiş kişisel yaşantıların kişilerin geçmişine anlam vermesine, şimdi ve geleceğe yönelik hedefler oluşturmasına katkı sağladığı söylenebilir. Kişi, geçmişini değerlendirerek, geleceğe yönelik bir bakış açısı geliştirir ve kendi hayat hikayesini oluşturur. Oluşturduğu bu hikaye kişinin şimdiki iyi oluş halini belirler (şimşek 2009). Kişisel hedeflere ulaşmanın olumlu ruhsal sağlığa yol açtığı; yaşam hedeflerine ulaşamayacaklarına inanan kişilerde depresif belirtiler geliştirme riskinin yüksek olduğu ileri sürülmektedir (Schultheiss ve ark. 2008). Yaşam projesinin duygusal ve bilişsel yapılanmasının pozitif ya da negatif olmasına göre kişilerin ruh sağlıklarının da etkileneceği düşünülmektedir. Geçmişlerine yönelik olumlu bakış açısına sahip olan,

yaşam projeleri konusunda harekete geçmiş olduğunu hisseden ve gelecekte umutlu, yeniliklere açık olan kişilerin olumlu duygu duruma sahip olmaya yatkın oldukları düşünülmektedir (Topal, 2016). Travmatik deneyimlerin yaşam projesindeki olumsuz etkileri, kişinin geçmiş, bugün ve gelecek değerlendirmelerini negatif yönde etkiler (Karaoğlu, 2016). Kişilerin travmatik yaşantılara maruz kalması; şimdi ve gelecek yaşamı için olumsuz duygulara ve olumsuz bakış açısı geliştirmesine sebep olarak, psikopatolojinin gelişmesine katkı sağlayabileceği düşünülmekte ve çalışmamızda bu bilgilerin değerlendirilmesi amaçlanmaktadır.

Travmatik yaşantılar karşısında bireyler incinebilir, çaresiz, savunmasız olduğu ve kendilerine bu konuda yardım edebilecek hiç kimsenin olmadığı hissine kapılabilmektedir. Bunun sonucunda kişilerdeki yalıtılmışlık hissi artmakta ve dolayısıyla kişi ölüm karşısındaki yalnızlığı ve yaşamın anlamsızlığı gibi duygular içerisine girip; yaşamla ilgili olumsuz birtakım varsayımlarda bulunabilmektedir (Dürü, 2006). Varoluşsal kaygı, ölüm tehdidinin insan ölümlülüğü bilinciyle birleştirilmesinden kaynaklanabilecek mutlak yok olma korkusuyla ilgili kader ve ölümle ilgili kaygı; bireyin var olmama tehdidine ve yaşamın değersizliğine gönderme yapan boşluk ve anlamsızlık kaygısı; bireyin kendi ahlaki ve etik standartlarına uymadığında, ahlaki ve etik kendini doğrulama tehdidinin sonucu olarak tanımlanan suçluluk ve kınama endişesi, kendi hayatının sorumluluğunu alma sonucu gelişen özgürlük kaygısı olmak üzere dört şekilde karşımıza çıkabilmektedir (Tomaszek ve Muchacka-Cymerman, 2020; Yalom, 2018). Frankl (2014)'e göre varoluşsal kaygılar tek başına patolojiye sebep olmamakta ancak insanların varoluşsal kaygılarına verdiği yanıtlar sonucu patoloji ortaya çıkmaktadır. Travmatik yaşantıların, değer ve anlam sistemlerinin kapasitesini, benlik saygısının ve sosyal ilişkilerin kaygıyı düzenleme işlevlerini yerine getirmesini engelleyebilen yıkıcı etkileri olmaktadır (Chatard vd., 2011). Travma genellikle varoluşsal bir yaralanma olarak açıklanır çünkü temel insan ihtiyaçlarını ve hedeflerini tehdit eder. Dahası, önceki travmanın artırdığı ezici sıkıntı, ölümle baş edememeye ve savunma tepkilerine başvurmaya neden olabilir. Bu nedenle, zorlu yaşam olayları, varoluşsal kaygıyı harekete geçirip sürdürebilir veya insan yaşamından alınan zevki veya zihinsel dengeyi değiştirebilir, bu da kendi varoluş duygumuzla ilgili inançlarımızı değiştirebilir (Tomaszek ve Muchacka-Cymerman, 2020).

Travmatik yaşantılar sonucunda bireylerin varoluşsal kaygılar yaşayabildiğini gösteren; olumsuz duygular içerisine girip yaşam hedefleri oluşturmakta sıkıntılar yaşayabildiği ve bunun sonucu olarak da ontolojik iyi oluş becerilerinin zarar gördüğüne yönelik çalışmalar bulunmaktadır (Yıkılmaz, 2016; Tunç, 2021). Ayrıca geçmiş travmatik yaşantılara sahip olmanın ikincil travmatik stres belirtileri ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Kahil, 2016). Ancak her bireyde aynı ilişkili sonuçlar görülmeyebileceği, bu sonuçlara neden olabilecek aracı etkenlerin de söz konusu olabileceğini düşündürmektedir. Bu nedenle söz konusu olan ilişkileri açıklamak amacıyla aracı değişken etkisini araştırmak amacıyla üst-bilişsel inançlar kavramına yer verilmiştir.

Spinoza'nın 17. yy'da "Kişi bir şeyi biliyorsa o şeyi bildiğini bilir ve aynı zamanda o şeyi bildiğini de bilir." diyerek üst-biliş kavramının temelini attığı düşünülmektedir (Karakelle ve Saraç, 2010). İlk defa Flavell (1979) tarafından ele alınan, üst-biliş kavramı düşünceyi kontrol etme, yorumlama, değiştirme gibi düşünce süreçlerini ve bunların farkında olmayı tanımlamak için kullanılmıştır. Anlama, algılama, hatırlama gibi zihinsel etkinlikler üzerine düşünmeyi, sorgulamayı ve yorum yapmayı ifade eder. (Garner ve Alexander, 1989). Wells ve Cartwright-Hatton (2004)'e göre; üst-biliş kavramında yer alan düşünce süreçleri psikolojik sıkıntılarla birlikte ele alınabilmektedir. Üst-bilişsel bilgi, amaç, deneyim ve zihinsel stratejiler psikopatoloji geliştirmeye zemin hazırlayan düşünme stillerine yol açabilmektedir (Olgun,2021). TSSB'nin üst-bilişsel modeline göre; uyumsuz üst-bilişsel inançlar mevcut bir tehdit duygusunu sürdürmekte ve TSSB'ye yol açmaktadır. (Hett vd., 2022). Travma öncesi ve travma sonrası uyumsuz üst-bilişsel inançlara sahip olan bireylerin TSSB belirtileri gösterme olasılıkları daha yüksektir (Bennett ve Wells, 2010; Roussis ve Wells, 2006). Öte yandan üst-bilişsel inançlar, normal bilişsel gelişim içinde kademeli olarak olgunlaşır (Kuhn, 2000) ve bu nedenle potansiyel olarak erken travma deneyimlerinden etkilenebilir (Ostefjells vd, 2017). Kişilere daha sağlıklı üst-bilişsel inançları benimsemeleri konusunda çalışmalar yapmanın, TSSB semptomları konusunda önleyici olabileceği düşünülmektedir (Hett vd., 2022).

Öğrencileri üzerinden maruz kaldığı ikincil travma deneyimleri öğretmenler açısından önemli bir risk faktörü olabilmektedir (Alisic, 2012; Miller ve Flint-Stipp, 2019; Borntrager vd., 2012; Fowler, 2015). Günümüzde pozitif psikoloji önem

kazanmakta ve bunun sonuçlarından biri olarak; normalliğin sürdürülmesi için güçlü yönlerin sağlamlaştırılması ve güçlendirilmesi üzerinde daha çok durulmaktadır (Tarhan, 2016). Bu çalışma ile öğretmenlerin olumlu üst-bilişsel inançlarını güçlendirmenin öneminin anlaşılmasına olanak sağlanarak, travmatik yaşantılara yönelik öğretmenleri güçlendirici seminer, mesleki toplantı, travmayla başa çıkmada kendini koruma yöntemleri gibi çeşitli çalışmaların yapılmasının gerekliliğinin anlaşılacağı düşünülmektedir.

Literatür taraması yapıldığında; söz konusu olan değişkenler arasındaki ilişkilere netlik kazandırabilecek sayıda çalışmanın olmaması, aynı zamanda bu ilişkilerde aracı etkisi olabilecek yeterli araştırmaya rastlanmaması ve kavramlarla ilgili öğretmenler üzerinde yapılan araştırmaların sayıca az olması nedeniyle yapılacak olan çalışmanın alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Problem Cümlesi

Öğretmenlerde kişisel travmatik yaşantı ve ikincil travmatik stres belirtileri ile varoluşsal kaygı ve ontolojik iyi oluş arasında üstbilişsel inançların aracı rolü ve diyardik (ikili) ilişkiler bulunmakta mıdır?

Alt Problemler

1. Kişisel travmatik yaşantı ile ontolojik iyi oluş arasında üst-bilişsel inançların aracı rolü bulunmakta mıdır?
2. Kişisel travmatik yaşantı ile varoluşsal kaygı arasında üst-bilişsel inançların aracı rolü bulunmakta mıdır?
3. İkincil travmatik stres belirtileri ile ontolojik iyi oluş arasında üst-bilişsel inançların aracı rolü bulunmakta mıdır?
4. İkincil travmatik stres belirtileri ile varoluşsal kaygı arasında üst-bilişsel inançların aracı rolü bulunmakta mıdır?
5. Araştırmada değişkenler arasındaki ikili ilişkilerin belirlenmesi amacıyla aşağıdaki sorular belirlenmiştir;
 - a. Kişisel travmatik yaşantı ile ikincil travmatik stres belirtileri arasında ilişki bulunmakta mıdır?
 - b. Kişisel travmatik yaşantı ile ontolojik iyi oluş arasında ilişki bulunmakta mıdır?

- c. Kişisel travmatik yaşantı ile varoluşsal kaygı arasında ilişki bulunmakta mıdır?
- d. İkincil travmatik stres belirtileri ile ontolojik iyi oluş arasında ilişki bulunmakta mıdır?
- e. İkincil travmatik stres belirtileri ile varoluşsal kaygı arasında ilişki bulunmakta mıdır?

Araştırmanın Amaç ve Önemi

Bu araştırmanın amacı öğretmenlerin ikincil travmatik stres ve travmatik yaşantı karşısında verdiği tepkiler ve bu tepkileri etkileyebilecek etkenlerin incelenmesidir. Buradan hareketle öğretmenlerin İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş düzeyleri arasındaki ilişkiler; Kişisel Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş düzeyleri arasındaki ilişkiler; Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri arasındaki ilişkiler ve Üstbilişsel İnançların bu ilişkiler üzerindeki aracı etkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

Sayıtlar

1. Bu çalışmada kullanılan; İkincil Travmatik Stres Ölçeği, Üstbiliş Ölçeği, Varoluşsal Kaygı Ölçeği, Yaşam Projesi Ölçeği ve Yaşam Olayları Kontrol Listesi'nin ölçülmek istenen değişkenleri geçerli ve güvenilir bir şekilde ölçtüğü varsayılmaktadır.
2. Bu çalışmada kullanılan veri toplama araçlarını katılımcıların samimi bir şekilde yanıtladıkları varsayılmaktadır.
3. Araştırma için seçilen örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.

Sınırlılıklar

1. Bu araştırma Adana İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı olan dört merkez ilçede (Seyhan, Yüreğir, Çukurova, Sarıçam) görev yapmakta olan öğretmenler ile sınırlıdır.
2. Bu araştırma; İkincil Travmatik Stres Ölçeği, Üstbiliş Ölçeği, Varoluşsal Kaygı Ölçeği, Yaşam Projesi Ölçeği ve Yaşam Olayları Kontrol Listesi'ne verilen cevaplarla sınırlıdır.
3. Bu araştırma; ulaşılabilen yerli ve yabancı kaynaklarla sınırlıdır.

Tanımlar

Travmatik Yaşantı: Travmatik yaşantılar kişinin devam eden yaşamındaki uyum halini bozan olağandışı yaşantılardır (Herman, 1992). Kişide düşünsel, duygusal ve davranışsal birtakım sonuçlara neden olan doğal afetler, insanlar tarafından oluşturulan travmatik olaylar, hastalıklar, sakatlıklar ve kazalar gibi zorlu yaşantıları ifade etmektedir (Bayraktar, 2016)

İkincil Travmatik Stres Belirtileri: Bir kişinin yaşadığı travmatize edici bir olay hakkında bilgi sahibi olmaktan kaynaklanan ve kişinin travmatik olayı yeniden yaşamasını, olaydan kaçınmasını, bu olayın hatırlatıcılarına tepki olarak hissizleşmesini ve uyarılmayı içeren belirtilerdir (Figley, 1995).

Üstbilis: Üstbilis düşünceyi kontrol etme, yorumlama, değiştirme gibi düşünce süreçlerini ve bunların farkında olma durumunu tanımlar (Flavel, 1979). Anlama, algılama, hatırlama gibi zihinsel etkinlikler üzerine düşünmeyi, sorgulamayı ve yorum yapmayı ifade eder. (Garner ve Alexander, 1989).

Varoluşsal Kaygı: İnsanın kendi varoluşunun farkına varması sonucu gelişen; ölüm, özgürlük, yalıtım ve anlamsızlık olmak üzere dört boyutta kendini gösteren bilinçli ve bilinçsiz korku ve kaygılar (Yalom, 2018).

Ontolojik İyi Oluş: Bireyin kendi yaşamını geçmiş, gelecek ve şimdi bakımından değerlendirdiği bir yaşam projesidir. Geçmiş olumlu ve olumsuz duygularla; şimdi, yaşam projesini oluşturma, harekete geçme ve hiçlik ile; gelecek ise olumlu duygular ile ifade edilmektedir (Şimşek 2009).

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ LİTERATÜR

1.1. Travma

Travma, DSM-5(2014)'e göre ölüm, yaralanma, cinsel şiddet veya tehdit edilme yaşantılarını doğrudan deneyimlemek, bu yaşantılara tanık olmak, bu yaşantıların yakın bir tanıdığın başına geldiğini öğrenmek ve bu tür yaşantılara tekrar tekrar maruz kalmak şeklinde tanımlanmaktadır. Bu tür yaşantılar bireyin fiziksel, duygusal, sosyal veya ruhsal iyi oluşunu etkileyebilmektedir (Crosby, 2015). Travmatik yaşantılar, bireylerin uyum sağlayıcı başa çıkma mekanizmalarını kullanmalarını engelleyen, bireyleri çaresiz hissettiren, kontrol edilemez olağandışı yaşantılardır. Bu durum olaya tanık olan kişilerde de benzer etkiye neden olabilmekte, özellikle bu durumlara yönelik yardım hizmeti veren kişiler üzerinde olumsuz etkilerinin olduğu öne sürülmektedir (Özen, 2018).

Travmatik yaşantılar arasında doğal ve insan kaynaklı olmak üzere bir ayrım yapılmaktadır. Bu ayrıma göre; cinsel istismar vakaları, savaşlar, kazalar, şiddet içerikli saldırılar, silahlı soygunlar insan kaynaklı travmatik yaşantılara örnek olurken; deprem, sel, yıldırım çarpması, çığ düşmesi, toprak kayması, kasırga, tsunami gibi olaylar doğal travmatik yaşantılara örnek olmaktadır (Işıklı, 2001; Erden, 2016).

Travmatik yaşantı türleri arasında; çocukluk duygusal, cinsel ve fiziksel istismarını kapsayan çocuk istismarı, fiziksel ve duygusal ihmali kapsayan çocuk ihmali, savaş bağlamında gerçekleşmeyen ancak çok sayıda yaralanma ve ölüme neden olan kasıtlı şiddet, ölüm ve yaralanmaya sebep olan büyük çaplı doğal afetler, uçak düşmesi, trenlerin raydan çıkması, deniz yolu kazaları gibi büyük çaplı taşımacılık kazaları, yangın sonucu oluşan ciddi yanıklar ve devam eden fiziksel etkileri, motorlu araç kazaları, tecavüz ve cinsel saldırılar, yabancıların fiziksel saldırıları, yakın partner tarafından fiziksel veya cinsel saldırgan davranışlar, seks işçiliği yapmaya mecbur edilmek, işkenceler, savaşlar, başka birinin intiharına tanık olmak veya öğrenmek, başka birinin cinayetine tanık olmak veya öğrenmek, yaşamı tehdit eden tıbbi durumlar vb. sayılabilmektedir (Briere ve Scott, 2016). Ayrıca, yakın akrabaların öldüğü kişilerarası olaylar gibi yaşlıların yaşadığı stresli durumlar, sosyal olaylar, emeklilik, azalan sağlık, varoluşsal olaylarla mücadele, aile üyeleriyle işlevsel

olmayan veya patolojik ilişkiler veya duygusal, fiziksel, cinsel ve/veya madde bağımlılığından kaynaklanan sorunlar ve ayrıca hem yetişkinlerin hem de yetişkinlerin ailevi meselelerle ilgili olabilecek uzun süreli stresli durumlar da travmatik yaşantı örneklerindendir (Kuczynska ve Widera-Wysoczanska, 2016).

1.1.1. Travmanın Tarihçesi

Travma sözcüğü eski Yunancada yaralamak anlamına gelen “teiro” sözcüğünden -ma son ekiyle türetilmiştir (Karaman, 2019). Travma ilk olarak Fransız bir nörolog olan Jean Martin Charcot tarafından travmatik yaşantıya sahip kadınlar üzerine yaptığı, travma ve akıl hastalığı arasındaki ilişkiye yönelik araştırmalarıyla çalışılmaya başlanmıştır. Charcot ani felç, amnezi, duyu kaybı ve konvülsiyonları içeren histerik semptomlar gösteren kadın hastalar üzerinde çalışmalar yapmıştır. Charcot'a kadar histerinin yaygın tedavisi histerektomiydi. Charcot, kadın hastalarının iç yaşamlarıyla ilgilenmemesine rağmen, histerik semptomların kökeninin fizyolojik değil, doğası gereği psikolojik olduğunu anlayan ilk kişidir (Brandell ve Ringel, 2019). Ayrıca histerik atakların dissosiyatif problemler olduğunu ve hipnozla bu travmaların hatırlanabildiğini, semptomların ortadan kaldırılabilceğini ortaya koyduğu canlı gösteriler sergilemiştir (Herman, 1992).

Charcot'un çalışmalarından Janet ve Freud oldukça etkilenmiştir. Ancak daha çok nörolojik problemler üzerinde duran Charcot'un aksine geçmiş psikolojik travmalarının bu semptomlar üzerindeki etkisi üzerinde daha çok durmuşlardır.

1880'lerde, Freud ve Breuer ile Janet, bağımsız olarak histerinin psikolojik travmadan kaynaklandığı sonucuna varmış, travmatik deneyimlere karşı dayanılmaz tepkilerin, Janet'in “ayrışma” adını verdiği değişmiş bir bilinç durumu ürettiğini öne sürmüşlerdir. Janet'e göre disosiyasyon histerik semptomlarla kendini göstermektedir (Herman 1992). Duyguları kelimelere dökmek ve geçmişi yeniden inşa etmek, hastaların semptomlarını hafifletmeye yardımcı olmuştur (Brandell ve Ringel, 2019).

Travmatik olayları ele alan kriz müdahale yöntemleri, 1902'de San Francisco'da ilk intihar yardım hattının kurulmasıyla gelişmeye başladı (Brandell ve Ringel, 2019). Daha sonra I. Dünya Savaşı'ndan dönen askerler arasında ağlama, çılgılık atma, hafıza kaybı, fiziksel felç ve tepkisizlik gibi semptomların üstesinden gelmelerine yardımcı olmak ve askerlerin hızla toparlanıp cepheye geri dönmelerini

sağlamak amacıyla psikolojik ilk yardım süreçleri geliştirildi (Herman, 1992). I. Dünya Savaşı'nın ardından, Abram Kardiner travma geçirmiş ABD savaş gazilerini tedavi etmeye başladı (Kardiner, 1941; akt. Brandell ve Ringel, 2019). II. Dünya Savaşı'nın ardından gerek savaş gazileri üzerine yapılan çalışmalar gerekse cinsel istismar, aile içi şiddet vb. durumlara maruz kalan kişiler üzerine yapılan çalışmalar sonucunda travmanın belli bir kitleye has bir durum olmadığı ortaya konulmuştur. Bu dönemden sonra travma çalışmaları toplumun farklı kesimlerine de yaygınlaştırılmaya başlamıştır (Herman, 1997).

TSSB, Vietnam Savaşı'ndan sonra, şiddetli semptomlar gösteren ve psikolojik yardıma ihtiyaç duyan gazilerin, şiddete uğrayan kadınların, tecavüze uğrayanların, istismar edilen çocukların içinde bulunduğu durumun kamuoyuna açıklanmasından sonra 1980 yılında DSM III'e alındı (Herman, 1992).

1.1.2. Travmatik Yaşantı Sonrası Görülebilecek Belirtiler

Travma sonrası ortaya çıkan belirtiler; travmanın türü, sıklığı, kurbanı ait özellikler, toplumsal normlar vb. pek çok faktöre göre değişebilmektedir (Özen, 2018). Travmatik yaşantılar hem fiziksel hem de ruh sağlığını olumsuz etkileyebilmektedir (Karaman, 2011). Travma bazı durumlarda çeşitli hastalıklara neden olabilirken bazı durumlarda sadece tetikleyici görevi görür. Bunun sonucu olarak da pek çok belirti ve bozuklukla ilişkili olduğu öne sürülmektedir (Özen, 2018).

Bu konuda yapılan bazı araştırmalara göre travmatik yaşantıların ardından kişilerde görülebilecek üç sonuçtan bahsedilmektedir. Bunlardan biri travmatik yaşantı sonucu kişinin psikolojik işlevselliğinde birtakım bozulmalar olabileceği ve bir süre sonra kişinin normal işlevselliğine geri döndüğü yönündedir (Bonanno ve Mancini, 2008). Bir diğeri travmatize olmuş kişilerde ciddi psikolojik işlevsellikte bozulmaların görüldüğü travma sonrası stres bozukluğu, depresyon vb rahatsızlıkların görülmesidir. Son olarak da kişide travma sonrası büyüme adı verilen psikolojik bir değişimin görülmesidir (Calhoun ve Tedeschi, 1998).

Özen (2018), çalışmasında travma sonrasında görülebilecek rahatsızlıkları üç grupta ele almaktadır. Buna göre, travmatik yaşantı sonrasında kişide;

- “*Travmanın gerekli olduğu ancak yeterli olmadığı durumlarda ortaya çıkabilecek; Akut stres tepkileri, akut stres bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu vb.*
- *Travmanın gerekli olmadığı ancak tetikleyici olduğu durumlarda ortaya çıkabilecek; kişilik bozuklukları, depresyon, anksiyete bozuklukları, uyku bozuklukları, cinsel işlev bozuklukları, somatoform bozuklukları vb.*
- *Kişide daha önce tanısı bulunan rahatsızlıkların şiddetinde artış” şeklinde rahatsızlıklar görülebilmektedir.*

Bir başka çalışmaya göre ise; travmatik yaşantı sonrasında kişide yorgunluk, uyku düzeninde bozulma, tedirginlik, ağrılar, mide-bağırsak sorunları, çarpıntı bulantı vb gibi fiziksel tepkiler; yabanculaşma, güvensizlik, sosyal geri çekilme, nedensiz ağlama, asabi ve gergin hissetme, hatırlatıcı uyaranlardan kaçınma vb gibi davranışsal tepkiler; aşırı korku, suçluluk, değersizlik hissi, panik, utanç, çaresizlik, şok vb. gibi duygusal tepkiler; Çarpıtma, kafa karışıklığı, kendine olan inancını kaybetme, yanlış inançlar, karar vermekte zorlanma, hafıza sorunları vb. gibi bilişsel tepkiler görülebilmektedir (Erdur Baker; Aksöz Efe; Doğan, 2021).

1.2. İkincil Travma

İkincil travma, travmatik yaşantıya doğrudan maruz kalan bir kişinin bu deneyimine şahit olunması ya da herhangi başka bir yoldan öğrenilmesi sonucu gerçekleşen dolaylı maruziyettir (APA, 2014). Travma geçirmiş kişilerle temas nedeniyle olumsuz duygusal ve işlevsel olmayan bilişsel durumların transferini ve edinilmesini içerir (Motta, 2008).

İkincil travmayı açıklamaya çalışan birbirinden farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. Bu yaklaşımlardan dalga etkisi yaklaşımına göre; travmatik yaşantıya maruz kalan bireyde gözlemlenen etkiler, travmatize olmuş kişiden dış çevreye doğru dalgalar şeklinde yayılarak; kişinin en yakın çevresinden uzak çevresine doğru bir etkide bulunmaktadır (Remer ve Ferguson, 1995).

Kiazma etkisi yaklaşımına göre; travma ve etkileri konusunda aile üyelerinin de risk altında olduğu görüşünü öne sürmektedir. Bu bakış açısına göre; aile üyelerinden birinin travmatik bir yaşantıya maruz kalması durumunda diğer aile üyelerinin de ciddi travma sonrası belirtiler gösterebileceğine vurgu yapılır. Özellikle

bir ebeveynin çocuğunun travmatik bir yaşantısına şahit olması sonucunda çocuğundan daha fazla stres yaşayabileceği öne sürülmektedir (Figley, 1993).

Sağlıklı insan tepkisi yaklaşımına göre; travmatik yaşantıya maruz kalan bir bireyde bu tür belirtilerin görülmesinin doğal bir sonuç olduğu görüşü savunulmaktadır (Waters, 2002).

Duygu bulaşması yaklaşımına göre; travmatik bir yaşantının deneyimlenmesi kişide birtakım düşünce ve duygulara sebep olmaktadır. Travmatize olan kişinin sahip olduğu bu duygu ve düşüncelerin başka kişiler tarafından istem-dışı olarak sahiplenilebileceği görüşü öne sürülmektedir (Miller vd., 1988)

1.2.1. İkincil Travmatik Stres

TSSB bireyin yaşadığı veya tanık olduğu travmatik bir olayla başlayan; bireyin bu olay sırasında çaresizlik, dehşet veya yoğun korku yaşadığı ve olaydan sonra belirli bir süre (bir ay ve üstü) bu dehşeti, korkuyu veya çaresizliği ısrarla tekrar tekrar yaşadığı, olayla ilişkili uyaranlardan kaçındığı, duygusal uyuşma veya uyarılma yaşadığı ruhsal bir bozukluktur (APA, 2014). Travmatik olayın şiddeti veya ciddi sonuçlarının olması bireyde TSSB gelişmesi için yeterli bir sebep değildir. TSSB tanısı konulabilmesi için bireyin travmatik olaya yönelik algısı ve tepkilerinin DSM-5 tanı ölçütlerindeki her bir semptom kategorisine göre değerlendirilmesi ve belirli bir süre bu semptomların gözlemleniyor olması gerekmektedir (Kennedy ve Duff, 2001).

İkincil travmatik stres, APA (2014)'e göre bireyin tanık olduğu bir travmatik olay sonrası bireyde gözlemlenen TSSB'dir. İkincil travmatik stres terimi, psikoloji literatürüne Figley (1995) tarafından bir başkası tarafından deneyimlenen travmatize edici bir olayı öğrenmekten, o kişiye yardım etmekten veya yardım etmeyi istemekten kaynaklanan davranışsal ve duygusal birtakım belirtilerle kendini gösteren bir çeşit stres olarak ortaya konmuştur. İkincil travmatik stres semptomları, araya giren düşünceler, kaçınma, olumsuz bilişler, olumsuz ruh hali ve aşırı uyarılmayı içeren klasik travma sonrası stres bozukluğunun (TSSB) semptomlarını yansıtır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2014).

İkincil travmatik stres, travmatik yaşantıya sahip bir bireyle empatik bir ilişkiye girmekten ve o kişinin travmasının yoğun veya korkunç deneyimlerine tanık olmaktan kaynaklanır. İçsel bilişsel değişikliklerden ziyade dışa dönük davranışsal semptomlara

daha fazla vurgu yapar. Dolayısıyla ikincil travmatik stres, bilişteki değişiklikleri değil, travmanın birincil kurbanında görülen TSSB'yi yansıtan davranışsal semptomlardır (Figley, 1995).

İkincil travmatik stres, bir başkasının travma deneyimlerine şahit olmak veya bunları öğrenmek sonucunda ortaya çıkan duygusal baskıyı ifade eder. Ruh sağlığı alanında çalışmanın 'mesleki tehlikesi' olarak travma geçirmiş veya acı çeken bir kişiye yardım etmekten kaynaklanan travmatik stres olarak tanımlanabilir (Figley, 2002). İkincil travmatik stres, insanların travmatik deneyimlerine maruz kalan profesyonel üzerindeki etkiyi ifade eder. İTS doğal bir yanıttır, tedavi edilmezse, özellikleri Travma Sonrası Stres Bozukluğuna (TSSB) çok benzeyen İkincil Travmatik Stres Bozukluğuna (İTSB) yol açabilir (Figley ve Kleber, 1995). İkincil travmatik stres, başkalarının travmatik yaşantılarına maruz kalan kişilerde gözlemlenen TSSB'dir (Plouffe, 2015). Özen (2018)'e göre travmatik yaşantı sonrası yardım hizmeti veren kişilerde de birincil travma sonucu görülebilen belirtilere benzer semptomlar görülebilmektedir. Semptomatik olarak, terapistler danışanlarıyla aynı travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) semptomlarından bazılarını geliştirmeye başlayabilirler. Terapistler, danışanlarında gözlemlediği araya giren düşünceler veya görüntüler, acı veren duygusal tepkiler, duygusal geri çekilme, kaygı ve kişisel güvenlik ve başkalarına güven duygusundaki değişiklikleri içeren travma sonrası stres bozukluğu semptomlarından bazılarına benzer semptomlar gösterebilir (Ringel ve Brandell, 2012).

İkincil travmatik stres belirtileri, travmanın birincil kurbanının yaşadığı travma sonrası stres bozukluğunun (TSSB) belirtilerini yansıtır. İkincil travmatik stres deneyimi; araya giren düşünceler, travmatik anılar veya mağdur olan danışanın travmasıyla ilişkili kabuslar, uykusuzluk, kronik sinirlilik ya da öfke patlamaları, yorgunluk, konsantre olma güçlüğü, danışanlardan ve danışan durumlarından kaçınma, uyaranlara ya da danışan travmasının hatırlatıcılarına karşı aşırı uyanık ya da ürkek tepkiler, rahatsız edici duygusal anılar, kaçınma, araya giren imgeleme, fizyolojik uyarılma, işlevsel bozulma, düşük duygulanım toleransı ve inançlardaki rahatsızlıklar şeklinde kendisini gösterebilir (APA, 2014; Figley, 1995; Kadambi ve Ennis, 2004; Ringel ve Brandell, 2012).

Travma sonrası görülebilen stres belirtileri, TSSB’de olduğu gibi İTSB’de de öncelikle yaşamı olumsuz etkileyen, olağandışı bir yaşantının deneyimlenmesi ile başlar. Daha sonra TSSB’de birincil olarak kişinin tehdit içeren bir yaşantıyı deneyimlemesi ya da tehdit altında hissetmesi ve kişinin hayatında ani bir yıkımın yaşanması gerekirken; İTSB’de bu deneyimlere şahit olunması, öğrenilmesi sonucu stres belirtileri görülmektedir. Bu belirtiler genel olarak yeniden yaşantılaşma, kaçınma ve aşırı uyarılmışlık olmak üzere üç başlık halinde ele alınır (Figley, 1995; APA, 2014).

1.2.1.1. Yeniden Yaşantılaşma

Travmatik yaşantı sonrasında bireylerde; olayın tekrar tekrar hatırlanması, rüyalarda görülmesi, aniden ve yeniden yaşıyor olduğu gibi hissedilmesi, olayla ilgili uyaranlara maruz kalınması durumunda psikolojik sıkıntı hissedilmesi gibi yeniden yaşantılaşma belirtileri görülebilmektedir (APA, 2014). Travmatik yaşantının ikincil olarak deneyimlenmesi sonucunda ise; travmatik yaşantıya maruz kalan kişinin sık sık hatırlanması ya da rüyalarda görülmesi, şahit olunan olayın tekrar tekrar hatırlanması, rüyalarda görülmesi ya da yeniden yaşantılaşması, şahit olunan bu olaya ilişkin travmatik yaşantıyı deneyimleyen kişiyi hatırlatan uyaranlarla karşılaşıldığında psikolojik sıkıntı hissedilmesi şeklinde belirtiler görülebilmektedir (Figley, 1995).

1.2.1.2. Kaçınma

Travmatik yaşantı sonrasında bireylerde; olaya ilişkin düşünce ve duygulardan kaçınma, günlük aktivitelerde azalma, psikojenik amnezi, etkinliklere ilgide azalma, diğer insanlara yönelik yabancılaşma hissi, duygulanımda görülen azalma ve geleceği görememe duygusu şeklinde kaçınma davranışları görülebilmektedir. Travmatik yaşantının ikincil olarak deneyimlenmesi sonucunda da bu kaçınma davranışları görülmektedir (APA, 2014; Figley, 1995).

1.2.1.3. Aşırı Uyarılmışlık

Travmatik yaşantı sonrasında bireylerde; uykuya dalma ve sürdürmede zorluk yaşanması, huzursuzluk hissi ve buna bağlı olarak gelişen öfke patlamalarının olması, dikkati yoğunlaştırmada zorluk yaşanması, aşırı uyarılmışlık halinin görülmesi, herhangi bir uyarana karşı aşırı irkilme tepkisi gösterilmesi ve olayı hatırlatan uyarıcılara yönelik fizyolojik tepkiler gösterilmesi şeklinde uyarılmışlık belirtileri

görülebilmektedir. Travmatik yaşantının ikincil olarak deneyimlenmesi sonucunda da bu tür uyarılmışlık belirtileri görülmektedir (APA, 2014; Figley, 1995).

1.2.2. İkincil Travmatik Stresin Oluşumunu Etkileyen Faktörler

Travmatik yaşantılara sahip olan kişilerde travma sonrası stres belirtileri gibi bazı semptomlar görülebilirken, bazı kişilerde durum farklılaşarak ya herhangi bir semptom görülmemekte ya da daha da güçlenerek durumun üstesinden geldiği travma sonrası büyüme durumu görülebilmektedir. Bu farklılık travma deneyimi bulunan kişilere harcanan zamanı belirten vaka yüküyle (Quinn ve ark., 2019) ilgili olabileceği gibi kişinin olaya yüklediği anlam farklılığından, kişisel özelliklerdeki farklılıklardan, geçmiş travmatik yaşantılardan, psikiyatrik rahatsızlıklardan, genetik faktörlerden de kaynaklanabilmektedir (Erdener, 2019). Brouwer ve Leeuwen (2013)'e göre TSSB'nin ortaya çıkışı travmanın psikolojik etkisi veya bireyin psikolojik özellikleri ile daha sık ilişkili görünmektedir. TSSB gelişimi ile ilgili literatür, sendromun ortaya çıkmasına katkıda bulunabilecek birçok faktörü tanımlamaktadır. Bu faktörlerin bazıları bireyin kişisel veya sosyo-demografik özellikleriyle, bazıları olayla veya olaya verilen tepkilerle, bazıları ise travmatik olayın sonuçlarıyla ilgilidir.

İkincil travmatik stresin oluşumunu etkileyen risk faktörleri arasında bireysel ve mesleki faktörler de bulunmaktadır.

1.2.2.1. Bireysel Faktörler

Travma öncesi risk faktörleri arasında yer alan kişisel özellikler, bireyin travmatik bir yaşantıya maruz kaldıktan sonra travma sonrası stres belirtilerinin görülmesine katkıda bulunabilecek önceden var olan özellikleridir (Otis ve ark. 2012).

Yapılan araştırmalarda sosyo-demografik özelliklerin de TSSB gelişiminde etkili olduğu sonucunu vermektedir. Daha genç yaşta, kadın ve bekar olmanın risk düzeyini arttırdığı çalışmalara rastlanmakla birlikte (Kennedy ve Evans, 2001, Holbrook ve ark. 2005); bazı çalışmalarda da belirgin bir etki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Mona ve diğerleri, 2000; Holbrook ve ark. 2005; Danner ve Radnitz, 2000). Danner ve Radnitz (2000)'in çalışmasında eğitim düzeyinin de risk düzeyine etkide bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Pek çok çalışmada önceki travmatik

yaşantıların ikincil travmatik stres belirtilerinin görülme riskini arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır (Nelson-Gardell ve Harris, 2003; Kahil, 2016; Butler vd., 2018).

Stres riskini arttıran kişisel faktörler arasına düşük motivasyon, katılık, kaygı ve mesleki yeterlilikle ilgili şüpheler de eklenebilir (Bhola vd. 2012).

1.2.2.2. Mesleki Faktörler

Travma mağdurlarına hizmet veren çalışanlarda ikincil travmatik stres gelişimi için en çok bildirilen risk faktörleri arasında yaş, cinsiyet, yılların deneyimi, kişisel travma, travma vaka yükü, denetim eksikliği ve iş desteği yer almaktadır (Hensel ve ark., 2015).

İkincil travmatik stres konusunda ele alınan mesleki faktörler arasında aşırı iş yükü, travmatik yaşantıya maruz kalma derecesi, maruz kalınan travmatik olayın türü, terapistin kişisel travma öyküsü, profesyonelin empatik yaklaşımı, travma çalışanı olarak deneyimsiz olması vb. durumlar kabul edilmektedir (Hensel vd., 2015). Bunun yanı sıra hasta talepleri, zaman baskısı, aşırı iş yükü ve zayıf iş-yaşam dengesi de stres riskini arttıran nedenler arasında gösterilmektedir (Bhola vd., 2012).

Profesyonelin müdahale konusundaki yeterlilikleri ile ilgili faktörler de stres riskini etkilemektedir. Buna göre vaka formülasyonunun takibi, terapi gündemi oluşturma gibi terapötik becerilerdeki yetersizlikler, mesleki eğitimdeki yetersizlikler, danışanlarla duygusal bağlılık, zayıf terapötik ittifak, yargılayıcı tutum, aktarım ve karşı aktarım sorunları gibi danışan-terapist arasında gelişen yetersizlikler de stres riskini arttırmaktadır (Bhola vd, 2012).

1.2.3. İkincil Travmatik Stresle İlişkili Kavramlar

Bu bölümde İkincil Travmatik Stres Belirtileriyle birlikte çok sık dile getirilen ve hatta birbirlerinin yerine de kullanılan; şefkat yorgunluğu, tükenmişlik ve dolaylı travma kavramlarına yer verilecektir. Bu kavramlar literatürde zaman zaman birbirlerinin yerine kullanılmış olsalar da birbirlerinden farklı anlam taşımaktadırlar.

1.2.3.1. Şefkat Yorgunluğu

Figley (1995)'e göre şefkat yorgunluğu travmatik yaşantılara maruz kalan kişilere yönelik yardım etme isteği ya da yakın olunan bir kişinin travmatik bir yaşantıya maruz kaldığını öğrenme sonucunda yardım veren meslek personellerinde

ortaya çıkan duygu ve davranışlardır. Tükenmişlik şeklinde kendini gösteren; fiziksel, duygusal, sosyal ve ruhsal yönden yorgun hissiyatı yaratan ve sonuç olarak insanlara yardım etme isteğinde, enerji düzeyinde, yeteneklerinde azalma olarak tanımlanabilmektedir (Cuartero ve Campos-Vidal, 2018). Figley (2002)'ye göre şefkat yorgunluğu; travmatize olmuş bir kişinin travmatik yaşantılarının yardım hizmeti veren personel tarafından öğrenilmesi ve bu kişi ile empati kurulması sonucu ortaya çıkmaktadır.

Şefkat yorgunluğu başkalarına yönelik uzun süreli bakım verme sonucu gelişen bir durum olarak görülürken; ikincil travmatik stres başkalarının travmatik yaşantılarına uzun süre maruz kalma sonucunda ortaya çıkan belirtilerdir (Pehlivan ve Güner, 2018).

1.2.3.2. Tükenmişlik

Tükenmişlik ilk olarak 1974 yılında Freudenberg tarafından mesleki stresten kaynaklanan bir durum olarak tanımlanmıştır. Bunun ardından Maslach ve Jackson (1981) tarafından insanla ilgili mesleklerde çalışan profesyonellerde ortaya çıkan bir çeşit sendrom olarak tanımlanmış; duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarıda düşüş olmak üzere üç yönünün bulunduğu belirtilmiştir. Tükenmişlik, çalışanın mesleki sorumluluklarını yerine getirememesinin bir sonucu olarak duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve zayıf iş başarısı duygusu ile karakterizedir (Kadambi ve Ennis, 2004). Maslach ve Jackson (1981), duygusal tükenme kavramını artan duygusal ve ruhsal ihtiyaçlar; duyarsızlaşma kavramını duygudan yoksun tutum ve davranışlar; zayıf iş başarısı duygusu kavramını ise yapılan işe yönelik yetersizlik hissi şeklinde tanımlamaktadır.

Bu dört kavram zaman zaman birbirinin yerine kullanılıyor olsa da birbirlerinden farklı anlam ifade ediyor, bu nedenle kavramlar arasındaki ayrımın da ele alınması gerekmektedir. Tükenmişlik esas olarak bireyin iş performansını etkilerken, dolaylı travma ve ikincil travmatik stres, çalışanın önemli işlevsellik alanları üzerinde daha geniş bir olumsuz etkiye sahiptir (Kadambi ve Ennis, 2004). Tükenmişlik genellikle uzun süren mesleki bir stresten kaynaklanan ve çok çeşitli mesleki stres faktörlerine bir yanıtken, ikincil travma, travmatik stres

mağdurlarıyla profesyonel temaslarda travmatik içeriklere maruz kalma sonucunda gelişen belirli bir mesleki stres etkeninin sonucudur (Figley,1995).

1.2.3.3. Dolaylı Travma

Dolaylı travma kavramı travmaya maruz kalan kişilere yardım hizmeti vermenin sonucu olarak maruz kalınan travma etkilerine atıfta bulunmak amacıyla kullanılan bir kavramdır (Knight, 2013). Kendi başına semptomlar yerine, bilişsel değişimlere odaklanır, travmatik stresten daha çok tükenmişliğe benzer (Jenkins ve Baird, 2002). Kısaca travma belirtilerine daha az, profesyonelin bilişsel referans çerçevesindeki bozukluklara daha çok odaklanan teorik yapı olarak değerlendirilmektedir (Bhagwagar, 2022).

1.3. Varoluşsal Kaygı

Varoluşçuluk Latince öne çıkmak anlamına gelen ex-sistere kelimesinden türetilmiştir. Varoluşçuluğun fikir babası Kierkegaard ve Nietzsche olarak bilinmekle birlikte bir felsefî akım olarak yaygınlaşmasını sağlayan Sartre'der. Genel olarak Jaspers, Sartre, Camus ve Merleau-Ponty varoluşçu filozoflar olarak görülmektedir (Korkut Raptis, 2020).

İnsan, kendisinin bilincinde olmaktan, yani durup kendine bakabilmekten ya da ne olduğunu aşmaktan kaçınmaz. 'Varoluş' her zaman somut bir bireysel yaşamın varoluş biçimi anlamına gelir, ancak aynı zamanda uyanmış kendi kaderini tayin eden yaşamı belirtmek için de kullanılır (Gravil, 2007). Varoluşçu yaklaşım insanı düşünen, hareket eden ve hissedebilen bir varlık olarak tanımlar (Çolak, 2022). Varoluşçuluk hem öznelliğin hem de nesnelliğin altındaki gerçeği araştırmakta; yalnızca yaşantıları değil, bunları yaratmakta olan insanı da incelemektedir (Geçtan, 2002).

Varoluşçu felsefe; neden varız? hayattaki amacımız nedir? Dünyayla ve diğer insanlarla ilişkimiz nedir?, gibi sorulara cevap arayan bir disiplindir (Gravil, 2007). Varoluşçu felsefenin üzerinde durduğu temel kavramlar şu şekildedir;

- *İç sıkıntısı*: Hiçbir zaman tamamlanmayan insanın kendi sonlu yaşantısı içerisinde kendisini oluşturmaya çabalarken hissettiği sıkıntı durumudur. Heidegger'in kaygı, Sartre'ın bulantı ya da iç daralması şeklinde tanımladıkları kavramların ortak ifadesi olarak görülmektedir (Aşar, 2014).

