

AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN YAS YOĞUNLUK DÜZEYLERİNİN KİŞİLİK
ÖZELLİKLERİ BAĞLANMA STİLLERİ VE SÜREGİDEN BAĞLAR
AÇISINDAN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ZARİFE ÇAKIR

Danışman

Prof. Dr. Mustafa USLU

Antalya, 2024

DOĞRULUK BEYANI

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum bu çalışmayı, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yol ve yardıma başvurmaksızın yazdığımı, yararlandığım eserlerin kaynakçalardan gösterilenlerden oluştuğunu ve bu eserleri her kullanışırmda alıntı yaparak yararlandığımı belirtir; bunu onurumla doğrularım. Enstitü tarafından belli bir zamana bağılı olmaksızın, tezimle ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçlara katlanacağımı bildiririm.

20 / 07 /2024

Zarife ÇAKIR



AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Zarife ÇAKIR 'ın bu çalışması 13.08.2024 tarihinde jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programında Yüksek Lisans Tezi olarak oy birliği ile kabul edilmiştir

İMZA

Başkan : (Prof. Dr.)**Selahattin AVŞAROĞLU**
(Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, PDR)

Üye : (Doç. Dr.)**Tuğba SARI**
(Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, PDR)

Üye (Danışman) : (Prof. Dr.)**Mustafa USLU**
(Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, PDR)

YÜKSEK LİSANS TEZİNİN ADI: Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluk Düzeylerinin Kişilik Özellikleri Bağlanma Stilleri ve Süregiden Bağlar Açısından İncelenmesi

ONAY: Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulunun tarihli ve sayılı kararıyla kabul edilmiştir.

Doç. Dr. Güçlü ŞEKERCİOĞLU

Enstitü Müdürü

CANIM BABAMA

SEVGİ VE ÖZLEMLE...



TEŞEKKÜR

Öncelikle yas konusunda çalışma isteğimle birlikte tereddütlerim varken sunduğu bakış açılarıyla beni bu konuda çalışmaya teşvik eden, sahip olduğu donanım ve tecrübeleriyle bana yönderlik yapan, tez danışmanım ve değerli hocam Prof. Dr. Mustafa USLU'ya çok teşekkür ederim.

Tez savunma jürimde yer alarak kıymetli görüşleriyle tezimi zenginleştiren ve tezime vakit ayıran değerli hocalarım Prof. Dr. Selahattin AVŞAROĞLU ve Doç. Dr. Tuğba SARI'ya çok teşekkür ederim.

Lisans hayatımda yas ile tanışmamı sağlayan, donanımı ve geniş ufkuyla karşılaştığım kişi ve olaylara daha manalı bakmama vesile olan değerli hocam Prof. Dr. Cem Ali GİZİR'e çokça müteşekkirim.

Yüksek lisans vesilesiyle tanıştığım, “yalnız kalmana müsaade edebiliriz ama yalnız hissetmene asla...” diyen sevgili arkadaşlarım Melike GÜMÜŞ ve Safiye ÜNLÜ KALE'ye çok teşekkür ederim. Sizinle birlikte her şey daha kolay ve daha güzeldi.

Tezimi zenginleştirmem noktasında fikren ve teknik açıdan katkı sunan değerli meslektaşım Ferhat YILDIZ'a çok teşekkür ederim.

Dokunduğu dost eliyle hayatımdaki kara bulutları dağıtan, birlikte çıktığımız ideal yolculuğunda; yürüdüğüm yolu ve vardığım yeri güzelleştiren kıymetli dostum Betül TOHUMCU'ya yoldaşlığı için çok teşekkür ederim.

Yaşam serüvenimde kendimle yeniden tanışmam adına farkındalığımın artmasına vesile olan, içimde açmaya cesaret edemediğim kapakları açtıran, gözümdeki ferî, omzumdaki yükü, canımdaki nefesi okuyan, ne zaman ihtiyaç duysam kendisine yas'landığım canım dostum ve doğal günlüğüm Sümeyra ÖZAT'a çokça minnettirim.