- *Varoluş özden önce gelir:* Sartre'a ait olan bu sözle, insanların önceden belirlenmiş kişilikleri veya kaderleriyle adeta hazır olarak geldiği fikrine karşı çıkmaktadır (Gravil, 2007). İnsanın özünün Tanrı tarafından yaratılmadığı, bireyin kendi özünü kendisinin oluşturduğu fikrine sahiptir (Korkut Raptis, 2020).
- *İnsanın kendi özünü seçmesi:* Varoluşçulukta kendi kaderinizi seçersiniz ve (özde) ne olduğunuzu siz belirlersiniz. Belirleyici seçimlerden veya eylemlerden kaçınsanız bile, bu kaçınmadan siz sorumlusunuz, kendi değerlerinizi de kendiniz yaratırsınız (Gravil, 2007).
- *Sorumluluk:* Varoluşçuluğa göre; biyolojik varlıklar olarak doğarız ama eylemlerimizin sorumluluğunu kabul ederek varoluşsal bireyler olmalıyız (Flynn, 2006). Sorumluluk en derin düzeyde varoluşu açıklar. İnsan kendisini ve dünyasını kendisi yaratmaktadır (Yalom, 2018).
- *Otantik olma:* Bireylerin yaşamdaki amaçlarının, beklentilerinin, isteklerinin, düşüncelerinin ve duygularının farkında olduğu ve bütün bunların sorumluluğunu aldığı; bunun da ötesinde kendisi için yarattığı anlamın farkında olduğu öznel ve özgün bir hayatı yaşıyor olmasıdır (Çapri, 2020). İnsanın kendi özgün değerleriyle özgür bir yaşam sürmesi ve bunu yaparken de başkalarının haklarını da gözetmesi şeklinde tanımlanabilir (Korkut Raptis, 2020).
- *Seçim:* Birey kendi seçimlerini yapar ve buna göre hareket eder. Seçimlerine yönelik sergilediği davranışlarının sorumluluğunu üstlenir (Çolak, 2022)
- *Özgürlük:* Varoluşçuluğa göre özgürlük; nesne olarak varlık ve özne olarak varlık olmak üzere iki farklı bakış açısına göre açıklanmaya çalışılmıştır. Nesne düzeyinde insanlar yargılama yeteneğinden vazgeçer, kendi ahlaklarını kendileri yaratır ve başkalarının sahip olduğu ahlaki değerlerini kendilerine yansıtmalarına izin vererek başka insanların değerlendirmelerini dikkate alır. Özne düzeyinde ise; bilinçli bir varlık olan insan, seçim yaparak, eylemde bulunarak ve sorumluluk alarak kendi değer sistemini oluşturarak özgür olduğunu yansıtır. Özetleyecek olursak özne düzeyinde kişi diğer insanların yargılarını görmezden gelirken; nesne düzeyinde bir anlam ifade etmek için diğer insanların varlığına ihtiyaç duyar (Alkan, 2021).

Frankl insanların acı ve zorluk yaşamış olmalarına rağmen yine de hayatın amacını aramaları gerektiğini anlamalarına yardımcı olmaya çalışmıştır. Ayrıca insanların hayattaki amaçlarını ve dolayısıyla genel anlamlarını acı çekerek, çalışarak ve severek bulduklarını savunmuştur (Frankl, 2000; akt. Nel ve Govender, 2022). Wong Frankl'ın varoluşçu psikolojisini, pozitif psikoloji ile birleştirerek varoluşçu pozitif psikoloji (EPP) kavramını ortaya attı. Varoluşçu pozitif psikolojinin, pozitif psikoloji'nin anlamını “dayanıklılık ve olumlu değişim” açısından genişlettiğini iddia etmektedir. Artık sadece “hayatta kalmamız” gerekmediği için, hayatın karanlık tarafının üstesinden gelmek ve duygusal olarak özgün olmak için acılarımız aracılığıyla olgun insan mutluluğunu bulmamız gerektiğini ileri sürmektedir. Olumsuz ve olumlu deneyimlerin bütünleştirilmesi gerektiğini ve bu mücadele yoluyla dayanıklılığın inşa edilebileceğini ve psikolojik büyümenin gerçekleşebileceğini iddia etmektedir (Wong, 2012; Nel and Govender, 2022)

Varoluşçu psikoloji *“bireyin varoluşun getirileriyle yüzleşmesinden kaynaklanan çatışma üzerinde durmaktadır.”* (Yalom, 2018). İnsanlığın varlığı, hayatta kalması ve dolayısıyla hayatın anlamı hakkındaki gerçekleri ortaya çıkarmaya çalışır. İnsanlar olarak, kaygılarımızla mücadele ederken ve özgün olmaya çalışırken varlık nedenimizi anlamlandırmamız gerekir (Nel ve Govender, 2022). İnsanlık gelişebilmek için acı çekmektedir ve kişinin kendisini keşfedebilmesi için varlığın anlamı, hayattan ne istediği, gerçekte kim olduğu, varoluşundaki ikiliklerin nasıl oluştuğu, gelişim için acı, keder ve ölümden nasıl anlam bulacağı, insanlığın nasıl tanımlanacağı, gelişmek için travmatik yaşantılarla nasıl başa çıkabileceği vb sorulara cevap vermesi gerekmektedir. Olumlu bir teorik bakış açısına sahiptir, çünkü insanlığın, varoluşsal kaygılara rağmen, zihinsel sağlık anlamına gelen otantik bir yaşam sürmek için bu zorluklarla yüzleşme cesaretine sahip olduğunu vurgular (Wong, 2015).

Varoluş kaygısı, ilk zamanlarda filozoflar tarafından en büyük bilinmeyen ölümle ilgili olduğu düşünülerek ‘hiçlik korkusu’ olarak tanımlanmıştır. Bu bakış açısına göre varoluşsal kaygı, yaşam seçimlerinin çeşitli olasılıklarının ve sonuçlarının öngörülemez olduğunun farkında olunmasından kaynaklanan bir korku türüdür (Oles, 2013). Varoluş kaygısı, ölüm, hayatın anlamsızlığı, kronik yalnızlık ve varoluşa ilişkin güvensizlik gibi konularda aşırı endişe duymayı ifade eder (Van Bruggen vd.,

2015). Varoluş kaygısı umutsuzluğa yol açabilir, bu da anlamsızlık, boşluk ve kendini suçlama gibi belirtilere yol açabilir. Modern zamanlarda, bir boşluk hissinin ve aynı zamanda anlamsızlığın neden olduğu ıstırap, giderek yaygınlaşan bir sorundur (Gawda, 2017).

Varoluşçu psikopatoloji modeline göre anksiyete ve uyum bozucu etkileri, kişinin kendi varoluşuyla ilgili ölüm, özgürlük, yalıtım ve anlamsızlık kaygılarından kaynaklanmaktadır. Bireylerdeki yoğun varoluşsal kaygıların pek çok psikolojik bozukluk ile ilişkili olduğu görülmektedir (Bernan vd, 2006). Frankl fiziksel ve psikolojik hastalıklara varoluşsal kaygının sebep olduğuna inanmaktadır (Frankl, 1988; akt. Nel and Govender, 2022). Yalom (2018)'e göre, *“Ölüm anksiyete'nin en eski sebebidir ve böylece psikopatolojinin de birincil kaynağıdır”*. Ölüm ile uygun bir şekilde yüzleşme; kişinin hayata yönelik bakış açısını değiştirir ve otantik bir yaşamın sürdürülmesini sağlar. Bu nedenle yoğun varoluşsal kaygı yaşayan kişilere yönelik müdahale yöntemlerinin geliştirilmesi, kişilerin bununla baş etme becerilerini geliştirici programların oluşturulmasının kişisel sağlık açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Varoluşsal kaygı her zaman somut ve günlük olaylarla ilgili değil, dünyada var olmanın metafizik yansıması ve kaçınılmaz sonucuyla bağlantılı da olabilmektedir (Tillich, 1952; akt. Scrima vd, 2022). Yalom (2018) bireyin varoluşunun getirileriyle yüzleşmesinden kaynaklanan; ölüm, özgürlük, varoluşçu yalıtım ve anlamsızlık olmak üzere ayrılmaz bir biçimde iç içe geçmiş dört temel varoluşsal kaygıdan bahseder.

1.3.1. Ölüm Kaygısı

Yalom (2018); ölümle ilgili korkuların ölümün akrabalara acı verecek olması, kişilerin plan ve projelerinin sona erecek olması, ölüm sürecinde çekilebilecek olası acı deneyimi, artık hiçbir deneyimin gerçekleşmeyecek olması, bakmakla yükümlü olunan kişilere bakamayacak olunması, ölümden sonraki hayata yönelik korkular, ölümden sonra bedene olacaklara yönelik korkulardan kaynaklanabileceğini öne sürmektedir. Plan ve projelerin sona erecek olması ve artık hiçbir deneyimin olmayacak olması şeklindeki kişisel yok olma korkusunun da kaygının temelinde yer aldığını öne sürmektedir. Kişinin kendi ölümüyle bir başkasının ölümüne yaklaşımı

farklılık taşır. Kişinin kendi ölümü sonucu dünyaya anlam veren ve izleyen kişi de ölür ve bunun sonucunda kişi hiçlikle karşılaşır (Yalom, 2018).

Ölüm kaygısı ile yapılan araştırmaların genellikle bilinçli ölüm anksiyesiyle ilgili olduğu, ancak ölüm anksiyetesinin büyük bir kısmının bilinçdışı yer aldığı ve bilinçliden bilinçdışına doğru takip edildiğinde ölüm kaygısının arttığı öne sürülmektedir (Yalom, 2018).

1.3.2. Özgürlük Kaygısı

Evren raslantısaldır ve farklı şekillerde de yaratılabilirdi; birey de bu dünyayı farklı şekillerde yaratabilecek özgürlüğe sahiptir. Bu görüşten hareketle insan kendisini ve dünyasını oluşturmakta ve bu konudaki sorumluluğunun farkına vardığı zaman kaygı yaşamaktadır (Yalom, 2018). Pekçok seçenek içerisinde bir tanesini seçmenin getirdiği ve diğer seçeneklere yönelik acaba onlardan birini mi seçseydim ya da keşke bunu seçseydim gibi ikilemler ve belirsizlikler yaşayan insan bundan dolayı kaygı yaşar. Sonuç olarak kişi kendi hayatını seçimleriyle oluşturmakta ve dolayısıyla kendi varoluşundan sorumlu olmaktadır. Bu sorumluluk kişide özgürlük kaygısı oluşmasına neden olmaktadır (Göka, 1997; Yalom, 2018).

1.3.3. Yalıtılmışlık Kaygısı

Kimsenin biriyle birlikte veya birinin yerine ölemeyeceğini fark etmesini sağlayan, ‘benim ölümüm’ anlayışıdır. Ölmek en yalnız insani deneyimdir. Öte yandan insan kendi hayatından sorumlu olduğu derecede de yalnızdır. Çünkü sorumluluk yaratıcılığı gerektirir ve kişinin kendi yaratıcılığının farkına varması başka bir yaratıcı ve koruyucu olduğu inancını bırakması anlamına gelir (Yalom, 2018).

Varoluşsal yalıtım oldukça rahatsız edici öznel bir durumdur ve kişi uzun süre buna katlanamaz. Hiçbir ilişki yalıtımı yok edemez, çünkü her birimiz varoluşsal olarak yalnızız (Yalom, 2018).

1.3.4. Anlamsızlık Kaygısı

İnsan anlam arayan bir yapı sergiler ve anlam, amaç, değerler, idealler olmaksızın yaşamak büyük bir stres yaratmaktadır. Hatta bu stresin boyutları yükseldikçe intihar riski de artmaktadır. Öte yandan varoluşsal özgürlük kavramı kesin olan tek şeyin kesinlik diye bir şeyin olmadığını göstermekte, içinde bulunduğumuz

dünyanın da rastlantısal olduğu görüşünü ileri sürmektedir. Bu görüşe göre anlama ihtiyaç duyan bir varlık olan insan, anlamı olmayan bir evrende nasıl bir anlam bulacak sorusunu akla getirmektedir (Yalom, 2018).

1.4. Ontolojik İyi Oluş

Martin Seligman tarafından ortaya atılan pozitif psikoloji görüşü son yıllarda önem kazanmaya başlamış; insanın güçlü yönleri üzerinde durulmaya başlanmıştır (Seligman, 2002). Bu bakış açısına göre psikoloji insanın zayıf yönlerinden ziyade güçlü yönlerine odaklanarak hangi davranışların iyiliğe yol açtığı üzerinde durmalıdır (Şimşek, 2009).

Ontolojik iyi oluş kavramı, bireyin kendi hayatını geçmiş, şimdi ve gelecek bağlamında değerlendirmesi sonucu ortaya koyduğu yaşam projesidir (Şimşek ve Kocayörük, 2013; Kaba, 2020). Bu yaşam projesi kişinin şimdiki iyi oluş düzeyini etkiler. Kişinin kendi yaşamını değerlendirmesi, kişi tarafından oluşturulmuş özel bir hikaye şeklinde ele alınır. Bu hikaye hayatın hem geçmiş hem de gelecekteki uzantılarının bir yansımasıdır. Ayrıca bu yapının pek çok kültürde ortak olduğu ve her bireyin kişisel hedefleri veya projeleri olduğu öne sürülmektedir. Bu hedefler ve projeler kültürler arasında değişkenlik gösterebilse de her bireyin kendi “yaşam projesi” hakkında kişisel bir değerlendirmesi olduğu kabul edilir (Şimşek, 2009).

Bireyin kendi yaşam projesine dair iyi oluş değerlendirmesi; geçmiş, şimdi ve geleceğe ilişkin bilişsel ve duygusal yargılardan oluşur (Şimşek, 2009). Bireyin yaşamına ilişkin değerlendirmelerinde geçmiş yaşamının tatmin edici olup olmadığı, şimdi projesine ait hedeflerine ulaşabilmek için hareket edip etmediği ve geleceğe yönelik projesinin olumlu olup olmadığını yansıtır (Kocayörük vd., 2019).

Yaşam projesinin duygusal ve bilişsel yapılanmasının pozitif ya da negatif olmasına göre kişilerin ruh sağlıklarının da bundan etkileneceği düşünülmektedir (Topal,2016). Bireyin kendi yaşamını geçmiş, şimdi ve gelecek açısından bütünsel olarak inceleyerek elde ettiği iyi oluş düzeyine ilişkin bakış açısı kişisel travmalardan etkilenebilmektedir. Travmatik yaşantılar sonucu kişilerde gözlemlenen olumsuz etkiler geçmiş, şimdi ve gelecek değerlendirmelerini de olumsuz yönde etkilemektedir (Tunç, 2021). Bunun doğal bir sonucu olarak da kişilerin iyi oluş değerlendirmeleri de olumsuz yönde etkilenecektir.

1.5. Üstbilişsel İnançlar

17 yy'da Spinoza'nın "Kişi bir şeyi biliyorsa o şeyi bildiğini bilir ve aynı zamanda o şeyi bildiğini bildiğini de bilir" sözü ile üstbiliş'in temellerini attığı öne sürülmektedir (Karakelle ve Saraç, 2010). Daha sonra Flavel (1979) tarafından bir psikoloji kavramı olarak ilk defa ele alınmıştır. Üstbiliş, kişinin kendi düşünceleri ve bilişleri hakkındaki düşüncesini ifade eder. Kişinin ne bildiğinin farkında olması ve bunları kontrol altına alması demektir (Oktay ve Özcan, 2017). Lai (2011)' e göre kısaca "düşünme hakkında düşünme" olarak tanımlanmıştır. Üstbiliş bireylerin altta yatan zihinsel süreçler üzerinde daha fazla kontrol sergilediği ileri düşünme biçimini ifade eder. Hem bilgiyi hem de bilişsel aktivitenin düzenlenmesini kapsayan geniş bir terimdir (Moses ve Baird, 1999). Ayrıca üstbiliş insanların zihinsel süreçler üzerinde daha fazla kontrol sahibi olduğu, yüksek öz-düzenleme ve öz-farkındalığa sahip olunan gelişmiş düşünme biçimini ifade eder (Livingston, 2003).

Üst biliş, kişinin kendi performansını izlemesine ve düzenlemesine hizmet eden bazı süreçleri içinde barındırır (Geurten ve Lemarie, 2022). Kişinin bilişlerinin farkında olmasını, yansıtabilmesini, kontrol edebilmesini ve değerlendirebilmesini sağlayan bir süreçtir. Üstbilişsel inançlar; bilgi, deneyim ve kontrol stratejileri olmak üzere üç farklı üstbilişsel bölümden oluşmaktadır (Flavel, 1979; Wells, 1995).

Üstbilişsel inançlar olumlu ve olumsuz olmak üzere ikiye ayrılır. Olumlu üstbilişsel inançlar, belirli bir başa çıkma stratejisi olarak ruminasyonun (problemlerim hakkında uzun uzun düşünmeliyim gibi) sağlıklı kullanımını ifade ederken; olumsuz üstbilişsel inançlar, ruminasyonun kontrol edilemezliğini (problemlerin hakkında uzun uzun düşünmek intihar etmeme neden olabilir gibi) temsil eden sağlıksız kullanımını ifade eder (Papageorgiou ve Wells 2001). Başka bir deyişle; olumlu üstbilişler, düşünceyi kontrol etmenin yararları hakkındaki inançları yansıtırken, olumsuz üstbilişler, düşünmenin tehlikeleri veya kontrol edilemezliği hakkındaki inançları yansıtır (Wells, 2000).

1.5.1. Üstbiliş Çeşitleri

Üstbiliş çeşitleri, üstbilişsel bilgi, üstbilişsel deneyim ve üstbilişsel kontrol stratejileri olmak üzere üç bölümde ele alınmaktadır (Flavel, 1979).

Üstbilişsel bilgi, öğrenen olarak kişinin kendisi ve performansını etkileyebilecek faktörler hakkında bilgisi, stratejiler hakkındaki bilgisi ve stratejileri ne zaman ve neden kullanacağına dair bilgileri içerir (Lai, 2011). Yordam bilgisi, bildirimsel bilgi ve duruma dayalı bilgi olmak üzere üç aşamada değerlendirilmektedir (Özsoy, 2008).

Yordam bilgisi bir işin nasıl yapılması gerektiğinin farkında olmak, bir işin başarılı bir şekilde nasıl yapılacağını bilmektir (Özsoy, 2008). Bildirimsel bilgi; sözlü olarak ifade edebileceğimiz, bilinçli farkındalıkların erişebileceği gerçekler, inançlar ve bölümlerden oluşur (Dulonsky ve Metcalfe, 2008). Kişinin kendi yeterlilikleri hakkındaki bilgisidir (Özsoy, 2008). Duruma dayalı bilgi; kişinin hangi durumda hangi davranışı göstereceğine ilişkin bilgisidir. Bildirimsel bilgi ve yordam bilgisini de içinde barındırır. Yani bir kişinin; bir işin nasıl yapılacağını bilmesi, kendisinin bu işi yapıp yapamayacağını bilmesi ve bu işi hangi durumlarda yapabileceğini bilmesidir (Özsoy, 2008).

Flavel (1979) üstbilişsel deneyimi, kişinin biliş sırasında deneyimlediği iç görüler ve algılar şeklinde tanımlamaktadır. Üstbilişsel deneyimlerimiz üstbilişsel bilgilerimizi etkilemekte ve aynı şekilde sahip olduğumuz üstbilişsel bilgilerden de etkilenmektedir (Flavel, 1985).

Üst biliş düzeyine ait süreçler, bilişsel düzeydeki süreçlerin etkinliklerini kontrol eder ve izler (Yzerby vd., 1998). Üstbilişsel düzenleme, kişinin bilişinin izlenmesidir ve planlama faaliyetlerini, kavrama ve görev performansının farkındalığını, izleme süreçleri ve stratejilerinin etkinliğinin değerlendirilmesini içerir (Lai, 2011). Kısaca tahmin etme, planlama, izleme ve değerlendirme süreçlerinden oluşmaktadır (Özsoy, 2008).

Üstbilişsel kontrol stratejilerinden tahmin sürecin ilk basamağıdır. Bu süreçte hedeflerin belirlenmesi, bu hedefe ulaşmak için gereken sürenin belirlenmesi ve ulaşılan noktanın getirdiği sonuçların neler olabileceği üzerinde düşünülür. Tahmin, hedefe ulaşmanın zorluk derecesini belirlememizi ve hedefe ulaşmak için nasıl bir yol izlememiz gerektiğini bulmamızı sağlar (Desoete vd., 2001).

1.5.2. Üstbilişsel İnançlar ve Psikopatoloji

Üstbilişsel modele göre, psikolojik bozuklukların gelişmesindeki ana etken ruminasyon veya endişe gibi davranışlar, dikkatin dış veya iç tehdide odaklanması, kaçınma veya bastırma gibi başa çıkma davranışlarından oluşan Bilişsel-Dikkat Sendromu (CAS)'dur (Wells, 2000). Bilişsel Dikkat Sendromunun olumlu veya olumsuz üstbilişsel inançlardan kaynaklandığı öne sürülmektedir (Wells, 2009). Bilişsel Dikkat Sendromunu aktive ederek, kişinin değerlendirme süreçlerini ve başa çıkma becerilerini olumsuz yönde etkilemektedir (Wells, 2000). Sonuç olarak üstbilişsel inançların değerlendirme süreçlerini etkileyerek etkin olmayan başa çıkma yöntemlerinin kullanımına sebep olduğu öne sürülmektedir (Wells ve Cartwright-Hatton, 2004).

Üstbilişsel inançların çocukluk ve ergenlik döneminde şekillenmeye başladığı öne sürülmekte, bunun doğal sonucu olarak da psikolojik bozukluklarla ilgili üstbilişsel inançların da erken yaşlarda oluşmaya başladığı ve erken dönem travmatik deneyimlerin olumsuz üstbilişsel inançların oluşumuna sebep olarak bilişsel dikkat sendromunu aktive ettiği ve travma sonrası stres belirtilerinin oluşumuna kaynaklık ettiği öne sürülmektedir (Myers ve Wells, 2015; Hosseini Ramaghani vd., 2019).

Üstbilişsel inançlar; depresyon, anksiyete, bedensel belirtiler, travma ile ilişkili bozukluklar gibi rahatsızlıklarda görülen belirtilerin ortaya çıkması ve devam etmesinde etkisi olan faktörlerden biridir (James ve Wells, 2002). Olumsuz üstbilişsel inançlar; bireyin değerlendirmelerini olumsuz yönde etkileyerek sağlıklı olmayan başa çıkma stratejilerinin kullanımına sebep olarak psikolojik rahatsızlıklara neden olur (Myers ve Wells, 2015). Öte yandan travmatik yaşantıların bilişsel işlenmesindeki bir hata, kişinin kendisi ve dünya hakkında inançlarını etkileyerek, bireyde TSSB ve İTS gelişimine neden olabilmektedir. Travma ile ilgili ruminatif düşünce olarak ortaya çıkan bilişsel aktivite ve duygusal işlemedeki eksiklikler, travma sonrası stres bozukluğuna neden olmaktadır (Oginska-Bulik ve Michalska, 2020). Michael vd. (2007)'nin çalışmasında da benzer bir şekilde ruminasyona yönelik olumsuz üstbilişsel inançların TSSB'nin şiddetinde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

1.5.3. Öz-Düzenleyici Yürütücü İşlev Modeli (S-REF)

Öz-düzenleyici yürütücü işlev modeli endişe ve anksiyete ilişkili bozuklukları kavramsallaştırmak amacıyla oluşturulmuştur. Bu üstbilişsel modele göre; olumsuz üstbilişsel inançlar, sağlıklı olmayan başa çıkma stratejilerinin kullanılmasına neden olarak psikolojik rahatsızlıklara neden olmaktadır. Model ruminasyon veya endişe gibi davranışlar, dikkatin dış veya iç tehdide odaklanması, kaçınma veya bastırma gibi başa çıkma davranışlarından oluşan Bilişsel-Dikkat Sendromu (CAS)'nın psikolojik sıkıntının kaynağı olduğunu öne sürer (Wells ve Matthews, 2014). Bilişsel-Dikkat sendromu öz-düzenlemeyi sağlamak amacıyla kullanılıyor olsa da uzun süreli kullanımı olumsuz duygusal deneyime ve düşünceleri düzenlemede ve inançları değiştirmede zorluklara yol açarak zarar vermektedir (Myers ve Wells, 2015). Üst bilişler bilişsel-dikkat sendromunu etkinleştirir ve sürdürür; Bilişsel dikkat sendromu ise psikolojik sıkıntıyı sürdürür (Wells ve Matthews, 1996).

Model, refleksif süreçleri içeren birinci düzey, bilişsel işlemlemeyi içeren ikinci düzey ve uzun süreli bellekte bulunan üstbilişsel bilgi ve inançları içeren üçüncü düzey olmak üzere birbiriyle etkileşim halinde olan üç düzeyden oluşmaktadır (Sayın Karakaş, 2020). Modelde ruhsal bozukluklarla ilgili olduğu düşünülen beş alt boyuttan bahsedilmektedir. Olumlu inançlar, endişe ve tekrarın faydalı olduğu; kontrol edilemezlik ve tehlike, kişilerin tehlike karşısında yeterli kontrol gücüne sahip olmadığına dair inancını; bilişsel güven, dikkat ve belleğe yönelik yeterliliklerine dair inancını; düşünceleri kontrol, olumsuz duygulara neden olan düşüncelerin zararlı olduğu ve kontrol edilmesi gerektiğine yönelik inancı; bilişsel farkındalık, kişilerin kendi düşüncelerini izleme ve düşünce süreçlerine dikkatin yönlendirilmesi ile ilişkilidir (Cartwright-Hatton ve Wells, 1997).

1.6. Değişkenler Arasındaki İlişkiler ve İlgili Araştırmalar

Bu bölümde travma, ikincil travmatik stres, varoluşsal kaygı, ontolojik iyi oluş ve üstbilişsel inançlar arasındaki ilişkilere yönelik araştırmalar ve elde edilen sonuçlara yer verilmiştir.

1.6.1. Travma ve İkincil Travmatik Stres

Literatürde travma, travma sonrası stres belirtileri ve ikincil travmatik stres belirtileri ile ilgili ve ikincil travmatik strese maruz kalan meslek grupları üzerinde

yapılan pek çok araştırmaya rastlanmıştır. Bunun yanı sıra kişisel travmatik yaşantıların ikincil travmatik stres gelişimine etkisi olduğunu gösteren pek çok çalışma bulunmaktadır. Çocukluk çağında maruz kalınan travmatik bir yaşantı karşısında biyolojik stres tepki sistemleri harekete geçebilmekte ve bireyleri gelecekteki herhangi bir travmanın olumsuz sonuçlarına karşı savunmasız hale getirebilmektedir (Copeland vd., 2018). Özellikle danışanın travmatik deneyimi ile benzerlik taşıyan kişisel bir travma öyküsü bulunan kişilerde ikincil travma gelişme riskinin yüksek olduğu öne sürülmektedir (Nelson-Gardell ve Harris, 2003).

Kadambi ve Ennis (2004), travma danışanlarıyla çalışan terapistlerin yüksek oranda geçmiş kişisel istismar öyküleri olduğu ve danışanın travma yaşantılarının terapistin kendi travma bozukluğu için tetikleyici olacağını öne sürmektedir. Başka bir deyişle başkalarına ait travma materyalinin, yardım hizmeti veren meslek elemanının geçmiş travmasıyla etkileşime girdiği ve dolaylı travma veya ikincil travmatik stres ile sonuçlanacak şekilde başa çıkma mekanizmasını bozduğu söylenebilir (Plouffe, 2015).

Kahil (2016)'nın travmatik yaşantılara sahip olan kişilere yardımda bulunan profesyonel ve gönüllü kişilerin ikincil travmatik stres belirtileri gösterme durumunu incelediği çalışmada; mesleğinde 11-15 yıl çalışan deneyimli profesyonellerin daha fazla belirti gösterdiği ve geçmiş travmatik yaşantıya sahip olan kişilerin olmayanlara göre daha yüksek travmatik stres belirtileri gösterdiği sonucuna ulaşmıştır.

Butler vd. (2018)'in olumsuz çocukluk deneyimlerinin klinik eğitim alan lisansüstü öğrencilerde aldıkları eğitime bağlı olarak gelişen ikincil travmatik stres belirtileri üzerindeki etkisini araştırdığı çalışmada, daha yüksek olumsuz çocukluk deneyimlerine sahip olmanın ikincil travmatik stres belirtilerine neden olabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Ghahramanlou ve Brodbeck (2000) yapmış olduğu çalışmada cinsel saldırıya uğramış 89 danışana danışmanlık hizmeti veren meslek elemanlarında kişisel travma geçmişinin, daha fazla danışmanlık deneyiminin, birincil temas türü olarak acil serviste çalışmanın, danışmanlık memnuniyet düzeylerinin ve demografik değişkenlerin TSSB benzeri semptomlarda kişinin bildirdiği psikolojik sıkıntıyı önemli ölçüde yordayıp yordamadığını inceledi. Elde edilen sonuçlara göre; kişisel

travma öyküsünün ve daha genç yaşın ikincil travma yoğunluğunun daha yüksek seviyelerini önemli ölçüde öngördüğü hipotezini desteklemektedir. Bunun yanı sıra travmadan kurtulanlara maruz kalma, birincil temas türü olarak acil serviste çalışma; eğitim, psikolojik sıkıntı veya ikincil travma yoğunluğunu önemli ölçüde öngörmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Altan (2020)'in ruh sağlığı çalışanlarında ikincil travmatik stres, uyum bozucu şemalar, çocukluk çağı travmaları, mesleki ve sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkileri incelediği araştırmada; çocukluk çağı travmaları ile ikincil travmatik stres düzeyi arasında negatif, erken dönem uyum bozucu şemalar ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca çalışanların yaşı, işyerinde geçirdikleri zaman, meslekte geçirdikleri süre, sorumlu oldukları hasta sayısı, travmaya maruz kalan hasta sayısı yükseldikçe ikincil travmatik stres düzeyinde de yükseliş gözlenmiştir.

Hensel vd. (2015)'in travma mağdurlarıyla yapılan terapötik çalışmalarda ikincil travmatik stres belirtileri açısından risk faktörlerini incelediği meta-analiz çalışmasında, 38 çalışmanın meta-analizi yapılmış ve 17 risk faktörü açısından değerlendirilmiştir. Bu çalışmadan elde edilen bulgulara göre; kişisel travmatik yaşantının ikincil travmatik stres gelişimi üzerinde etkileri olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Travmanın türünün, maruziyet düzeyinin ve cinsiyetin de bu etkinin düzeyinde belirleyici olduğu sonucu elde edilmiştir.

Hosseini Ramaghani vd. (2019)'nin çocukluk çağı travmaları ile TSSB arasındaki ilişkide üst biliş, zaman perspektifi ve deneyimsel kaçınmanın aracı rolünü incelediği çalışmada çocukluk çağı travmaları ile TSSB arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

1.6.2. Travma, İkincil Travmatik Stres ve Varoluşsal Kaygı

Yıkılmaz (2016) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada, ölümcül travmatik olaya maruz kalmanın varoluşsal kaygının yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Rather vd (2020)'nin covid-19 hastalığına yakalanan kişilerde depresyon, varoluşsal kaygı, PTSD ve anksiyete düzeylerinin sağlıklı kişilere göre farklılık gösterip göstermediğini araştırdığı çalışmada; depresyon düzeyinde farklılık

görüldüğü ancak diğer değişkenler arasında herhangi bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tomaszek ve Muchacka-Cymerman (2020)'ın TSSB ile Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkide Varoluşsal Kaygı ve Yaşam Doyumunun Aracı Rolünü incelediği çalışmada; TSSB ile travmatik büyüme arasındaki ilişkide varoluşsal kaygı ve yaşam doyumunun aracı etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca travma semptomlarının şiddetine bağlı olarak yaşam doyumunun aracı etkisinin değiştiği gözlenmiştir. Çalışmanın sonucunda, travmatik deneyimden sonra bireylere yönelik yapılacak olan terapötik müdahalenin, temel varoluşsal soruları, yaşamın anlamını ve ayrıca TSSB semptomlarının şiddetini içermesi gerektiği ileri sürülmüştür.

Weems vd. (2016)'nin doğal afetlere maruz kalan ergenler üzerinde yapmış olduğu çalışmada; doğal afetlere maruz kalan ergenlerde varoluşsal kaygının yaygın olduğu, TSSB ve depresyon belirtileri ile yüksek derecede ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

1.6.3. Travma, İkincil Travmatik Stres ve Ontolojik İyi Oluş

Tunç (2021)'in covid-19 pandemisine maruz kalan kişiler üzerinde yaptığı çalışmada; travmatik stres belirtileri arttıkça ontolojik iyi oluş düzeyinin düştüğünü ve travmatik stres belirtileri ile ontolojik iyi oluş arasındaki ilişkide anksiyetenin aracı rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Karaoğlu-Açıkgöz (2016)'nın travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) ile depresyon arasındaki ilişkide ontolojik iyi oluşun aracı rolünü incelediği araştırmada; TSSB ile depresyon arasındaki ilişkide yaşam projesinin hiçlik, umut, pişmanlık, harekete geçme alt boyutlarının aracılık etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Topal (2016), çocukluk çağı travmaları ile depresyon, anksiyete ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerde ontolojik iyi oluşun aracı etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yaman-Karahan (2016)'nın üniversite öğrencilerinin yaşam amaçları, duygusal iyi oluş düzeyleri, kişisel ölüm korkuları, duyarlı sevgi düzeyleri ve ontolojik iyi oluşları arasındaki ilişkileri incelediği araştırmada yaptığı araştırmada; cinsiyet, duyarlı sevgi, duygusal iyi-oluş ve yaşam amacı ile ontolojik iyi-oluş arasında anlamlı

bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ancak kişisel ölüm korkusu ile ontolojik iyi-oluş arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

1.6.4. Travma, İkincil Travmatik Stres ve Üstbiliş

Fisher vd (2018)'in kanserden kurtulan ergen ve genç erişkinlerde mevcut fiziksel sağlık güçlükleri de dahil olmak üzere bilinen ortak değişkenlerden bağımsız olarak üst-bilişsel inançların duygusal sıkıntı ve travma semptomları ile ilişkili olup olmadığını araştırdığı çalışmada; üst-bilişsel inançların, kanserden kurtulanlarda duygusal sıkıntı ile güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu ve mevcut fiziksel sağlık güçlükleri de dahil olmak üzere bilinen ortak değişkenlerin etkilerini kontrol ettikten sonra duygusal sıkıntı ve travma sonrası stres semptomlarında önemli farklılıklardan sorumlu olduğunu sonucuna ulaşmışlardır.

Hett vd (2022)'nin sağlıklı üst-bilişsel inançları geliştirmek amacıyla geliştirdikleri eğitim programının etkililiğini test etmek amacıyla yapmış olduğu çalışmada; uyumsuz üstbilişsel inançların travma sonrası stres bozukluğu semptomlarıyla ilişkili olduğunu söylemekte ve geliştirdikleri yöntemin sağlıklı üst-bilişsel inançlar geliştirme konusunda etkili olduğu ancak konu ile ilgili sonuçların netleşmesi için daha çok çalışmanın yapılması gerektiğini belirtmektedir.

İnceman (2022)'nin travma sonrası stres bozukluğu olan ve olmayan hastaların bilişsel ve üstbilişsel yetilerini değerlendirdiği araştırmada; travma sonrası stres bozukluğu tanısı olan hastaların olmayanlara göre daha düşük bilişsel ve üstbilişsel becerilere sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlardan hareketle bilişsel ve üstbilişsel becerilerin geliştirilmesine yönelik çalışmalar yapılmasının önemi üzerinde durulmuş, TSSB gelişiminin engellenmesine katkıda bulunacağı öne sürülmüştür.

Dursun (2022)'nin kanser hastası çocukları olan ebeveynlerde ruminasyon ve üstbiliş ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada; kanser hastası çocukları olan ebeveynlerde amaçlı ruminasyon ve üstbiliş düzeyi ile travma sonrası büyüme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buradan hareketle üstbilişin travma sonrası büyümeyi etkilediği söylenebilir.

Hosseini Ramaghani vd. (2019)'nin çocukluk çağı travmaları ile TSSB arasındaki ilişkide üst biliş, zaman perspektifi ve deneyimsel kaçınmanın aracı rolünü

incelediği çalışmada çocukluk çağı travmaları ve üstbilişsel inançlar ile TSSB arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Myers ve Wells (2015)'in erken dönem travmatik deneyim, olumsuz duygulanım ve endişeli başlanma arasındaki ilişkide üstbilişsel inançların aracı rolünü incelediği araştırmada; erken dönem duygusal istismar yaşantılarının üstbilişsel inançlarla pozitif ve anlamlı bir ilişki gösterdiği, duygusal istismar ve olumsuz duygulanım arasındaki ilişkide üstbilişsel inançların aracı rolü bulunduğu, endişeli bağlanma ile üstbilişsel inançlar arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular erken dönem travmatik deneyimlerin üstbilişsel inançları etkilemesi sonucu psikolojik problemlerin oluşumuna neden olabileceği fikirleriyle tutarlı bulunmuştur.

Yazıhan ve Yelboğa (2019)'nın travma sonrası stres bozukluğu tanısı almış hastalar üzerine yapmış olduğu çalışmada; hastaların hangi üstbilişsel inançların hastalığa neden olduğu araştırılmıştır. Elde edilen bulgulara göre; üzüntü ve ruminasyon tehlikeli ve kontrol edilemez olarak görülmekte, bunların kontrol edilmesi gerektiğine inanılmakta, ancak bunları kontrol etmeye yönelik bilişsel güvenlerinin düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sulhan (2021)'in çocukluk çağı travmaları ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkide üstbilişsel inançların aracı rolünü incelediği çalışmada; çocukluk çağı travmaları ile üstbilişsel inançların yaşam kalitesi üzerinde etkisinin olduğu, üstbilişsel inançların çocukluk çağı travmaları ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkiye kısmen aracı etki ettiği, çocukluk çağı travmalarının olumsuz üstbilişsel inançların gelişmesine zemin hazırlayabileceği sonuçlarına ulaşılmıştır.

Mansueto vd. (2019)'un çocukluk çağı travmaları ve üstbilişsel inançlar arasındaki ilişkileri incelediği derleme çalışmasında; çocukluk çağı travmalarının olumsuz üstbilişsel inançlarla ilişkili olduğu, üstbilişsel inançların çocukluk çağı travmaları ile ruminasyon ve olumsuz duygulanım arasındaki ilişkide aracı etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmada elde ettikleri bilgilerden hareketle çocukluk çağı travmalarıyla ilişkili üstbilişsel inançları tanımlayabilen ve azaltabilen müdahalelerin bu olumsuz yaşantının duygusal sonuçlarını tedavi etme konusunda yardımcı olacağını öne sürmüşlerdir.

1.6.5. Öğretmenlerde İkincil Travmatik Stres

Hoppey vd (2021)'nin yapmış olduğu çalışmada; öğretmen adaylarına travma hakkında bilgi verilmesinin, zorluklarla mücadele ederken destekleyici olacağını, ruh sağlığı desteği verme ve pedagojik problem çözme becerilerini geliştireceğini ileri sürmektedir.

Simon vd. (2022) yapmış olduğu çalışmada öğretmenlerde ikincil travmatik stres ile öğrencilerdeki sosyal-duygusal işleyiş arasındaki ilişki ve bu ilişkide öğretmen-öğrenci iletişiminin aracı rolünü incelemiştir. Elde edilen sonuçlara göre; öğretmenlerdeki ikincil travmatik stres düzeyi ile öğrencilerin sosyal-duygusal zorlanma düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ve bu ilişkide öğretmen-öğrenci iletişiminin aracı bir rolü olmadığı görülmüştür. Ancak öğretmen-öğrenci iletişimin kalitesi ile öğrencilerin sosyal-duygusal zorlanma düzeyi arasında negatif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Özvanlıgil (2020)'in okul psikolojik danışmanlarının ikincil travma deneyimleri ve iş doyumunu arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada; iş yükü arttıkça ikincil travmatik stres düzeyinde artış olduğu, öğrencilerin travmatik yaşantı türlerine göre ikincil travmatik stres belirtilerinin değişkenlik gösterdiği ve yüksek örgütsel desteğin iş doyumunu arttırırken ikincil travmatik stres düzeyini azalttığı sonucuna ulaşılmıştır.

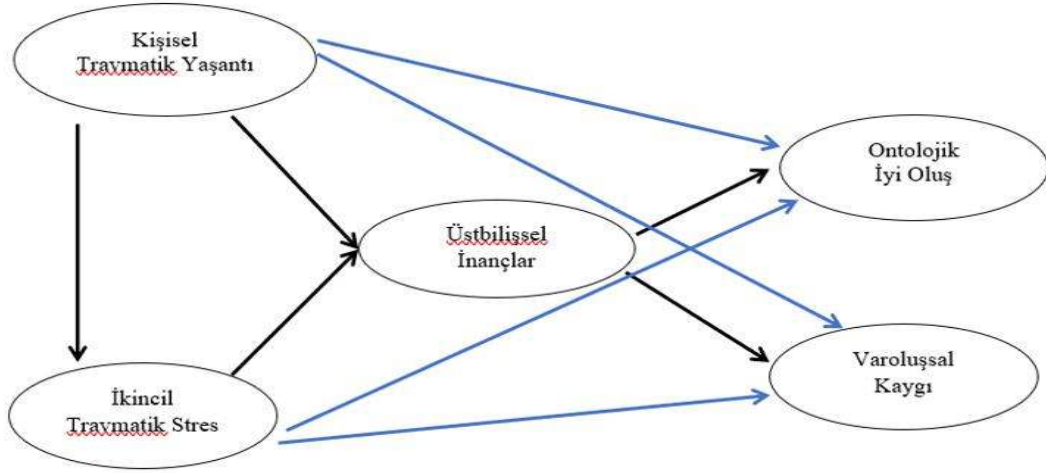
İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma kişisel travmatik yaşantılar, ikincil travmatik stres belirtileri, varoluşsal kaygı ve ontolojik iyi oluş düzeyinin birbirleri arasındaki ilişkilerin aracı değişken vasıtasıyla incelendiği kesitsel ve ilişkisel bir araştırmadır. Bu araştırmada değişkenler arasındaki doğrudan ve dolaylı etkilerin birlikte analiz edilebildiği Yapısal Eşitlik Modeli kullanılacaktır (Seçer, 2015). İlişkiler arasındaki ilişkileri hesaplayabilmek için iki aşamalı olarak gerçekleştirilmektedir. Bu istatistiksel teknikle birden fazla regresyon analizi, hatalardan arındırılarak gerçekleştirilmekte ve dolayısıyla regresyon analizine göre daha güvenilir sonuçlar elde edilebilmektedir (Meydan & Şeşen, 2011).

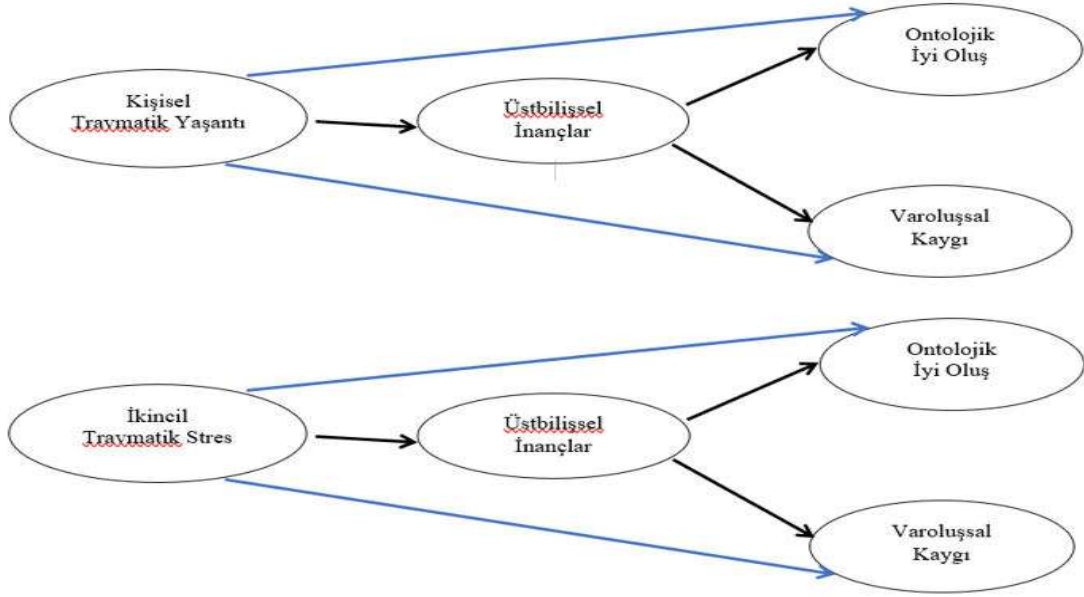
Kişisel travmatik yaşantı, ikincil travmatik stres belirtileri, varoluşsal kaygı ve ontolojik iyi oluş arasındaki doğrudan ilişkileri ve bu ilişkiler üzerinde üstbilissel inançların aracı rolünü incelemek amacıyla Şekil 1’de sunulan modelleme yapılmıştır.