Bir insan birine ne kadar koşulsuz güvenebilirse bana o şekilde güvenen, bütün yoğunluk ve koşturmacasına rağmen daima yanımda olan, en büyük destekçim ve bu hayatta bazı şeylerin acısını daha az hissetmemi sağlayan canım abim Mehmet Emin ÇAKIR'a sonsuz teşekkür ederim.

Son olarak lisansıma başladıktan kısa bir süre sonra fiziken aramızdan ayrılan, onu hep metaneti, mücadelesi ve azmiyle hatırladığım, şu anlara şahitlik etmesini tüm kalbimle istediğim canım babam Mehmet Nuri ÇAKIR... Bana olan güvenin, daimi desteğin ve inancın için sonsuz teşekkür ederim. Bir şeylerin yarım kalmış olmasına çokça hayıflansam da, yarım kalmışlığın da bitişi dahil olduğunu hatırlayarak yeniden devam ediyorum. Sevgi ve özlemle...

Zarife ÇAKIR

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN YAS YOĞUNLUK DÜZEYLERİNİN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ BAĞLANMA STİLLERİ VE SÜREGİDEN BAĞLAR AÇISINDAN İNCELENMESİ

Çakır, Zarife

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Mustafa USLU

Temmuz 2024, 116 sayfa

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin yas yoğunluk düzeylerinin kişilik özellikleri bağlanma stilleri ve süregiden bağlar açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada yordamaya dönük korelasyonel desen kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, 2023-2024 yıllarında Türkiye'nin çeşitli üniversitelerinde öğrenim gören ve ölüm nedeniyle sevdiği birini kaybeden 351 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcıların kartopu örnekleme yoluyla seçildiği çalışmanın veri toplama araçlarını, Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği, Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi, Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri Ölçeği, Süregiden Bağlar Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu oluşturmaktadır. Verilerin analizi SPSS 26 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Araştırma kapsamında kullanılan ölçeklerin güvenilirliği test etmek için Cronbach alfa katsayıları hesaplanmıştır. Değişkenlerin arasındaki ilişkilerin incelenmesi için Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı, yas yoğunluğunun ölümün ani veya beklendik olması ve ölüm şekline göre farklılaşp farklılaşmadığına dair Bağımsız Örneklem T-Testi, söz konusu ortalamalardaki farkın anlamlı olup olmadığına ilişkin ANOVA analizi, kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve süregiden bağların yas yoğunluğunu yordamasına ilişkin çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Araştırma sonucunda yas yoğunluğu, kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve süregiden bağlar arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bununla birlikte kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve süregiden bağların yas yoğunluğuna ait varyansın %43.4'ünü açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar sözcükler: yas, yas yoğunluğu, kişilik özellikleri, bağlanma stilleri, süregiden bağlar, üniversite öğrencileri

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE GRIEF INTENSITY LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS IN TERMS OF PERSONALITY TRAITS ATTACHMENT STYLES AND CONTINUING BONDS

Çakır, Zarife

Master's Degree, Educational Sciences

Supervisor: Prof. Dr. Mustafa USLU

July 2024, 116 pages

This study aimed to examine the grief intensity levels of university students in terms of personality traits, attachment styles and continuing bonds. A predictive correlational design was used in the research. The study group of the research consists of 351 university students who studied at various universities in Turkey in 2023-2024 and lost a loved one due to death. The data collection tools of the study, in which participants were selected through snowball sampling, were the Texas Revised Mourning Scale, the Adjective-Based Personality Test, the Attachment Styles in Interpersonal Relationships Scale, the Continuing Bonds Scale and the Personal Information Form prepared by the researcher. The analysis of the data was performed using the SPSS 26 package program. Cronbach's alpha coefficients were calculated to test the reliability of the scales used in the research. In order to examine the relationships between the variables, Pearson product of moments correlation coefficient, Independent Sample T-Test to determine whether the intensity of grief differs according to the sudden or expected death and the manner of death, ANOVA analysis to determine whether the difference in these means is significant, multiple linear regression analysis to predict grief intensity of personality traits, attachment styles and continuing bonds were applied. As a result of the research, significant relationships were found between grief intensity, personality traits, attachment styles and continuing bonds. At the same time; it was concluded that personality traits, attachment styles and continuing bonds explained 43.4% of the variance in grief intensity.

Keywords: *grief, grief intensity, personality traits, attachment styles, continuing bonds, university students*

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	i
ÖZET	ii
ABSTRACT	iii
TABLolar LİSTESİ	viii
KISALTMALAR LİSTESİ	ix
BÖLÜM I	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	2
1.3. Araştırmanın Önemi	2
1.4. Araştırmanın Varsayımları	3
1.5. Sınırlılıklar.....	3
1.6. Tanımlar	3
BÖLÜM II.....	4
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	4
2.1.YAS	4
2.1.1.Freud’a Göre Yas	5
2.1.2.Lindemann’a Göre Yas.....	6
2.1.3.Kubler Ross'a Güre Yas.....	6
2.1.4.Worden'a göre Yas	8
2.1.4.1.Worden’ın Yas Görevleri Modelinin Aşamaları.	8
2.1.5. Bowlby’a Göre Yas	10
2.2.YAS SÜRECİNİ VE YOĞUNLUĞUNU ETKİLEYEN FAKTÖRLER	11
2.3.KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ	14

2.3.1.Duygusal Dengesizlik/Nevrotizm	15
2.3.2.Dışadönüklük.....	15
2.3.3.Deneyime Açıklık.....	16
2.3.4.Yumuşak Başlılık/Uyumluluk.....	16
2.3.5.Sorumluluk	17
2.4.BAĞLANMA STİLLERİ.....	17
2.5.SÜREGİDEN BAĞLAR.	19
2.5.1.Süregiden Bağların Yas Sürecindeki Rolü	20
2.6. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	21
2.6.1. Yas ile İlgili Araştırmalar.....	21
2.6.2. Yas ve Kişilik Özellikleri ile İlgili Araştırmalar.....	27
2.6.3. Yas ve Bağlanma Stilleri ile İlgili Araştırmalar.....	29
2.6.4. Yas ve Süregiden Bağlar ile İlgili Araştırmalar.....	34
BÖLÜM III	37
YÖNTEM	37
3.1. Araştırmanın Modeli.....	37
3.2. Çalışma Grubu.....	37
3.3. Veri Toplama Araçları.....	37
3.3.1. Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği	38
3.3.2. Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi	39
3.3.3.Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri Ölçeği.....	40
3.3.4 Süregiden Bağlar Ölçeği	41
3.3.5. Kişisel Bilgi Formu	41
3.4. Verilerin Toplanması.....	42
3.5. Verilerin Analizi	42
BÖLÜM IV	44
BULGULAR	44

4.1. Betimleyici İstatistik Sonuçları.....	43
4.2. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu, Kişilik Özellikleri, Bağlanma Stilleri ve Süregiden Bağlar Değişkenleri ve Alt Boyutlar Arasındaki Korelasyon Analizi Bulguları....	45
4.3. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu Toplam Puanı Ölümün Ani veya Beklendik Olmasına Göre T Testi Sonuçları.....	46
4.4. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu Toplam Puanı Ölüm Biçimine Göre T Testi Sonuçları.....	47
4.5. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu Toplam Puanlarının Ölümün Üzerinden Geçen Süreye Göre İncelenmesiyle İlgili Betimsel İstatistik Sonuçları.....	47
4.6 Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğunun Ölümün Üzerinden Geçen Süreye Göre ANOVA Analiz Sonuçları.	48
4.7. Bağımsız Değişkenler Arasındaki Korelasyon Değerleri.....	49
4.8. Bağımsız (yordayıcı) değişkenlere ait tolerans, VIF ve Durbin – Watson değerleri.....	50
4.9. Süregiden Bağlar, Deneyime Açıklık ve Kaçıngan Bağlanma Stilinin Yas Yoğunluğunu Yordama Gücü.....	50
BÖLÜM V	52
SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER	52
5.1. Sonuç ve Tartışma	52
5.1.1. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu Toplam Puanının Ölümün Ani veya Beklendik Olmasına Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu.....	52
5.1.2. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu Toplam Puanının Ölüm Biçimine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu.....	53
5.1.3. Üniversite Öğrencilerinin Süregiden Bağlar Puanının Yas Yoğunluğunu Yordamaya İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu.....	56