Şekil 1. Aracılık Modeli

Kaynak: (Şimşek, 2007)

Bu modelde Şekil 2’de gösterilen aynı değişkenler kullanılarak daha fazla ilişkinin değerlendirilmesine olanak sağlayan iç içe geçmiş iki modelden söz edilebilir (Şimşek, 2007).



Şekil 2. İkili Aracılık Modeli

Model hem aracı rolün hem de değişkenler arasındaki doğrudan ilişkilerin değerlendirilmesine olanak sağlar (Şimşek, 2007). Böylece hem kişisel travmatik yaşantı ile ikincil travmatik stres belirtilerinin, varoluşsal kaygı ile ontolojik iyi oluş arasındaki doğrudan ilişkiler hem de bu ilişkiler üzerinde üstbilişsel inançların aracı etkisi değerlendirilecektir.

2.2. Araştırmanın Örneklemi

Araştırma evreni ve çalışma evreni olmak üzere iki tür evrenden söz edilmektedir. Araştırma evreninin tanımlanması kolay olmakla birlikte ulaşılması neredeyse imkansızdır. Öte yandan çalışma evreni genel özellikleri açısından araştırma evrenini temsil etmekte ve ulaşılması imkan dahilindedir (Karasar, 1998; Özen ve Gül, 2010). Araştırmanın evrenini, Türkiye’deki Milli Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda görev yapan tüm öğretmenler oluşturmakla birlikte, ulaşılması oldukça güç olması nedeniyle; ulaşılabilirliği daha kolay olduğundan çalışma evreni belirlenerek araştırmanın yapılması planlanmaktadır. Çalışma evreni olarak seçebileceğimiz Türkiye’deki tüm illerde; ilkokul, ortaokul ve liselerde görev yapan, bütün branşlardan öğretmenlere rastlanmaktadır. Bu nedenle, ortalama 30.000 öğretmene sahip olan, her kademedede eğitim kurumları bulunan, her branştan öğretmene ulaşabileceğimiz Adana ili çalışma evreni olarak belirlenmiştir. Böylece araştırmanın çalışma evrenini, 2022-2023 eğitim-öğretim yılında Adana Milli Eğitim

Bakanlığına bağlı kurumlarda görev yapan; Adana merkez ilçeleri olan Seyhan'da 9002, Yüreğir'de 5224, Sarıçam'da 2334 ve Çukurova'da 4162 olmak üzere toplam 20.722 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemi %5 hata payı ve %95 güven aralığına göre belirlenmiş olup; ulaşılması gereken minimum sayının 378 olması gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmaya Adana İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı kurumlarda görev yapmakta olan; Seyhan'dan 251, Yüreğir'den 152, Çukurova'dan 115 ve Sarıçam'dan 90 öğretmen olmak üzere toplam 608 öğretmen katılım sağlamıştır. Araştırmanın örneklemine ilişkin demografik bilgiler Tablo 1'de gösterilmektedir.

Tablo 1. Araştırma Örneklemine İlişkin Demografik Dağılım

	F	%
Cinsiyet		
Kadın	354	58.2
Erkek	254	41.8
Medeni Durum		
Evli	449	73.8
Bekar	159	26.2
Yaş		
20-29	44	7.2
30-39	216	35.5
40-49	248	40.8
50-59	93	15.3
60 ve üstü	7	1.2
Kademe		
Anaokulu	26	4.3
İlkokul	129	21.2
Ortaokul	159	26.2
Lise	262	43.1
RAM	32	5.3
İlçe		
Seyhan	251	41.3
Çukurova	115	18.9
Yüreğir	152	25.0
Sarıçam	90	14.8
Toplam	608	100

Tablo.1 incelendiğinde; öğretmenlerin %58.2'si kadın, %41.8'i erkek; %73.8'i evli ve %26.2'si bekar; %7.2'si 20-29, %35.5'i 30-39, %40.8'i 40-49, %15.3'ü 50-59, %1.2'si 60 ve üstü yaş aralığındaki; %4.3'ü anaokulunda, %21.2'si ilkokul'da, %26.2'si ortaokul'da, %43.1'i lise'de ve % 5.3'ü RAM'da görev yapmakta olan; %41.3'ü Seyhan'da, %18.9'u Çukurova'da, %25.0'ı Yüreğir'de ve % 14.8'i Sarıçam'da görev yapmakta olan öğretmenlerden oluşmaktadır. Örneklem grubunda kadın, evli, 40-49 yaş aralığındaki, lise'de görev yapmakta olan öğretmenlerin ağırlıklı olduğu görülmektedir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada; “Kişisel Bilgi Formu”, “İkincil Travmatik Stres Ölçeği”, “Üstbiliş Ölçeği-30”, “Varoluşsal Kaygı Ölçeği”, “Yaşam Projesi Ölçeği” ve “Yaşam Olayları Kontrol Listesi (YOKL-5)” kullanılmıştır.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Bu araştırmada öğretmenlerin sosyo-demografik özellikleri, mesleki özellikleri ve sağlık ile ilgili yaşadıkları sıkıntıları içeren açık ve kapalı uçlu sorular içeren Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır (Ek 1).

2.3.2. İkincil Travmatik Stres Ölçeği

Orijinal adı Secondary Traumatic Stress Scale olan İkincil Travmatik Stres Ölçeği Bride ve arkadaşları (2004) tarafından geliştirilmiştir. İkincil travmatik stres belirtilerini ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek 17 maddeden oluşmakta ve 5'li likert tipindedir. Ölçek üç alt boyuttan oluşmaktadır. İstemsiz etkilenmeler alt boyutunu ölçeğin 2, 3, 6, 10 ve 13. maddeleri; kaçınma alt boyutunu ölçeğin 1, 5, 7, 9, 12, 14 ve 17. maddeleri; uyarılmışlık alt boyutunu ölçeğin 4, 8, 11, 15 ve 16. maddeleri ölçmektedir. Öleekten en az 17, en fazla 85 puan alınabilmekte ve yüksek puan etkilenme düzeyinin yüksek olduğuna işaret eder. Ayrıca TSSB tanısı verebilmek için, istemsiz etkilenmeler alt boyutundan en az bir, kaçınma alt boyutundan en az üç ve uyarılmışlık alt boyutundan en az iki maddenin “bazen” ve üstü şeklinde işaretlenmesi gerekir. Bahsedilen bu üç ölçütün bulunması, olası bir TSSB tanısı alabileceği anlamı taşır (Kahil, 2016)

İkincil Travmatik Stres Belirtileri ölçeğini dilimize uyarlayıp, geçerlik ve güvenirlik çalışmasını Yıldırım vd. (2018) yapmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin orjinalindeki gibi üç boyutlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin iç tutarlığına yönelik Cronbach alfa değeri $\alpha=0.91$; ve kaçınma alt ölçeği için $\alpha=0.78$, uyarılma alt ölçeği için $\alpha=0.82$ ve duygusal ihlal alt ölçeği için 0.84 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca madde-test korelasyonları ise 0.28 - 0.69 arasında bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara göre ölçeğin yeterli düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğu söylenebilir (Yıldırım vd., 2018).

2.3.2.1. İkincil Travmatik Stres Ölçeğinde Madde Analizi ve Güvenirlik

İkincil Travmatik Stres Ölçeği'nin bu araştırmadan elde edilen verilerle yapılan madde analizine ve güvenirliğine ilişkin sonuçlar Tablo 2'de gösterilmektedir.

Tablo 2. İkincil Travmatik Stres Ölçeği Madde Analizi ve Güvenirliği

Alt Ölçek	Madde No	Madde Toplam Test Korelasyonu	Güvenirlik Katsayısı (Cronbach alpha)
İstemsiz Etkilenmeler	2	0.528	0.819
	3	0.676	
	6	0.673	
	10	0.679	
	13	0.503	
Kaçınma	1	0.570	0.855
	5	0.653	
	7	0.652	
	9	0.610	
	12	0.674	
	14	0.569	
	17	0.605	
Uyarılmışlık	4	0.596	0.869
	8	0.780	
	11	0.715	
	15	0.677	
	16	0.707	

Tablo 2'ye göre İkincil Travmatik Stres ölçeğinin alt boyutları incelendiğinde, tüm alt boyutların yeterli ayırt ediciliğe sahip maddelerden oluştuğu görülmektedir. Ayrıca istemsiz etkilenmeler alt boyutunun iç tutarlığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.819; kaçınma alt boyutunun iç tutarlığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.855 ve uyarılmışlık alt boyutunun iç tutarlığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri

0.869 bulunmuştur. Bu katsayılar incelendiğinde, tüm alt boyutların kabul edilebilir güvenirlik katsayılarına sahip olduğu görülmektedir.

2.3.3. Üstbiliş Ölçeği-30 (ÜBO-30)

Üstbiliş Ölçeği, “Meta-Cognitions Questionnaire (MCQ)” adıyla Cartwright-Hatton ve Wells (1997) tarafından 61 madde olarak geliştirilmiş olup; ardından 2004 yılında 30 maddelik kısa formu oluşturulmuştur. Wells ve Cartwright-Hatton’ın (2004) geliştirdiği orijinal form olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık olmak üzere beş faktörden oluşmaktadır (Tosun ve Irak, 2018).

Üstbiliş-30 ölçeğini dilimize uyarlayıp, geçerlik güvenirlik çalışmasını Tosun ve Irak (2018) yapmıştır. Ölçek 30 maddeden oluşmakta olup; 4’lü likert tipindedir. Ölçek orijinal formundaki gibi beş alt faktörden oluşmaktadır. Olumlu inançlar faktöründe ölçeğin 1, 7, 10, 20, 23 ve 28. maddeleri yer alır ve endişenin, plan yapma ya da problem çözmeye yardımcı olduğuna dair olumlu inançları içerir. Bilişsel güven faktöründe ölçeğin 26, 29, 18, 24, 8 ve 14. maddeleri yer alır ve kişinin dikkat ve bellek özelliklerine güvenmemesi ile ilgilidir. Kontrol edilemezlik ve tehlike faktöründe ölçeğin 9, 22, 4, 16, 11 ve 2. maddeleri yer alır ve endişelerin kontrol edilmesi gerektiği, endişenin kontrol edilemeyeceği gibi inançlarla ilgilidir. Bilişsel farkındalık faktöründe ölçeğin 12, 17, 30, 5, 3 ile 19. maddeleri yer alır ve kişinin kendi düşünce süreçleri üzerindeki sürekli uğraşı ile ilgilidir. Düşünceleri kontrol ihtiyacı faktöründe ölçeğin 21, 13, 15, 25, 27 ve 6. maddeleri yer alır ve olumsuz inançları kontrol altına alma ihtiyacı ile ilgilidir. Ölçekten alınan puan yükseldikçe kişinin üstbilişsel inançlarının daha patolojik olduğunu göstermektedir. Üstbiliş-30 ölçeğinin güvenirliği test-tekrar test korelasyon analizi ile ölçülmüş olup; ölçek maddelerinin güvenirlik katsayılarının .40 ile .94, alt ölçeklerin güvenirlik katsayılarının .70 ile .85 arasında değiştiği gözlenmiştir. Ölçeğin iç tutarlılığı Cronbach Alpha korelasyon analizi ile ölçülmüş olup; güvenirlik katsayısı .86 bulunmuştur (Tosun ve Irak, 2018).

2.3.3.1. Üstbiliş Ölçeğinde Madde Analizi ve Güvenirlik

Üstbiliş Ölçeği’nin bu araştırmadan elde edilen verilerle yapılan madde analizine ve güvenirliğine ilişkin sonuçlar Tablo 3’te gösterilmektedir.

Tablo 3. Üst Biliş Ölçeği Madde Analizi ve Güvenirliği

Alt Ölçek	Madde No	Madde Toplam Test Korelasyonu	Güvenirlik Katsayısı (Cronbach alpha)
Olumlu İnançlar	1	0.407	0.822
	7	0.589	
	10	0.660	
	20	0.642	
	23	0.679	
	28	0.606	
Bilişsel Güven	8	0.602	0.851
	14	0.380	
	18	0.686	
	24	0.666	
	26	0.773	
	29	0.735	
Kontrol Edilmezlik ve Tehlike	2	0.330	0.793
	4	0.624	
	9	0.622	
	11	0.524	
	16	0.569	
	22	0.636	
Bilişsel Farkındalık	3	0.404	0.626
	5	0.396	
	12	0.514	
	17	0.246	
	19	0.204	
	30	0.410	
Düşünceleri Kontrol İhtiyacı	6	0.418	0.714
	13	0.487	
	15	0.422	
	21	0.547	
	25	0.375	
	27	0.444	

Tablo 3. incelendiğinde, Üst Biliş ölçeğinin tüm alt boyutların kabul edilebilir ayırt ediciliğe sahip maddelerden oluştuğu görülmektedir. Ayrıca olumlu inançlar alt boyutunun iç tutarlığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.822; bilişsel güven alt boyutunun iç tutarlığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.851; kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutunun iç tutarlığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.793; bilişsel farkındalık alt boyutunun iç tutarlığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.626 ve

düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutunun iç tutarlılığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.714 bulunmuştur. Bu katsayılar incelendiğinde, tüm alt boyutların kabul edilebilir güvenirlik katsayılarına sahip olduğu görülmektedir.

2.3.4. Varoluşsal Kaygı Ölçeği

Yıkılmaz (2016) tarafından geliştirilen Varoluş Kaygısı Ölçeği; anlamsızlık, ölüm, yalıtılmışlık ve özgürlük kaygısı olmak üzere toplam dört faktörden oluşan, 5'li likert tipinde, 25 maddelik bir öz-bildirim ölçeğidir (Yıkılmaz, 2016). 5, 7, 16, 20, 25. maddeler ölüm kaygısı alt boyutunu; 1, 2, 6, 8, 9, 13, 15, 17, 18, 19. maddeler anlamsızlık kaygısı alt boyutunu; 3, 4, 12, 21, 22. maddeler yalıtılmışlık kaygısı alt boyutunu ve 10, 11, 14, 23, 24. maddeler özgürlük kaygısı alt boyutunu ölçmektedir. Ölçek maddelerinden 1, 2, 5, 6, 8, 9, 13, 15, 17, 18, 19. maddeler ters olarak puanlanmaktadır (Kurt, 2019). Ölçekten alınabilecek en düşük puan 25, en yüksek puan ise 125'tir. Ölçekten alınan puanın yüksekliği varoluşsal kaygı düzeyinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

Ölçeğin iç-tutarlılığı Cronbach Alpha içtutarlık korelasyon analizi ile ölçülmüş olup; genel iç-tutarlık katsayısının $\alpha=.85$ olduğu, anlamsızlık kaygısı alt boyutunun $\alpha=.87$, ölüm kaygısı alt boyutunun $\alpha=.79$, yalıtılmışlık kaygısı alt boyutunun $\alpha=.70$ ve özgürlük kaygısı alt boyutunun $\alpha=.71$ olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Yıkılmaz, 2016). Ölçeğin test-tekrar test korelasyon katsayıları .64 ile .76 arasında değişmektedir.

2.3.4.1. Varoluşsal Kaygı Ölçeğinde Madde Analizi ve Güvenirlik

Varoluşsal Kaygı Ölçeği'nin bu araştırmadan elde edilen verilerle yapılan madde analizine ve güvenirliğine ilişkin sonuçlar Tablo 4'te gösterilmektedir.

Tablo 4. Varoluşsal Kaygı Ölçeği Madde Analizi ve Güvenirliği

Alt Ölçek	Madde No	Madde Toplam Test Korelasyonu	Güvenirlik Katsayısı (Cronbach alpha)
Ölüm Kaygısı	5	0.358	0.814
	7	0.676	
	16	0.681	
	20	0.755	
	25	0.562	
Anlamsızlık Kaygısı	1	0.646	0.905
	2	0.604	
	6	0.646	
	8	0.621	
	9	0.716	
	13	0.727	
	15	0.688	
	17	0.643	
	18	0.705	
Yalıtılmışlık Kaygısı	19	0.715	0.791
	3	0.564	
	4	0.600	
	12	0.607	
	21	0.631	
Özgürlük Kaygısı	22	0.452	0.813
	10	0.567	
	11	0.605	
	14	0.617	
	23	0.614	
	24	0.616	

Tablo 4 incelendiğinde, Varoluşsal Kaygı ölçeğinin tüm alt boyutların kabul edilebilir ayırt ediciliğe sahip maddelerden oluştuğu görülmektedir. Varoluşsal Kaygı ölçeğinin ölüm kaygısı alt boyutunun iç tutarlılığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.814; anlamsızlık kaygısı alt boyutunun iç tutarlılığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.905; yalıtılmışlık kaygısı alt boyutunun iç tutarlılığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.791 ve özgürlük kaygısı alt boyutunun iç tutarlılığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.813 bulunmuştur. Bu katsayılar incelendiğinde, tüm alt boyutların kabul edilebilir güvenirlik katsayılarına sahip olduğu görülmektedir.

2.3.5. Yaşam Projesi Ölçeği

Şimşek ve Kocayörük (2013) tarafından geliştirilen Yaşam Projesi Ölçeği; pişmanlık, umut, hiçlik ve harekete geçme olmak üzere toplam dört alt boyuttan oluşan, 5’li likert tipinde, 24 maddelik bir öz-bildirim ölçeğidir. Ölçeğin 1,2,3,4,5,6,7.

maddeleri pişmanlık alt boyutunu; 19,20,21,22,23,24. maddeleri umut alt boyutunu; 10,11,15,16,17,18. maddeleri hiçlik alt boyutunu; 8,9,12,13,14. maddeleri harekete geçme alt boyutunu ölçmektedir. Ölçek maddelerinden 2, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 15, 16, 17, 18. maddeler ters olarak puanlandırılarak değerlendirilmektedir (Şimşek ve Kocayörük, 2013).

Ölçeğin iç-tutarlılığı Cronbach Alpha içtutarlık korelasyon analizi ile ölçülmüş olup; genel iç-tutarlık katsayısının $\alpha=.91$ olduğu, alt boyutlar için iç tutarlılık katsayılarının ise .78 ile .90 arasında değiştiği sonucuna ulaşılmıştır (Şimşek ve Kocayörük, 2013).

2.3.5.1. Yaşam Projesi Ölçeğinde Madde Analizi ve Güvenirlik

Yaşam Projesi Ölçeği'nin bu araştırmadan elde edilen verilerle yapılan madde analizine ve güvenirliliğine ilişkin sonuçlar Tablo 5'te gösterilmektedir.

Tablo 5. Yaşam Projesi Ölçeği Madde Analizi ve Güvenirliği

Alt Ölçek	Madde No	Madde Toplam Test Korelasyonu	Güvenirlik Katsayısı (Cronbach alpha)
Pişmanlık	1	0.452	0.873
	2	0.715	
	3	0.485	
	4	0.748	
	5	0.736	
	6	0.721	
	7	0.702	
Umut	19	0.796	0.948
	20	0.870	
	21	0.851	
	22	0.866	
	23	0.811	
	24	0.862	
Hiçlik	10	0.660	0.860
	11	0.731	
	15	0.551	
	16	0.735	
	17	0.521	
	18	0.728	
Harekete Geçme	8	0.433	0.884
	9	0.771	
	12	0.779	
	13	0.854	
	14	0.817	

Yaşam Projesi ölçeğinin tüm alt boyutların kabul edilebilir ayırt ediciliğe sahip maddelerden oluştuğu görülmektedir. Yaşam Projesi ölçeğinin pişmanlık alt boyutunun iç tutarlılığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.873; umut alt boyutunun iç tutarlılığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.948; hiçlik alt boyutunun iç tutarlılığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.860 ve harekete geçme alt boyutunun iç tutarlılığına yönelik Cronbach alfa (α) değeri 0.884 bulunmuştur. Bu katsayılar incelendiğinde, tüm alt boyutların kabul edilebilir güvenirlik katsayılarına sahip olduğu görülmektedir.

2.3.6. Yaşam Olayları Kontrol Listesi (YOKL-5)

Yaşam Olayları Kontrol Listesi Weathers, Blake, Schnurr, Kaloupek, Marx ve Keane, (2013) tarafından geliştirilmiş ve Boysan vd (2017) tarafından dilimize uyarlaması yapılarak geçerlik güvenirlik çalışması yapılmıştır. Kişilerin maruz kaldıkları travmatik yaşantıları ve bunu nasıl deneyimlediklerini belirleyebilmek amacıyla geliştirilen 17 maddelik öz-bildirim listesidir. Listeye verilen cevaplarla, kişinin travmatik deneyimi olup olmadığı belirlenmekte, herhangi bir psikometrik işlem yapılamamaktadır (Weathers vd., 2013). Yaşam Olayları Kontrol listesinin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarında; iç tutarlılık katsayısı için Kuder-Richardson analizi yapılmış olup, klinik örnekleme .66, klinik olmayan örnekleme .61 olarak hesaplanmıştır (Boysan vd, 2017).

2.4. İşlem

Araştırma sürecinde kullanılacak ölçme araçları belirlenerek; ölçme aracının geçerlik, güvenirlik çalışmasını yapan ya da geliştiricisi olan kişilerden izin alınmış ve varsa değerlendirme kriterleri temin edilmiştir. Kullanılan ölçeklerin geçerlik ve güvenirlik katsayılarına ilişkin ölçümler SPSS 27.00 paket programı kullanılarak yeniden değerlendirilmiştir. Yapısal eşitlik modeline uygun olduğu yapılan analizler sonucu belirlendikten sonra istatistiksel analizler yapılmıştır. Araştırmada Adana merkez ilçelerde görev yapan öğretmenlerin Travmatik Yaşantı, İkincil Travmatik Stres ile Varoluşsal Kaygı, Ontolojik İyi Oluş arasındaki ilişkileri ve Üstbilişsel İnançların bu ilişkiler üzerindeki aracı rolünü incelemek amacıyla bootstrap yaklaşımıyla aracılık modellemeleri yapılarak analiz edilmiştir.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırma sürecinde katılımcılardan online ve yüz yüze olmak üzere iki şekilde veri toplanmıştır. Veriler ülkemizde yaşanan 6 Şubat depreminden iki ay sonra toplanmaya başlanmış olup, 2022-2023 eğitim-öğretim yılı ilkbahar dönemi bitiminde sonuçlandırılmıştır. Elde edilen veriler R programlama ortamında hayes process macro kullanılarak bootstrap yaklaşımıyla aracılık modellemeleri yapılarak analiz edilmiştir. Program Andrew F. Hayes tarafından geliştirilmiş olup SPSS yazılımına entegre şekilde çalışmakta ve araştırma modelinde yer alan bütün değişkenlerin yol katsayılarını, standart hatalarını, t ve p değerlerini ve Bootstrap güven aralıklarını hesaplayabilmektedir (Hayes, 2013). Bu yönüyle çok sayıda regresyon eşitliği modellenebilmekte ve kurgulanan hipotezlerin sonuçları aynı analizde görülebilmektedir.

2.5.1. Pilot Uygulama

Araştırma verilerinin toplanması ve verilerin analizinin yapılması sürecine 40 öğretmenin katıldığı pilot uygulama ile başlanmıştır. Pilot uygulamaya katılım gösteren öğretmenlerin demografik özelliklerine göre sayıları aşağıdaki çizelgede gösterilmektedir.

Tablo 6. Pilot Uygulamaya İlişkin Demografik Dağılım

	F	%
Cinsiyet		
Kadın	20	50
Erkek	20	50
Medeni Durum		
Evli	30	75
Bekar	10	25
Yaş		
30-39	7	17,5
40-49	17	42,5
50-59	15	37,5
60 ve üstü	1	2,5
Toplam	40	100

Tablo.6 incelendiğinde; öğretmenlerin %50'si kadın, %50'si erkek; %75'i evli ve %25'i bekar; %17.5'i 30-39, %42.5'i 40-49, %37.5'i 50-59, %2.5'i 60 ve üstü yaş aralığında olan öğretmenlerden oluşmaktadır.

Uygulamaya katılım sağlayan öğretmenlere uygulamadan sonra; soruların açık-anlaşılır olup olmadığı, uzunluğu, ölçeklerin uygulanma sırasının nasıl olması gerektiği gibi sorular sorulmuştur. Elde edilen yanıtlara göre; soruların açık ve anlaşılır olduğu, biraz uzun olduğu ancak hızlı hareket edildiği takdirde ortalama 10 dakika sürede bitebileceği; ölçeklerin uygulanma sırası konusunda yaşam olayları kontrol listesinin özel sorular içerdiği ve kişilerde rahatsızlık yaratabileceği gerekçesiyle son sırada verilmesinin ölçeklere yanıt verme oranını arttıracak yönünde bilgiler elde edilmiştir. Bazı katılımcılar, sorulara yanıt verdiklerinde kendilerini açık edeceklerini düşünerek yanıt vermekten kaçınabilecek öğretmenlerin olabileceğini ve bu nedenle verilerin online ortamda toplanmasının daha sağlıklı olabileceği yönünde görüş bildirmişlerdir. Nitekim uygulama esnasında benzer bir nedenle yanıt vermek istemeyen iki öğretmenle karşılaşmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

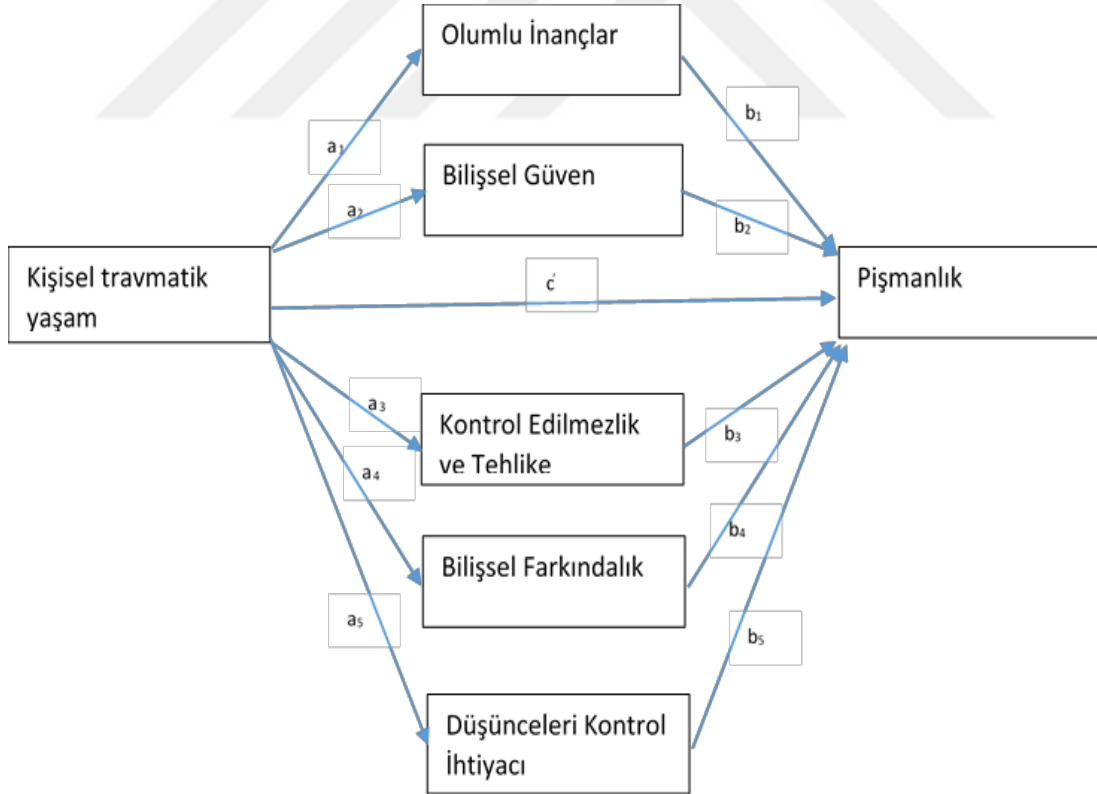
BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, öğretmenlerin travmatik yaşantıları ve ikincil travmatik stres belirtileri ile varoluşsal kaygı ve ontolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkiler ve bu ilişkilerdeki üstbilişsel inançların aracı etkisine ilişkin belirlenen araştırma sorularına yönelik elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

3.1. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Ontolojik İyi Oluş Arasında, Üst Bilişsel İnançların Aracı Rolüne İlişkin Bulgular

Bu araştırma sorusu ölçeklerin alt boyutlarının arasındaki ilişkiler ve bu ilişkilerdeki aracı etki değerlendirilerek ortaya konulacaktır.

3.1.1. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Ontolojik İyi Oluşun Pişmanlık Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



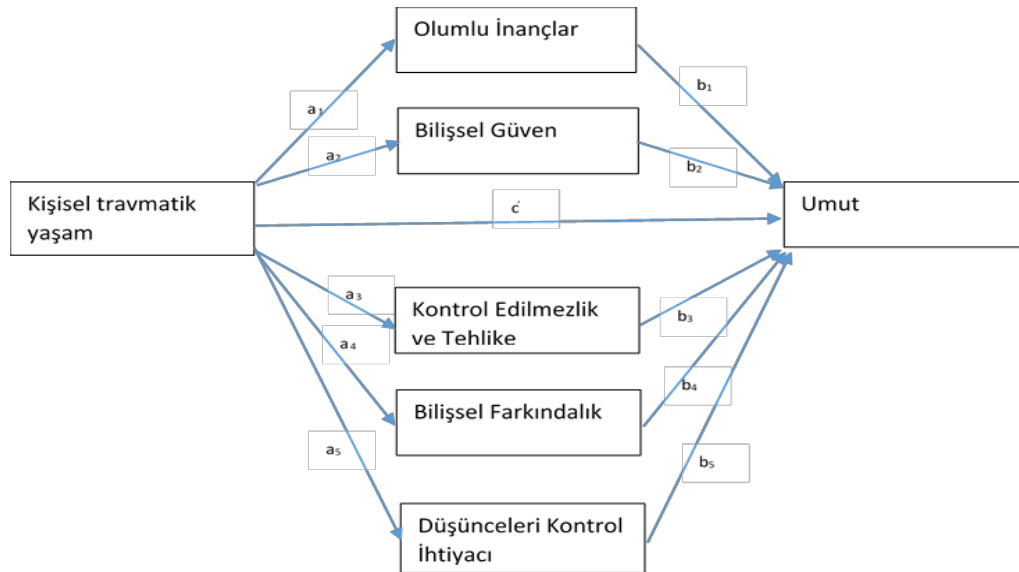
Şekil 3. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Pişmanlık Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 7. Travmatik Yaşantı ve Pişmanlık Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	p
Toplam Etki (c)	-0.008	-0.100	0.083	0.046	-0.175	0.860
Doğrudan Etki (c')	-0.013	-0.098	0.073	0.043	-0.292	0.770
a ₁	-0.007	-0.072	0.059	0.033	-0.208	0.835
a ₂	-0.026	-0.083	0.032	0.029	-0.087	0.384
a ₃	0.003	-0.063	0.069	0.034	0.083	0.933
a ₄	0.011	-0.041	0.062	0.026	0.405	0.686
a ₅	-0.039	-0.099	0.019	0.030	-1.310	0.191
b ₁	-0.008	-0.124	0.107	0.059	-0.143	0.886
b ₂	-0.205	-0.335	-0.075	0.066	-3.102	0.002
b ₃	-0.467	-0.594	-0.340	0.064	-7.245	0.000
b ₄	0.073	-0.083	0.229	0.079	0.918	0.358
b ₅	0.007	-0.136	0.149	0.072	0.096	0.923
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.005	-0.032	0.041	0.018		
a ₁ b ₁	0.000	-0.005	0.005	0.002		
a ₂ b ₂	0.005	-0.007	0.021	0.007		
a ₃ b ₃	-0.001	-0.033	0.029	0.015		
a ₄ b ₄	0.000	-0.004	0.008	0.003		
a ₅ b ₅	-0.000	-0.009	0.007	0.003		

Tablo 7. incelendiğinde, toplam etkinin ve doğrudan etkinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Bununla beraber modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamsız olduğu görülmüştür. Aracılık modelinin temel gerekliliği sağlanmadığından dolayı Kişisel Travmatik Yaşantı ile Ontolojik İyi Oluşun Pişmanlık alt boyutu arasında, üst-bilişsel inançların aracı rolü bulunmadığı söylenebilir.

3.1.2. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Ontolojik İyi Oluşun Umut Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



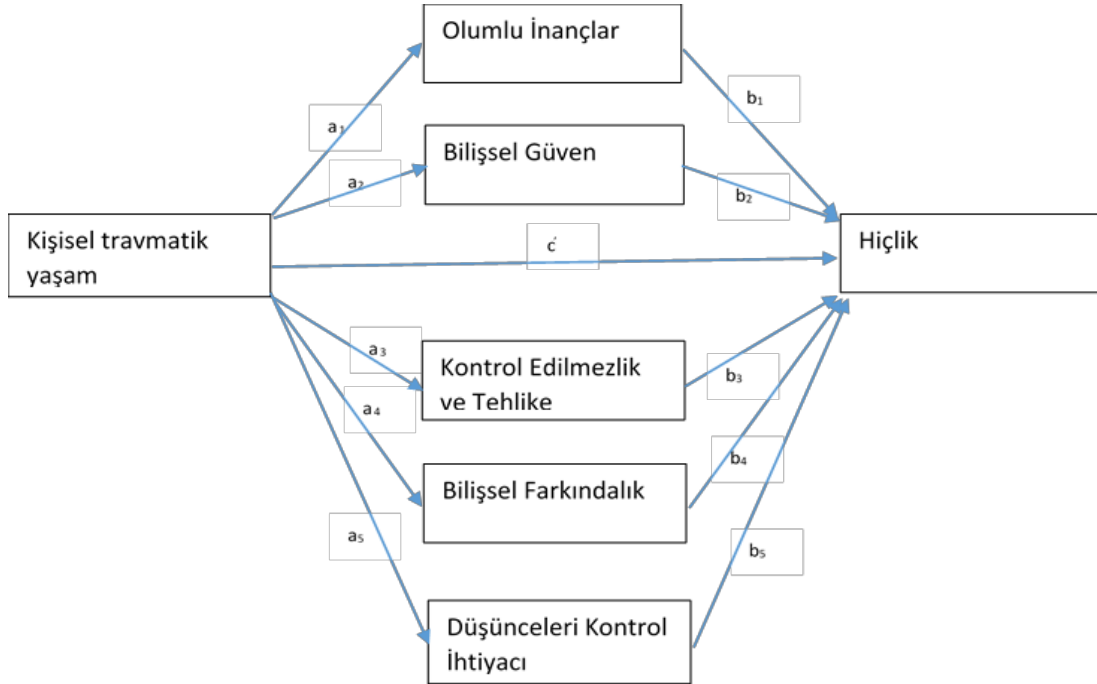
Şekil 4. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Umut Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 8. Travmatik Yaşantı ve Umut Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	p
Toplam Etki (c)	0.006	-0.094	0.106	0.051	0.118	0.905
Doğrudan Etki (c')	-0.001	0.096	0.094	0.048	-0.023	0.980
a ₁	-0.007	-0.072	0.059	0.033	-0.208	0.835
a ₂	-0.026	-0.083	0.032	0.029	-0.869	0.385
a ₃	0.002	-0.064	0.069	0.034	0.083	0.933
a ₄	0.011	-0.041	0.062	0.026	0.405	0.685
a ₅	-0.039	-0.099	0.019	0.030	-1.310	0.190
b ₁	-0.011	-0.139	0.011	0.066	-0.165	0.868
b ₂	-0.348	-0.493	-0.203	0.073	-4.717	0.000
b ₃	-0.319	-0.461	-0.178	0.072	-4.437	0.000
b ₄	0.222	0.048	0.397	0.088	2.505	0.012
b ₅	0.082	-0.077	0.241	0.081	1.010	0.312
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.007	-0.028	0.045	0.018		
a ₁ b ₁	0.000	-0.006	0.006	0.002		
a ₂ b ₂	0.008	-0.011	0.035	0.011		
a ₃ b ₃	-0.000	-0.023	0.020	0.011		
a ₄ b ₄	0.000	-0.009	0.015	0.000		
a ₅ b ₅	-0.003	-0.015	0.004	0.004		

Tablo 8. incelendiğinde, toplam etkinin ve doğrudan etkinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Bununla beraber modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamsız olduğu görülmüştür. Aracılık modelinin temel gerekliliği sağlanmadığından dolayı Kişisel Travmatik Yaşantı ile Ontolojik İyi Oluşun Umut alt boyutu arasında, üst-bilişsel inançların aracı rolü bulunmadığı söylenebilir.

3.1.3. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Ontolojik İyi Oluşun Hiçlik Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



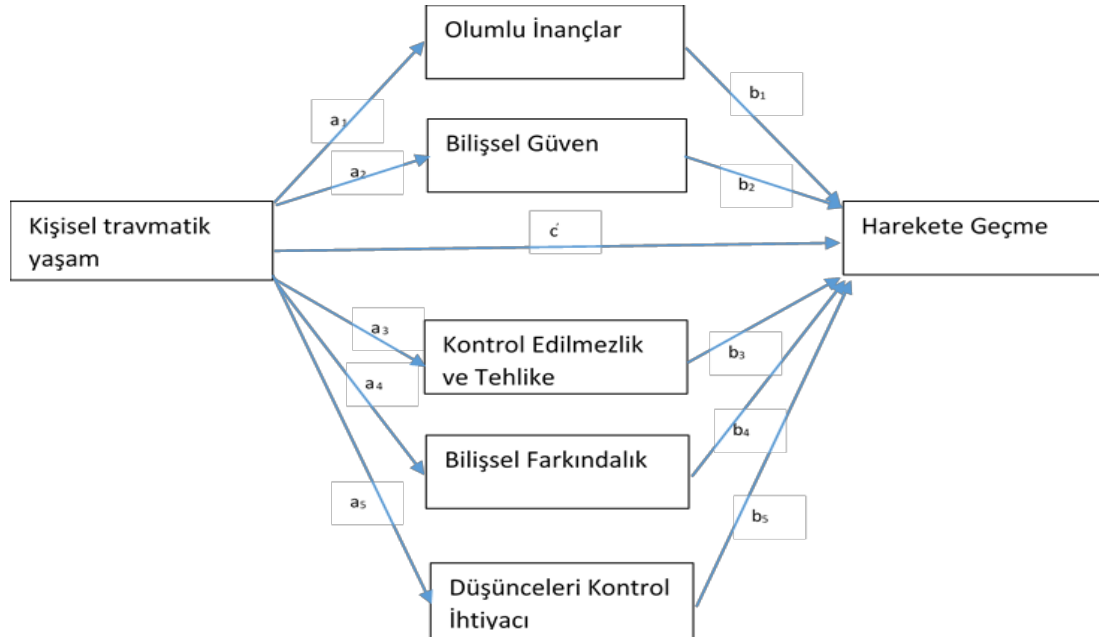
Şekil 5. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Hiçlik Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 9 Travmatik Yaşantı ve Hiçlik Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	p
Toplam Etki (c)	-0.068	-0.149	0.013	0.041	-1.640	0.102
Doğrudan Etki (c')	-0.076	-0.151	0.000	0.039	-1.966	0.049
a ₁	-0.007	-0.072	0.058	0.033	-0.208	0.835
a ₂	-0.026	-0.083	0.032	0.029	-0.869	0.385
a ₃	0.003	-0.064	0.069	0.034	0.084	0.934
a ₄	0.010	-0.041	0.062	0.026	0.405	0.685
a ₅	-0.039	-0.099	0.019	0.034	-1.310	0.190
b ₁	-0.025	-0.126	0.078	0.051	-0.475	0.635
b ₂	-0.136	-0.251	-0.022	0.058	-2.342	0.019
b ₃	-0.377	-0.489	-0.265	0.057	-6.630	0.000
b ₄	0.078	-0.060	0.215	0.070	1.107	0.268
b ₅	-0.106	-0.231	0.019	0.064	-1.653	0.098
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.008	-0.025	0.041	0.017		
a ₁ b ₁	0.000	-0.004	0.005	0.002		
a ₂ b ₂	0.004	-0.005	0.016	0.005		
a ₃ b ₃	-0.001	-0.027	0.025	0.013		
a ₄ b ₄	0.001	-0.004	0.007	0.003		
a ₅ b ₅	0.004	-0.003	0.015	0.005		

Tablo 9. incelendiğinde, toplam etkinin ve doğrudan etkinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Bununla beraber modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamsız olduğu görülmüştür. Aracılık modelinin temel gerekliliği sağlanmadığından dolayı Kişisel Travmatik Yaşantı ile Ontolojik İyi Oluşun Hiçlik alt boyutu arasında, üst-bilişsel inançların aracı rolü bulunmadığı söylenebilir.

3.1.4. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Ontolojik İyi Oluşun Harekete Geçme Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



Şekil 6. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Harekete Geçme Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 10. Travmatik Yaşantı ve Harekete Geçme Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

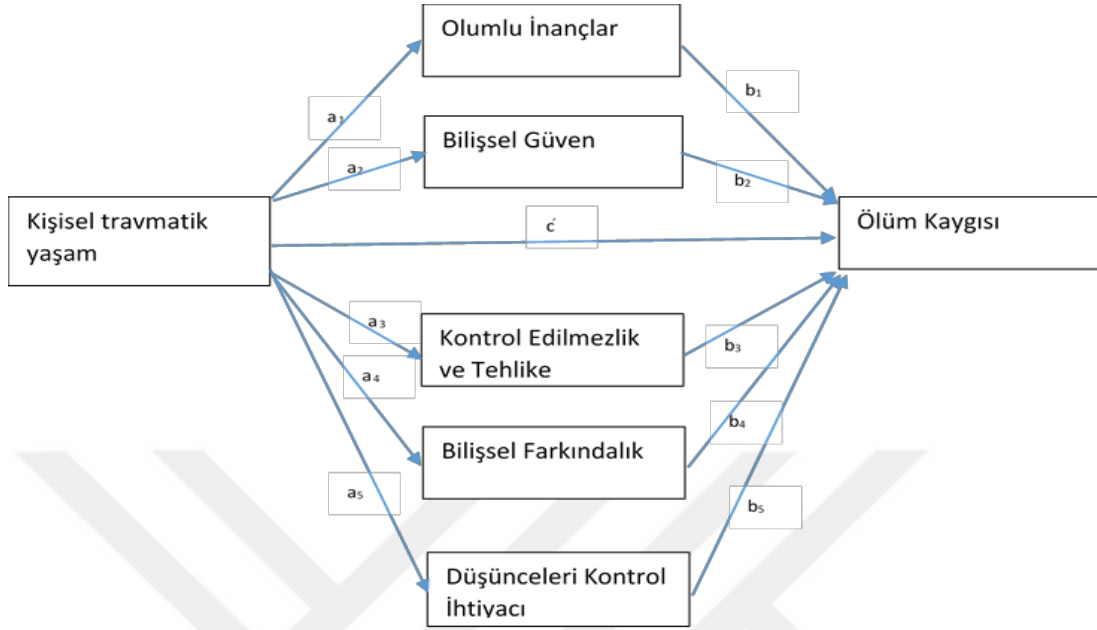
Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	p
Toplam Etki (c)	-0.026	-0.102	0.049	0.039	-0.671	0.502
Doğrudan Etki (c')	-0.023	-0.095	0.049	0.037	-0.631	0.528
a ₁	-0.007	-0.072	0.059	0.033	-0.208	0.835
a ₂	-0.026	-0.083	0.032	0.029	-0.869	0.384
a ₃	0.003	-0.064	0.069	0.034	0.083	0.934
a ₄	0.011	-0.041	0.062	0.026	0.405	0.685
a ₅	-0.039	-0.099	0.019	0.030	-1.311	0.191
b ₁	-0.021	-0.118	0.076	0.049	-0.430	0.667
b ₂	-0.196	-0.305	-0.087	0.055	-3.533	0.000
b ₃	-0.357	-0.463	-0.250	0.054	-6.587	0.000
b ₄	0.043	-0.088	0.174	0.066	0.637	0.524
b ₅	0.186	0.066	0.306	0.061	3.051	0.002
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.003	-0.033	0.015	0.026		
a ₁ b ₁	0.000	-0.004	0.002	0.006		
a ₂ b ₂	0.005	-0.007	0.007	0.021		
a ₃ b ₃	-0.001	-0.027	0.122	0.022		
a ₄ b ₄	0.001	-0.004	0.002	0.005		
a ₅ b ₅	-0.007	-0.022	0.006	0.003		

Tablo 10. incelendiğinde, toplam etkinin ve doğrudan etkinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Bununla beraber modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamsız olduğu görülmüştür. Aracılık modelinin temel gerekliliği sağlanmadığından dolayı Kişisel Travmatik Yaşantı ile Ontolojik İyi Oluşun Harekete Geçme alt boyutu arasında, üst-bilişsel inançların aracı rolü bulunmadığı söylenebilir.