5.1.4. Üniversite Öğrencilerinin Deneyime Açıklık Kişilik Özelliğinin Yas Yoğunluğunu Yordamaya İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu.....	58
5.1.5. Üniversite Öğrencilerinin Kaçıngan Bağlanma Stilinin Yas Yoğunluğunu Yordamaya İlişkin Bulguların Tartışılması Ve Yorumu.....	60
5.1.6 Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri Bağlanma Stilleri ve Süregiden Bağlarının Birlikte Yas Yoğunluğunu Yordamasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu	62
5.2. Öneriler.....	63
5.2.1. Uygulayıcılara Dönük Öneriler	63
5.2.2 Araştırmacılara Dönük Öneriler	63
KAYNAKÇA.....	65
EKLER	90
EK 1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU	90
EK 2: BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU	92
EK 3: TEKSAS DÜZELTİLMİŞ YAS ÖLÇEĞİ.....	93
EK 4: SIFATLARA DAYALI KİŞİLİK TESTİ	95
EK 5: KİŞİLERARASI İLİŞKİLERDE BAĞLANMA STİLLERİ ÖLÇEĞİ.....	97
EK 6: SÜREGİDEN BAĞLAR ÖLÇEĞİ	99
EK 7: ARAŞTIRMA İZİN ONAYI	101
EK 8: ÖLÇEK KULLANIM İZİNLERİ	102
İNTİHAL RAPORU.....	104

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 3.5.1. Değişkenlere İlişkin Normallik Analizi Sonuçları

Tablo 4.1. Betimleyici İstatistik Sonuçları

Tablo 4.2. Değişkenler ve Alt Boyutlar Arasındaki Korelasyon Analizi Bulguları

Tablo 4.3. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu Toplam Puanı Ölümün Ani veya Beklendik Olmasına Göre T Testi Sonuçları

Tablo 4.4. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu Toplam Puanı Ölüm Biçimine Göre T Testi Sonuçları

Tablo 4.5. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu Toplam Puanlarının Ölümün Üzerinden Geçen Süreye Göre İncelenmesiyle İlgili Betimsel İstatistik Sonuçları

Tablo 4.6. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğunun Ölümün Üzerinden Geçen Süreye Göre ANOVA Analiz Sonuçları

Tablo 4.7. Bağımsız Değişkenler Arasındaki Korelasyon Değerleri

Tablo 4.8. Bağımsız (yordayıcı) değişkenlere ait tolerans, VIF ve Durbin – Watson değerleri

Tablo 4.9. Süregiden Bağlar, Deneyime Açıklık ve Kaçıngan Bağlanma Stilinin Yas Yoğunluğunu Yordama Gücü

KISALTMALAR LİSTESİ

DSM IV: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders IV

MMPI-2: The Minnesota Multiphasic Personality Inventory-2

SB: Süregiden Bağlar

SBÖ: Süregiden Bağlar Ölçeği

TSB: Travma Sonrası Büyüme

TSSB: Travma Sonrası Stres Bozukluğu

UYB: Uzamış Yas Bozukluğu

TDYÖ: Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1.Problem Durumu

Bu bölümde problem durumu, araştırmanın amacı, araştırmanın önemi, varsayımlar, sınırlılık ve tanımlara yer verilmiştir.

Her birey hayat akışı içerisinde pek çok kayıp veya kayıp tehdidi ile karşı karşıya kalabilir. Yaşanan bu kayıplar somut olabileceği gibi soyut düzlemde de gerçekleşebilir. Örneğin organ kaybı, yakın bir ilişkinin sona ermesi, iş kaybı, vatan, özgürlük ve ülkü kaybı gibi durumlar kaybın soyut ve bilişsel de olabileceğini gösterirken; ölüm, geri dönüşmezliği ve mutlak bir sona erişi temsil etmesi nedeniyle somut kayıpların en acı verenidir (Bildik, 2013) ve acı verici olduğu kadar da yaygın bir deneyimdir (Bonanno ve Kaltman, 2001).

Bireylerin neredeyse tamamı yaşamlarının herhangi bir evresinde; sevdikleri, beraber yaşadıkları veya yakın buldukları önemli bir kişiyi ölüm sebebiyle kaybeder ve dolayısıyla yaşamları boyunca yas süreciyle karşı karşıya kalırlar (Gizir, 2006; Keser, 2019). Türkiye’de ölüm sayısı 2022 yılında 505 bin 269 iken 2023 yılında %4,1 artarak 525 bin 814 olmuştur. Bununla birlikte bin kişi başına düşen ölüm sayısına karşılık gelen kaba ölüm hızı, 2022 yılında binde 5,9 iken 2023 yılında binde 6,2 olmuştur. Diğer bir ifadeyle 2022 yılında bin kişi başına 5,9 ölüm düşerken 2023 yılında bin kişi başına 6,2 ölüm düşmüştür (TÜİK, 2023). Türkiye’de bireylerin doğal ölümlerin yanı sıra salgın hastalıklar ve doğal afetler nedeniyle de sevdikleri birini kaybettikleri göz önünde bulundurulduğunda yas alanındaki bilimsel çalışmaların son derece önemli olduğu düşünülmektedir. Sevilen birinin kaybından sonra yaşanan yas süreci çeşitli faktörlerin etkisiyle yoğun veya şiddetli geçebilmektedir. Bu faktörler; bitmemiş işler, ruminasyon, ölüm şeklinin nasıl olduğu, ölümün ani veya beklendik olması, ölen kişi ile olan ilişkinin doğası, bağlanma stilleri, ölen kişiyle devam eden bağlar, yaşlı kişinin sosyal destek sistemleri, kişilik özellikleri vb. olarak ifade edilebilir. Bireylerin sahip oldukları kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve ölen kişiyle devam ettirdikleri bağlar literatür bağlamında yas sürecine uyum sağlayıcı olabileceği gibi uyum bozucu da olabilmektedir. Uyuma yönelik olmayan her özellik veya durum; bireylerin yas sürecini sağlıklı bir biçimde sürdürememeleri ve dolayısıyla yas sürecini tamamlayamamalarına neden olmaktadır. Bu nedenle bu çalışmada kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve süregiden bağlar gibi yas yoğunluğu üzerinde etkisi olduğu düşünülen değişkenlere odaklanılmıştır. Alan

yazınında yas yoğunluğunun, kişilik özellikleri bağlanma stilleri ve süregiden bağlar ile birlikte incelendiği herhangi bir çalışmaya rastlanmadığından yas yoğunluğunun bu değişkenlerle birlikte incelenmesinin yas sürecinin daha derinlikli ve kapsamlı bir şekilde ele alınması açısından alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Söz konusu araştırmanın temel amacı üniversite öğrencilerinin yas yoğunluk düzeylerinin kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve süregiden bağlar açısından incelenmesidir.