3.2. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygı Arasında, Üst Bilişsel İnançların Aracı Rolüne İlişkin Bulgular

Bu araştırma sorusu ölçeklerin alt boyutlarının arasındaki ilişkiler ve bu ilişkilerdeki aracı etki değerlendirilerek ortaya konulacaktır.

3.2.1. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygının Ölüm Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



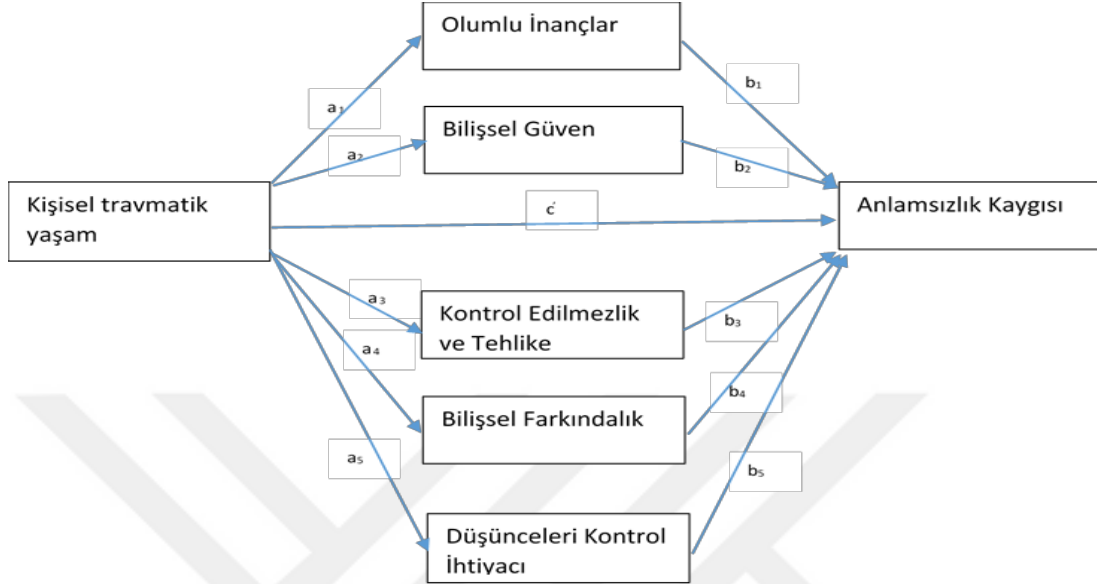
Şekil 7. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Ölüm Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 11 Travmatik Yaşantı ve Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	p
Toplam Etki (c)	0.038	-0.033	0.108	0.036	1.054	0.282
Doğrudan Etki (c')	0.037	-0.028	0.102	0.033	1.113	0.266
a ₁	-0.007	-0.072	0.059	0.033	-0.208	0.835
a ₂	-0.026	-0.083	0.032	0.029	-0.869	0.385
a ₃	0.003	-0.064	0.069	0.034	0.084	0.934
a ₄	0.011	-0.041	0.062	0.026	0.406	0.686
a ₅	-0.040	-0.099	0.019	0.030	-1.311	0.191
b ₁	-0.104	-0.192	-0.016	0.045	-2.330	0.020
b ₂	0.031	-0.067	0.130	0.050	0.622	0.533
b ₃	0.468	0.372	0.564	0.049	9.563	0.000
b ₄	-0.133	-0.252	-0.015	0.060	-2.206	0.028
b ₅	-0.028	-0.136	0.080	0.055	-0.509	0.611
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.001	-0.031	0.036	0.017		
a ₁ b ₁	0.001	-0.007	0.011	0.004		
a ₂ b ₂	-0.001	-0.007	0.003	0.002		
a ₃ b ₃	0.001	-0.029	0.034	0.016		
a ₄ b ₄	-0.001	-0.010	0.005	0.004		
a ₅ b ₅	0.001	0.003	-0.004	0.003		

Tablo 11. incelendiğinde, toplam etkinin ve doğrudan etkinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Bununla beraber modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamsız olduğu görülmüştür. Aracılık modelinin temel gerekliliği sağlanmadığından dolayı Kişisel Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygının Ölüm Kaygısı alt boyutu arasında, üst-bilişsel inançların aracı rolü bulunmadığı söylenebilir.

3.2.2. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygının Anlamsızlık Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



Şekil 8. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Anlamsızlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

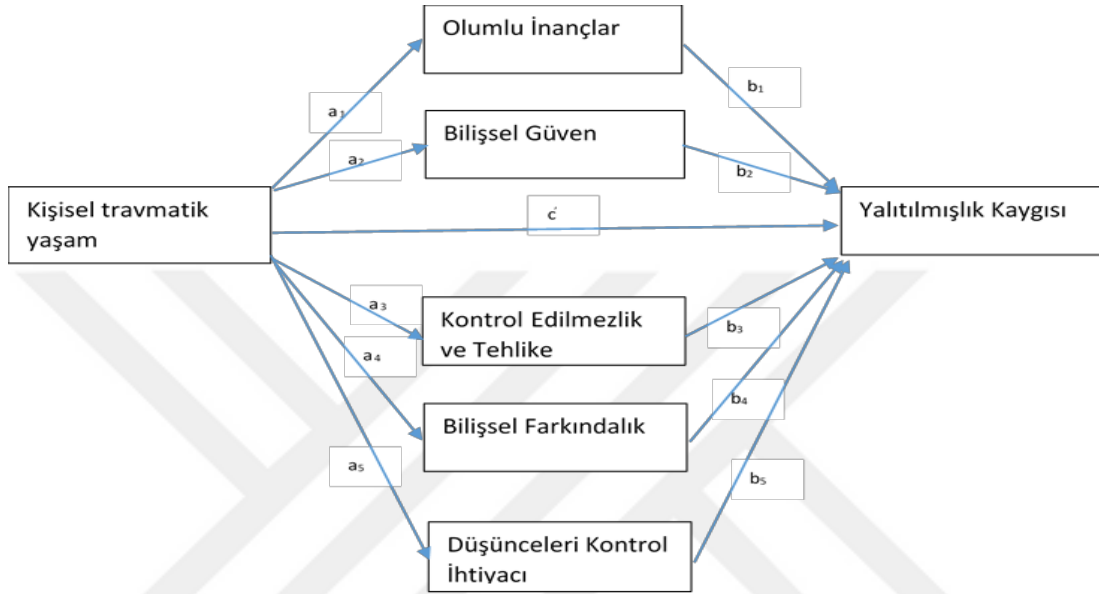
Tablo 12 Travmatik Yaşantı ve Anlamsızlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	p
Toplam Etki (c)	-0.148	-0.266	-0.031	0.060	-2.480	0.013
Doğrudan Etki (c')	-0.137	-0.248	-0.026	0.057	-2.419	0.016
a ₁	-0.007	-0.072	0.059	0.033	-0.208	0.835
a ₂	-0.026	-0.083	-0.035	0.029	-0.870	0.385
a ₃	0.003	-0.064	0.069	0.034	0.084	0.936
a ₄	0.011	-0.041	0.062	0.026	0.405	0.686
a ₅	-0.040	-0.099	0.019	0.030	-1.311	0.191
b ₁	0.092	-0.058	0.242	0.076	1.210	0.226
b ₂	0.214	0.445	0.382	0.086	2.482	0.013
b ₃	0.245	0.081	0.410	0.084	2.926	0.004
b ₄	-0.764	-0.977	-0.560	0.103	-7.380	0.000
b ₅	-0.054	-0.239	0.131	0.094	-0.571	0.568
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.011	-0.060	0.032	0.024		
a ₁ b ₁	-0.001	-0.012	0.001	0.005		
a ₂ b ₂	-0.006	-0.023	0.007	0.008		
a ₃ b ₃	0.001	-0.017	0.018	0.009		
a ₄ b ₄	-0.008	-0.047	0.029	0.019		
a ₅ b ₅	0.002	-0.007	0.015	0.005		

Tablo 12. incelendiğinde, toplam etkinin ve doğrudan etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Bununla beraber modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamsız olduğu görülmüştür. Aracılık modelinin temel gerekliliği sağlanmadığından dolayı

Kişisel Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygının Anlamsızlık Kaygısı alt boyutu arasında, üst-bilişsel inançların aracı rolü bulunmadığı söylenebilir.

3.2.3. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygının Yalıtılmışlık Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



Şekil 9. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

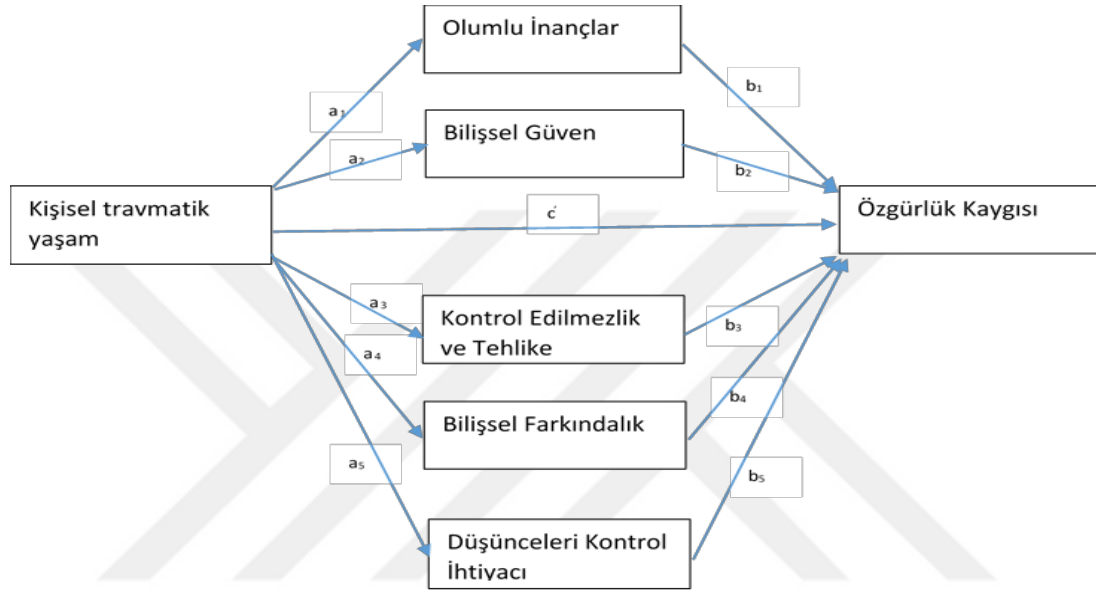
Tablo 13 Travmatik Yaşantı ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	p
Toplam Etki (c)	0.023	-0.046	0.091	0.035	0.649	0.516
Doğrudan Etki (c')	0.031	-0.029	0.091	0.030	1.008	0.313
a ₁	-0.007	-0.072	0.058	0.033	-0.208	0.835
a ₂	-0.026	-0.083	0.032	0.030	-0.869	0.384
a ₃	0.003	-0.064	0.069	0.034	0.084	0.934
a ₄	0.011	-0.041	0.062	0.026	0.405	0.686
a ₅	-0.040	-0.099	0.019	0.030	-1.311	0.196
b ₁	0.061	-0.020	0.142	0.041	1.466	0.143
b ₂	0.155	0.063	0.246	0.046	3.320	0.001
b ₃	0.369	0.278	0.457	0.045	8.089	0.000
b ₄	-0.045	-0.154	0.065	0.056	-0.792	0.428
b ₅	0.112	0.011	0.212	0.051	2.193	0.028
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.008	-0.041	0.025	0.017		
a ₁ b ₁	0.000	-0.006	0.005	0.003		
a ₂ b ₂	-0.004	-0.017	0.005	0.006		
a ₃ b ₃	0.001	-0.023	0.026	0.012		
a ₄ b ₄	0.000	-0.005	0.003	0.002		
a ₅ b ₅	-0.005	-0.015	0.002	0.004		

Tablo 13. incelendiğinde, toplam etkinin ve doğrudan etkinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Bununla beraber modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamsız

olduğu görülmüştür. Aracılık modelinin temel gerekliliği sağlanmadığından dolayı Kişisel Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygının Yalıtılmışlık Kaygısı alt boyutu arasında, üst-bilişsel inançların aracı rolü bulunmadığı söylenebilir.

3.2.4. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygının Özgürlük Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



Şekil 10. Kişisel Travmatik Yaşantı ve Özgürlük Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 14 Travmatik Yaşantı ve Özgürlük Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

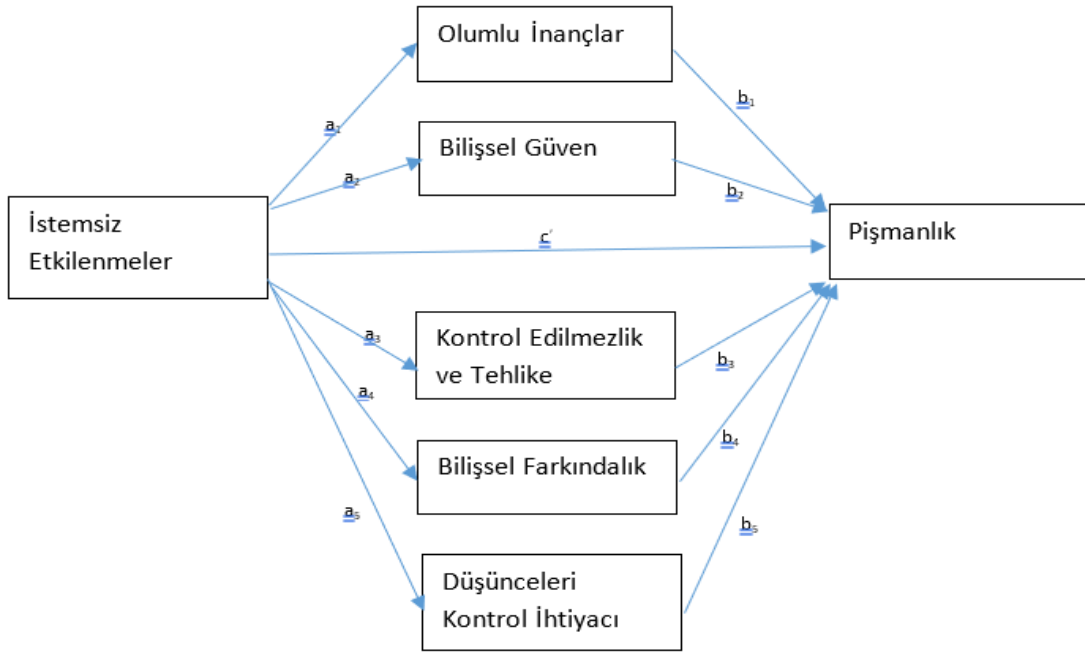
Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	p
Toplam Etki (c)	-0.039	-0.104	0.025	0.033	-1.196	0.231
Doğrudan Etki (c')	-0.025	-0.082	0.031	0.029	-0.869	0.384
a ₁	-0.007	-0.072	0.059	0.033	-0.208	0.835
a ₂	-0.026	-0.083	0.032	0.029	-0.869	0.385
a ₃	0.003	-0.064	0.069	0.034	0.083	0.933
a ₄	0.011	-0.041	0.062	0.026	0.405	0.686
a ₅	-0.039	-0.099	0.019	0.030	-1.310	0.190
b ₁	0.126	0.049	0.203	0.039	3.208	0.001
b ₂	0.141	0.055	0.228	0.044	3.195	0.001
b ₃	0.276	0.192	0.361	0.043	6.404	0.000
b ₄	-0.238	-0.343	-0.134	0.053	-4.482	0.000
b ₅	0.198	0.103	0.294	0.048	4.086	0.000
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.014	-0.047	0.016	0.016		
a ₁ b ₁	0.000	-0.011	0.008	0.004		
a ₂ b ₂	-0.003	-0.014	0.005	0.004		
a ₃ b ₃	0.000	-0.018	0.018	0.009		
a ₄ b ₄	-0.003	-0.014	0.009	0.006		
a ₅ b ₅	-0.008	-0.021	0.003	0.006		

Tablo 14. incelendiğinde, toplam etkinin ve doğrudan etkinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Bununla beraber modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamsız olduğu görülmüştür. Aracılık modelinin temel gerekliliği sağlanmadığından dolayı Kişisel Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygının Özgürlük Kaygısı alt boyutu arasında, üst-bilişsel inançların aracı rolü bulunmadığı söylenebilir.

3.3. İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Ontolojik İyi Oluş Arasında, Üst Bilişsel İnançların Aracı Rolüne İlişkin Bulgular

Bu araştırma sorusu ölçeklerin alt boyutlarının arasındaki ilişkiler ve bu ilişkilerdeki aracı etki değerlendirilerek ortaya konulacaktır.

3.3.1. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin İstemsiz Etkilenmeler Alt Boyutu ile Yaşam Projesinin Pişmanlık Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



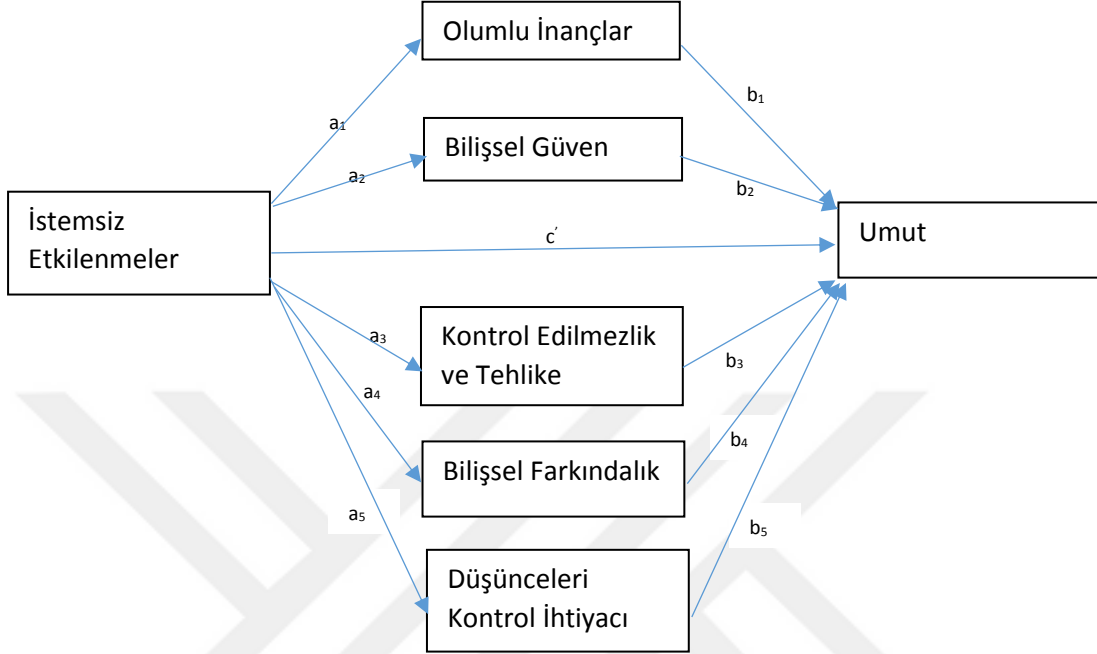
Şekil 11. İstemsiz Etkilenmeler ve Pişmanlık Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 15. İstemsiz Etkilenmeler ve Pişmanlık Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	T	P
Toplam Etki (c)	-0.367	-0.476	-0.257	0.055	-6.584	0.000
Doğrudan Etki (c')	-0.217	-0.329	-0.105	0.057	-3.820	0.000
a₁	0.224	0.148	0.306	0.401	5.660	0.000
a₂	0.114	0.043	0.185	0.036	3.168	0.002
a₃	0.357	0.280	0.434	0.039	9.118	0.000
a₄	0.150	0.088	0.213	0.031	4.748	0.000
a₅	0.216	0.145	0.288	0.036	0.145	0.000
b₁	0.015	-0.098	0.130	0.058	0.267	0.788
b₂	-0.202	-0.330	-0.073	0.065	-3.091	0.002
b₃	-0.409	-0.537	-0.280	0.065	-6.246	0.000
b₄	0.081	-0.073	0.235	0.078	1.031	0.302
b₅	0.017	-0.123	0.158	0.071	0.242	0.808
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.149	-0.217	0.087	0.033		
a₁ b₁	0.003	-0.024	0.033	0.014		
a₂ b₂	-0.023	-0.051	-0.003	0.012		
a₃ b₃	-0.146	-0.210	-0.091	0.030		
a₄ b₄	0.012	-0.011	0.039	0.012		
a₅ b₅	0.003	-0.028	0.036	0.015		

Tablo 15. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. İkincil travmatik stresin istemsiz etkilenmeler alt boyutu ile üstbilişsel inançların bütün alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu; ancak ontolojik iyi oluşun pişmanlık alt boyutu ile üstbilişsel inançların olumlu inançlar, bilişsel farkındalık ve düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların aracı rolünün bulunmadığı söylenebilir.

3.3.2. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin İstemsiz Etkilenmeler Alt Boyutu ile Yaşam Projesinin Umut Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



Şekil 12. İstemsiz Etkilenmeler ve Umut Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

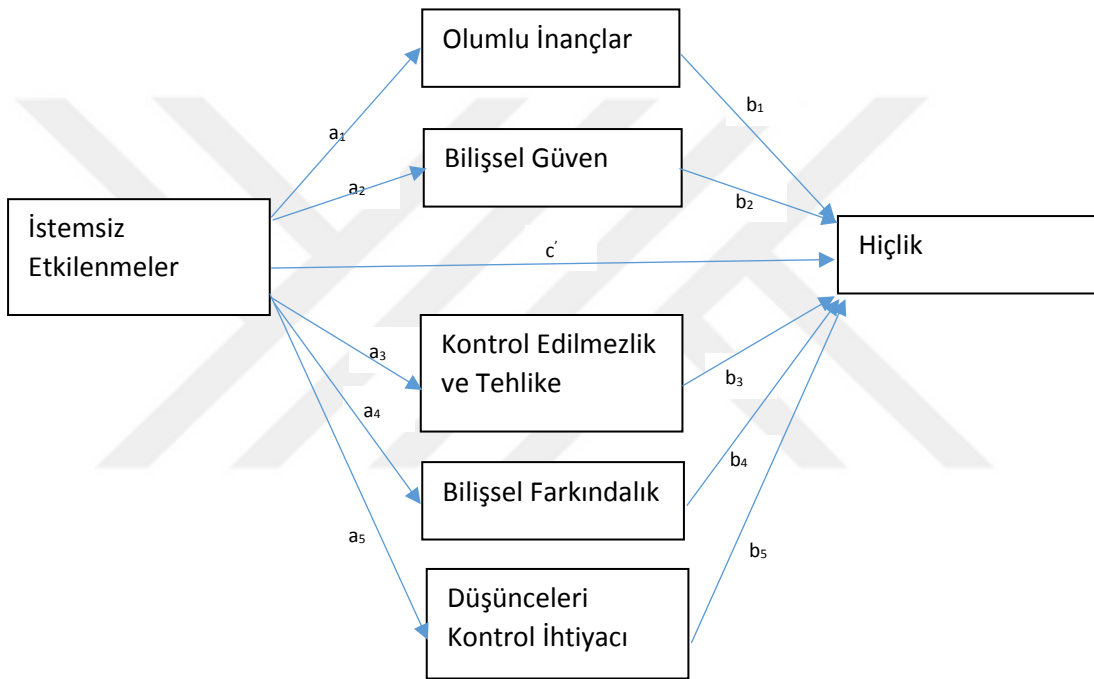
Tablo 16. İstemsiz Etkilenmeler ve Umut Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	-0.156	-0.279	-0.033	0.062	-2.506	0.012
Doğrudan Etki (c')	-0.059	-0.186	0.066	0.064	-0.927	0.354
a₁	0.226	0.148	0.305	0.040	5.660	0.000
a₂	0.114	0.043	0.184	0.036	3.167	0.001
a₃	0.357	0.280	0.434	0.039	9.118	0.000
a₄	0.150	0.088	0.213	0.031	4.748	0.000
a₅	0.216	0.145	0.288	0.036	5.944	0.000
b₁	-0.004	-0.133	0.125	0.065	-0.064	0.948
b₂	-0.347	-0.493	-0.202	0.073	-4.710	0.000
b₃	-0.303	-0.449	-0.158	0.074	-4.103	0.000
b₄	0.225	0.050	0.399	0.088	2.533	0.011
b₅	0.084	-0.074	0.243	0.080	1.045	0.296
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.096	-0.166	-0.027	0.035		
a₁ b₁	-0.001	-0.033	0.029	0.016		
a₂ b₂	-0.039	-0.078	-0.010	0.017		
a₃ b₃	-0.108	-0.172	-0.050	0.031		
a₄ b₄	0.034	0.007	0.067	0.015		
a₅ b₅	0.018	-0.016	0.055	0.018		

Tablo 16. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, doğrudan etkinin ise anlamsız olduğu görülmüştür. İkincil travmatik stresin istemsiz etkilenmeler alt boyutu ile üstbilişsel inançların bütün alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu; ancak ontolojik iyi oluşun umut alt boyutu ile üstbilişsel inançların olumlu inançlar ve düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı

görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Bununla beraber düşünceleri kontrol ihtiyacı üzerinden olan dolaylı etkinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Sonuç olarak üst-bilişsel inançların bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, bilişsel farkındalık alt boyutlarının modelde tam aracılık rolü üstlendiği söylenebilir.

3.3.3. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin İstemsiz Etkilenmeler Alt Boyutu ile Yaşam Projesinin Hiçlik Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



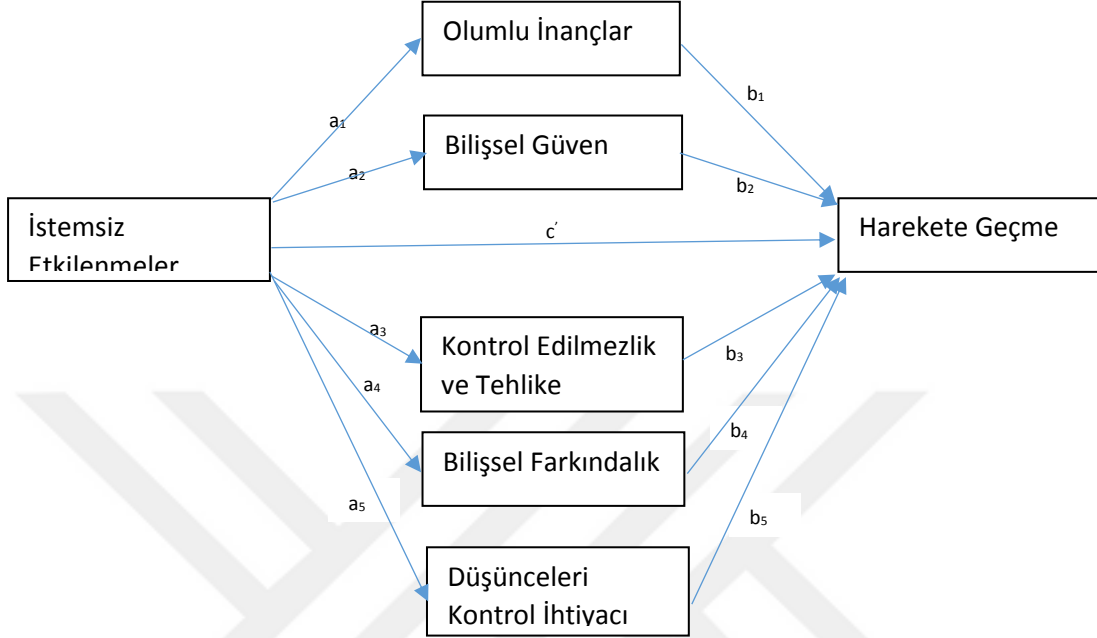
Şekil 13. İstemsiz Etkilenmeler ve Hiçlik Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 17. İstemsiz Etkilenmeler ve Hiçlik Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	<i>t</i>	<i>P</i>
Toplam Etki (c)	-0.395	-0.490	-0.299	0.048	-8.144	0.000
Doğrudan Etki (c')	-0.264	-0.362	-0.166	0.049	-5.313	0.000
a₁	0.226	0.148	0.305	0.040	5.660	0.000
a₂	0.114	0.043	0.184	0.036	3.167	0.001
a₃	0.357	0.280	0.434	0.039	9.118	0.000
a₄	0.150	0.088	0.213	0.031	4.748	0.000
a₅	0.216	0.145	0.288	0.036	5.944	0.000
b₁	0.004	-0.095	0.104	0.051	0.086	0.931
b₂	-0.130	-0.242	-0.018	0.057	-2.286	0.022
b₃	-0.309	-0.421	-0.196	0.057	-5.393	0.000
b₄	0.084	-0.050	0.219	0.068	1.226	0.220
b₅	-0.086	-0.209	0.036	0.062	-1.382	0.167
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.130	-0.187	-0.080	0.027		
a₁ b₁	0.001	-0.023	0.026	0.012		
a₂ b₂	-0.014	-0.035	-0.000	0.008		
a₃ b₃	-0.110	-0.162	-0.065	0.024		
a₄ b₄	0.012	-0.008	0.037	0.011		
a₅ b₅	-0.018	-0.050	0.008	0.014		

Tablo 17. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. İkincil travmatik stresin istemsiz etkilenmeler alt boyutu ile üstbilişsel inançların bütün alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu; ancak ontolojik iyi oluşun hiçlik alt boyutu ile üstbilişsel inançların olumlu inançlar, bilişsel farkındalık ve düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bilişsel güven, kontrol edilemezlik ve tehlike boyutunun kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.3.4. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin İstemsiz Etkilenmeler Alt Boyutu ile Yaşam Projesinin Harekete Geçme Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



Şekil 14. İstemsiz Etkilenmeler ve Harekete Geçme Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

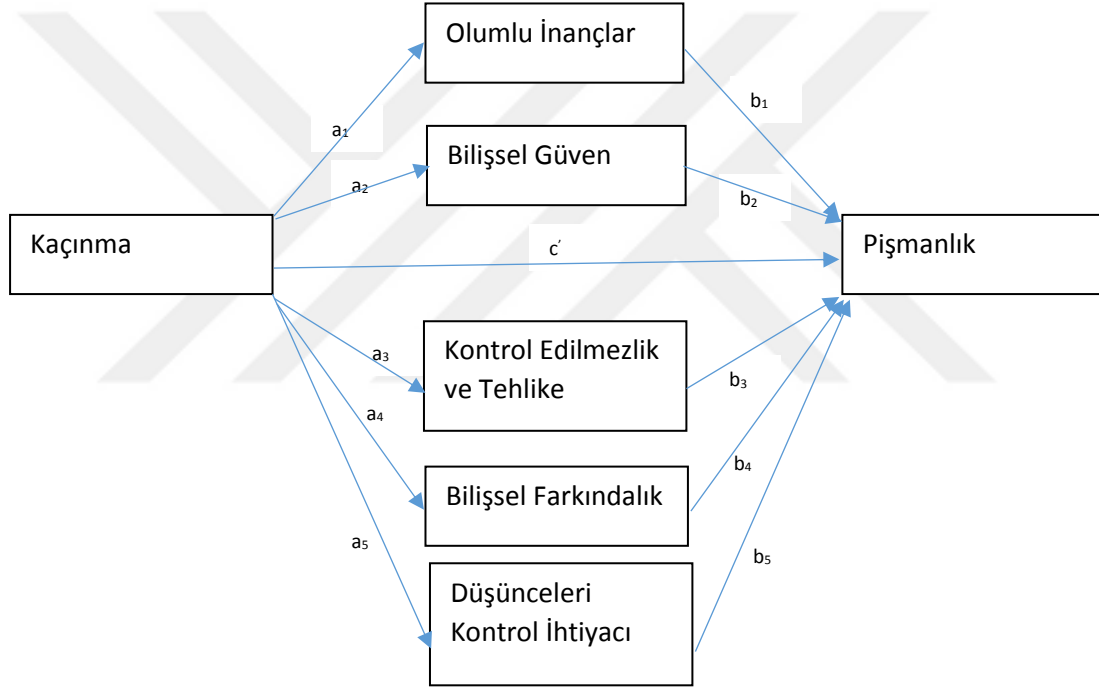
Tablo 18. İstemsiz Etkilenmeler ve Harekete Geçme Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	-0.179	-0.271	-0.086	0.047	-3.814	0.000
Doğrudan Etki (c')	-0.086	-0.177	0.012	0.048	-1.712	0.087
a ₁	0.226	0.148	0.305	0.040	5.660	0.000
a ₂	0.114	0.043	0.184	0.036	3.167	0.001
a ₃	0.357	0.280	0.434	0.039	9.118	0.000
a ₄	0.150	0.088	0.213	0.031	4.748	0.000
a ₅	0.216	0.145	0.288	0.036	5.944	0.000
b ₁	-0.012	-0.109	0.085	0.049	-0.245	0.806
b ₂	-0.194	-0.303	-0.085	0.055	-3.508	0.000
b ₃	-0.335	-0.444	-0.226	0.055	-6.038	0.000
b ₄	0.044	-0.086	0.175	0.066	0.670	0.502
b ₅	0.191	0.072	0.311	0.060	3.160	0.001
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.096	-0.149	-0.045	0.026		
a ₁ b ₁	-0.002	-0.028	0.022	0.012		
a ₂ b ₂	-0.022	-0.046	-0.004	0.010		
a ₃ b ₃	-0.119	-0.173	-0.072	0.026		
a ₄ b ₄	0.006	-0.012	0.028	0.010		
a ₅ b ₅	0.041	0.014	0.076	0.016		

Tablo 18. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, doğrudan etkinin ise anlamsız olduğu görülmüştür. İkincil travmatik stresin istemsiz etkilenmeler alt boyutu ile üstbilişsel inançların bütün alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu; ancak ontolojik iyi oluşun harekete geçme alt boyutu ile üstbilişsel

inançların olumlu inançlar ve bilişsel farkındalık alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Bununla beraber olumlu inançlar ve bilişsel farkındalık üzerinden olan dolaylı etkinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Sonuç olarak üst-bilişsel inançların bilişsel güven, kontrol edilemezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutlarının modelde tam aracılık rolü üstlendiği söylenebilir.

3.3.5. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Kaçınma Alt Boyutu ile Yaşam Projesinin Pişmanlık Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



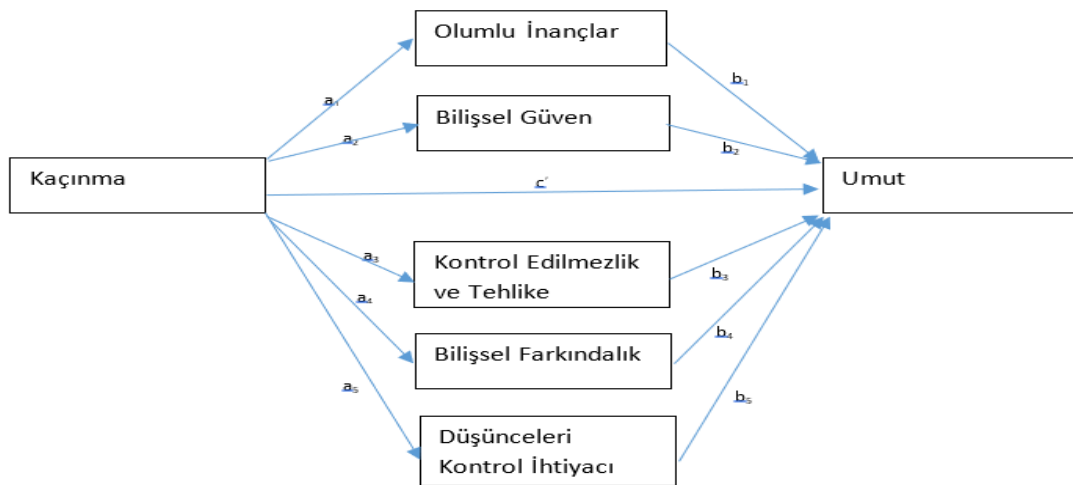
Şekil 15. Kaçınma ve Pişmanlık Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 19. Kaçınma ve Pişmanlık Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	T	P
Toplam Etki (c)	-0.486	-0.555	-0.416	0.035	-13.732	0.000
Doğrudan Etki (c')	-0.405	-0.482	-0.328	0.039	-10.369	0.000
a ₁	0.182	0.127	0.236	0.027	6.525	0.000
a ₂	0.130	0.081	0.179	0.024	5.239	0.000
a ₃	0.319	0.268	0.371	0.026	12.161	0.000
a ₄	0.108	0.064	0.152	0.022	4.866	0.000
a ₅	0.187	0.137	0.236	0.025	7.413	0.000
b ₁	0.054	-0.052	0.161	0.054	0.996	0.319
b ₂	-0.164	-0.283	-0.044	0.061	-2.688	0.007
b ₃	-0.261	-0.384	-0.138	0.0626	-4.182	0.000
b ₄	0.072	-0.070	0.216	0.073	0.995	0.319
b ₅	0.037	-0.094	0.168	0.066	0.555	0.578
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.080	-0.125	-0.037	0.022		
a ₁ b ₁	0.009	-0.009	0.032	0.010		
a ₂ b ₂	-0.021	-0.044	-0.004	0.010		
a ₃ b ₃	-0.083	-0.129	-0.040	0.022		
a ₄ b ₄	0.007	-0.008	0.024	0.008		
a ₅ b ₅	0.007	-0.017	0.031	0.012		

Tablo 19. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. İkincil travmatik stresin kaçınma alt boyutu ile üstbilişsel inançların bütün alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu; ancak ontolojik iyi oluşun pişmanlık alt boyutu ile üstbilişsel inançların olumlu inançlar, bilişsel farkındalık ve düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bilişsel güven, kontrol edilemezlik ve tehlike alt boyutlarının kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.3.6. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Kaçınma Alt Boyutu ile Yaşam Projesinin Umut Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



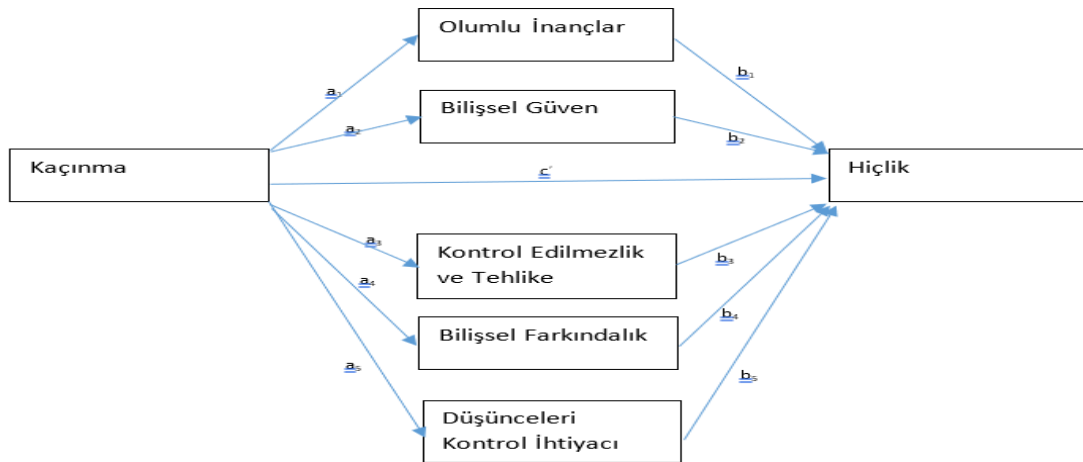
Şekil 16. Kaçınma ve Umut Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 20. Kaçınma ve Umut Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	T	P
Toplam Etki (c)	-0.367	-0.448	-0.286	0.041	-8.862	0.000
Doğrudan Etki (c')	-0.328	-0.417	-0.239	0.045	-7.212	0.000
a ₁	0.182	0.127	0.236	0.027	6.525	0.000
a ₂	0.130	0.081	0.179	0.024	5.239	0.000
a ₃	0.319	0.268	0.371	0.026	12.161	0.000
a ₄	0.108	0.064	0.152	0.022	4.866	0.000
a ₅	0.187	0.137	0.236	0.025	7.413	0.000
b ₁	0.039	-0.084	0.164	0.063	0.630	0.528
b ₂	-0.315	-0.455	-0.176	0.071	-4.443	0.000
b ₃	-0.153	-0.296	-0.010	0.072	-2.100	0.036
b ₄	0.223	0.055	0.390	0.085	2.616	0.009
b ₅	0.105	-0.047	0.258	0.077	1.356	0.175
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.039	-0.092	0.010	0.025		
a ₁ b ₁	0.007	-0.016	0.031	0.012		
a ₂ b ₂	-0.041	-0.072	-0.017	0.013		
a ₃ b ₃	-0.048	-0.102	0.000	0.026		
a ₄ b ₄	0.024	0.006	0.047	0.010		
a ₅ b ₅	0.019	-0.010	0.051	0.015		

Tablo 20. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. İkincil travmatik stresin kaçınma alt boyutu ile üstbilişsel inançların bütün alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu; ancak ontolojik iyi oluşun umut alt boyutu ile üstbilişsel inançların olumlu inançlar ve düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bilişsel güven, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel farkındalık alt boyutlarının kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.3.7. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Kaçınma Alt Boyutu ile Yaşam Projesinin Hiçlik Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



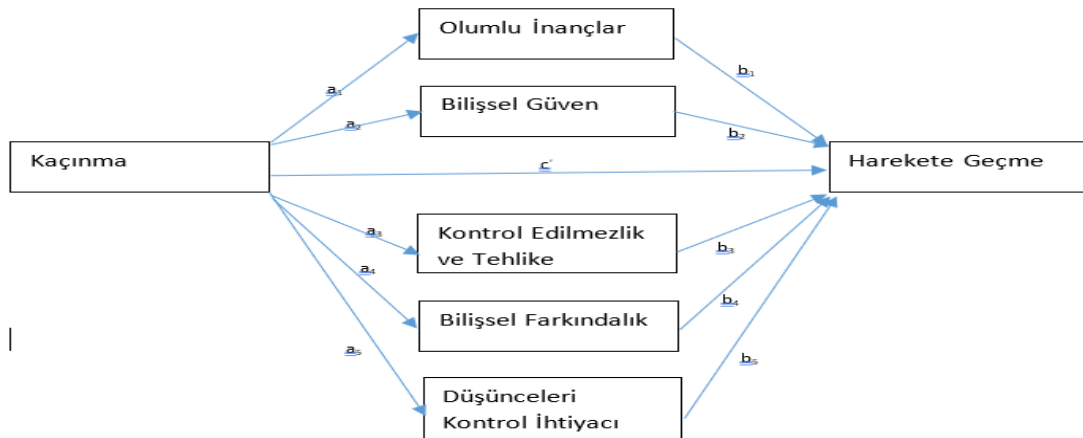
Şekil 17. Kaçınma ve Hiçlik Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 21. Kaçınma ve Hiçlik Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	T	P
Toplam Etki (c)	-0.517	-0.574	-0.460	0.029	-17.793	0.000
Doğrudan Etki (c')	-0.464	-0.527	-0.400	0.032	-14.305	0.000
a ₁	0.182	0.127	0.236	0.027	6.525	0.000
a ₂	0.130	0.081	0.179	0.024	5.239	0.000
a ₃	0.319	0.268	0.371	0.026	12.161	0.000
a ₄	0.108	0.064	0.152	0.022	4.866	0.000
a ₅	0.187	0.137	0.236	0.025	7.413	0.000
b ₁	0.046	-0.041	0.135	0.045	1.037	0.299
b ₂	-0.087	-0.186	0.011	0.050	-1.728	0.084
b ₃	-0.144	-0.246	-0.042	0.051	-2.786	0.005
b ₄	0.074	-0.045	0.193	0.060	1.223	0.221
b ₅	-0.064	-0.173	0.044	0.055	-1.167	0.243
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.053	-0.087	-0.021	0.016		
a ₁ b ₁	0.008	-0.007	0.025	0.008		
a ₂ b ₂	-0.011	-0.028	0.003	0.008		
a ₃ b ₃	-0.046	-0.081	-0.011	0.017		
a ₄ b ₄	0.008	-0.004	0.023	0.007		
a ₅ b ₅	-0.012	-0.034	0.007	0.010		

Tablo 21. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. İkincil travmatik stresin kaçınma alt boyutu ile üstbilişsel inançların bütün alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu; ancak ontolojik iyi oluşun hiçlik alt boyutu ile üstbilişsel inançların olumlu inançlar, bilişsel güven, bilişsel farkındalık ve düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Dolaylı etkilerden sadece a₃ b₃ yolunun anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutunun kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.3.8. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Kaçınma Alt Boyutu ile Yaşam Projesinin Harekete Geçme Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



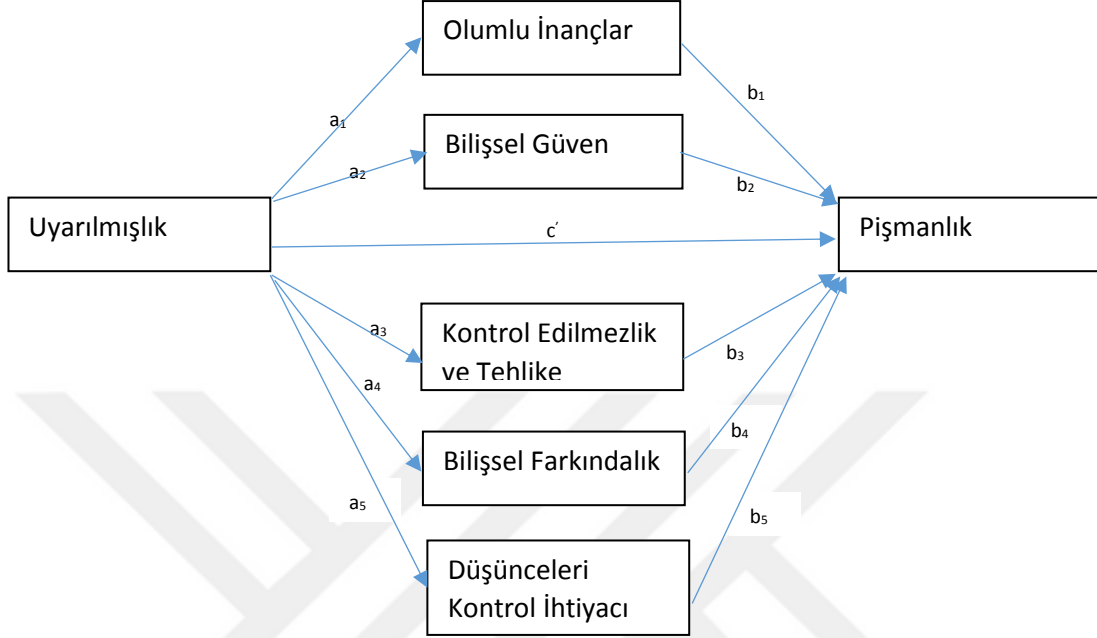
Şekil 18. Kaçınma ve Harekete Geçme Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 22. Kaçınma ve Harekete Geçme Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	T	P
Toplam Etki (c)	-0.337	-0.396	-0.277	0.030	-11.079	0.000
Doğrudan Etki (c')	-0.297	-0.363	-0.231	0.033	-8.868	0.000
a₁	0.182	0.127	0.236	0.027	6.525	0.000
a₂	0.130	0.081	0.179	0.024	5.239	0.000
a₃	0.319	0.268	0.371	0.026	12.161	0.000
a₄	0.108	0.064	0.152	0.022	4.866	0.000
a₅	0.187	0.137	0.236	0.025	7.413	0.000
b₁	0.024	-0.067	0.116	0.046	0.528	0.597
b₂	-0.165	-0.268	-0.062	0.052	-3.164	0.001
b₃	-0.206	-0.312	-0.101	0.053	-3.849	0.000
b₄	0.041	-0.081	0.165	0.062	0.664	0.506
b₅	0.209	0.097	0.322	0.057	3.660	0.000
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.039	-0.077	-0.002	0.018		
a₁ b₁	0.004	-0.014	0.022	0.009		
a₂ b₂	-0.021	-0.040	-0.005	0.009		
a₃ b₃	-0.066	-0.106	-0.028	0.019		
a₄ b₄	0.004	-0.008	0.018	0.006		
a₅ b₅	0.039	0.016	0.065	0.012		

Tablo 22. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. İkincil travmatik stresin kaçınma alt boyutu ile üstbilişsel inançların bütün alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu; ancak ontolojik iyi oluşun harekete geçme alt boyutu ile üstbilişsel inançların olumlu inançlar ve bilişsel farkındalık alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Dolaylı etkilerden a₂ b₂, a₃ b₃, a₅ b₅ yolunun anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutlarının kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.3.9. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Uyarılmışlık Alt Boyutu ile Yaşam Projesinin Pişmanlık Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



Şekil 19. Uyarılmışlık ve Pişmanlık Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

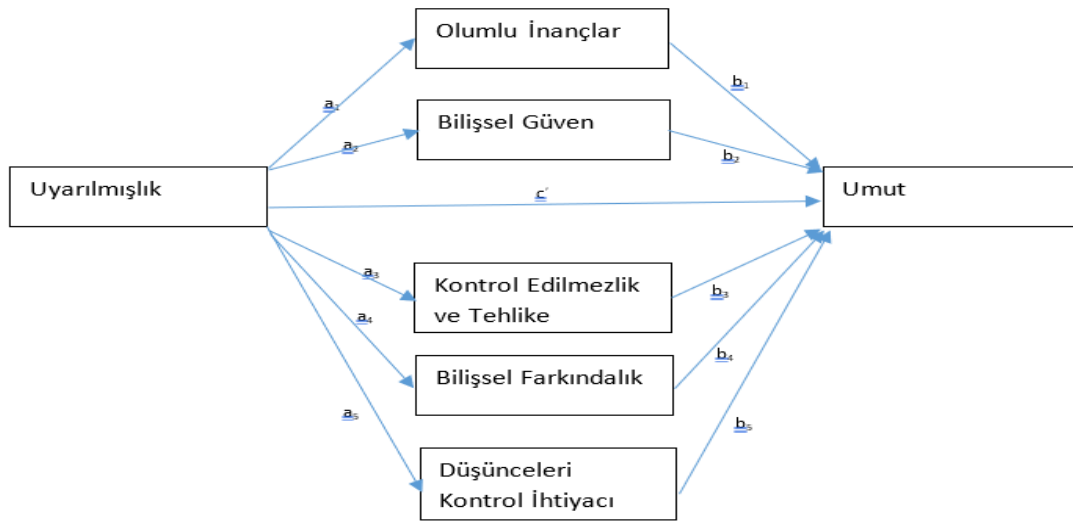
Tablo 23. Uyarılmışlık ve Pişmanlık Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	T	P
Toplam Etki (c)	-0.513	-0.603	-0.424	0.045	-11.287	0.000
Doğrudan Etki (c')	-0.387	-0.486	-0.289	0.050	-7.729	0.000
a₁	0.210	0.142	0.278	0.034	6.084	0.000
a₂	0.162	0.101	0.222	0.030	5.272	0.000
a₃	0.403	0.339	0.466	0.032	12.486	0.000
a₄	0.143	0.089	0.197	0.027	5.234	0.000
a₅	0.214	0.152	0.275	0.031	6.824	0.000
b₁	0.030	-0.079	0.141	0.056	0.549	0.583
b₂	-0.167	-0.291	-0.042	0.063	-2.642	0.008
b₃	-0.299	-0.427	-0.170	0.065	-4.582	0.000
b₄	0.089	-0.059	0.238	0.075	1.174	0.240
b₅	0.010	-0.124	0.146	0.069	0.157	0.874
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.126	-0.185	-0.070	0.029		
a₁ b₁	0.006	-0.018	0.032	0.012		
a₂ b₂	-0.027	-0.056	-0.003	0.013		
a₃ b₃	-0.120	-0.179	-0.064	0.029		
a₄ b₄	0.012	-0.008	0.036	0.011		
a₅ b₅	0.002	-0.026	0.032	0.015		

Tablo 23. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. İkincil travmatik stresin uyarılmışlık alt boyutu ile üstbilişsel inançların bütün alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu; ancak ontolojik iyi oluşun pişmanlık alt boyutu ile üstbilişsel

inançların olumlu inançlar, bilişsel farkındalık ve düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutlarının kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.3.10. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Uyarılmışlık Alt Boyutu ile Yaşam Projesinin Umut Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



Şekil 20. Uyarılmışlık ve Umut Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

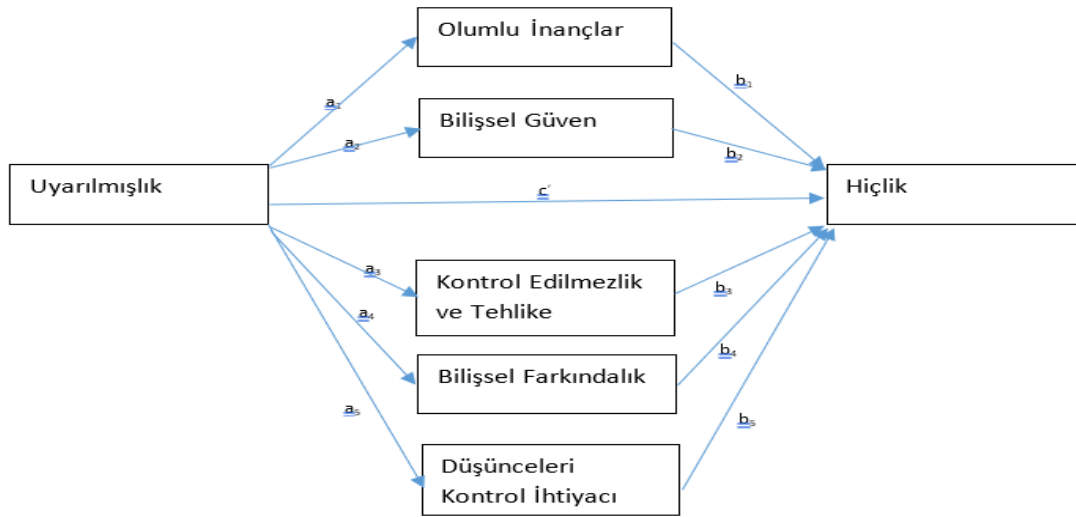
Tablo 24. Uyarılmışlık ve Umut Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	-0.329	-0.433	-0.225	0.052	-6.239	0.000
Doğrudan Etki (c')	-0.244	-0.358	-0.131	0.057	-4.228	0.000
a ₁	0.210	0.142	0.278	0.034	6.084	0.000
a ₂	0.162	0.101	0.222	0.030	5.272	0.000
a ₃	0.403	0.339	0.466	0.032	12.486	0.000
a ₄	0.143	0.089	0.197	0.027	5.234	0.000
a ₅	0.214	0.152	0.275	0.031	6.824	0.000
b ₁	0.014	-0.113	0.141	0.064	0.215	0.829
b ₂	-0.324	-0.468	-0.181	0.073	-4.448	0.000
b ₃	-0.213	-0.361	-0.065	0.075	-2.830	0.004
b ₄	0.233	0.061	0.405	0.087	2.661	0.008
b ₅	0.083	-0.072	0.240	0.079	1.049	0.294
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.084	-0.111	-0.015	0.024		
a ₁ b ₁	0.002	-0.020	0.025	0.011		
a ₂ b ₂	-0.039	-0.068	-0.016	0.013		
a ₃ b ₃	-0.064	-0.116	-0.016	0.025		
a ₄ b ₄	0.025	0.007	0.047	0.010		
a ₅ b ₅	0.013	-0.012	0.041	0.013		

Tablo 24. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. İkincil travmatik stresin

uyarılmışlık alt boyutu ile üstbilişsel inançların bütün alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu; ancak ontolojik iyi oluşun umut alt boyutu ile üstbilişsel inançların olumlu inançlar ve düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, bilişsel farkındalık alt boyutlarının kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.3.11. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Uyarılmışlık Alt Boyutu ile Yaşam Projesinin Hiçlik Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



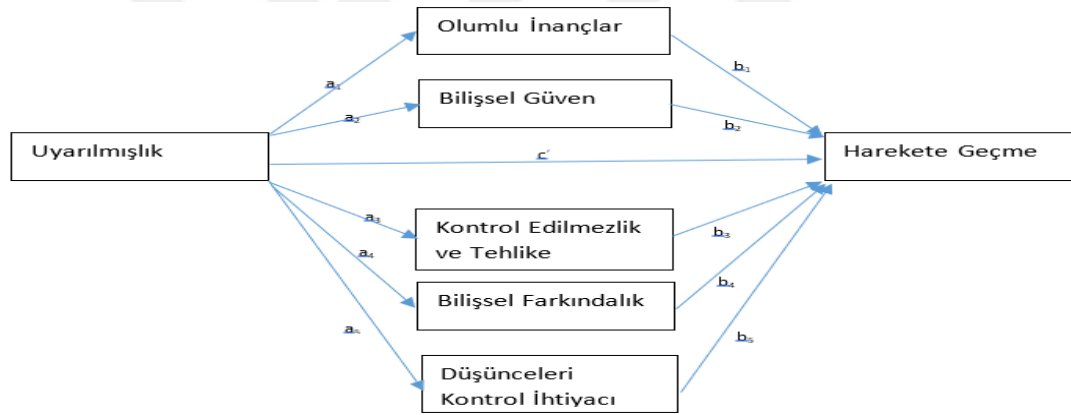
Şekil 21. Uyarılmışlık ve Hiçlik Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 25. Uyarılmışlık ve Hiçlik Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	T	P
Toplam Etki (c)	-0.584	-0.657	-0.510	0.037	-15.620	0.000
Doğrudan Etki (c')	-0.505	-0.586	-0.423	0.041	-12.114	0.000
a ₁	0.210	0.1427	0.278	0.034	6.084	0.000
a ₂	0.162	0.101	0.222	0.030	5.272	0.000
a ₃	0.403	0.339	0.466	0.032	12.486	0.000
a ₄	0.143	0.089	0.197	0.027	5.234	0.000
a ₅	0.214	0.152	0.275	0.031	6.824	0.000
b ₁	0.026	-0.065	0.118	0.046	0.564	0.572
b ₂	-0.085	-0.188	0.018	0.052	-1.617	0.106
b ₃	-0.160	-0.266	-0.053	0.054	-2.957	0.003
b ₄	0.095	-0.028	0.219	0.063	1.513	0.130
b ₅	-0.094	-0.207	0.018	0.057	-1.641	0.101
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.079	-0.123	-0.036	0.022		
a ₁ b ₁	0.005	-0.014	0.026	0.010		
a ₂ b ₂	-0.013	-0.034	0.005	0.010		
a ₃ b ₃	-0.064	-0.112	-0.018	0.023		
a ₄ b ₄	0.013	-0.005	0.035	0.009		
a ₅ b ₅	-0.020	-0.046	0.003	0.012		

Tablo 25. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. İkincil travmatik stresin uyarılmışlık alt boyutu ile üstbilişsel inançların bütün alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu; ancak ontolojik iyi oluşun hiçlik alt boyutu ile üstbilişsel inançların olumlu inançlar ve düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu ancak a_2 b_2 ve a_4 b_4 yolunun anlamlı olmadığı görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutunun kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.3.12. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Uyarılmışlık Alt Boyutu ile Yaşam Projesinin Harekete Geçme Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



Şekil 22. Uyarılmışlık ve Harekete Geçme Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 26. Uyarılmışlık ve Harekete Geçme Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

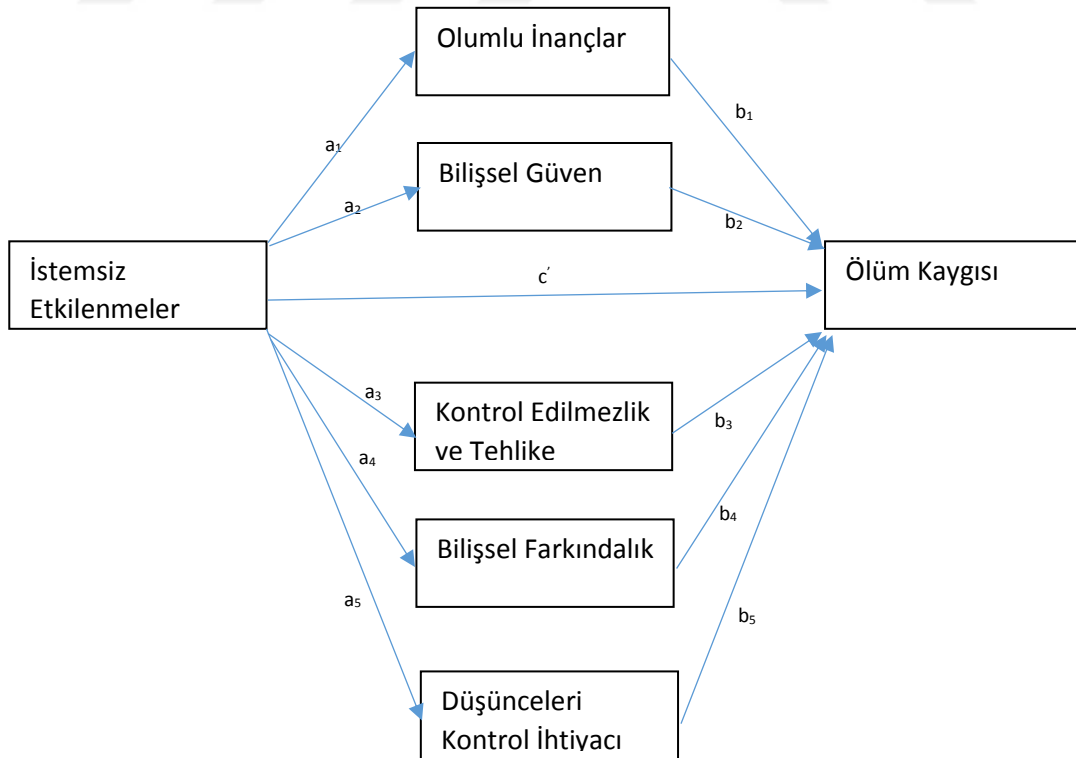
Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	-0.357	-0.433	-0.281	0.038	-9.271	0.000
Doğrudan Etki (c')	-0.286	-0.370	-0.202	0.042	-6.724	0.000
a_1	0.210	0.142	0.278	0.034	6.084	0.000
a_2	0.162	0.101	0.222	0.030	5.272	0.000
a_3	0.403	0.339	0.466	0.032	12.486	0.000
a_4	0.143	0.089	0.197	0.027	5.234	0.000
a_5	0.214	0.031	0.824	0.152	0.275	0.000
b_1	0.007	-0.086	0.101	0.047	0.162	0.870
b_2	-0.167	-0.273	-0.062	0.053	-3.121	0.001
b_3	-0.233	-0.341	-0.124	0.055	-4.205	0.000
b_4	0.053	-0.072	0.180	0.064	0.833	0.405
b_5	0.190	0.075	0.305	0.058	3.244	0.001
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.071	-0.118	-0.023	0.024		
$a_1 b_1$	0.001	-0.021	0.024	0.011		
$a_2 b_2$	-0.027	-0.051	-0.007	0.011		
$a_3 b_3$	-0.094	-0.146	-0.045	0.026		
$a_4 b_4$	0.007	-0.009	0.027	0.009		
$a_5 b_5$	0.040	0.013	0.073	0.015		

Tablo 26. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. İkincil travmatik stresin uyarılmışlık alt boyutu ile üstbilişsel inançların bütün alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu; ancak ontolojik iyi oluşun harekete geçme alt boyutu ile üstbilişsel inançların olumlu inançlar ve bilişsel farkındalık alt boyutları arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutlarının kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.4. İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı Arasında, Üst Bilişsel İnançların Aracı Rolüne İlişkin Bulgular

Bu araştırma sorusu ölçeklerin alt boyutlarının arasındaki ilişkiler ve bu ilişkilerdeki aracı etki değerlendirilerek ortaya konulacaktır.

3.4.1. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin İstemsiz Etkilenmeler Alt Boyutu ile Varoluşsal Kaygının Ölüm Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



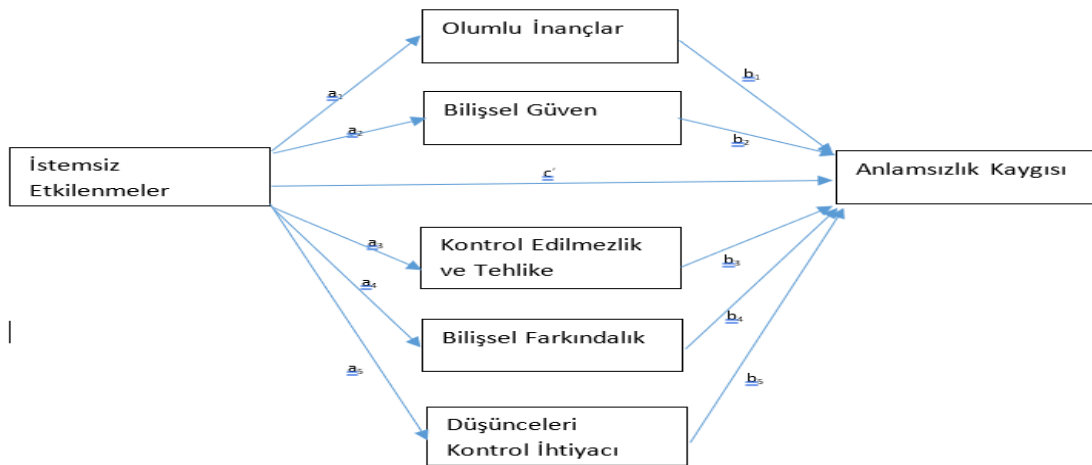
Şekil 23. İstemsiz Etkilenmeler ve Ölüm Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 27. İstemsiz Etkilenmeler ve Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	0.255	0.171	0.340	0.043	5.956	0.000
Doğrudan Etki (c')	0.156	0.0713	0.241	0.043	3.606	0.000
a₁	0.226	0.148	0.305	0.040	5.660	0.000
a₂	0.114	0.043	0.184	0.036	3.167	0.001
a₃	0.357	0.280	0.434	0.039	9.118	0.000
a₄	0.150	0.088	0.213	0.031	4.748	0.000
a₅	0.216	0.145	0.288	0.036	5.944	0.000
b₁	-0.121	-0.208	-0.033	0.044	-2.725	0.006
b₂	0.028	-0.069	0.125	0.049	0.565	0.572
b₃	0.428	0.330	0.525	0.049	8.581	0.000
b₄	-0.137	-0.255	-0.020	0.059	-2.299	0.021
b₅	-0.038	-0.145	0.068	0.054	-0.706	0.479
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.099	0.055	0.148	0.023		
a₁ b₁	-0.027	-0.053	-0.005	0.012		
a₂ b₂	0.003	-0.010	0.017	0.006		
a₃ b₃	0.152	0.102	0.209	0.027		
a₄ b₄	-0.020	-0.043	-0.002	0.010		
a₅ b₅	-0.008	-0.032	0.016	0.012		

Tablo 27. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. Modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamlı olduğu görülmüştür ancak b₂ ve b₅ katsayılarının anlamlı olmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların olumlu inançlar, kontrol edilmezlik ve tehlike ve bilişsel farkındalık alt boyutunun kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.4.2. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin İstemsiz Etkilenmeler Alt Boyutu ile Varoluşsal Kaygının Anlamsızlık Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



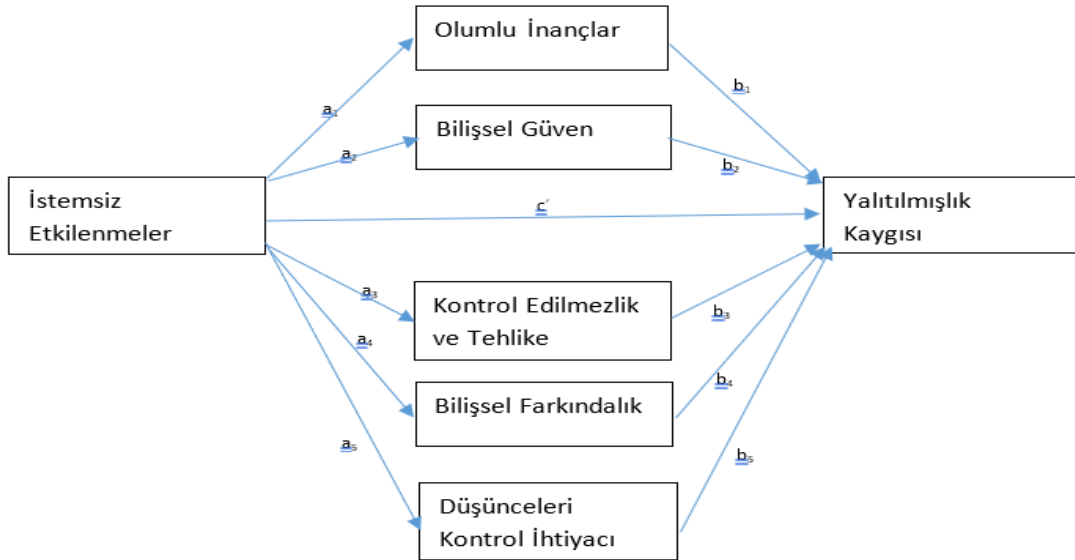
Şekil 24. İstemsiz Etkilenmeler ve Anlamsızlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 28. İstemsiz Etkilenmeler ve Anlamsızlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	-0.040	-0.186	0.105	0.074	-0.545	0.585
Doğrudan Etki (c')	-0.054	-0.202	0.093	0.075	-0.721	0.471
a₁	0.226	0.148	0.305	0.040	5.660	0.000
a₂	0.114	0.043	0.184	0.036	3.167	0.001
a₃	0.357	0.280	0.434	0.039	9.118	0.000
a₄	0.150	0.088	0.213	0.031	4.748	0.000
a₅	0.216	0.145	0.288	0.036	5.944	0.000
b₁	0.097	-0.053	0.249	0.077	1.268	0.205
b₂	0.218	0.049	0.388	0.086	2.532	0.011
b₃	0.253	0.083	0.423	0.086	2.930	0.003
b₄	-0.768	-0.972	-0.564	0.103	-7.395	0.000
b₅	-0.036	-0.222	0.149	0.094	-0.388	0.698
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.013	-0.068	0.095	0.041		
a₁ b₁	0.022	-0.015	0.062	0.019		
a₂ b₂	0.025	0.003	0.053	0.012		
a₃ b₃	0.090	0.029	0.154	0.032		
a₄ b₄	-0.115	-0.182	-0.060	0.030		
a₅ b₅	-0.008	-0.051	0.033	0.021		

Tablo 28. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Herhangi bir aracılıktan söz edilememektedir.

3.4.3. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin İstemsiz Etkilenmeler Alt Boyutu ile Varoluşsal Kaygının Yalıtılmışlık Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



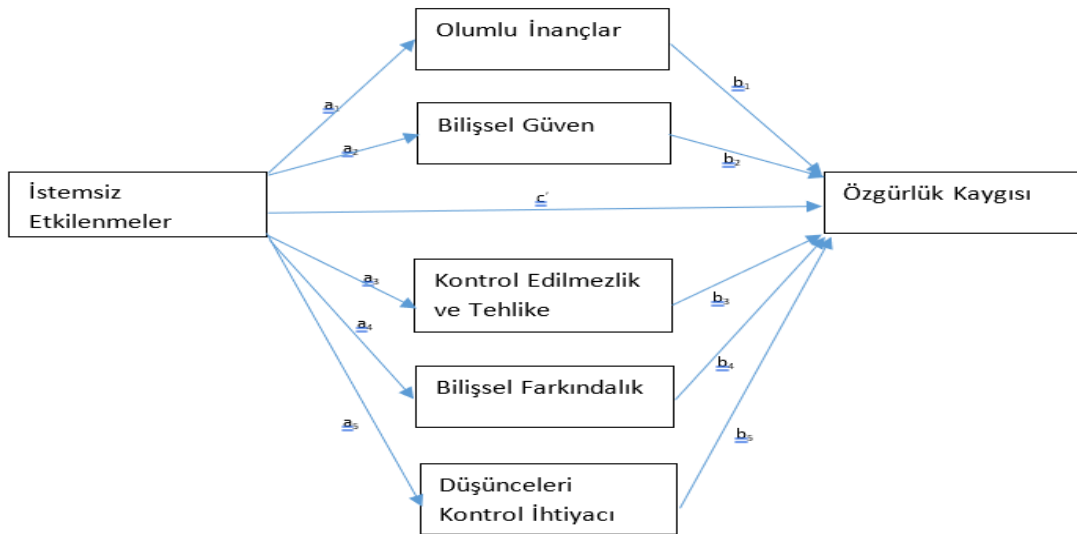
Şekil 25. İstemsiz Etkilenmeler ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 29. İstemsiz Etkilenmeler ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	0.382	0.303	0.460	0.040	9.514	0.000
Doğrudan Etki (c')	0.233	0.156	0.311	0.039	5.908	0.000
a₁	0.226	0.148	0.305	0.040	5.660	0.000
a₂	0.114	0.043	0.184	0.036	3.167	0.001
a₃	0.357	0.280	0.434	0.039	9.118	0.000
a₄	0.150	0.088	0.213	0.031	4.748	0.000
a₅	0.216	0.145	0.288	0.036	5.944	0.000
b₁	0.035	-0.044	0.114	0.0405	0.863	0.388
b₂	0.151	0.061	0.240	0.045	3.326	0.000
b₃	0.306	0.217	0.395	0.045	6.734	0.000
b₄	-0.052	-0.159	0.055	0.054	-0.955	0.339
b₅	0.099	0.001	0.197	0.049	1.995	0.046
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.148	0.101	0.198	0.024		
a₁ b₁	0.007	-0.011	0.027	0.009		
a₂ b₂	0.017	0.003	0.034	0.007		
a₃ b₃	0.109	0.072	0.151	0.020		
a₄ b₄	-0.007	-0.027	0.008	0.009		
a₅ b₅	0.021	-0.000	0.047	0.012		

Tablo 29. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. Modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamlı olduğu görülmüştür ancak b₁, b₄ve b₅ katsayılarının anlamlı olmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutunun kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.4.4. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin İstemsiz Etkilenmeler Alt Boyutu ile Varoluşsal Kaygının Özgürlük Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



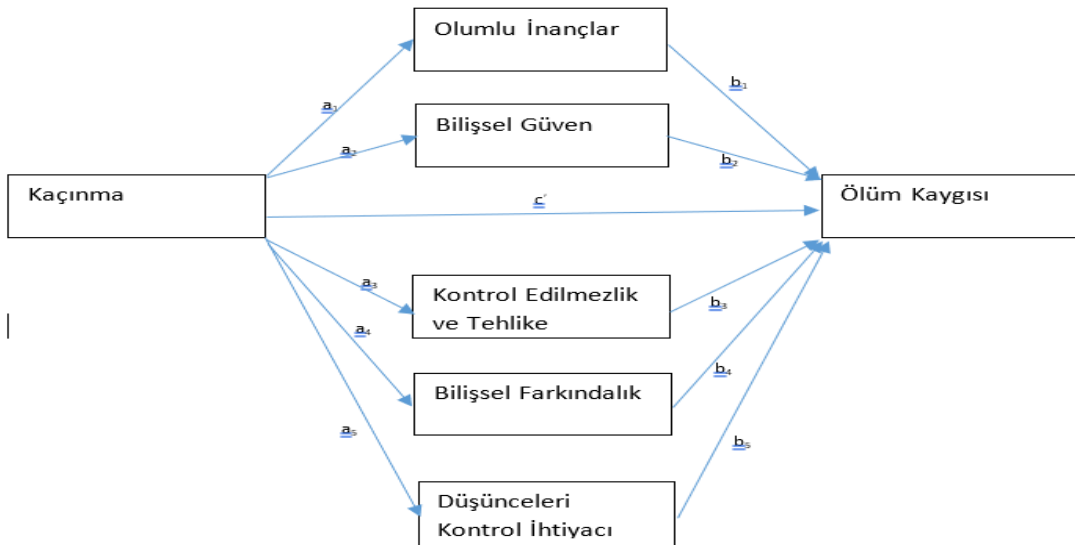
Şekil 26. İstemsiz Etkilenmeler ve Özgürlük Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 30. İstemsiz Etkilenmeler ve Özgürlük Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	0.291	0.215	0.368	0.039	7.480	0.000
Doğrudan Etki (c')	0.163	0.088	0.238	0.038	4.301	0.000
a ₁	0.226	0.148	0.305	0.040	5.660	0.000
a ₂	0.114	0.043	0.184	0.036	3.167	0.001
a ₃	0.357	0.280	0.434	0.039	9.118	0.000
a ₄	0.150	0.088	0.213	0.031	4.748	0.000
a ₅	0.216	0.145	0.288	0.036	5.944	0.000
b ₁	0.107	0.031	0.184	0.039	2.768	0.005
b ₂	0.140	0.054	0.225	0.043	3.214	0.001
b ₃	0.231	0.145	0.317	0.043	5.287	0.000
b ₄	-0.246	-0.349	-0.143	0.052	-4.697	0.000
b ₅	0.194	0.100	0.288	0.047	4.067	0.000
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.128	0.079	0.179	0.025		
a ₁ b ₁	0.024	0.006	0.044	0.009		
a ₂ b ₂	0.016	0.003	0.033	0.007		
a ₃ b ₃	0.082	0.048	0.122	0.019		
a ₄ b ₄	-0.037	-0.062	-0.017	0.011		
a ₅ b ₅	0.042	0.018	0.070	0.013		

Tablo 30. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. Modelde yer alan a ve b katsayılarının tamamının anlamlı olduğu görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin ve bütün dolaylı yolların anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bütün boyutlarının kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.4.5. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Kaçınma Alt Boyutu ile Varoluşsal Kaygının Ölüm Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



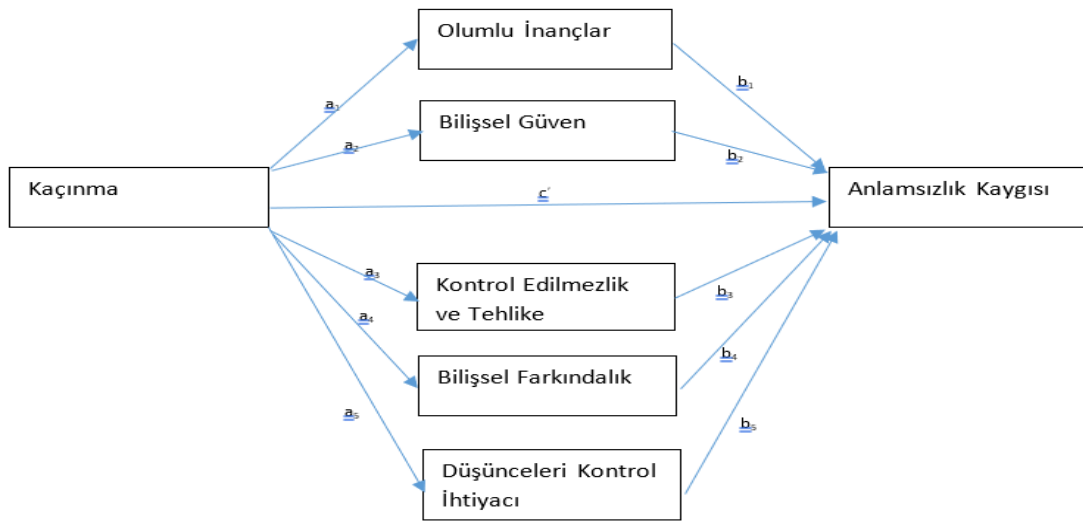
Şekil 27. Kaçınma ve Ölüm Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 31. Kaçınma ve Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	0.253	0.196	0.311	0.029	8.676	0.000
Doğrudan Etki (c')	0.177	0.115	0.239	0.031	5.633	0.000
a ₁	0.182	0.127	0.236	0.027	6.525	0.000
a ₂	0.130	0.081	0.179	0.024	5.239	0.000
a ₃	0.319	0.268	0.371	0.026	12.161	0.000
a ₄	0.108	0.064	0.152	0.022	4.866	0.000
a ₅	0.187	0.137	0.236	0.025	7.413	0.000
b ₁	-0.131	-0.217	-0.045	0.043	-2.995	0.002
b ₂	0.012	-0.084	0.108	0.049	0.250	0.802
b ₃	0.380	0.281	0.479	0.050	7.545	0.000
b ₄	-0.131	-0.247	-0.015	0.058	-2.233	0.025
b ₅	-0.044	-0.150	0.060	0.053	-0.830	0.406
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.076	0.043	0.113	0.017		
a ₁ b ₁	-0.023	-0.044	-0.006	0.009		
a ₂ b ₂	0.001	-0.012	0.015	0.007		
a ₃ b ₃	0.121	0.080	0.165	0.021		
a ₄ b ₄	-0.014	-0.029	-0.001	0.007		
a ₅ b ₅	-0.008	-0.028	0.012	0.010		

Tablo 31. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. Modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamlı olduğu görülmüştür ancak b₂ ve b₅ katsayılarının anlamlı olmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların olumlu inançlar, kontrol edilmezlik ve tehlike, bilişsel farkındalık alt boyutunun kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.4.6. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Kaçınma Alt Boyutu ile Varoluşsal Kaygının Anlamsızlık Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



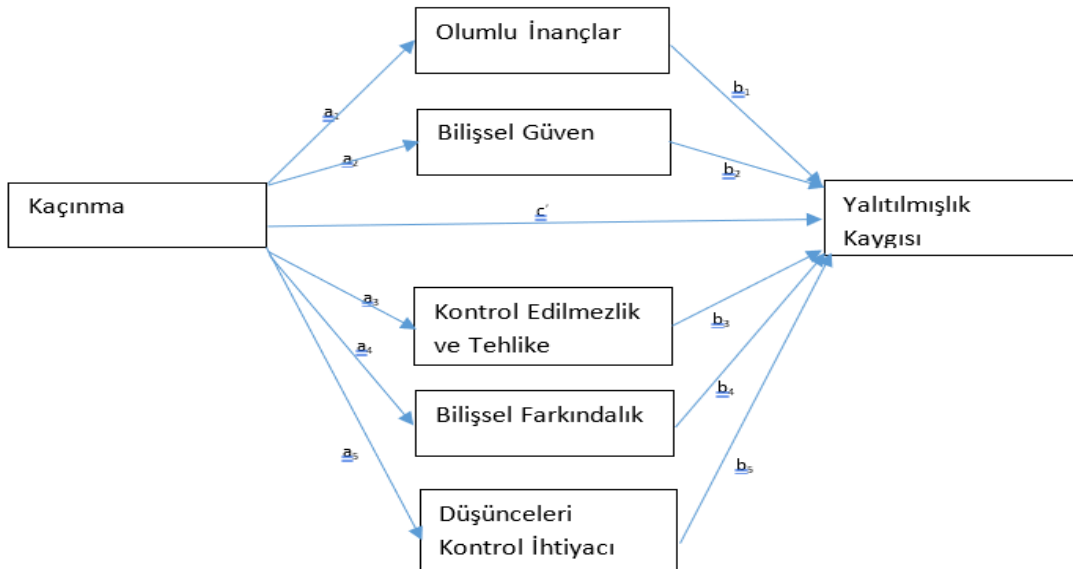
Şekil 28. Kaçınma ve Anlamsızlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 32. Kaçınma ve Anlamsızlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	0.203	0.102	0.304	0.051	3.958	0.000
Doğrudan Etki (c')	0.220	0.113	0.328	0.054	4.032	0.000
a ₁	0.182	0.127	0.236	0.027	6.525	0.000
a ₂	0.130	0.081	0.179	0.024	5.239	0.000
a ₃	0.319	0.268	0.371	0.026	12.161	0.000
a ₄	0.108	0.064	0.152	0.022	4.866	0.000
a ₅	0.187	0.137	0.236	0.025	7.413	0.000
b ₁	0.057	-0.091	0.207	0.076	0.757	0.449
b ₂	0.195	0.028	0.363	0.085	2.292	0.022
b ₃	0.127	-0.045	0.299	0.087	1.449	0.147
b ₄	-0.770	-0.972	-0.569	0.102	-7.518	0.000
b ₅	-0.054	-0.238	0.128	0.093	-0.584	0.559
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.017	-0.083	0.048	0.033		
a ₁ b ₁	0.010	-0.020	0.041	0.015		
a ₂ b ₂	0.025	0.003	0.051	0.012		
a ₃ b ₃	0.040	-0.017	0.100	0.030		
a ₄ b ₄	-0.083	-0.126	-0.046	0.020		
a ₅ b ₅	-0.010	-0.044	0.024	0.017		

Tablo 32. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. Modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamlı olduğu görülmüştür ancak b₁, b₃, ve b₅ katsayılarının anlamlı olmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamsız olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların aracılık rolü olmadığı söylenebilir.

3.4.7. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Kaçınma Alt Boyutu ile Varoluşsal Kaygının Yalıtılmışlık Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



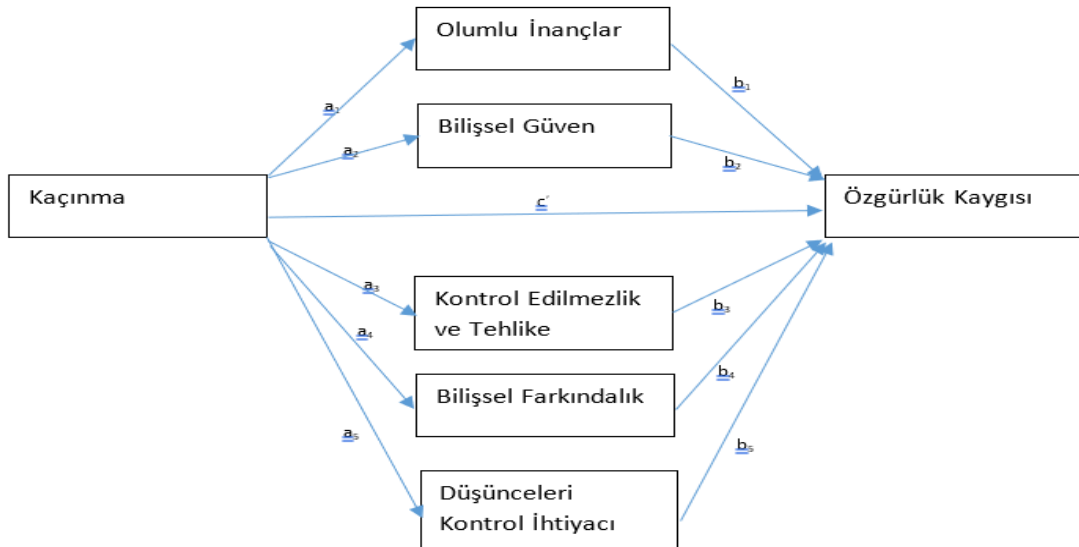
Şekil 29. Kaçınma ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 33. Kaçınma ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	0.450	0.403	0.498	0.024	18.759	0.000
Doğrudan Etki (c')	0.365	0.314	0.416	0.026	14.027	0.000
a ₁	0.182	0.127	0.236	0.027	6.525	0.000
a ₂	0.130	0.081	0.179	0.024	5.239	0.000
a ₃	0.319	0.268	0.371	0.026	12.161	0.000
a ₄	0.108	0.064	0.152	0.022	4.866	0.000
a ₅	0.187	0.137	0.236	0.025	7.413	0.000
b ₁	0.004	-0.066	0.075	0.036	0.123	0.902
b ₂	0.117	0.037	0.197	0.040	2.889	0.004
b ₃	0.184	0.102	0.265	0.041	4.417	0.000
b ₄	-0.043	-0.139	0.052	0.048	-0.887	0.375
b ₅	0.083	-0.004	0.170	0.044	1.870	0.061
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.085	0.058	0.115	0.014		
a ₁ b ₁	0.000	-0.012	0.014	0.006		
a ₂ b ₂	0.015	0.003	0.029	0.006		
a ₃ b ₃	0.058	0.032	0.087	0.013		
a ₄ b ₄	-0.004	-0.016	0.006	0.005		
a ₅ b ₅	0.015	-0.0011	0.034	0.009		

Tablo 33. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. Modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamlı olduğu görülmüştür ancak b₁, b₄, ve b₅ katsayılarının anlamlı olmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutunun kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.4.8. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Kaçınma Alt Boyutu ile Varoluşsal Kaygının Özgürlük Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



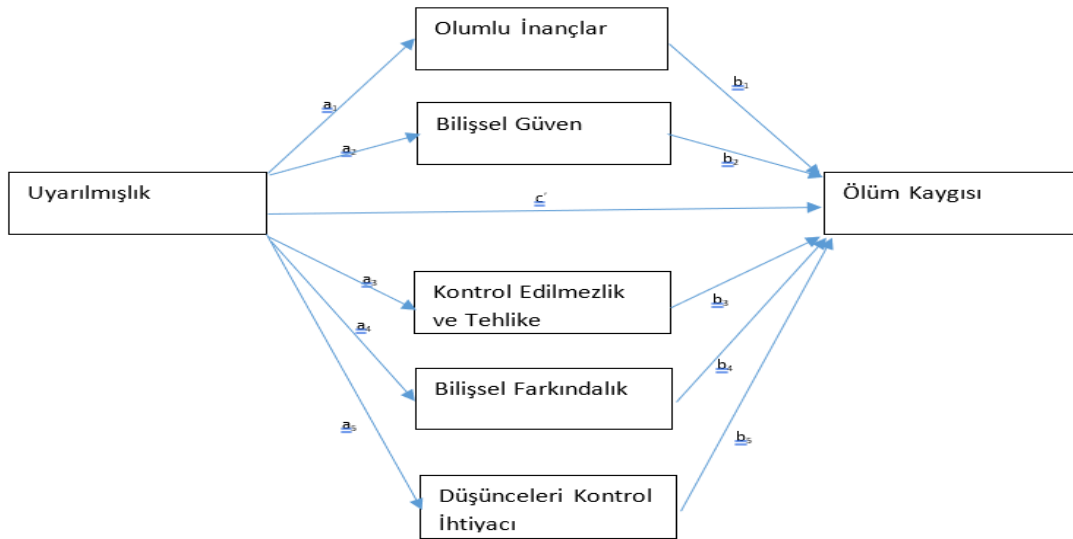
Şekil 30. Kaçınma ve Özgürlük Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 34. Kaçınma ve Özgürlük Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	0.299	0.248	0.350	0.025	11.579	0.000
Doğrudan Etki (c')	0.202	0.149	0.256	0.027	7.440	0.000
a ₁	0.182	0.127	0.236	0.027	6.525	0.000
a ₂	0.130	0.081	0.179	0.024	5.239	0.000
a ₃	0.319	0.268	0.371	0.026	12.161	0.000
a ₄	0.108	0.064	0.152	0.022	4.866	0.000
a ₅	0.187	0.137	0.236	0.025	7.413	0.000
b ₁	0.094	0.020	0.169	0.037	2.500	0.012
b ₂	0.122	0.038	0.205	0.042	2.872	0.004
b ₃	0.172	0.086	0.258	0.043	3.959	0.000
b ₄	-0.240	-0.340	-0.140	0.051	-4.713	0.000
b ₅	0.186	0.095	0.278	0.046	4.022	0.000
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.097	0.063	0.133	0.017		
a ₁ b ₁	0.017	0.003	0.032	0.007		
a ₂ b ₂	0.015	0.004	0.030	0.006		
a ₃ b ₃	0.055	0.024	0.087	0.015		
a ₄ b ₄	-0.026	-0.042	-0.013	0.007		
a ₅ b ₅	0.034	0.015	0.057	0.010		

Tablo 34. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. Modelde yer alan a ve b katsayılarının tamamının anlamlı olduğu görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin ve bütün dolaylı yolların anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bütün boyutlarının kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.4.9. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Uyarılmışlık Alt Boyutu ile Varoluşsal Kaygının Ölüm Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



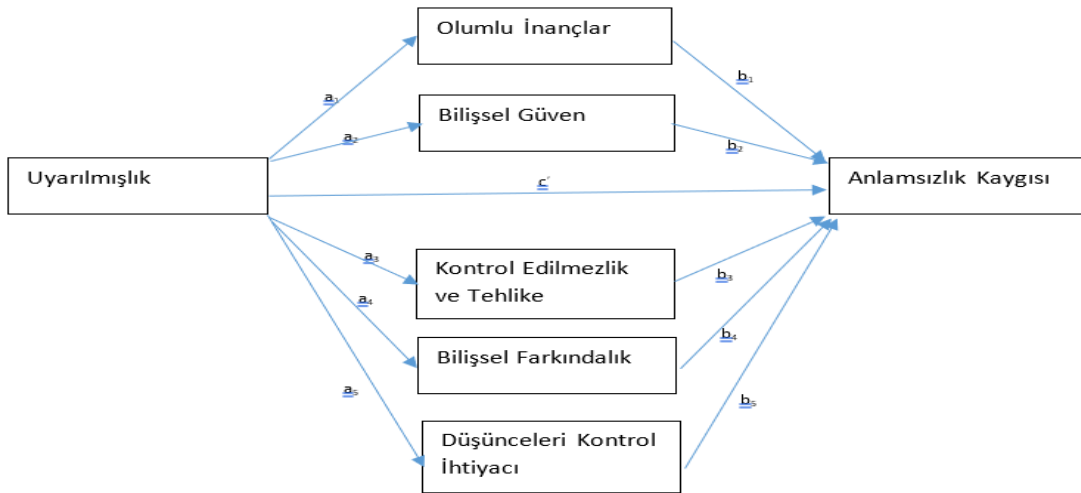
Şekil 31. Uyarılmışlık ve Ölüm Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 35. Uyarılmışlık ve Ölüm Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	0.322	0.252	0.393	0.036	8.962	0.000
Doğrudan Etki (c')	0.225	0.149	0.302	0.038	5.799	0.000
a ₁	0.210	0.142	0.278	0.034	6.084	0.000
a ₂	0.162	0.101	0.222	0.030	5.272	0.000
a ₃	0.403	0.339	0.466	0.032	12.486	0.000
a ₄	0.143	0.089	0.197	0.027	5.234	0.000
a ₅	0.214	0.152	0.275	0.031	6.824	0.000
b ₁	-0.126	-0.212	-0.041	0.043	-2.903	0.003
b ₂	0.008	-0.088	0.104	0.049	0.167	0.867
b ₃	0.371	0.272	0.471	0.050	7.346	0.000
b ₄	-0.141	-0.256	-0.025	0.058	-2.396	0.016
b ₅	-0.033	-0.138	0.071	0.053	-0.625	0.531
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.097	0.056	0.142	0.022		
a ₁ b ₁	-0.026	-0.050	-0.006	0.011		
a ₂ b ₂	0.001	-0.017	0.019	0.009		
a ₃ b ₃	0.150	0.100	0.205	0.027		
a ₄ b ₄	-0.020	-0.039	-0.003	0.009		
a ₅ b ₅	-0.007	-0.031	0.016	0.011		

Tablo 35. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. Modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamlı olduğu görülmüştür ancak b₂ ve b₅ katsayılarının anlamlı olmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların olumlu inançlar, kontrol edilmezlik ve tehlike, bilişsel farkındalık alt boyutunun kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.4.10. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Uyarılmışlık Alt Boyutu ile Varoluşsal Kaygının Anlamsızlık Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



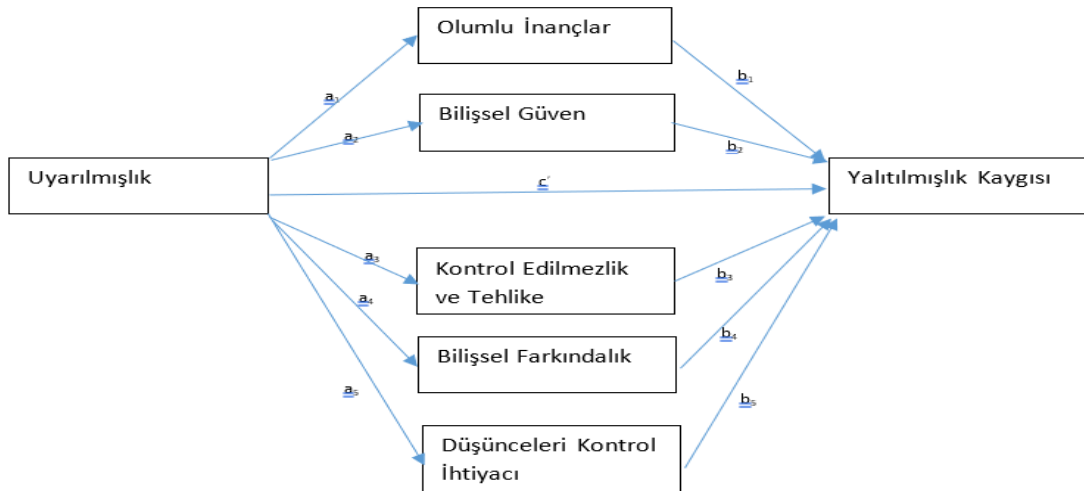
Şekil 32. Uyarılmışlık ve Anlamsızlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 36. Uyarılmışlık ve Anlamsızlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	0.147	0.021	0.273	0.064	2.304	0.021
Doğrudan Etki (c')	0.148	0.013	0.282	0.068	2.166	0.030
a ₁	0.210	0.142	0.278	0.034	6.084	0.000
a ₂	0.162	0.101	0.222	0.030	5.272	0.000
a ₃	0.403	0.339	0.466	0.032	12.486	0.000
a ₄	0.143	0.089	0.197	0.027	5.234	0.000
a ₅	0.214	0.152	0.275	0.031	6.824	0.000
b ₁	0.076	-0.073	0.227	0.076	1.000	0.317
b ₂	0.203	0.034	0.373	0.086	2.359	0.018
b ₃	0.174	-0.000	0.349	0.089	1.961	0.050
b ₄	-0.776	-0.980	-0.573	0.103	-7.503	0.000
b ₅	-0.040	-0.225	0.145	0.094	-0.423	0.671
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	-0.001	-0.085	0.080	0.042		
a ₁ b ₁	0.016	-0.018	0.054	0.018		
a ₂ b ₂	0.033	0.005	0.066	0.015		
a ₃ b ₃	0.070	-0.006	0.147	0.038		
a ₄ b ₄	-0.111	-0.1679	-0.063	0.026		
a ₅ b ₅	-0.008	-0.048	0.031	0.020		

Tablo 36. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. Modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamlı olduğu görülmüştür ancak b₁ ve b₅ katsayılarının anlamlı olmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, bilişsel farkındalık alt boyutunun kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.4.11. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Uyarılmışlık Alt Boyutu ile Varoluşsal Kaygının Yalıtılmışlık Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



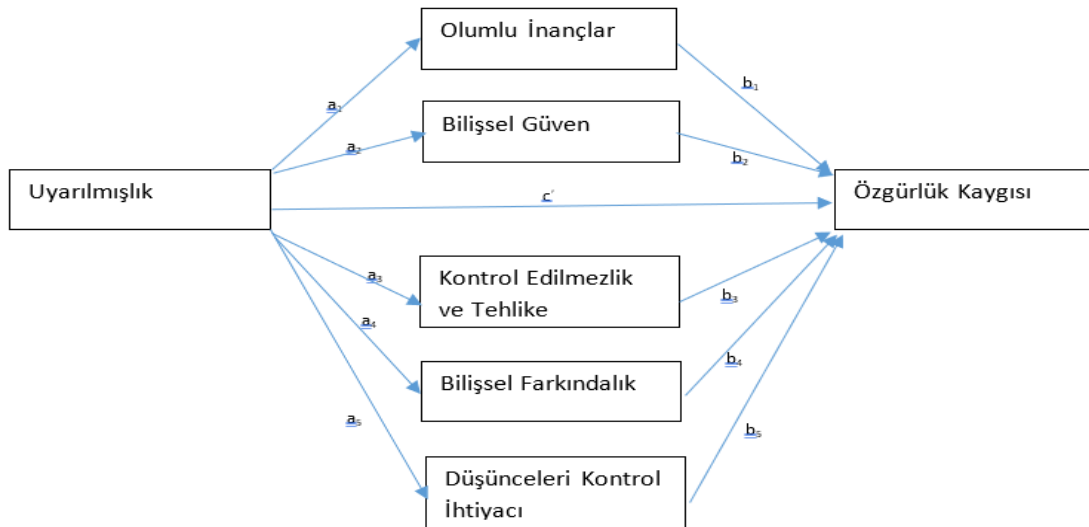
Şekil 33. Uyarılmışlık ve Yalıtılmışlık Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 37. Uyarılmışlık ve Yahtılmışlık Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	t	P
Toplam Etki (c)	0.500	0.438	0.561	0.031	15.982	0.000
Doğrudan Etki (c')	0.380	0.314	0.446	0.033	11.273	0.000
a ₁	0.210	0.142	0.278	0.034	6.084	0.000
a ₂	0.162	0.101	0.222	0.030	5.272	0.000
a ₃	0.403	0.339	0.466	0.032	12.486	0.000
a ₄	0.143	0.089	0.197	0.027	5.234	0.000
a ₅	0.214	0.152	0.275	0.031	6.824	0.000
b ₁	0.022	-0.052	0.096	0.037	0.589	0.556
b ₂	0.117	0.033	0.200	0.042	2.751	0.006
b ₃	0.203	0.117	0.290	0.043	4.644	0.000
b ₄	-0.059	-0.159	0.041	0.051	-1.159	0.246
b ₅	0.106	0.015	0.197	0.046	2.291	0.022
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.120	0.083	0.159	0.019		
a ₁ b ₁	0.004	-0.011	0.021	0.008		
a ₂ b ₂	0.019	0.003	0.036	0.008		
a ₃ b ₃	0.082	0.047	0.119	0.018		
a ₄ b ₄	-0.008	-0.025	0.007	0.008		
a ₅ b ₅	0.022	0.001	0.047	0.011		

Tablo 37. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. Modelde yer alan a katsayılarının tamamının anlamlı olduğu görülmüştür ancak b₁ ve b₄ katsayılarının anlamlı olmadığı görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutunun kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.4.12. İkincil Travmatik Stres Belirtilerinin Uyarılmışlık Alt Boyutu ile Varoluşsal Kaygının Özgürlük Kaygısı Alt Boyutu Arasında, Üst-Bilişsel İnançların Aracı Rolü Bulunmakta Mıdır?



Şekil 34. Uyarılmışlık ve Özgürlük Kaygısı Arasında Üstbilişin Aracılık Modeli

Tablo 38. Uyarılmışlık ve Özgürlük Kaygısı Arasındaki İlişkide Üstbiliş'in Aracı Rolü

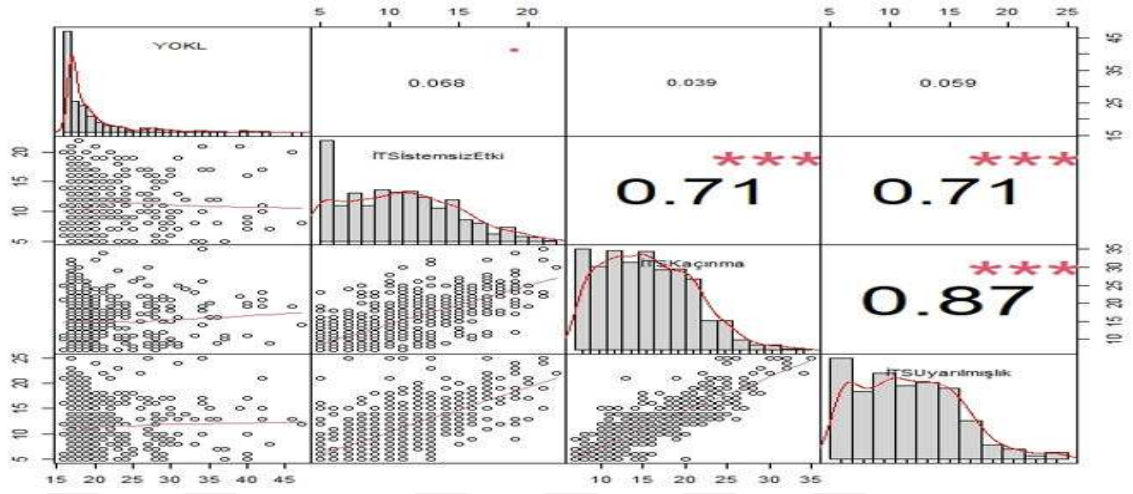
Yol	B	BootLLCI	BootULCI	SE	<i>t</i>	<i>P</i>
Toplam Etki (c)	0.325	0.260	0.389	0.032	9.921	0.000
Doğrudan Etki (c')	0.200	0.132	0.267	0.034	5.837	0.000
a₁	0.210	0.142	0.278	0.034	6.084	0.000
a₂	0.162	0.101	0.222	0.030	5.272	0.000
a₃	0.403	0.339	0.466	0.032	12.486	0.000
a₄	0.143	0.089	0.197	0.027	5.234	0.000
a₅	0.214	0.152	0.275	0.031	6.824	0.000
b₁	0.105	0.030	0.181	0.038	2.750	0.006
b₂	0.122	0.038	0.207	0.043	2.843	0.004
b₃	0.188	0.100	0.275	0.044	4.223	0.000
b₄	-0.248	-0.350	-0.146	0.051	-4.795	0.000
b₅	0.200	0.107	0.292	0.047	4.236	0.000
Dolaylı Etki						
Toplam Dolaylı Etki	0.125	0.081	0.172	0.022		
a₁ b₁	0.022	0.006	0.041	0.008		
a₂ b₂	0.020	0.004	0.037	0.008		
a₃ b₃	0.075	0.038	0.117	0.019		
a₄ b₄	-0.035	-0.056	-0.018	0.009		
a₅ b₅	0.042	0.020	0.070	0.012		

Tablo 38. incelendiğinde toplam etkinin anlamlı olduğu, bununla beraber doğrudan etkinin de anlamlı olduğu görülmektedir. Modelde yer alan a ve b katsayılarının tamamının anlamlı olduğu görülmüştür. Dolaylı etkiler incelendiğinde ise toplam dolaylı etkinin ve bütün dolaylı yolların anlamlı olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üst-bilişsel inançların bütün boyutlarının kısmi aracı rolünün olduğu söylenebilir.

3.5. Kişisel Travmatik Yaşantı, İkincil Travmatik Stres, Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulgular

Bu bölümde Kişisel Travmatik Yaşantı, İkincil Travmatik Stres, Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş arasındaki korelasyonel ilişkiler ortaya konulacaktır.

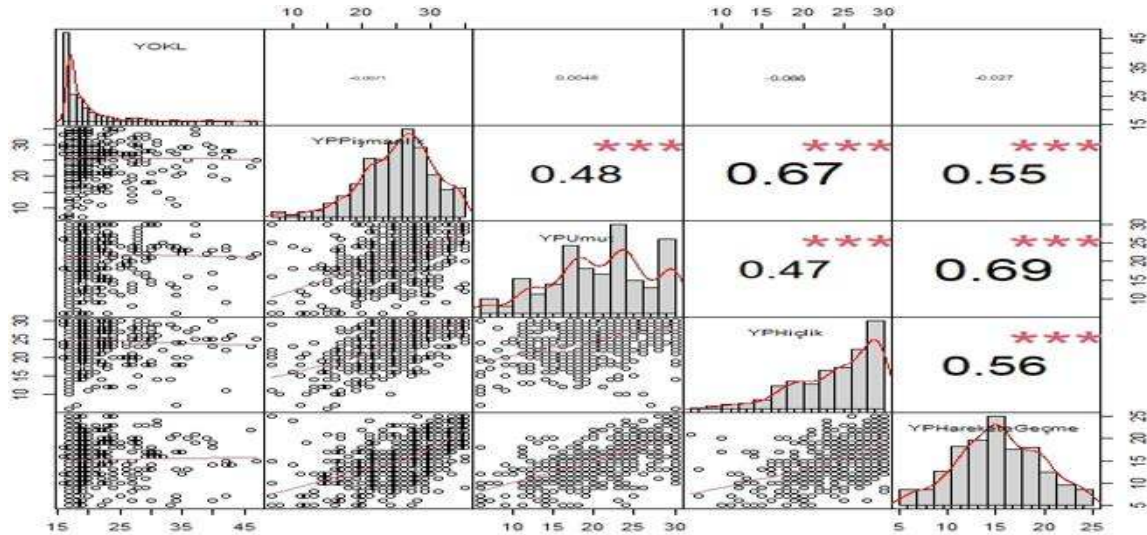
3.5.1. Kişisel Travmatik Yaşantı ile İkincil Travmatik Stres Belirtileri Arasında İlişki Bulunmakta Mıdır?



Şekil 35. Travmatik Yaşantı ile İkincil Travmatik Stres Arasındaki İlişki

Şekil 34. incelendiğinde; kişisel travmatik yaşantı ile istemsiz etkiler, kaçınma ve uyarılmışlık alt ölçekleri arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemektedir. Yani travmatik yaşantılar ile ikincil travmatik stres arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

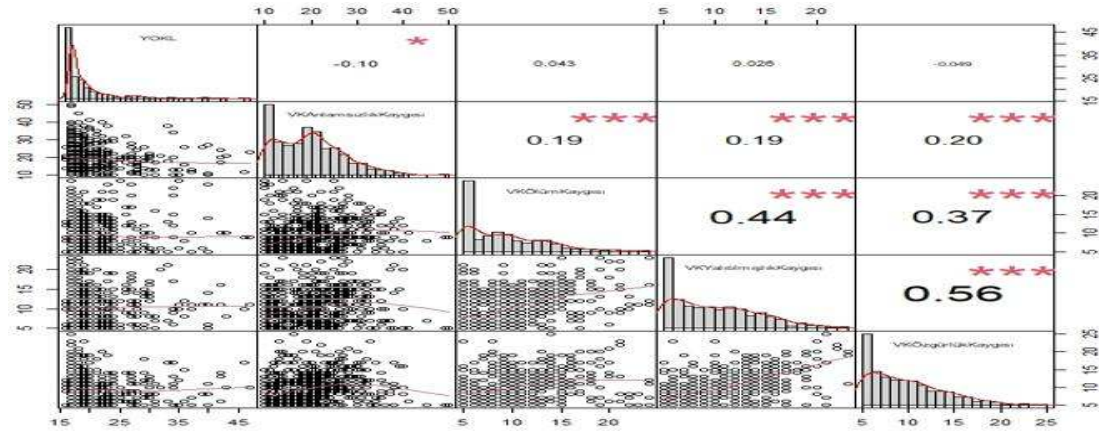
3.5.2. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Ontolojik İyi Oluş Arasında İlişki Bulunmakta Mıdır?



Şekil 36. Travmatik Yaşantı ile Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki

Şekil 35. incelendiğinde; kişisel travmatik yaşantı ile pişmanlık, umut, hiçlik ve harekete geçme alt ölçekleri arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemektedir. Yani travmatik yaşantılar ile ontolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

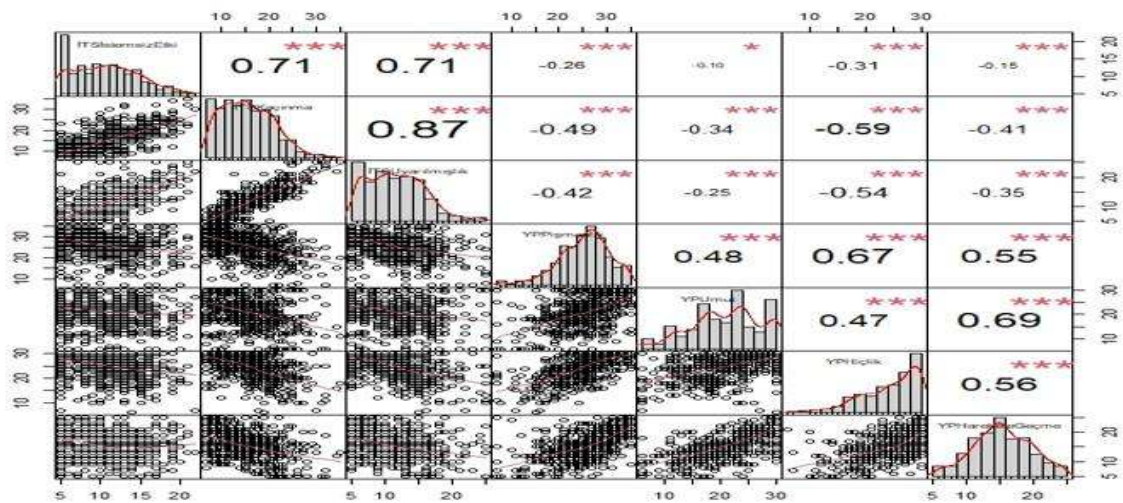
3.5.3. Kişisel Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygı Arasında İlişki Bulunmakta Mıdır?



Şekil 37. Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygı Arasındaki İlişki

Şekil 36. incelendiğinde; kişisel travmatik yaşantı ile ölüm kaygısı, yalnızlıklık kaygısı ve özgürlük kaygısı alt ölçekleri arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemekte; kişisel travmatik yaşantı ile anlamsızlık kaygısı arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki gözlenmektedir.

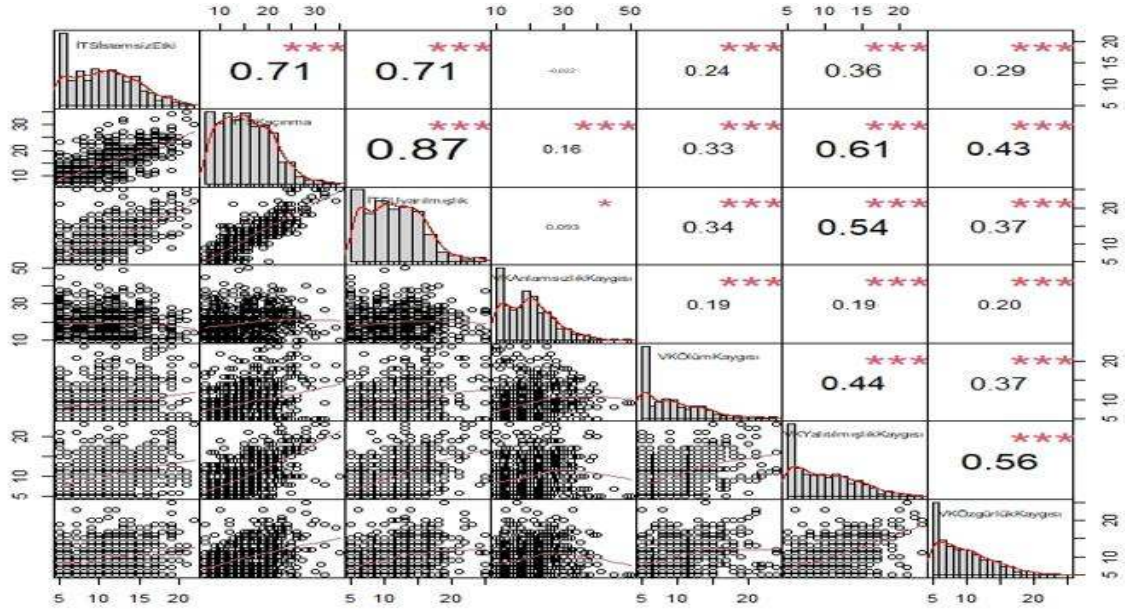
3.5.4. İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Ontolojik İyi Oluş Arasında İlişki Bulunmakta Mıdır?



Şekil 38. İkincil Travmatik Stres ile Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki

Şekil 37. incelendiğinde; istemsiz etkiler, kaçınma ve uyarılmışlık alt ölçekleri ile pişmanlık, umut, hiçlik ve harekete geçme alt ölçekleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki gözlenmektedir. Yani ikincil travmatik stres ile ontolojik iyi oluş arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

3.5.5. İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı Arasında İlişki Bulunmakta Mıdır?



Şekil 39. İkincil Travmatik Stres ile Varoluşsal Kaygı Arasındaki İlişki

Şekil 38. incelendiğinde; istemsiz etkiler ile ölüm kaygısı, yalıtılmışlık kaygısı ve özgürlük kaygısı arasında; kaçınma ile anlamsızlık kaygısı, ölüm kaygısı, yalıtılmışlık kaygısı ve özgürlük kaygısı arasında; uyarılmışlık ile anlamsızlık kaygısı, ölüm kaygısı, yalıtılmışlık kaygısı ve özgürlük kaygısı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki gözlenmektedir. Sadece istemsiz etkiler ile anlamsızlık kaygısı alt ölçekleri arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemektedir.

TARTIşMA

Bu araştırmada öğretmenlerin ikincil travmatik stres ve travmatik yaşantı karşısında verdiği tepkiler ve bu tepkileri etkileyebilecek etkenler belirlenmeye çalışılmıştır. Bu amaçla ğretmenlerin Kişisel Travmatik Yaşantı ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş düzeyleri arasındaki ilişkiler; İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş düzeyleri arasındaki ilişkiler; Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri arasındaki ilişkiler ve stbilişsel İnançların bu ilişkiler üzerindeki aracı etkisi incelenmiştir.

Araştırmadan elde ettiğimiz verilere göre geçmiş travmatik yaşantılara sahip olmanın ikincil travmatik stres belirtileri, ontolojik iyi oluş ve varoluşsal kaygı üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çocukluk ağında maruz kalınan travmatik bir yaşantının bireyleri gelecekteki herhangi bir travmanın olumsuz sonuçlarına karşı savunmasız hale getirebildiği (Copeland vd., 2018), danışanın travmatik deneyimi ile benzerlik taşıyan kişisel bir travma öyküsü bulunan kişilerde ikincil travma gelişme riskinin yüksek olduğu, (Nelson-Gardell ve Harris, 2003), başkalarına ait travma materyalinin kişinin geçmiş travmasıyla etkileşime girdiği ve ikincil travmatik stres ile sonuçlanacak şekilde başa çıkma mekanizmasını bozduğu (Plouffe, 2015) ne sürülmektedir. Pek çok araştırma da bunu desteklemektedir. Travmatik yaşantı ve ikincil travmatik stres belirtileri arasında pozitif bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşan araştırmalardan bazılarını ele alırsak; Hosseini Ramaghani vd. (2019)'nin çocukluk ağı travmaları ile TSSB arasında anlamlı bir ilişki olduğu, Kahil (2016)'nın geçmiş travmatik yaşantıya sahip olan kişilerin olmayanlara göre daha yüksek travmatik stres belirtileri gösterdiği, Zara ve İçöz (2015)'in travmatik yaşantıya sahip olmanın ikincil travmatik stres riskini arttırdığı, Butler vd. (2018)'in daha şiddetli olumsuz çocukluk deneyimlerine sahip olmanın ikincil travmatik stres belirtilerine neden olabileceği, Ghahramanlou ve Brodbeck (2000)'in kişisel travma öyküsünün ikincil travma yoğunluğunun daha yüksek seviyelerini önemli ölçüde ngrdğ, Hensel vd. (2015)'in kişisel travmatik yaşantının ikincil travmatik stres gelişimi üzerinde etkileri olduğu sonuçlarına ulaştıklarını görmekteyiz. Bunun yanı sıra Creamer ve Liddle (2005)'in 11 Eylül saldırılarına müdahale eden ruh sağlığı çalışanlarına yönelik yaptığı araştırmada kişisel travmatik yaşantıya sahip olmanın ikincil travmatik stres üzerinde herhangi

belirgin bir etkiye sahip olmadığı; Schauben ve Frazier (1995), klinisyenlerin kendi travmatik deneyimlerinin ikincil travmayı öngörmediği; Way vd. (2004) de benzer bir şekilde geçmiş travmatik yaşantının ikincil travmatik stres üzerinde etkisi olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Elde ettiğimiz verilerle yapmış olduğumuz araştırma da kişisel travma öyküsünün ikincil travmatik stres üzerinde etkisi olmadığı yönündeki sayıca az olan bu araştırmaların arasına katılmaktadır.

Gökçe ve Yılmaz (2017), ikincil travma ile kişisel travmatik yaşantı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalarda elde edilen sonuçların tutarsız olmasında kişilerin deneyimlediği travma türünün ve kişiler tarafından çözümlenip çözümlenmemiş olmasının etkili olabileceğini ileri sürmektedir. Creamer ve Liddle (2005), aynı travmatik yaşantıya sahip olunmamasından ya da yaşantıların travma olarak değerlendirilmesindeki subjektiflikten kaynaklı olarak iki değişken arasında ilişki bulunmayabileceğini belirtmektedir. Palm, Polunsky ve Follette (2004) geçmiş travmatik yaşantılara sahip çalışanların ikincil travmatik strese karşı daha dirençli olabileceğini ve bundan dolayı da düşük düzeyde olumsuz travma etkileri ortaya çıkabileceğini öne sürmektedir. Gürdil Birinci (2016), ikincil travmatik stres düzeyi yüksek olan kişilerin araştırmaya katılmaktan kaçınmış olmalarından kaynaklı olarak ikincil travma düzeyinin düşük olduğu sonucuna ulaşılmış olabileceğini ileri sürmektedir. Bu araştırmada da benzer şekilde travmatik yaşantıya sahip olan öğretmenlerin araştırmaya katılmamaları; travmaya yönelik olumsuz bakış açısına sahip olunması, travma hakkında yeterli bilgiye sahip olunmaması, travmaya yönelik önyargılardan kaynaklı olarak ölçeğin gerçeğe uygun bir şekilde doldurulmaması, travmatik yaşantıların varlığını yokluğunu belirlediğimiz ölçeğe verecekleri olumlu bir yanıtın travma sonrası stres belirtileri olarak değerlendirilebileceği yönündeki düşünce yapısı, bu tür soruların sorulmasının kendi özel alanlarını ihlal edici olduğu ve bir başkası tarafından bilinmesinin istenmemesi gibi etkenlerden kaynaklı olarak öğretmenlerin sahip oldukları travmatik deneyime ilişkin aktarımda bulunmaktan kaçınmış olabileceği düşünülmektedir. Öte yandan tüm Dünyayı etkisi altına alan covid-19 salgını ve sonrasında ülkemizde yaşanan deprem felaketinin etkilediği illerden biri olan Adana’da görev yapan öğretmenlerde hayatı tehdit edici salgın hastalık, doğal kaynaklı afet ve bunlara bağlı olarak yaşanan kayıpların varlığı bilinen bir durum olmasına rağmen pek çok katılımcı tarafından bu tür deneyimlere sahip

olunmadığı yönünde cevaplar verilmesi oldukça düşündürücü bir durum. Bu durumun öğretmenlerin bu tür yaşantıların varlığını kabullenmek istememelerinden, bir savunma mekanizması olarak yok sayılmasından, kendi deneyimlerinin travma kategorisinde değerlendirilmesi gerektiğinin farkında olunmamasından kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir.

Yıkılmaz (2016) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada, ölümcül travmatik olaya maruz kalmanın varoluşsal kaygının yordayıcısı olduğu, Weems vd. (2016) yaptığı araştırmada doğal afetlere maruz kalan ergenlerde varoluşsal kaygının yaygın olduğu, TSSB ve depresyon belirtileri ile yüksek derecede ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Kendi varoluşunun farkında olan insan dünyasını anlamlandırma çabası içerisindeki bir başarısızlık kişinin kendi yaşamının değeri ve anlamı konusunda olumsuz bir bakış açısı geliştirmesine ve dolayısıyla kişide varoluşsal bir kaygı oluşmasına kaynaklık eder (Frankl, 1999). Öte yandan bu konuda kişi başarılı olup, güçlü bir anlam elde ederse her türlü sıkıntılı duruma katlanabilme gücüne erişir (Frankl, 2014). İlk temel anksiyete olan ölüm; anlamsızlık, yalıtılmışlık, özgürlük kaygısına da kaynaklık eder ve kişinin ölüm karşısındaki duruşu, tutumlarına ve davranışlarına etki eder (Yalom, 2008). Araştırmadan elde ettiğimiz verilere göre kişisel travmatik yaşantı ile varoluşsal kaygı arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken; ikincil travmatik stres ile arasında (istemsiz etkilenmeler ile anlamsızlık kaygısı alt boyutları arasındaki ilişki dışında) pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. İkincil travmatik stres düzeyi yükselirken, varoluşsal kaygı düzeyinin de yüksek olduğu ya da varoluşsal kaygı düzeyi yüksek iken ikincil travmatik stres düzeyi de yüksek olmaktadır. Frankl (2014)'ün dünyasını anlamlandırabilen kişinin her türlü sıkıntıya göğüs gerebileceği düşüncesinden yola çıkılacak olursa; kendi varoluşunun farkında olarak dünyasını anlamlandırmaya çalışan insanların bu çabasının desteklenmesinin ikincil travmaya karşı koruyucu olacağı düşünülmektedir.

Yaşam projesinin duygusal ve bilişsel yapılanmasının pozitif ya da negatif olmasına göre kişilerin ruh sağlıklarının da bundan etkileneceği düşünülmektedir (Topal,2016). Öte yandan travmatik deneyimlerin yaşam projesindeki olumsuz etkileri, kişinin geçmiş, bugün ve gelecek değerlendirmelerini negatif yönde etkileyebilmektedir (Karaoğlu, 2016). Böylece kişilerin temel yaşam becerilerinin

zayıflamasına neden olarak; kişide pişmanlık, umutsuzluk, yetersizlik, amaçsızlık, suçluluk gibi olumsuz duyguların gelişmesine neden olabilmektedir (Tunç, 2021). Tunç (2021)'in covid-19 pandemisine maruz kalan kişiler üzerinde yaptığı çalışmada; travmatik stres belirtileri ile ontolojik iyi oluş düzeyi arasında negatif yönde bir ilişki olduğu travmatik stres belirtileri arttıkça ontolojik iyi oluş düzeyinin düştüğü; Karaoğlu-Açıkgöz (2016) yapmış olduğu araştırmada TSSB ile depresyon arasındaki ilişkide yaşam projesinin hiçlik, umut, pişmanlık, harekete geçme alt boyutlarının aracılık etkisi olduğu; Topal (2016), çocukluk çağı travmaları ile depresyon, anksiyete ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerde ontolojik iyi oluşun aracı etkisi olduğu sonucuna ulaşmıştır. Araştırmadan elde ettiğimiz verilere göre kişisel travmatik yaşantı ile ontolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken; ikincil travmatik stres ile ontolojik iyi oluş arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ontolojik iyi oluş literatüre yeni kazandırılmış bir kavram olduğundan özellikle travma konusunda sayıca az çalışmaya rastlanmaktadır. Ancak yapılan araştırmalardaki sonuçların yapmış olduğumuz araştırmadan elde ettiğimiz verilerle uyumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

TSSB'nin üst-bilişsel modeline göre; "olayların değerlendirilmesini etkileyen düşüncelere ilişkin bazı olumsuz inançlara sahip olma" şeklinde tanımlanan uyumsuz üst-bilişsel inançlar mevcut bir tehdit duygusunu sürdürmekte ve TSSB'ye yol açmaktadır. (Hett vd., 2022). Travma öncesi ve travma sonrası uyumsuz üst-bilişsel inançlara sahip olan bireylerin TSSB belirtileri gösterme olasılıkları daha yüksektir (Bennett ve Wells, 2010). Nitekim Baltacı (2018)'in yaşlılar üzerinde üstbilişsel inançlar ile psikopatoloji arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada; olumsuz üstbilişsel inançların psikopatoloji ile pozitif yönde bir ilişkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yazıhan ve Yelboğa (2019)'un deneysel desen çerçevesinde yapmış olduğu araştırmada; kontrol edilemezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol, bilişsel güven alt boyutlarından TSSB grubu daha yüksek puan alırken; olumlu inanç alt boyutundan daha düşük puan almıştır. Ehring ve Ehlers (2014), erken dönem olumsuz yaşam öyküsüne sahip olan kişilerde TSSB, depresyon vb. ruhsal rahatsızlıkların görülme olasılığının arttığını ileri sürmektedir. Sulhan (2021), çocukluk çağı travmaları ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkide üstbilişsel inançların aracı rolünü incelediği araştırmada; çocukluk çağı travmaları ile patolojik üstbilişsel inançlar arasında pozitif

bir ilişkinin olduğu ve bu iki değişkenin yüksek olması halinde yaşam kalitesinin düştüğü sonucuna ulaşmıştır. Olumsuz üstbilişsel inançlar, kişilerin doğru olmayan değerlendirmelerde bulunmasını sağlayarak, uyumsuz başa çıkma stratejilerinin kullanılmasına neden olur (Capobianco vd., 2020). Travmanın bilişsel işlenmesindeki bir hata, dünya ve kişinin kendisi hakkında çarpık inançlar geliştirmesine yol açarak; TSSB ve İTSB'ye neden olduğu ileri sürülmektedir. (Ogińska-Bulik vd., 2020). Elde ettiğimiz verilere göre üstbilişsel inançların ikincil travmatik stres ile doğrudan ilişkisine bakıldığında; ikincil travmatik stresin bütün alt boyutlarının, üstbilişsel inançların bütün alt boyutları ile anlamlı ilişkilerinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu açıdan literatürdeki çalışmalara paralel bir sonuç elde edildiği söylenebilir. Endişenin kontrol edilmesi gerektiği, aksi takdirde tehlikeli durumlara sebep olabileceği; endişeye yönelik düşüncelerin kontrol edilmesi gerektiği, aksi takdirde yaşanan herhangi bir olumsuz yaşantının sorumlusu olunabileceği; endişe etmenin gerekli olduğu ve problem çözmede etkili bir yöntem olduğu; dikkatin düşüncelere odaklanması ve düşüncelerin sürekli izlenmesi gerektiği; zihinsel süreçlerin yeterliliğine yönelik güvensizliğin hissedildiği düşünce süreçlerinin ikincil travmatik stres belirtilerinin oluşmasına zemin hazırlayabileceği sonucuna ulaşılmaktadır.

İkincil travmatik stres ile ontolojik iyi oluş arasında üstbilişsel inançların aracı etkilerine bakıldığında;

1. İkincil travmatik stresin istemsiz etkilenmeler alt boyutunun yaşam projesinin pişmanlık alt boyutu ile arasında aracılık rolü bulunmadığı; umut alt boyutu ile arasında bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, bilişsel farkındalık alt boyutlarının tam aracılık rolü bulunduğu; hiçlik alt boyutu ile arasında bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu; harekete geçme alt boyutu ile arasında bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutlarının tam aracılık rolü bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapısal eşitlik modelinde tam aracılık rolü nadiren karşılaşılan değerli bir sonuçtur. Modelimizde istemsiz etkilenmeler ile umut ve harekete geçme alt boyutlarında üstbilişsel inançların bazı alt boyutlarının tam aracılık rolü olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2. İkincil travmatik stresin kaçınma alt boyutunun yaşam projesinin pişmanlık alt boyutu ile arasında bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutlarının kısmi

aracılık rolü bulunduğu; umut alt boyutu ile arasında bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, bilişsel farkındalık alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu; hiçlik alt boyutu ile arasında kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutunun kısmi aracılık rolü bulunduğu; harekete geçme alt boyutu ile arasında bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3. İkincil travmatik stresin uyarılmışlık alt boyutunun yaşam projesinin pişmanlık alt boyutu ile arasında bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu; umut alt boyutu ile arasında bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, bilişsel farkındalık alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu; hiçlik alt boyutu ile arasında kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutunun kısmi aracılık rolü bulunduğu; harekete geçme alt boyutu ile arasında bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ontolojik iyi oluş kavramı literatüre yeni kazandırılmış bir kavram olduğundan dolayı travma ile ilgili henüz yeterince araştırma yapılmadığı görülmekle birlikte bu iki değişken arasındaki ilişkide üstbilişsel inançların aracı etkisinin araştırıldığı araştırmalara da rastlanmamıştır. Psikolojik iyi oluş kavramı ile pek çok araştırmaya rastlansa da ontolojik iyi oluş kavramı ile aralarında büyük farklılıklar bulunmaktadır. Psikolojik iyi oluş da bireyin kendinden memnun olması, kendine yönelik olumlu bir bakış açısına sahip olması, kendine yönelik farkındalığının olması anlaşılırken (Gürbüz ve Göller, 2021); ontolojik iyi oluş kavramında ise kişi, geçmişini değerlendirerek, geleceğe yönelik bir bakış açısı geliştirir ve kendi hayat hikayesini oluşturur. Oluşturduğu bu hikaye kişinin şimdiki iyi oluş halini belirler (Şimşek, 2009).

Travmatik yaşantıların bireylerde olumsuz üstbilişsel inançların gelişmesine, olumsuz üstbilişsel inançların da bireyin kendi yaşantılarına yönelik değerlendirmelerini olumsuz yönde etkileyerek bireyin kendi yaşam projesine yönelik olumsuz bir bakış açısı geliştirmesine neden olabileceği düşünülmektedir. Bu araştırmada ikincil travmatik stresin, bazı uyum ve iyilik halini bozucu üstbilişsel inançların aracılığında ontolojik iyi oluşa etki ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu üstbilişsel süreçlerden bilişsel güven; kişinin kendi belleğine yönelik düşüncelerinden

oluşan ve bir bilgiyi aklında uzun süre tutamayacağı, kötü bir hafızaya sahip olduğuna yönelik olumsuz inançlarını belirtmektedir (Ak vd., 2013). Elde ettiğimiz verilere göre bilişsel güven alt ölçeğinin; istemsiz etkilenmeler alt boyutu ile pişmanlık alt boyutu, uyarılmışlık ve kaçınma alt boyutu ile hiçlik alt boyutu arasındaki ilişki dışındaki bütün ilişkilerde aracı etki gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Sica vd. (2007)'ye göre kendi belleğine yönelik olumsuz inançları olan kişiler uyum bozucu yaşam olaylarına yönelik kaçınmacı bir tavır sergilemekte ve işlevsel olmayan başa çıkma mekanizmalarını sık kullanmaktadır. Bu araştırmanın sonuçlarına göre kendi zihinsel süreçlerine güvenmeyen öğretmenlerin ikincil travma karşısında da işlevsel olmayan başa çıkma yöntemlerine başvurabileceği; bu durumun da kişinin kendi geçmiş yaşantısına yönelik değerlendirmelerini olumsuz yönde etkileyebileceği, geleceğe yönelik beklentilerine yönelik umutsuz bir bakış açısı geliştirmesine neden olabileceği ve kişinin bugünkü iyi olma hali üzerinde de olumsuz etki yaratabileceği düşünülmektedir.

Kontrol edilmezlik ve tehlike; kişinin endişelerine yönelik düşüncelerini kontrol etmesi gerektiği, kontrol edemediği takdirde tehlikeli olacağı, bu düşünceleri kontrol etmenin zor olduğuna yönelik inançları belirtmektedir (Cartwright-Hatton ve Wells, 1997). Elde ettiğimiz verilere göre kontrol edilmezlik ve tehlike alt ölçeğinin; istemsiz etkilenmeler ile pişmanlık alt ölçeği dışındaki ikincil travmatik stres ve ontolojik iyi oluş alt boyutları arasındaki bütün ilişkilerde aracı etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu alt boyutta kişinin kaygılanmaya başladığı zaman bunu durdurmakta zorlanacağı bunun yorucu bir süreç olacağı yönündeki olumsuz inançları vurgulanır ve kişi bu durumdan kurtulabilmek için kaçınma, bastırma gibi işlevsel olmayan başa çıkma yöntemlerini kullanır. İkincil travma karşısında stres belirtileri gösteren bir öğretmenin bu olumsuz durumu kontrol altına alması gerektiği yönündeki düşünce yapısından kaynaklı olarak yaşantısına yönelik değerlendirmelerinin de bu durumdan olumsuz etkileneceği ve umutsuzluk, pişmanlık, amaçsızlık, anlamsızlık gibi olumsuz duygulara sebep olacağı düşünülmektedir.

Bilişsel farkındalık; kişinin kendi düşüncelerine ve düşünce süreçlerine odaklanarak, sürekli düşüncelerini takip ettiğine ve bu konuda çok düşündüğüne yönelik inançları belirtmektedir (Ak vd., 2013). Elde ettiğimiz verilere göre bilişsel farkındalık alt ölçeğinin; ikincil travmatik stres ile umut arasındaki ilişkide aracı

etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ontolojik iyi oluşun umut alt boyutu içinde umutlu ve hevesli olma, güçlü ve cesur hissetme, kendinden emin olma gibi kişinin geleceğe yönelik duygularını içinde barındırır. Bu durum kişinin şimdiki iyi oluş halinden etkilenir ve ikincil travmatik stres belirtilerine eşlik eden olumsuz duygu ve düşüncelerin sürekli gözden geçirildiğı, takip edildiğı üstbilişsel inançlara bağılı olarak kişinin geleceğe yönelik umutlu olma halinin umutsuzluğa dönüşmesine neden olarak ontolojik iyi oluşun da olumsuz yönde etkilenmesine neden olur.

Son olarak düşünceleri kontrol ihtiyacı; kişinin kendi kaygılarına yönelik düşüncelerini kontrol etmesi gerektiğı, aksi takdirde yaşanacak olaydan kendisinin sorumlu olacağı ve beklendik bazı düşüncelere sahip olmadığı takdirde cezalandırılacağına yönelik inançları belirtmektedir (Ak vd., 2013). Elde ettiğimiz verilere göre düşünceleri kontrol ihtiyacı alt ölçeğinin; ikincil travmatik stres ile harekete geçme alt boyutu arasındaki ilişkide aracı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Endişeye yönelik olumsuz inançlar, bunu kontrol etme gereksinimi doğurur ve bunu sağlamak için de düşüncelerini sürekli kontrol etmeleri gerektiğı yönündeki düşünce yapısının oluşmasını sağlar. Bu düşünce yapısı da öğretmenlerin şimdiki yaşam projelerine yönelik değerlendirmelerini etkileyerek yorgunluk, amaçsızlık, sorumsuzluk, kaygı, çaresizlik, anlamsızlık, kaybolmuşluk gibi duygulara neden olarak iyi oluş halinin düşmesine neden olabileceğı düşünülmektedir.

Özetle ikincil travmatik stres yaşayan kişilerin; düşüncelerini uzun süre hafızasında tutamayacağı ve bu nedenle düşüncelerini sık sık gözden geçirmesi gerektiğı, düşüncelerinin tehlikeli olması nedeniyle kontrol edilmesi gerektiğı, kontrol edemediğı düşüncelerinden kaynaklanan herhangi bir durumun sorumluluğunun kendisine ait olacağı inançlarına bağılı olarak ontolojik iyi oluş düzeyinin düşebileceğı sonucuna ulaşılmıştır. Wells (2013) bu tür düşünce yapılarının kişileri iyi oluş düzeyini arttıracak etkinliklerden uzaklaştırarak bunun yerine düşünceleri kontrol altına alma, olası tehlikeleri izleme ve bundan kaçınma, bütün dikkatin geçmiş yaşantıları analiz etmeye odaklanması gibi davranışlara yönlendireceğini ileri sürerek bizim çalışmamızı desteklemektedir.

İkincil travmatik stres ile varoluşsal kaygı arasında üstbilişsel inançların aracı etkilerine bakıldığında;

1. İkincil travmatik stresin istemsiz etkilenmeler alt boyutunun ölüm kaygısı alt boyutu ile arasında olumlu inançlar, kontrol edilmezlik ve tehlike, bilişsel farkındalık alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu; anlamsızlık kaygısı alt boyutu ile arasında aracılık rolü bulunmadığı; yalıtılmışlık kaygısı alt boyutu ile arasında bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu; özgürlük kaygısı alt boyutu ile arasında bütün alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2. İkincil travmatik stresin kaçınma alt boyutunun ölüm kaygısı alt boyutu ile arasında olumlu inançlar, kontrol edilmezlik ve tehlike, bilişsel farkındalık alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu; anlamsızlık kaygısı alt boyutu ile arasında aracılık rolü bulunmadığı; yalıtılmışlık kaygısı alt boyutu ile arasında bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu; özgürlük kaygısı alt boyutu ile arasında bütün alt boyutların kısmi aracılık rolü bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3. İkincil travmatik stresin uyarılmışlık alt boyutunun ölüm kaygısı alt boyutu ile arasında olumlu inançlar, kontrol edilmezlik ve tehlike, bilişsel farkındalık alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu; anlamsızlık kaygısı alt boyutu ile arasında bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, bilişsel farkındalık alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu; yalıtılmışlık kaygısı alt boyutu ile arasında bilişsel güven, kontrol edilmezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutlarının kısmi aracılık rolü bulunduğu; özgürlük kaygısı alt boyutu ile arasında bütün alt boyutların kısmi aracılık rolü bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Varoluşsal kaygı ile travma arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara rastlanmakla birlikte bu iki değişken arasındaki ilişkide üstbilişsel inançların aracı etkisinin araştırıldığı araştırmalara rastlanmamıştır. Ayrıca varoluşsal kaygı ile üstbilişsel inançlar arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara da rastlanmamıştır.

Travmatik olaylar; ölüm, izolasyon ve anlamsızlık kaygısının yaşanmasına neden olabilmektedir. Bu tür varoluşsal meseleler kişilerin duygusal ve bilişsel zorluklar yaşamasına neden olabilmektedir (Tedeschi ve ark., 2018). Olumsuz üstbilişsel inançlar, bireylerin endişelenmenin potansiyel sonuçları hakkında felaket senaryoları kurmaya başladığında kaygıyı tetikleyebilir. Olumlu üstbilişsel inançlar ise, ancak bireylerin içsel hedeflerine başarılı bir şekilde ulaşması durumunda kaygıyı

azaltılabileceği ileri sürülmektedir (Wells, 2005). Perişan ve Koç (2023)'ün yapmış olduğu araştırmada kaygı ile uyumsuz üstbilişsel inançlar arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu; psikolojik sağlamlık ile kaygı arasındaki ilişkide de üstbilişsel inançların aracı etkisi olduğu sonucuna ulaşmıştır. Travmatik olaylar karşısında bireylerin yaşayacağı kaygı düzeyinin belirlenmesinde psikolojik sağlamlık, üstbilişsel inançların olumlu ya da olumsuz olarak yapılanmış olması ve kullanılan başa çıkma yöntemlerinin belirleyici olduğu üzerinde durulmuştur (Perişan ve Koç, 2023). Bir başka çalışmada Savaşan (2020) sınav kaygısı ile üstbiliş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Tosun ve Irak (2008), OKB ile kaygı üzerindeki üstbilişsel inançların rolünü araştırdığı çalışmada; üstbilişsel inançların OKB ve kaygı ile yüksek düzeyde bir ilişkisinin olduğu ve iki değişken arasındaki ilişkide de tam aracılık rolü olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bozyel (2017) erken dönem travmatik yaşantıların olumsuz üstbilişsel inançlara neden olduğunu ve bu üstbilişsel inançların da kişilerde kaygı semptomlarının gelişmesine zemin hazırladığını öne sürmektedir. Tajrishi vd. (2011) yapmış olduğu araştırmada bilişsel farkındalık alt boyutu dışındaki tüm alt boyutlarının kaygı ve depresyon ile pozitif yönlü ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Kaygıya yönelik, üstbilişsel inançlardan kontrol edilemezlik ve tehlike alt boyutuyla ilgili inançların olumlu ya da olumsuz olmasının kaygıya yakınlıkla pozitif yönde ilişkili olduğu öne sürülmektedir (Wells, 1995). Cartwright-Hatton ve Wells (1997) kontrol edilemezlik ve tehlike alt ölçeğinin; endişelerinin kontrolünü sağlamaya yönelik inançlar, endişenin zihinsel ve fiziksel tehlikelerine yönelik inançlar ve kontrol edilemeyen endişeye yönelik inançlar olmak üzere üç yönü olduğunu ileri sürmektedir. Tosun ve Irak (2008), kontrol edilmezlik ve tehlikenin bu üç yönünün kaygıya neden olan üstbilişsel inançlardan olduğunu öne sürmektedir. Benzer bir şekilde Bozyel (2017), kaygı ile en yüksek ilişkiye sahip olan alt boyutun bu olduğunu öne sürmektedir. İkincil travmatik stres ve varoluşsal kaygı üzerinde üstbilişsel inançların aracı rolünü araştırdığımız çalışmadan elde ettiğimiz sonuçlarda da kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutunun istemsiz etkilenmeler ve kaçınma ile anlamsızlık kaygısı dışındaki bütün ilişkilerde aracı etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bireyler kaygı yaratan düşüncelerini kontrol altına alıp, bilinçten uzaklaştırmaya çalışsa da; düşünceleri bastırmaya çalışmak işlevsel bir başa çıkma

mekanizması olarak görülmemekte ve pek çok araştırmada bunun kaygıyı daha fazla tetikleyebileceği yönünde sonuçlar elde edilmektedir. Bu araştırmada da temel varoluş kaygılarımıza sebep olan düşünce şekillerinden biri olarak karşımıza çıkmaktadır.

Olumlu inançlar; kaygının problemlerden kaçınmayı sağlayıcı ve bunlarla başetmeyi kolaylaştırıcı olduğuna yönelik inançları belirtmektedir (Ak vd., 2013). Wells ve Matthews (2014) öz düzenleyici yürütücü işlev modeline göre olumsuz üstbilişsel inançların, sağlıklı olmayan başa çıkma stratejilerinin kullanılmasına neden olarak psikolojik rahatsızlıklara neden olduğunu öne sürmektedir. Öte yandan Wells (1998) bireyler içsel hedeflerine ulaştığı takdirde olumlu inançların kaygıyı azaltabileceğini ileri sürmektedir. Elde ettiğimiz verilere göre olumlu inançlar alt ölçeğinin; ikincil travmatik stres ile ölüm ve özgürlük kaygısı arasındaki ilişkide aracı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kaygının sık kullanımı ve tehditlerin gerçekleşmemesi, kişilerde kaygı duymanın işe yaradığı yanılgısına neden olabilir, kaygının istenilen bir durum haline gelmesini sağlayabilir ve bu başa çıkma yöntemine yönelik olumlu inançlar geliştirmesine neden olabilir. Bu sonuca göre endişe etmenin gerekli ve problem çözücü olduğunu düşünen öğretmenlerin ikincil travmatik stres karşısında sağlıklı başa çıkma yöntemlerini kullanamadıkları, içsel hedeflerine ulaşmada başarılı olamadıkları ve varoluş kaygısı yaşadıkları şeklinde yorumlanabilir.

Bilişsel farkındalık; kişinin kendi düşüncelerine ve düşünce süreçlerine odaklanarak, sürekli düşüncelerini takip ettiğine ve bu konuda çok düşündüğüne yönelik inançlarını belirtmektedir (Ak vd., 2013). Elde ettiğimiz verilere göre bilişsel farkındalık alt ölçeğinin; ikincil travmatik stres ile ölüm ve özgürlük kaygısı arasındaki ilişkide aracı etkisinin olduğu, ayrıca ikincil travmatik stresin uyarılmışlık alt boyutu ile anlamsızlık kaygısı arasında da aracı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kişinin bütün dikkatini kendi benliğine ve düşüncelerine odaklaması herhangi bir uyum bozucu yaşantıyla karşılaştığında uyumsuz tepkiler vermesine neden olur (Wells, 2000). Bu araştırmada da bütün dikkatini kendi zihinsel süreçlerine odaklayan öğretmenlerin ikincil travma karşısında stres belirtileri gösterebileceği ve varoluşsal kaygı yaşayabileceği sonucuna ulaşılmaktadır.

Bilişsel güven; kişinin kendi belleğine yönelik düşüncelerinden oluşan ve bir bilgiyi aklında uzun süre tutamayacağı, kötü bir hafızaya sahip olduğuna yönelik

olumsuz inançları belirtmektedir (Ak vd., 2013).. Elde ettiğimiz verilere göre bilişsel güven alt ölçeğinin; ikincil travmatik stres ile yalıtılmışlık ve özgürlük kaygısı arasındaki ilişkide aracı etkisinin olduğu, ayrıca ikincil travmatik stresin uyarılmışlık alt boyutu ile anlamsızlık kaygısı arasında da aracı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Nordahl vd. (2019) kişinin kendi zihinsel süreçlerine yönelik güvensizliğini ifade eden inançlarının anksiyete semptomlarının sürdürülmesinde etkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Kendi zihinsel süreçlerine yönelik güvensizlik duyan öğretmenlerin ikincil travma karşısında temel varoluşsal kaygılardan yalıtılmışlık, özgürlük ve anlamsızlık kaygısı yaşayabileceği sonucuna ulaşılmaktadır.

Son olarak düşünceleri kontrol ihtiyacı; kişinin kendi kaygılarına yönelik düşüncelerini kontrol etmesi gerektiği, aksi takdirde yaşanacak olaydan kendisinin sorumlu olacağı ve beklendi bazı düşüncelere sahip olmadığı takdirde cezalandırılacağına yönelik inançları belirtmektedir (Ak vd., 2013). Elde ettiğimiz verilere göre düşünceleri kontrol ihtiyacı alt ölçeğinin; ikincil travmatik stres ile özgürlük kaygısı arasındaki ilişkide aracı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kaygı yaratan düşüncelerin kontrol edilmeye çalışılmasının, kontrolün kaybedilmesi durumunda tehlikeli bir durumla karşı karşıya kalınacağı beklentisi içerisinde olunmasının, böyle bir durum gerçekleştiği takdirde bundan kendisinin sorumlu olacağı düşüncesinin; yaşanan her şeyin bireyin kendi seçimlerinden kaynaklı olması nedeniyle bütün sorumluluğun kendisinde olduğu görüşüne sahip olan özgürlük kaygısını tetikleyerek kaygının daha fazla artmasına neden olabileceği düşünülmektedir.

Özetle ikincil travmatik stres yaşayan kişilerin; düşüncelerini kontrol etmesi gerektiği, aksi takdirde tehlike altında olacağı, düşüncelerine yönelik endişe etmesi gerektiği, bu endişelerine yönelik düşüncelerini kontrol etmesi gerektiği, kendi belleğinin zayıf olduğu ve düşüncelerini sık sık gözden geçirmesi gerektiği inançlarına bağlı olarak varoluşsal kaygı yaşayabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Üstbilişsel inançlar kişilerin ne düşündüğünden ziyade nasıl düşündüğüne işaret etmektedir (Ak vd., 2013). Bu açıdan bakıldığında araştırmamız hangi düşünce süreçlerinin ikincil travmatik stres ile ontolojik iyi oluş ve varoluşsal kaygı arasındaki ilişkide belirleyici olabileceğini göstermesi bakımından önemlidir.

SONUÇ

Travmatik yaşantı sonrası görülebilecek belirtiler konusunda kişileri korumak amacıyla risk faktörlerinin belirlenmesinin yanı sıra koruyucu faktörlerin de arttırılması önem arz etmektedir. Bu açıdan bakıldığında yapmış olduğum araştırmadan elde edilen veriler ışığında; öğretmenlerin ikincil travmaya karşı kendilerini korumalarını sağlayabilecek önlem amaçlı bazı sonuçlara ulaşılmıştır.

Hitap ettiği grup oldukça kalabalık olan öğretmenlerin; travmatik olaylara dolaylı yoldan maruz kalabileceği göz ardı edilmemeli ve öğretmenlerde ikincil travmatik strese neden olabilecek durumlar belirlenerek; travma konusundaki farkındalıklarının arttırılması, konuyla ilgili bilgilendirilmenin yapılması, travma sonrası oluşabilecek olumsuz durumlara yönelik koruyucu ruh sağlığı çalışmalarının yapılması, olumlu bilişsel süreçlerin desteklenmesi, başetmeye yönelik çeşitli modellerin geliştirilmesi önem taşımaktadır.

Travmaya yönelik eğitim alınması ve kişinin kendisini koruyucu yöntemleri bilmesinin travmaya karşı koruyucu olacağı düşünülmektedir. Ülkemizde eğitim fakültelerinde eğitim gören öğretmen adaylarına travma'ya yönelik herhangi bir eğitimin verilmediği görülmektedir. Travma ve travmadan korunma yöntemleri'ne yönelik bir dersin eğitim fakültelerindeki lisans dersleri arasına alınmasının bu alandaki eksikliğin giderilmesinde önemli bir rol oynayacağı düşünülmektedir. Bunun yanı sıra öğretmenlerde ikincil travmanın olumsuz sonuçlarını önlemeye yönelik bireysel ve grup psikoterapilerine katılımın sağlanması, psikoeğitim programlarının geliştirilmesi ve yaygınlaştırılmasının da faydalı olacağı düşünülmektedir.

İkincil travmatik stres ile ontolojik iyi oluş arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucundan yola çıkıldığında; bireylerin ontolojik iyi oluş düzeylerini arttırmaya yönelik çalışmaların yapılmasının ikincil travma sonrası gelişebilecek belirtilere karşı koruyucu olabileceği düşünülmektedir.

İkincil travmatik stres ile varoluşsal kaygı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucundan yola çıkıldığında; ikincil travmatik stres düzeyi yükselirken, varoluşsal kaygı düzeyinin de yüksek olduğu ya da varoluşsal kaygı düzeyi yüksek iken ikincil travmatik stres düzeyinin de yüksek olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Frankl (1999)'ın dünyasını anlamlandırabilen kişinin her türlü sıkıntıya göğüs

gerlebileceđi dūřuncesinden yola çıkılacak olursa; kendi varoluřunun farkında olarak dūnyasını anlamlandırmaya çalıřan insanların bu çabasının çeřitli grup ve bireysel psikoterapilerle, bilgilendirmelerle, psikoeđitim programlarıyla desteklenmesinin ikincil travmaya karřı koruyucu olacađı dūřunūlmektedir.

Arařtırmamızda ikincil travmatik stres ve varoluřsal kayđı ile ontolojik iyi oluř arasında űstbiliřsel inançların da aracı etkisi olduđu sonucuna ulařılmıřtır. Travmanın olumsuz sonuçlarını űnlemede bireysel űzelliklerin gūlendirilmesi de bir seçenek olarak karřımıza çıkmaktadır. Kiřilere daha sađlıklı űst-biliřsel inançları benimsemeleri konusunda çalıřmalar yapmanın, TSSB semptomları konusunda űnleyici olabileceđi dūřunūlmektedir. Buradan hareketle bireylerin olumlu űstbiliřsel inançlarının geliřtirilmesine yűnelik bireysel ve grup psikoterapilerine katılımın sađlanması da űđretmenleri koruyucu iřlev gűstereceđi dūřunūlmektedir. Ayrıca űđretmenlik lisans programlarında űstbiliřsel becerileri geliřtirici herhangi bir çalıřmanın olmadıđı, verilen derslerin de bu becerinin geliřimine katkı sađlamayacađı gűrūřunden hareketle űđretmenlik lisans programlarında, űđretmen adaylarının bu becerilerini geliřtirici programlar, ders içerikleri, sunum yűntemleri geliřtirilmesinin űnemli olduđu dūřunūlmektedir.

Alanyazında űđretmenlerde ikincil travmatik stres belirtilerine yűnelik çalıřmaların azlıđı dikkat çekicidir. Son dűnemlerde yařanan salgın hastalık ve dođal afetler sonrasında okullarda űđrencilere, velilere ve űđretmenlere yűnelik psikoeđitim çalıřmalarının űnemi bir kez daha anlařıldı. Bu tūr çalıřmaların sadece travmatik bir yařantı sonrasında deđil; belirli periyotlarla verilmesinin travma ve ikincil travmaya karřı koruyucu olacađı dūřunūlmektedir.

Arařtırmamız űđretmenlere yűnelik olarak gerçekleřtirilmiř olup; ikincil travma konusunda risk altında bulunan meslekler kapsamına alınması gerektiđi dūřunūlmektedir. Bunun yanısıra arařtırmaya dahil edilen deđiřkenlerin farklı meslek gruplarına yűnelik de çalıřılmasının risk altında bulunan farklı meslek gruplarının da belirlenmesine katkı sađlayacađı dūřunūlmektedir.

Elde edilen verilere gűre kiřisel travma űykūřünün deđiřkenlerle herhangi bir anlamlı iliřki bulunmamasının; travmaya yűnelik olumsuz bakıř açısına sahip olunması, travma hakkında yeterli bilgiye sahip olunmaması, travmaya yűnelik

önyargılardan kaynaklı olarak ölçeğin gerçeğe uygun bir şekilde doldurulmaması gibi etkenlerden kaynaklı olarak öğretmenlerin sahip oldukları travmatik deneyime ilişkin aktarımda bulunmaktan kaçınmış olabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle bu tür araştırmalarda travmanın dolaylı ölçüldüğü ölçeklerin kullanılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca bu konunun sonraki araştırmalara da kaynaklık edeceği düşünülmektedir.

Son olarak; araştırmamız hangi üstbilişsel düşünce süreçlerinin ikincil travmatik stres ile ontolojik iyi oluş ve varoluşsal kaygı arasındaki ilişkide belirleyici olabileceğini göstermesi bakımından önemli olmakla birlikte sınırlılıkları bulunmaktadır. Deneysel desen çerçevesinde yeniden ele alınmasının alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca olumsuz üstbilişsel düşünce süreçlerinin hangi zeminde oluştuğuna yönelik araştırmaların gerçekleştirilmesinin kişilerin ruhsal sağlığını korumada önleyici çalışmaların yapılmasına kaynaklık edeceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Ak, M., Torun Yazihan, N., Sütçigil, L., ve Hacıömeroğlu, B. (2013). İntihar girişimi olan majör depresyon hastalarında üstbilis süreçleri. *Archives of Neuropsychiatry / Nöropsikiyatri Arşivi*, 50(2), 95–99.
- Alisic, E. (2012). Teachers' perspectives on providing support to children after trauma: A qualitative study. *School Psychology Quarterly*, 27(1), 51–59. <https://doi.org/10.1037/a0028590>
- Alkan, H. (2021). An existentialist approach to william shakespeare's romeo and juliet. *Journal of Economics and Social Research*, 8(15), 50-56.
- Altan, B. (2020). *Ruh sağığı çalışanlarında ikincil travmatik stres ile uyum bozucu şemalar, çocukluk çağı travmaları ve mesleki ve sosyodemografik değişkenlerin ilişkileri*. (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Amerikan Psikiyatri Birliğı. (2014). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı*, Beşinci Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı'ndan, (Çev. E. Köroğlu). Ankara: Hekimler Yayın Birliğı (Orijinal Yayın Tarihi, 2013).
- Aşar, H. (2014). Heidegger ve sartre felsefesinde “kaygı” ve “bulantı” kavramlarının analizi. *Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, (17), 85-100.
- Ataman Temizel, E. ve Dağ, İ. (2014) Stres veren yaşam olayları, bilişsel duygu düzenleme stratejileri, depresif belirtiler ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkiler. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 17, 7-17.
- Atefeh A., Asghar A. J. ve Hossein E. (2021). Anksiyete bozukluğu olan hastalarda üstbilişsel terapinin anksiyete ve psikolojik iyilik hali üzerindeki etkinliğı. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 63(5), 2745–2756.
- Austin, C. L., Pathak, M., ve Thompson, S. (2018). Secondary traumatic stress and resilience among EMS. *Journal of Paramedic Practice*, 10(6), 240–247. <https://doi.org/10.12968/jpar.2018.10.6.240>.

- Aykut, Ç., Karasu, N. ve Kaplan, G. (2016). Özel eğitim öğretmen adaylarının üstbiliş farkındalıklarının tespiti. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 17(03), 231-245.
- Baltacı, G. (2018). *Yaşlılarda üstbilişin psikopatoloji ve baş etme becerileri yönünden değerlendirilmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul
- Bayraktar, S. (2016). *Psikolojik travma*. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Baysak, E. (2010). *Acil ve yoğun bakım çalışanlarında travma sonrası stres bozukluğu, stresle başa çıkma tarzları, tükenmişlik ve ilişkili etkenler*. (Uzmanlık Tezi). Gazi Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.
- Berman, S. L., Weems, C. F., ve Stickle, T. R. (2006). Existential anxiety in adolescents: Prevalence, structure, association with psychological symptoms and identity development. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, s. 285-292. doi: 10.1007/s10964-006-9032-y
- Bhagwagar, H. (2022). Secondary trauma, burnout and resilience among mental health professionals from India: A review of research. *Asian Journal of Psychiatry*, 76, 103227.
- Bhola, P., Kumaria, S. ve Orlinsky, D.E., (2012). Looking within: self-perceived professional strengths and limitations of psychotherapists in India. *Asia Pac. J. Couns. Psychother*, 3(2), 161–174.57.
- Birinci, G. G., Erden G. (2016). Yardım çalışanlarında üstlenilmiş travma, ikincil travmatik stres ve tükenmişliğin değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 31(77), 10-26.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: How we underestimated the human capacity to thrive after extremely adverse events?. *American Psychologist*, 59(1), 20-28.
- Boyras, G., ve Legros, D. N. (2020). Coronavirus disease (COVID-19) and traumatic stress: Probable risk factors and correlates of posttraumatic stress disorder.

Journal of Loss and Trauma, 25(6-7), 503-522.
<https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1763556>

- Boysan, M., Güzel Özdemir, P., Özdemir, O., Selvi, Y., Yılmaz, E. ve Kaya, N. (2017). Psychometric properties of the Turkish version of the PTSD Checklist for Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, (PCL-5). *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology*, 27(3), 300-310.
- Bozyel, G. (2017). *Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının psikolojik semptomlar ile ilişkisinde üstbilişsel faktörlerin aracı rolünün incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi): Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Brady JL, Guy JD, Poelstra PL ve ark. (1999) Vicarious traumatization, spirituality, and the treatment of sexual abuse survivors: A national survey of women psychotherapists. *Psychol Res Pract*, 30, 386-393.
- Brandell, J. R., Ringel, S. (2019). *Trauma: Contemporary Directions in Trauma Theory, Research, and Practice: Vol. Second edition*. Columbia University Press.
- Bride, BR, Margaret, M., Yegidis, B. ve Figley, C. R. (2004). Development and validation of the Secondary Traumatic Stress Scale. *Research on Social Work Practice*, 14, 27-35.
- Briere, J. N. ve Scott, C. (2016). *Travma terapisinin ilkeleri. belirtiler, değerlendirme ve tedavi için bir kılavuz*. İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Brouwer, M., ve Leeuwen, T. (2013). *Psychology of Trauma*. Nova Science Publishers, Inc.
- Brunzell, T. Waters, L. ve Stokes, He. (2021). Trauma-informed teacher wellbeing: teacher reflections within trauma-informed positive education. *Australian Journal of Teacher Education*. 46(5), 91-107.
- Butler, L. D., Maguin, E. ve Carello, J. (2018). Retraumatization mediates the effect of adverse childhood experiences on clinical training-related secondary traumatic stress symptoms. *Journal of Trauma and Dissociation*, 19(1), 25–38.

- Calhoun, L. ve Tedeschi, R. (1998). Beyond recovery from trauma: implications for clinical practice and research. *Journal of Social Issues*, 54, 357-371.
- Cartwright-Hatton S. ve Wells, A. (1997). Beliefs about worry and intrusions: the metacognitions questionnaire and its correlates. *J Anxiety Disord*, 11, 279–296.
- Cemgil, A. Ç. (2019). *Secondary traumatic stress among mental health workers in turkey: moderating role of emotion regulation on the relationship between empathy and secondary traumatic stress*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul.
- Chatard, A. Pyszczynski, T. Arndt, J. Selimbegovic', L. Dri Konan, P.N. ve Van der Linden, M. (2011). Extent of trauma exposure and ptsd symptom severity as predictors of anxiety-buffer functioning. *Trauma Theory Res. Pract. Policy*, 4, 47–55.
- Chrestman KR (1999) Secondary exposure to trauma and self reported distress among therapists. In B.H. Stamm (Ed.), *Secondary traumatic stress: Self-care issues for clinicians, researchers, & educators* (s. 29- 36). Lutherville, MD: Sidran Press.
- Copeland, W. E., Shanahan, L., Hinesley, J., Chan, R. F., Aberg, K. A., Fairbank, J. A., ... ve Costello, E. J. (2018). Association of childhood trauma exposure with adult psychiatric disorders and functional outcomes. *JAMA Network Open*, 1(7), e184493-e184493.
- Creamer, T. L., ve Liddle, B. J. (2005). Secondary traumatic stress among disaster mental health workers responding to the september 11 attacks. *Journal of Traumatic Stress*, 18(1), 89–96.
- Crosby, S. D. (2015). An ecological perspective on emerging trauma-informed teaching practices. *Children & Schools*, 37(4), 223-230.
- Cuartero, M. E., ve Campos-Vidal, J. (2018). Self-care behaviours and their relationship with satisfaction and compassion fatigue levels among social workers. *Social Work in Health Care*, 53(3), 274-290.
- Çapri, B. (2020). *Geçmişten günümüze kişilik kuramları*. Ankara: Atlas Akademik Basım ve Yayıncılık.

- Çolak, R. (2022). Existentialism and samuel beckett's waiting for godot. *Journal of Academic Social Science Studies*, 15(89), 141–148.
- Desoete, A. Roeyers, H. ve Buysse, A. (2001). Metacognition and mathematical problem solving in grade 3. *Journal of Learning Disabilities*, s. 435-447. doi:10.1177/002221940103400505. ISSN 0022-2194.
- Downey, L. (2007). *Calmer classrooms: A guide to working with traumatized children*. State of Victoria: Child Safety Commissioner.
- Dulonsky, J. ve Metcalfe, J. (2008). *Metacognition*. California: Sage Publications
- Dursun, S. İ. (2022) *Kanseri olan çocuğa sahip ebeveynlerde ruminasyon ve üstbilişlerin travma sonrası büyüme ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi): Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dürü, Ç. (2006). *Travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası büyümenin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi ve bir model önerisi*. (Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ehlers, A. ve Clarl D. M. (2008). Post-traumatic stress disorder: The development of effective psychological treatments. *Nord J. Psychiatri*; 62 (47), s. 11-18. Doi: 10.1080/08039480802315608.
- Ehring, T., ve Ehlers, A. (2014). Does rumination mediate the relationship between emotion regulation ability and posttraumatic stress disorder?. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1), 23547. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.23547>
- Erden, N. S. (2016). Travma sonrası stres bozukluğu, işyerinde zorbalık ve nörotiklik: araştırma önerisi. *Journal of International Social Research*, 9(46), 674–682. <https://proxy.dogus.edu.tr:2071/10.17719/jisr.20164622634>
- Erdener, M. (2019). *Afet alanında çalışan profesyonellerin psikolojik dayanıklılık ve ikincil travma stres düzeylerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Erdur Baker, Ö., Aksöz Efe, İ. Ve Doğan, T. (2021). *Travma psikolojisi*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.

- Figley, C. R. (1993). Coping with stressors on the home front. *Journal of Social Issues*, 49(4), 51-71.
- Figley, C. R. (1995). Compassion fatigue as secondary traumatic stress disorder: an overview. In *compassion fatigue coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat traumatized*. New York: Routledge.
- Figley, C. R. (2002). *Treating compassion fatigue*. New York: Routledge
- Figley, C. R. ve Kleber R. J. (1995). *Beyond the "victim": secondary traumatic stress. Beyond Trauma: Cultural and societal Dynamics*. New York: Plenum.
- Fisher, P. L., Cherry, M. G., Young, B., Abbey, G., Salmon, P., McNicol, K., ve Smith, E. (2018). The association of metacognitive beliefs with emotional distress and trauma symptoms in adolescent and young adult survivors of cancer. *Journal of Psychosocial Oncology*, 36(5), 545–556.
- Flynn, T. (2006). *Existentialism: A Very Short Introduction*. Oxford: OUP.
- Fowler, M. (2015). Dealing with compassion fatigue. *The Education Digest*, 81(3), 30-35.
- Frankl, V.E. (1999). *Duyulmayan anlam ılığı*. (ev. S. Budak). Ankara: teki Yayınevi.
- Frankl, V.E. (2014). *İnsanın anlam arayışı*. (ev. S. Budak) İstanbul: Okuyan Us.
- Garner, R. ve Alexander, P. A. (1989). Metacognition: Answered and unanswered questions. *Educational psychologist*, 24(2), 143-158.
- Gawda, B. (2017). *Strukturapojęc emocjonalnych. Wykorzystanie technik fluencji werbalnej The structure of emotion concepts. The use of verbal fluency techniques*. Lublin: UMCS.
- Getan, E. (2002). *Varoluş ve psikiyatri*. İstanbul: Metis Yayıncılık.
- Geurten, M., ve Lemaire, P. (2022). Influence of emotional stimuli on metacognition: A study in arithmetic. *Consciousness and Cognition*, 106, 103430.
- Ghahramanlou, M., ve Brodbeck, C. (2000). Predictors of secondary trauma in sexual assault trauma counselors. *International Journal of Emergency Mental Health*, 2(4), 229–240.

- Gökçe, G., ve Yılmaz, B. (2017). Afetlerde yardım çalışanları: İkincil travmatik stres ve başa çıkma. *Türkiye Klinikleri J Psychol-Special Topics*, 2(3), 198-204.
- Gravil, R. (2007). *Existentialism*. Humanities-Ebooks.
- Gündüz, B. (2020) Meslek elemanlarının yaşadıkları ikincil travmatik stres. *İstanbul Kent Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, 1(1), 1 – 14.
- Gürbüz, F. ve Göller, L. (2021). Düşünme üstüne düşünme: üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşları ile metakognitif (üstbilişsel) düşünme ve ruminatif düşünce düzeyleri arasındaki ilişkinin incelemesi. *XIV. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Kongresi*
- Gürkan, A., Yalçın, N. (2017). Sağlık çalışanlarında ikincil travmatik stres. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(2), 90-95.
- Güzey, A. (2020). *Erken dönem uyum bozucu şema alanları ile mülteci yardım çalışanlarındaki ikincil travmatik stresi arasındaki ilişki üzerinde öz-şefkatin aracı rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Hayes, A. F. (2013). *Methodology in the social sciences. Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York, NY, US: Guilford Press.
- Hensel, J. M., Ruiz, C., Finney, C., ve Dewa, C. S. (2015). Meta-analysis of risk factors for secondary traumatic stress in therapeutic work with trauma victims. *Journal of Traumatic Stress*, 28(2), 83-91.
- Herman, J. (1992). *Travma ve iyileşme* (5.basım). İstanbul: Literatür Yayınları.
- Hett, D., Takarangi, M. K. T., ve Flowe, H. D. (2022). The effects of computerised metacognitive cognitive bias modification training on the development of adaptive metacognitive beliefs and post-traumatic stress disorder symptoms. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 75.
- Honsinger, C. ve Brown, M. H. (2019). Preparing trauma-sensitive teachers: strategies for teacher educators. *Teacher Educators' Journal*, 12, 129-152

- Hoppey, D., Mills, K., Reed, D., ve Collinsworth, C. (2021). Teacher candidates' perspectives of infusing innovative pedagogical methods and trauma-informed practices into a teacher education program during the COVID-19 pandemic. *School-University Partnerships*, 14(3), 43–69.
- Hosseini Ramaghani, N. A., Rezaei, F., Sepahvandi, M. A., Gholamrezaei, S., veMirderikvand, F. (2019). The mediating role of the metacognition, time perspectives and experiential avoidance on the relationship between childhood trauma and post-traumatic stress disorder symptoms. *European Journal of Psychotraumatology*, 10(1), 1–11.
- Hydon, S., Wong, M., Langley, A. K., Stein, B. D. ve Kataoka, S. H. (2015). Preventing secondary traumatic stress in educators. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 24(2), 319–333.
- İnceman, H. C. (2022). *Travma sonrası stres bozukluğu olan ve olmayan yanık hastalarında bilişsel ve üstbilişsel yetilerin değerlendirilmesi*. (Yüksek Lisans Tezi).
- Jakimowicz, S., Perry, L., ve Lewis, J. (2018). Compassion satisfaction and fatigue: A cross-sectional survey of Australian intensive care nurses. *Australian Critical Care*, 31(6), 396–405. <https://doi.org/10.1016/j.aucc.2017.10.003>.
- James, A., ve Wells, A. (2002). Death beliefs, superstitious beliefs and health anxiety. *British Journal of Clinical Psychology*, 41(1), 43-53.
- Janoff-Bulmann, R. (1992). *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. New York: Free Press.
- Jenkins, S. R. ve Baird, S. (2002). Secondary traumatic stress and vicarious trauma: A validation study. *Journal of Traumatic Stress*, 15(5), 423-432. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1020193526843>
- Joseph, S. (2018). Executive derailment, coaching and post-traumatic growth: Reflections on practice guided by theory. *Coaching: An International Journal of Theory, Research and Practice*, 11(2), 155–164. <https://doi.org/10.1080/17521882.2018.1478438>.

- Kaba, İ. (2020). Ontolojik iyi-oluş (yaşam projesi) / Ontological well-being (life project). *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(1), 143–154
- Kadambi, M. A., ve Ennis, L. (2004). Reconsidering vicarious trauma: A review of the literature and it's limitations. *Journal of Trauma Practice*, 3(2), 1-21. http://dx.doi.org/10.1300/J189v03n02_01
- Kahil, A. (2016). *Travmatik yaşantıları olan bireylere yardım davranışında bulunan profesyonel ve gönüllülerin ikincil travmatik stres düzeylerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi)
- Kahil, A., ve Palabıyıkoglu, N. R. (2018). Secondary traumatic stress in Turkish aid workers: Adaptation of a measure and investigation of secondary traumatic stress. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 2(3), 107-116.
- Karaman, H. (2020). Adli Psikotraumatooloji. *Uluslararası Türk Kültür Coğrafyasında Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(2), 103.
- Karaoğlu Açıkgoz, B. (2016). *Travma sonrası stres bozukluğu ve depresyon arasındaki ilişkide ontolojik iyi-oluşun aracılık etkisi: bir yapısal eşitlik modellemesi çalışması*. (Yüksek Lisans Tezi).
- Karasar, N. (1998). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kennedy, P. ve Duff J. (2001). Post traumatic stress disorder and spinal cord injuries. *Spinal Cord*, 39(1), 1-10.
- Kılıç, C. ve İnci, F. (2015). Acil tıp çalışanlarında travmatik stres: yaş ve eğitimin koruyucu etkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(4), 236-241.
- Kitano, M., Shoji, K., Nakaita, I., Sano, S., Tachibana, S., Bride, B., Shigemura, J., Waki, F., Noguchi, N., Koga, M., Toda, H., Yoshino, A., Shimizu K. ve Nagamine, M. (2021). Validity and reliability of the secondary traumatic stress scale-japanese version. *Neuropsychopharmacology Reports*, 41(4), 476-484.
- Knight, C. (2013) Indirect trauma: Implications for self-care, supervision, the organization, and the academic institution *Clin. Superv.*, 32(2), 224-243

- Kocayörük, E., Altıntaş, E., Şimşek, Ö. F., Bozanoğlu, İ. ve Çelik, B. (2018). Ontological Wellbeing of University Students: A Cluster-Analysis Approach. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 33(3), s. 550-564. doi:10.16986/huje.2017032927
- Korkut Raptıs, B. (2020). Nietzsche'nin bakışından varoluşçuluk. *Bursa Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Felsefe Dergisi*, 19(2), 500.
- Kuczyńska, A., Widera-Wysoczańska, A. (2016). *Trauma treatment: factors contributing to efficiency*. Cambridge: Cambridge Scholars Publishing
- Kurt, M. (2019). *Yetişkinlerde varoluşsal kaygının, bağlanma stilleri ve umutsuzluk ile olan ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Lai, E. R. (2011). Metacognition: A literature review. *Always learning: Pearson research report*, 24, 1-40.
- Lalayants, M. (2021) Secondary traumatic stress among parent advocates in child welfare. *Journal of Family Social Work*, 24(5), s. 341-362, doi:10.1080/10522158.2021.2003921
- Liu, L., Cheng, L. ve Qu, X. (2023). From existential anxiety to posttraumatic growth: The stranded traveler during the pandemic outbreak. *Annals of Tourism Research*, 99, 103548.
- Livingston J.A. (2003). Metacognition: An Overview. U.S: Department of Education
- Mansueto, G., Caselli, G., Ruggiero, G. M. ve Sassaroli, S. (2019). Metacognitive beliefs and childhood adversities: An overview of the literature. *Psychology, Health & Medicine*, 24(5), 542-550.
- Marmar, C. R., Weiss, D. S., Metzler, T. J. ve Delucchi, K. (1996). Characteristics of emergency services personnel related to peritraumatic dissociation during critical incident exposure. *American Journal of Psychiatry*, 153, 94–102
- Meydan, C.H. ve Şeşen, H., (2011). *Yapısal eşitlik modellemesi AMOS uygulamaları*. Ankara: Detay Yayıncılık.

- Michael, T., Halligan, S. L., Clark, D. M. ve Ehlers, A. (2007). Rumination in posttraumatic stress disorder. *Depression and Anxiety*, 24, s. 307-317. doi:10.1002/da.20228
- Miller, K. I., Stiff, J. B. ve Ellis, B. H. (1988). Communication and empathy as precursors to burnout among human service workers. *Communications Monographs*, 55(3), 250-265.
- Miller, K.; Flint-Stipp, K. (2019). Preservice teacher burnout: secondary trauma and self-care issues in teacher education. *Issues in Teacher Education*, 28(2), 28-45.
- Moses, L.J., ve Biard, J.A. (1999). *Metacognition*. Cambridge: MIT Press.
- Motta, R. W. (2008). Secondary trauma. *International Journal of Emergency Mental Health*, 10(4), 291–298.
- Myers, S. G., ve Wells, A. (2015). Early trauma, negative affect, and anxious attachment: The role of metacognition. *Anxiety, Stress, & Coping*, 28(6), 634–649.
- Nel, K. A., ve Govender, S. (2022). Existential positive psychology (epp): a positive tool for healing existential anxieties in south africa during, and after, the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), 10248.
- Nelson-Gardell, D. ve Harris, D. (2003) Childhood abuse history, secondary traumatic stress, and child welfare workers. *Child Welf.*, pp. 5-26
- Ogińska-Bulik, N. ve Michalska, P. (2020). The relationship between emotional processing deficits and posttraumatic stress disorder symptoms among breast cancer patients: The mediating role of rumination. *Journal of clinical psychology in medical settings*, 27(1), 11-21.
- Oginska-Bulik, N., ve Michalska, P. (2021). Psychological resilience and secondary traumatic stress in nurses working with terminally ill patients-The mediating role of job burnout. *Psychologica Services*, 18(3), 398–405.

- Okday, A. ve Özcan, Z. Ç. (2017). *Biliş üstü beceriler*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Oles P. K. (2013). *Psychologia przełomu połowy życia. Psychology of life breakthrough*. Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL
- Olgun, A. N. (2021). *Yetişkin bireylerde üstbilişsel inançlar ve bilişsel duygu düzenleme becerilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerine etkilerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Østefjells, T., Lystad, J. U., Berg, A. O., Hagen, R., Loewy, R., Sandvik, L., Melle, I., ve Røssberg, J. I. (2017). Metacognitive beliefs mediate the effect of emotional abuse on depressive and psychotic symptoms in severe mental disorders. *Psychological Medicine*, 47(13), 2323–2333.
- Özen, Y. (2018). Psikolojik travmalardan korunma ve tedavi. *Kesit Akademi Dergisi*, 14, 216.
- Özen, Y. (2018). Travma sonrası ortaya çıkan psikolojik bozukluklar üzerine bir değerlendirme. *The Journal of Social Science*, 2(4), 136-159. DOI:10.30520/tjsosci.451037
- Özen, Y. (2019). Psikolojik travmanın insanlık kadar eski tarihi. *The Journal of Social Science*, 3(5), 362.
- Özen, Y. ve Gül, A. (2010). Sosyal ve eğitim bilimleri araştırmalarında evren-örneklem sorunu. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 0 (15), 394-422.
- Özsoy, G. (2008). Üstbiliş. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(4), 713-740.
- Öztürk, O. M., ve Uluşahin, A. (2008). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Özvanlıgil, C. (2020). *Secondary trauma experiences of school psychological and guidance counselors and its impact on job satisfaction / okul psikolojik ve rehber danışmanların ikincil travma deneyimleri ve iş doyumunu üzerindeki etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi).

- Palm, K. M., Polusny, M. A., ve Follette, V. M. (2004). Vicarious traumatization: Potential hazards and interventions for disaster and trauma workers. *Prehospital and Disaster Medicine*, 19, s. 73–78. doi:10.1017/S1049023X00001503
- Papageorgiou, C. ve Wells, A. (2001) Positive beliefs about depressive rumination: development and preliminary validation of a self-report scale. *Behav Ther* 32(1), 13–26. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(01\)80041-1](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(01)80041-1)
- Pearlman, L. A., ve Mac Ian, P. S. (1995). Vicarious traumatization: An empirical study of the effects of trauma work on trauma therapists. *Professional Psychology, Research and Practice*, 26(6), s. 558–565. doi:10.1037/0735-7028.26.6.558
- Pehlivan, T., ve Güner, P. (2018). Compassion fatigue: the known and unknown. *Journal of Psychiatric Nursing/Psikiyatri Hemşireleri Derneği*, 9(2), 129-134. <http://doi.org/10.14744/phd.2017.25582>.
- Perişan, N., ve Koç, V. (2023). Psikolojik dayanıklılık ve kaygı arasındaki ilişkide üstbilişler ve başa çıkma yollarının durumsal aracılık rolü. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 6(1), 1-15.
- Plouffe, K. A. (2015). The relationship of dissociation proneness to secondary trauma, burnout, and compassion satisfaction in mobile crisis workers. *International Journal of Social Science Studies*, 3(3), 235–242.
- Quinn, A., Ji, P. ve Nackerud, L. (2019) Predictors of secondary traumatic stress among social workers: supervision, income, and caseload size. *J. Soc. Work*, 19(4), 504-528
- Rather, Y. H., Maqbool, M., Mir, Z. S., Wani, F. A., Ul Ann, Q., & Banoo, S. (2020). Existential anxiety, depression, anxiety and post-traumatic stress symptoms among patients with COVID-19 infection in Kashmir valley. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 11(10–12), 524–530.
- Remer, R., ve Ferguson, R. A. (1995). Becoming a secondary survivor of sexual assault. *Journal of Counseling & Development*, 73(4), 407-413.
- Reynolds, J. (2006). *Understanding Existentialism*. England: Routledge.

- Ringel, S. ve Brandell, J. R. (2012). *Trauma: Contemporary Directions in Theory, Practice, and Research*. Sage Publications.
- Ruppert, F. (2011). *Travma, bağlanma ve aile konstelasyonları*. (Çev. F. Zengin). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Savaşan, İ. (2020). *Öğrencilerin sınav kaygısı ile olumsuz üst biliş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi): Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Sayın Karakaş, G. (2020). *Depresyon ve Anksiyete Belirtileri Olan Psikiyatri Hastalarında Üstbilişsel İnançların Stres ve Başa Çıkma Çerçevesinde İncelenmesi*. (Doktora Tezi): Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Schauben, L. J. ve Frazier, P. A. (1995). Vicarious trauma: The effects on female counselors of working with sexual violence survivors. *Psychology of Women Quarterly*, 19, 49- 64.
- Schultheiss, O. C., Jones, N. M., Davis, A. Q., ve Kley, C. (2008). The role of implicit motivation in hot and cold goal pursuit: Effects on goal progress, goal rumination, and emotional well-being. *Journal of Research in Personality*, 42(4), 971–987.
- Scrima, F., Miceli, S., Caci, B., ve Cardaci, M. (2022). The relationship between fear of COVID-19 and intention to get vaccinated. The serial mediation roles of existential anxiety and conspiracy beliefs. *Personality and Individual Differences*, 184. Erişim adresi: <https://proxy.dogus.edu.tr:2071/10.1016/j.paid.2021.111188>.
- Seçer, İ., (2015). *SPSS ve LISREL ile pratik veri analizi: analiz ve raporlaştırma*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Seligman, M.E. (2002). *Positive psychology, positive prevention, and positive therapy*. handbook of positive psychology. NY: Oxford University Press.
- Sica, C., Steketee, G., Ghisi, M., Chiri, L. R., ve Franceschini, S. (2007). Metacognitive beliefs and strategies predict worry, obsessive–compulsive symptoms and coping styles: A preliminary prospective study on an Italian

- non-clinical sample. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 14(4), 258-268.
- Simon, K., Petrovic, L., Baker, C. ve Overstreet, S. (2022) An examination of the associations among teacher secondary traumatic stress, teacher–student relationship quality, and student socio-emotional functioning. *School Mental Health*. Erişim adresi: <https://doi.org/10.1007/s12310-022-09507-4>
- Smith Hatcher, S., Bride, B. E., Oh, H., King, D. M., ve Catrett, J. J. F. (2011). An assessment of secondary traumatic stress in juvenile justice education workers. *Journal of Correctional Health Care*, 000(00), s. 1-10. doi: 10.1177/1078345811401509
- Sulhan, N. (2021). *Çocukluk çağı travmalarının yaşam kalitesi ile ilişkisinde üstbilişlerin aracı rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Şeker, A. (2018). *Özel sektör çalışanlarının ontolojik iyi oluş ve umutsuzluk üzerindeki olumsuz otomatik düşüncelerinin etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şimşek, Ö. F., Kocayörük, E. (2013). Affective reactions to one's whole life: preliminary development and validation of the ontological well-being scale. *J Happiness Stud*, 14, 309-343.
- Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş – temel ilkeler ve lisrel uygulamaları*. İstanbul: Ekinoks Eğitim Danışmanlık Hizmetleri.
- Şimşek, Ö. F. (2009). Happiness revisited: Ontological well-being as a theory-based construct of subjective wellbeing. *Journal of Happiness Studies*, 10, s. 505-522. doi:10.1007/s10902-008-9105-6
- Tansel, B. Tunç, A. ve Gündoğdu, M. (2015). Çocuk şube müdürlüğünde çalışan polis memurlarının ikincil travmatik stres düzeylerinin incelenmesi. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 8(2), s. 675-689.
- Tomaszek, K. ve Muchacka-Cymerman, A. (2020). Thinking about my existence during COVID-19, I feel anxiety and awe—the mediating role of existential anxiety and life satisfaction on the relationship between PTSD symptoms and

- post-traumatic growth. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7062. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197062>
- Topal, E. (2016). *Çocukluk çağı travmaları ile ruh sağlığı ilişkisinde ontolojik iyi-oluş düzeyinin aracılık etkisinin yapısal eşitlik modellemesi ile test edilmesi*. (Yüksek Lisans Tezi): Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tosun, A., ve Irak, M. (2008). Üstbiliş ölçeği-30'un türkçe uyarlaması, geçerliği, güvenilirliği, kaygı ve obsesif-kompulsif belirtilerle ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(1).
- Tunç, P. (2021). Covid-19 pandemisinde, travmatik stres belirtileri ve ontolojik iyi oluş arasındaki ilişkide anksiyetenin aracı rolü. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry* 2021; 13(Suppl 1), 40-58.
- Van Bruggen, V., Vos, J., Westerhof, G., Bohlmeijer, E., ve Glas, G. (2015). Systematic review of existential anxiety instruments. *Journal of Humanistic Psychology*, 55(2), 173–201.
- Wagner, D., Heinrichs, M. ve Ehlert, U. (1998). Prevalence of symptoms of posttraumatic stress disorder in German professional firefighters. *American Journal of Psychiatry*, 155, 1727-1732
- Waters, J. A. (2002). Moving forward from September 11: A stress/crisis/trauma response model. *Brief Treatment and Crisis Intervention*, 2(1), 55-74.
- Way, I, VanDeusen KM, Martin, G, Applegate, B. Ve Jandle, D. (2004). Vicarious trauma: A comparison of clinicians who treat survivors of sexual abuse and sexual offenders. *Journal of Interpersonal Violence*, 19(1), 49-71.
- Weathers, F. W., Litz, B. T., Keane, T. M., Palmieri, P. A., Marx, B. P., ve Schnurr, P. P. (2013). The ptsd checklist for dsm-5 (pcl-5). *Scale available from the National Center for PTSD at www.ptsd.va.gov*, 10(4), 206.
- Weems, C. F. Russell, J. D. Neill, E. L. Berman, S. L. ve Scott, B. G. (2016). Existential anxiety among adolescents exposed to disaster: linkages among level of exposure, ptsd, and depression symptoms. *Journal of Traumatic Stress*, 29(5), 466-473.

- Wells A (2005) The metacognitive model of GAD: assessment of metaworry and relationship with DSM-IV generalized anxiety disorder. *Cogn Ther Res* 29(1), 107–121. <https://doi.org/10.1007/s10608-005-1652-0>
- Wells, A. (1995). Meta-cognition and worry: a cognitive model of generalised anxiety disorder. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 23, 301-320.
- Wells, A. (2000). *Emotional disorders and metacognition: Innovative cognitive therapy*. Chichester: Wiley.
- Wells, A. (2009). *Metacognitive therapy for anxiety and depression*. New York: Guilford Press.
- Wells, A. ve Matthews, G. (2014). *Attention and emotion (Classic edition): A clinical perspective*. Psychology Press.
- Wells, A., ve Cartwright-Hatton, S. (2004). A short form of the metacognitions questionnaire: properties of the MCQ-30. *Behaviour Research and Therapy*, 42(4), 385-396.
- Wells, A., ve Matthews, G. (1996). Modelling cognition in emotional disorder: The SREF model. *Behaviour Research and Therapy*, 32, 867-870.
- Wong, P. T. (2015). Meaning therapy: Assessments and interventions. *Existential Analysis*, 26(1), 154-167.
- Wong, P.T. (2012). *The human quest for meaning: theories, research, and applications*. Oxford: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Yalom, I.D. (2018). *Varoluşçu Psikoterapi*. (Çev. Z. Babayiğit). İstanbul: Pegasus Yayınevi.
- Yaman-Karahan, B. (2016). *Yaşamdaki amaç, duygusal iyi oluş, kişisel ölüm korkusu ve duyarlı sevginin ontolojik iyi oluş üzerindeki etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi).
- Yanboluoglu, Ö. (2019). İkincil travmatik stresin meslek elemanları üzerindeki etkileri: bir derleme çalışması. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(36), 141-164.

- Yazıcı, H., Altun, F., Şahin, M., Tosun, C., Pekdemir, Ü. ve Bulut-Yazıcı, E. (2017). Kolektivist başa çıkma stilleri envanteri'nin türk kültürüne uyarlanması. *Journal of Mood Disorders*, 7(2), 93-103.
- Yazıhan, N., & Yelboğa, Z. (2019). Travma sonrası stres bozukluğu hastalarında üstbilişlere ilişkin inançlar. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 22(4), 445–451. Erişim adresi: <https://proxy.dogus.edu.tr:2071/10.5505/kpd.2018.54154>
- Yıkılmaz, M. (2016). *Üniversite öğrencilerinde varoluşsal kaygı: erken dönem uyum bozucu şemalar, kontrol odağı ve travma sonrası gelişimin yordayıcılığı*. (Doktora Tezi).
- Yıldırım, G., Kıdak, L. B. ve Yurdabakan, İ. (2018). İkincil travmatik stres ölçeği: Bir uyarlama çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*; 19(1), 45-51
- Yıldız, E. B. (2017). *Şiddet görmüş kadınlarla çalışan profesyonellerin ikincil travmatik stres deneyimleri*. (Yüksek Lisans Tezi). Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yılmaz, B., Hisli Şahin, N. (2007). Arama-kurtarma çalışanlarında travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası büyüme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 22(59), s. 119-133.
- Yurtsever, H. (2009). *Kişilik özelliklerinin stres düzeyine etkisi ve stresle başa çıkma yolları*. (Yüksek Lisans Tezi): Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Yzerbyt, V. Y., Dardenne, B., ve Lories, G. (1998). Metacognition: Cognitive and social dimensions. *Metacognition*, 1-272.
- Zara, A.; İçöz F. J. (2015). Türkiye'de ruh sağlığı alanında travma mağdurlarıyla çalışanlarda ikincil travmatik stres. *Klinik Psikiyatri Dergisi*; 18, 15-23.

EKLER

Ek 1: Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Anket No:

Değerli Katılımcı;

Bu çalışma Doğuş Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora Programı tarafından yürütülmekte ve travmatik yaşantı ile ikincil travmatik stres belirtileri ve varoluşsal kaygı ile ontolojik iyi oluş arasındaki ilişkilerde üstbilişsel inançların aracı etkisinin değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. Ankette bulunan sorulara vereceğiniz cevaplar tarafımızca saklı tutulacak ve tamamen bilimsel amaçlı olarak kullanılacaktır.

DEMOGRAFİK ÖZELLİKLER

1	Cinsiyet	1-() Kadın	2-() Erkek
2	Medeni Durum	1-() Evli	2-() Bekar
3	Doğum Tarihi	/...../.....	
4	Eğitim Durumu	1-()MYO	2-() Lisans 3-() Yüksek Lisans 4-() Doktora

MESLEK İLE İLGİLİ BİLGİLER

5	Hangi ilçede çalışıyorsunuz? 1-() Seyhan 2-() Çukurova 3-() Yüreğir 4-() Sarıçam
6	Hangi kademedede çalışıyorsunuz? 1-() Anaokulu 2-() İlkokul 3-() Ortaokul 4-() Lise
7	Branşınız nedir?
8	Kaç yıldır bu meslekte çalışıyorsunuz?
9	Mesleğinizle ilgili herhangi bir travmatik yaşantınız oldu mu? 1-() Evet. (Lütfen belirtiniz.....) 2-() Hayır.
10	Öğrencilerinizin travmatik yaşantılarına şahit oldunuz mu? 1-() Evet. (Lütfen belirtiniz.....) 2-() Hayır.
11	Okul personelinin travmatik yaşantılarına şahit oldunuz mu? 1-() Evet. (Lütfen belirtiniz.....) 2-() Hayır.
12	Mesleğinizle ilgili yaşadığınız veya şahit olduğunuz travmatik yaşantılarınız nedeniyle bir yardım aldınız mı? 1-() Evet 2-() Hayır
13	Ne tür bir yardım aldınız? 1-() Psikolojik yardım 2-() Psikiyatrik ilaç desteği 3-() Arkadaş desteği 4-() Aile desteği 5-() Dini-Manevi danışmanlık 6-() Diğer

Ek 2: İkincil Travmatik Stres Ölçeği Türkçe Formu

İKİNCİL TRAVMATİK STRES ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki listede travmatize olmuş danışanlarla çalışmaktan etkilenen bazı yardım gruplarının duygusal yaşantılarına ilişkin ifadeler yer almaktadır. Lütfen her ifadeyi okuyunuz ve son yedi (7) gün içerisinde durumu ne sıklıkta yaşadığınızı, ilgili kutucuğa çarpı (X) atarak belirtiniz.

NOT: “Danışan” kelimesi bir yardım ilişkisinde bulunduğunuz kişiyi betimlemektedir. Örn: Müşteri, hasta veya yardım alan kişi gibi.

S.N	MADDELER	Hiçbir Zaman	Çok Az	Bazen	Sık sık	Çok Sık
1	Kendimi duygusal olarak uyuşmuş hissettim.					
2	Danışanlarımla olan görüşmelerimi düşündüğümde kalbim hızla çarpmaya başladı.					
3	Danışan(lar)ım tarafından yaşanmış travma(lar)yı sanki yeniden yaşıyormuş hissine kapıldım.					
4	Uyumakta güçlük yaşadım.					
5	Gelecek hakkında ümitsizliğe kapıldım.					
6	Danışanlarımla olan görüşmelerimi aklıma getiren hatırlatıcılar beni üzdü.					
7	Başkalarıyla sosyal ortamlarda birlikte olma isteğim azdı.					
8	Kendimi tedirgin hissettim.					
9	Her zaman olduğumdan daha az aktiftim.					
10	Amaçlamadığım halde danışanlarımla olan görüşmelerimi ister istemez düşündüm.					
11	Odaklanmakta güçlük yaşadım.					
12	Bana danışanlarımla yaptığım görüşmeleri hatırlatan kişi, yer veya şeylerden kaçındım.					
13	Danışanlarımla olan görüşmelerim hakkında rahatsız edici rüyalar gördüm.					
14	Bazı danışanlarımla çalışmaktan uzak durmak istedim					
15	Çabuk bunaldım.					
16	Kötü bir şey olacakmış beklentisindeydim.					
17	Danışanlarımla olan görüşmelerim ile ilgili belleğimde boşluklar olduğunu fark ettim.					

Ek 3: Üstbiliş Ölçeği-30

ÜSTBİLİŞ ÖLÇEĞİ-30

Bu anket kişilerin kendi düşüncelerine ilişkin inançlarını incelemektedir. Aşağıda bireyler tarafından ifade edilmiş bazı inanç maddeleri listelenmiştir. Lütfen her bir maddeyi okuyarak her birine ne kadar katıldığınızı uygun rakamı işaretleyerek belirtiniz. Bu ankette doğru ya da yanlış cevap bulunmamaktadır.

S.N	MADDELER	Kesinlikle Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Endişelenmek gelecekteki problemlerden kaçınmama yardımcı olur.				
2	Endişelenmem benim için tehlikelidir.				
3	Aklımdan geçenlerle çok uğraşırım.				
4	Endişe ede ede kendimi hasta edebilirim.				
5	Bir problem üzerinde düşünürken zihnimin nasıl çalıştığının farkındayım.				
6	Eğer beni endişelendiren bir düşünceyi kontrol edemezsem ve bu gerçekleşirse, benim hatam olur.				
7	Düzenliliğimi sürdürebilmem için endişe etmeye ihtiyacım var.				
8	Kelimeler ve isimler konusunda belleğime güvenim pek yoktur.				
9	Ne kadar engellemeye çalışırsam çalışayım, endişe verici düşüncelerim devam eder.				
10	Endişelenmek kafamdaki düşünceleri düzene sokmama yardım eder.				
11	Endişe verici düşünceler aklıma geldiğinde onları görmezden gelemiyorum.				
12	Düşüncelerimi izlerim.				
13	Düşüncelerimi her zaman kontrol altında tutmalıyım.				
14	Belleğim zaman zaman beni yanıltır.				
15	Belirli düşüncelerimi kontrol etmediğim için cezalandırılacağım.				
16	Endişelerim beni delirtebilir.				
17	Düşündüğümün her an farkındayım.				
18	Zayıf bir belleğim vardır.				
19	Dikkatim zihnimin nasıl çalıştığıyla meşguldür.				
20	Endişelenmek bir şeylerin üstesinden gelmeme yardım eder.				
21	Düşüncelerimi kontrol edememek bir zayıflık işaretidir.				
22	Endişelenmeye başladığım zaman kendimi durduramam.				
23	Endişelenmek problemleri çözmede bana yardımcı olur.				
24	Bir yerleri hatırlama konusunda belleğime pek güvenmem.				
25	Belirli şeyleri düşünmek kötüdür.				
26	Belleğime güvenmem.				
27	Eğer düşüncelerimi kontrol edemezsem işlerimi sürdüremem.				
28	İyi çalışabilmek için endişelenmeye ihtiyacım vardır.				
29	Olayları hatırlama konusunda belleğime pek güvenmem.				
30	Düşüncelerimi sürekli gözden geçiririm.				

Ek 4: Varoluşsal Kaygı Ölçeği

VAROLUŞSAL KAYGI ÖLÇEĞİ

Değerli katılımcı; lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi yansıttığına en çok inandığınız seçeneği işaretleyin.

S.N	MADDELER	Beni hiç yansıtmıyor	Beni çok az yansıtmıyor	Beni orta derece yansıtmıyor	Beni oldukça çok yansıtmıyor	Beni tamamen yansıtmıyor
1	Dünyada bir iz bırakmayı önemsiyorum.					
2	Gelecekte beni bekleyen önemli görevlerim olduğuna inanıyorum.					
3	Sebebini bilmediğim bir can sıkıntısı yaşıyorum.					
4	Kendimi, dünyaya atılmış gibi hissediyorum.					
5	Ölümümü, yaşamımın doğal bir parçası olarak görüyorum.					
6	Uğruna çaba göstermeye değer amaçlara sahibim.					
7	Yaşamımın sona erecek olmasını kabullenemiyorum.					
8	Yaşamda ilgimi çeken şeyler var.					
9	Yaşama bir şeyler katabilmeyi önemsiyorum.					
10	Kararlarımı çoğunluğun görüşüne göre belirliyorum.					
11	Yaşamımla ilgili önemli kararlar vermem gerektiğinde tutulup kalıyorum.					
12	İnsanların dünyasına dahil olamıyorum.					
13	Yapmayı planladığım şeylerin önemine inanıyorum.					
14	Yaşamımı başkalarının denetiminde yaşıyorum.					
15	Yaşam hakkında başkalarına öğretebileceğim değerli şeylerim olduğunu hissediyorum.					
16	Yaşamımın sona ereceğini düşününce boşluğa düşüyorum.					
17	Yaşamda iyi işler yaptığımı düşünüyorum.					
18	Yapmayı tasarladığım şeylerin doğruluğuna inanıyorum.					
19	Gerçekleştirmeyi tasarladığım şeylerin yararına inanıyorum.					
20	Yok olup gitmekten korkuyorum.					
21	Kendimi, diğer insanlardan soyutlanmış gibi hissediyorum.					
22	Yalnız kaldığımda huzursuzluktan kıvranıyorum.					
23	Tek başına seçim yapmanın sorumluluğundan korkuyorum.					
24	Kendimi güvende hissetmek için diğer insanların yaptıklarını yapıyorum.					
25	Ölüm düşüncesini aklımdan çıkaramıyorum.					

Ek 5: Yaşam Projesi (Ontolojik İyi Oluş) Ölçeği

YAŞAM PROJESİ ÖLÇEĞİ

Lütfen yaşamınızı geçmiş, bugün ve geleceğiyle kişisel bir proje olarak düşünün. Her proje gibi, yaşamınızın da tamamlanmış (GEÇMİŞ), yaşanmakta olan (ŞİMDİ) ve yaşanacak (GELECEK) parçaları söz konusudur. Sizden beklenen, bu parçaların her birine kendi içinde bir bütün olarak baktığınızda, verilen duyguları ne kadar yoğun hissettiğinizi aşağıdaki ölçeği dikkate alarak derecelendirmenizdir

S.N	YAŞAM PROJEMİN TAMAMLANMIŞ KISMINA BAKTIĞIMDA	Hiç Hissetmiyorum	Biraz Hissediyorum	Yoğun Hissediyorum	Oldukça Yoğun Hissediyorum	Çok Yoğun Hissediyorum
1	Gurur duyuyorum					
2	Hayal kırıklığı hissediyorum					
3	Tatmin yaşıyorum					
4	Pişmanlık hissediyorum					
5	Üzüntü duyuyorum					
6	Suçluluk hissediyorum					
7	Yetersizlik hissediyorum					
	YAŞAM PROJEMİN YAŞAMAKTA OLDUĞUM KISMINA BAKTIĞIMDA					
8	Yorgun hissediyorum					
9	Coşkulu hissediyorum					
10	Amaçsız hissediyorum					
11	Kaybolmuş hissediyorum					
12	Motive olmuş hissediyorum					
13	Enerjik hissediyorum					
14	Heyecanlı hissediyorum					
15	Sorumsuz hissediyorum					
16	Bomboş hissediyorum					
17	Kaygılı hissediyorum					
18	Çaresiz hissediyorum					
	YAŞAM PROJEMİN GELECEĞİNİ DÜŞÜNDÜĞÜMDE					
19	Umutlu hissediyorum					
20	Güçlü hissediyorum					
21	Kendinden emin hissediyorum					
22	Cesur hissediyorum					
23	Dört gözle beklediğimi hissediyorum					
24	Hevesli hissediyorum					

Ek 6: Yaşam Olayları Kontrol Listesi (YOKL-5)

YAŞAM OLAYLARI KONTROL LİSTESİ (YOKL-5)

Aşağıda insanların bazen yaşadıkları bir grup zor ve stresli durumlar listelenmiştir. Her bir olay için sağ tarafta yer alan bir veya daha fazla kutucuğu şu açıklamalara uygun olarak işaretleyiniz: (a) Kişisel olarak bizzat yaşadınız; (b) bir başkasının başına geldiğine şahit oldunuz; (c) yakın bir aile üyenizin veya yakın bir arkadaşınızın başına geldiğini öğrendiniz; (d) işiniz gereği bu olaya maruz kaldınız (örn., askeri doktor, polis, asker veya benzer bir meslek üyesi olarak); (e) buna benzer bir olay yaşadığınıza emin değilsiniz veya (f) size uygun değil.

Listede yer alan olayları bütün geçmiş yaşamınızı (büyürken olduğu kadar yetişkinliği de) dikkate alarak değerlendiriniz.

S.N	OLAY	Bizzat Yaşadım	Şahit Oldum	Öğrendim	İşimin Gereği	Emin Değilim	Bana Uygun Değil
1	Doğal afet (örneğin, deprem, sel, tufan, hortum)						
2	Yangın veya patlama						
3	Seyahat ederken kaza (örneğin, araba kazası, gemi kazası, tren çarpması, uçak kazası)						
4	İşte, evde veya eğlenceli bir etkinlik sırasında ciddi kaza						
5	Zehirli maddeye maruz kalma (örneğin, tehlikeli kimyasallar, radyasyon)						
6	Fiziksel saldırı (örneğin, saldırıya uğrama, yumruk yeme, tekmelenme, tokatlanma, dayak yeme)						
7	Silahlı saldırıya uğrama (örneğin, vurulma, bıçaklanma, bıçakla silahla veya bombayla tehdit edilme)						
8	Cinsel saldırı (ırza saldırı, ırza saldırı girişimi, zor kullanarak veya zarar verme tehdidiyle her türlü cinsel eylem)						
9	Diğer türlü istenmeyen veya rahatsızlık veren cinsel deneyim						
10	Bir savaş bölgesinde çatışmaya girme veya ateş altında kalma (askerde veya sivil olarak)						
11	Esaret (örneğin, kaçırılma, esir alınma, rehin alınma, savaş tutsağı)						
12	Yaşamı tehdit eden hastalık veya yaralanma						
13	Ciddi ızdırap çekme						
14	Ani vahşice ölüm (örneğin, cinayet, intihar)						
15	Ani kaza sonucu olan ölüm						
16	Sizin bir başkasının ciddi şekilde yaralanmasına, zarar görmesine veya ölümüne sebep olmanız						
17	Herhangi bir başka çok stresli olay veya deneyim						

Ek 7: Bilgilendirilmiş Onam Formu

BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Sizi Ece CÖMERTPAY tarafından yürütülen “Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Üstbilişsel İnançların Aracı Rolünün İncelenmesi” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu çalışma ile Kişisel Travmatik Yaşantı ile İkincil Travmatik Stres Belirtileri ve Varoluşsal Kaygı ile Ontolojik İyi Oluş arasındaki ilişkiler; Üstbilişsel İnançların bu ilişkiler üzerindeki aracı etkisi ve bu düzeyleri etkileyebilecek etkenlerin incelenmesi amaçlanmaktadır. Ankette bulunan sorulara vereceğiniz cevaplar tarafımızca saklı tutulacak ve tamamen bilimsel amaçlı olarak kullanılacaktır. Araştırmada sizden tahminen 30 dakika ayırmanız istenmektedir. Araştırmaya sizin dışınızda tahminen 900 kişi katılacaktır. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz **gizli tutulacaktır**; ancak verileriniz yayın amacı ile kullanılabilir. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya ı e-posta adresinden ulaşabilirsiniz. Araştırma tamamlandığında genel/size özel sonuçların sizinle paylaşılmasını istiyorsanız lütfen araştırmacıya iletiniz.

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı/araştırmacılar tarafından yapıldı. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının

Adı-

Soyadı:.....

İmzası:

NOT: Bu form iki nüsha halinde düzenlenir. Bu nüshalardan biri imza karşılığında gönüllü kişiye verilir, diğer araştırmacı tarafından saklanır.

Araştırmacının

Adı-Soyadı: Ece CÖMERTPAY

İmzası:

Ek 8: İkincil Travmatik Stres Ölçeği İzni

← İkincil Travmatik Stres Ölçeği Uygulama İzin Talebi



İrfan Yurdabakan

Kime: Siz



21/09/2022 Çar 00:42

Sevgili Ece Cömertpay, İkincil Travmatik Stres ölçeğini doktora çalışmanızda kullanabilirsiniz. Başarılar diliyorum.

Prof. Dr. İrfan Yurdabakan

iPhone'umdan gönderildi

Ece Cömertpay

şunları yazdı (20 Eyl 2022 15:46):

Merhaba

Ben Doğuş Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora öğrencilerinden Ece CÖMERTPAY. Şu an tez dönemindeyim ve

"Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki

Üstbilişsel İnançların Aracı Rolünün İncelenmesi" isimli bir araştırma yapmayı planlamaktayım. Uygun gördüğünüz takvirdede geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yapmış olduğunuz İkincil Travmatik Stres Ölçeğini Doktora tezimde kullanmak istiyorum.

Saygılarımla

Ece CÖMERTPAY

Ek 9: Üstbiliş Ölçeği İzni

Üstbiliş-30 Ölçeği Uygulama İzin Talebi

Metehan IRAK

Kime: Siz

11.09.2022 Paz 17:55

Irak & Tosun.pdf 157 KB

MCQ-30 TR.PDF 34 KB

MCQ-30 alt faktörler ve pua... 276 KB

Tosun & Irak.pdf 255 KB

4 ek (722 KB) Tümünü OneDrive'a kaydet Tümünü indir

Ektedir, kolay gelsin.
Metehan

Gönderen: Ece Cömertpay
Gönderildi: 11 Eylül 2022 Pazar 09:25
Kime: Metehan IRAK
Konu: Üstbiliş-30 Ölçeği Uygulama İzin Talebi

adresinden çok sık e-posta alıyorsunuz. [Burun neden önemli olduğunu öğrenin](#)

Yanıtla İlet

Ece Cömertpay

11.09.2022 Paz 09:25

Merhaba

Ben Doğuş Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora öğrencilerinden Ece CÖMERTPAY. Şu an tez dönemindeyim ve

"Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide

Üstbilişsel İnançların Aracı Rolünün İncelenmesi" isimli bir araştırma yapmayı planlamaktayım. Uygun gördüğünüz takdirde geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yapmış olduğunuz Üstbiliş-30 Ölçeğini Doktora tezimde kullanmak istiyorum.

Saygılarımla
Ece CÖMERTPAY

Ek 10: Varoluşsal Kaygı Ölçeği İzni



Murat YIKILMAZ

Kime: Siz



21.09.2022 Çar 08:09



Değerli meslektaşım

Varoluşsal Kaygı Ölçeği ekteedir. Çalışmalarınızda kullanabilirsiniz.

20 Eyl 2022 Sal 15:32 tarihinde Ece Cömertpay <

şunu yazdı:

Merhaba

Ben Doğuş Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora öğrencilerinden Ece CÖMERTPAY. Şu an tez dönemindeyim ve

"Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki

Üstbilişsel İnançların Aracı Rolünün İncelenmesi" isimli bir araştırma yapmayı planlamaktayım. Uygun gördüğünüz takdirde geliştirmiş olduğunuz Varoluşsal Kaygı Ölçeğini

Doktora tezimde kullanmak istiyorum.

Saygılarımla

Ece CÖMERTPAY

Ek 11: Yaşam Projesi Ölçeği İzni

← Yaşam Projesi Ölçeği Uygulama İzin Talebi



Omer Faruk Simsek

Kime: Siz



12.09.2022 Pzt 13:27

Ece merhaba, tabii ki kullanabilirsin ölçeğimi, ilgin için teşekkür eder başarılar dilerim.

Ece Cömertpay 11 Eyl 2022 Paz, 08:51 tarihinde şunu yazdı:

Merhaba
Ben Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora öğrencilerinden Ece CÖMERTPAY. Şu an tez dönemindeyim ve
"Kişisel Travmatik Yaşam ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide
Üstbilişsel İnançların Aracı Rolünün İncelenmesi" isimli bir araştırma yapmayı planlamaktayım. Uygun gördüğünüz takdirde gelişmiş olduğunuz Yaşam Projesi Ölçeğini
Doktora tezimde kullanmak istiyorum.
Saygılarımla
Ece CÖMERTPAY

--
Ömer Faruk Şimşek, Ph.D.

Yanıtla

İlet

Ek 12: Yaşam Olayları Kontrol Listesi İzni

← Yaşam Olayları Kontrol Listesi-5 Uygulama İzin Talebi



Pinar Güzel Özdemir ·
Kime: Siz



29.09.2022 Per 14:14

Evet tabii kullanabilirsiniz.

29 Eylül 2022 Perşembe 13:57:29 GMT+3 tarihinde, Ece Cömertpay şunu yazdı:

Merhaba
Ben Doğuş Üniversitesi Klinik Psikoloji Doktora öğrencilerinden Ece CÖMERTPAY. Şu an tez dönemindeyim ve
**"Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişki
Üstbilişsel İnançların Aracı Rolünün İncelenmesi"** isimli bir araştırmaya yapmayı planlamaktayım. Uygun gördüğünüz takdirde geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yapmış olduğunuz Yaşam Olayları Kontrol Listesi-5'i Doktora tezimde kullanmak istiyorum.
Saygılarımla
Ece CÖMERTPAY

Yanıtla

İlet

Etik Kurul

Evrak Tarih ve Sayısı: 29.07.2022-28556



DOĞUŞ ÜNİVERSİTESİ Etik Kurulu

Sayı : E-42435178-050.06.04-28556
Konu : Ece Cömertpay'ın Etik Kurul Raporu Hk.

29.07.2022

REKTÖRLÜK MAKAMINA

Etik Kurulu'nun 29.07.2022 tarihinde gerçekleştirmiş olduğu toplantıda, Ece CÖMERTPAY'ın araştırması için yapmış olduğu başvuruya ilgili almış olduğu kararı ekte bilgi ve onaylarınıza saygılarımla arz ederim.

Prof.Dr. Mesut KUMRU
Kurul Başkanı

Ek:Ece CÖMERTPAY'ın Etik Kurul Raporu (21 Sayfa)

Bu belge, güvenli elektronik imza ile onzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu :BSV2YZNBK Pın Kodu :46332
Adres:Dudullu OSB Mah. Nato Yolu Cad. 265/1 Ümraniye İstanbul
Telefon:Tel: 444 79 97 Faks:225 327 96 31
e-Posta:info@dogus.edu.tr Web:www.dogus.edu.tr
Kep Adresi: dogusuniversitesi@sof1.kep.tr

Belge Takip Adresi : <https://turkiye.gov.tr/dogus-universitesi-ehys>

Bilgi için: Aynur ŞAFAK
Unvan: Raporör



Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

29.07.2022

Doğuş Üniversitesi Rektörlüğüne,

İlgi: Ece CÖMERTPAY'in araştırması için Etik Kurul Başkanlığına yapılan 21.06.2022 tarihli başvuru.

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Doktora Programı öğrencisi Ece CÖMERTPAY'in Dr. Öğr. Üyesi Hilal DURAK danışmanlığı altında yürütülecek olan *"Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Üstbilişsel İnançların Aracı Rolünün İncelenmesi"* başlıklı araştırması için yapacağı ankette kullanacağı soruların bilimsel araştırma etiği açısından *uygun olduğu* tespit edilerek ilişik rapor hazırlanmıştır.

Konuyu bilginize sunar, ilişik raporun araştırmacıya ulaştırılmak üzere Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü'ne gönderilmesini saygı ile arz ederim.

Prof. Dr. Mesut KUMRU
Etik Kurul Başkanı

Eki: 1 adet Etik Kurul Raporu

29.07.2022

Sayı :2022/103
Konu : Etik Kurul izni

Ece CÖMERTPAY
Doğuş Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Klinik Psikoloji Doktora Programı Öğrencisi

Doğuş Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Doktora Programı çerçevesinde Dr. Öğr. Üyesi Hilal DURAK danışmanlığı altında yürütülecek olan **"Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Üstbilişsel İnançların Aracı Rolünün İncelenmesi"** başlıklı araştırmanız için yapacağınız ankete ait sorularla ilgili olarak Doğuş Üniversitesi Etik Kuruluna yapmış olduğunuz başvuru Etik Kurulunda incelenmiş, bilimsel araştırma etiği açısından **uygun olduğuna** karar verilmiştir.

Bilgilerinizi rica ederiz.

Prof. Dr. Mesut KUMRU
Etik Kurul Başkanı
Mühendislik Fakültesi

Prof. Dr. Hamide ZAFER
Etik Kurul Üyesi
Hukuk Fakültesi

Prof. Dr. Oktay VELİEV
Etik Kurul Üyesi
Mühendislik Fakültesi

Prof. Dr. Nüket SARACEL
Etik Kurul Üyesi
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

Doç. Dr. Gülsün Pelin SARIOĞLU ERDOĞDU
Etik Kurul Üyesi
Sanat ve Tasarım Fakültesi

Prof. Dr. Tarık BAYKARA
Etik Kurul Üyesi
Mühendislik Fakültesi

Dr. Öğr. Üyesi Hatice Nevzat MUHTAR
Etik Kurul Üyesi
Fen Edebiyat Fakültesi



DOĞUŞ ÜNİVERSİTESİ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Sayı : E-15705228-300-26852
Konu : Ece Cömertpay'ın Etik Kurul Başvurusu Hk.

21.06.2022

REKTÖRLÜK MAKAMINA

Enstitümüz Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Doktora Programı 20192003063 numaralı öğrencisi Ece CÖMERTPAY'ın "Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtileri ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Üstbilişsel İnançların Aracı Rolünün İncelenmesi" başlıklı tezinin, araştırma sırasında yapmış olduğu güncel çalışmanın bilimsel araştırma etiği açısından uygunluğunun tespiti için etik kurul onayına sunulması hususunda bilgilerinize saygılarımla arz ederim.

Dr.Öğr. Üyesi Ahmet Yekta KAYMAN
Müdür

Ek:Başvuru Evrakları.

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu :BSC27IVUK Pin Kodu :32032
Adres:Dudulu OSB Mah. Nato Yolu Cad. 26/51 Ümraniye İstanbul
Telefon:Tel: 444 79 97 Faks:0216 327 96 31
e-Posta:info@dogus.edu.tr Web:www.dogus.edu.tr
Kep Adresi: dogusuniversitesi@hs01.kep.tr

Belge Takip Adresi : <https://turkiye.gov.tr/dogus-universitesi-ebys>

Bilgi için: Selin UNAL
Unvanı: Enstitü Sekreteri



Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adana Milli Eğitim Müdürlüğü Uygulama İzni

Evrak Tarih ve Sayısı: 21.11.2022-36683



T.C.
ADANA VALİLİĞİ
İl Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-98258552-604.01.01-63808945
Konu : Ece CÖMERTPAY'ın
Uygulama İzni

18.11.2022

DOĞUŞ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

- İlgi: a) 12.10.2022 tarihli ve E-15705228-044-34291 sayılı yazınız.
b) Valilik Makamı'nın 18.11.2022 tarih ve E-98258552-20-63796833 sayılı onayı.

Doğuş Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Doktora programı 20192003063 numaralı öğrencisi Ece CÖMERTPAY, danışmanı Dr.Öğr. Üyesi Hilal DURAK yönetiminde hazırlamış olduğu "Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtiler ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Üstbilişsel İnançların Aracı Rolünün " başlıklı çalışması kapsamında Adana İli Çukurova, Seyhan, Sarıçam, Yüreğir ilçelerindeki okullarda görev yapan öğretmenlere uygulama yapmak isteği ile ilgi (b) olur ekte gönderilmiştir.

2020/2 Nolu Milli Eğitim Bakanlığı Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesi 28. Maddesi gereği; Bilimsel Araştırma sonuç raporunun ya da Yüksek Öğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi Veri Tabanında arşivlenmesine izin verildiğine dair tez sonuç linkinin çalışma bitiminden itibaren 30 gün içerisinde Müdürlüğümüze gönderilmesi hususunda;

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Yaşar KOÇAK
Vali a.
Milli Eğitim Müdürü

Ek:
- Onay Örneği (1 Sayfa).

Adres : Döyeme Mah.Mücahizler Cad.Yeni Valilik Binası

Telefon No : 0 (322) 200 91 82

E-Posta: arge01@meb.gov.tr

Kep Adresi : meb@adana.kep.tr

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ehya>

Bilgi için: Emin ARSLAN-V.H.K.İ

Unvan : Veri Hazırlama ve Kontrol İşletmeni

İnternet Adresi: <http://adana.meb.gov.tr>

Faks:0000000000

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evrak.meb.gov.tr/adresinden> F18B-11F9-3017-BACB-7188 koda ile teyit edilebilir.

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır..



T.C.
ADANA VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-98258552-20-63796833
Konu : Ece CÖMERTPAY'ın
Uygulama İzni

18/11/2022

VALİLİK MAKAMINA

İlgi : Doğuş Üniversitesi'nin 12.10.2022 tarih ve E-15705228-044-3491 sayılı yazısı.

Doğuş Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Eğitim Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Doktora programı 20192003063 numaralı öğrencisi Ece CÖMERTPAY , danışmanı Dr.Öğr. Üyesi Hilal DURAK yönetiminde hazırlamış olduğu "Kişisel Travmatik Yaşantı ve İkincil Travmatik Stres Belirtiler ile Varoluşsal Kaygı ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Üstbilişsel İnançların Aracı Rolünün " başlıklı çalışması kapsamında Adana İli Çukurova, Seyhan, Sarıçam, Yüreğir ilçelerindeki okullarda görev yapan öğretmenlere uygulama yapmak isteği ile ilgili ilgi yazı ekte sunulmuştur.

Söz konusu uygulama çalışmasının, İlimiz İl Araştırma Değerlendirme Komisyonu'nun 17/11/2022 tarihli "Uygundur" raporu doğrultusunda, 2022-2023 Eğitim-Öğretim yılında, eğitim-öğretim faaliyetlerini aksatmayacak şekilde, okul içerisinde öğrencilerin yer aldığı herhangi bir görüntü kaydı yapılmadan, 2020/2 nolu Millî Eğitim Bakanlığı Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesine göre uygulanması Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Yaşar KOÇAK
Millî Eğitim Müdürü

OLUR
Adem ARSLAN
Vali a.
Vali Yardımcısı

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : Dışişleri Mah. Mücahitler Cad. Yeni Valilik Binası

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meh-ehya>

Bilgi için: Emin ARSLAN-V.H.K.1

Unvan : Veri Hazırlama ve Kontrol İşletmeni

İnternet Adresi: <http://adana.meb.gov.tr> Faks:0000000000

Teléfono No : 0 (322) 200 91 82

E-Posta : argel@meb.gov.tr

Kep Adresi : meb@kub01.kep.tr

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evrakosge.meb.gov.tr/adnanadana> 3E70-5298-338C-2627-B982 koda ile teyit edilebilir.