Araştırmanın amacı doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmaktadır:

1. Yas yoğunluğu kaybedilen kişinin ölümünün ani veya beklendik olmasına göre istatistiksel bakımdan anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
2. Yas yoğunluğu kaybedilen kişinin ölüm biçimine göre istatistiksel bakımdan anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
3. Üniversite öğrencilerinin süregiden bağları yas yoğunluk düzeylerini anlamlı bir biçimde yordamakta mıdır?
4. Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri yas yoğunluk düzeylerini anlamlı bir biçimde yordamakta mıdır?
5. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri yas yoğunluk düzeylerini anlamlı bir biçimde yordamakta mıdır?
6. Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve süregiden bağları yas yoğunluklarını ne derece yordamaktadır?

1.3. Araştırmanın önemi

İnsanların hayatındaki önemli ölümler, pek çok farklı yas tepkisinin meydana gelmesine sebep olmaktadır. Ölümler söz konusu olduğunda çoğu kişi, meydana gelen yas tepkileriyle çeşitli şekillerde baş ederek mevcut durumlarına uyum sağlayabilmektedir. Bununla beraber, bazı kişilerse yaşanan kayıp sonrasında meydana gelen yas tepkilerini çözümleme ve yasla başa çıkma sürecinde pek çok problem yaşayabilmektedirler. Sevilen bir kişiyi, bir aile bireyini, akrabayı veya arkadaşı ölüm dolayısıyla yitirmenin ne kadar sık görülen bir durum olduğu ve bu deneyimin arkada bırakılanların psikolojileri üzerindeki etkileri göz önüne alındığında, kayıp ve yas yaşantısının geniş bir şekilde incelenmesinin ciddiyeti fark edilmektedir. Sevilen kişinin kaybının ardından meydana gelen psikolojik belirtiler ve bunların kritik bir noktaya gelmesi, kaybın ardından uyumu

zorlaştıran/kolaylaştıran etmenler ve yas sürecindeki kişiye yardımcı olma konularındaki araştırmalar yirmi yıldan bu yana artmış olsa da hala hedeflenen noktaya erişilememiştir. Yasın son derece kültürel yönlerinin olduğu bilinmektedir. Haliyle Türkiye’de yas konusunun ayrıntılı bir şekilde araştırılmasının gerekli olduğu düşünülmektedir. Bu bilgiler doğrultusunda alanyazındaki araştırmalara bakıldığında niversite ğrencilerinin yas yoğunluk düzeylerinin farklı değişkenlerle olan ilişkisinin incelendiği görülmüştür fakat kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve süregiden bağlar değişkenlerinin üçünün birlikte incelendiği bir çalışmaya ne yurt içinde ne de yurt dışında rastlanmamıştır. Bu nedenle mevcut çalışmanın yas sürecinin doğasını anlamak ve yoğunluğu arttıran hatta kimi zaman patolojik bir noktaya getiren unsurları belirlemek noktasında alanyazına katkı sunacağına inanılmaktadır.

1.4. Varsayımlar

- Araştırmaya katılan öğrencilerin ölçüm araçlarına verdiği cevapların içtenlikle yanıtladıkları ve gerçeği yansıttığı kabul edilmektedir
- Çalışmada kullanılan lme araçlarının ölçtüğü nitelikleri temsil ettiği kabul edilmektedir.
- Araştırma sonuçlarının benzer özellikler gösteren katılımcılara genellenebileceği kabul edilmektedir.

1.5. Sınırlılıklar

- Araştırma katılımcıların Teksas Düzeltilmiş Yas leği, Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi, Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri leği ve Süregiden Bağlar leği’ne verdiği yanıtlar ile sınırlıdır.
- Araştırma veri toplama zaman açısından 2023-2024 yılları ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Yas: Sevilen birinin ölüm sebebiyle kaybedilmesinin ardından, kayıp yaşayan kişilerin gösterdikleri duygusal, bilişsel, davranışsal ve fiziksel reaksiyonlar yas olarak tanımlanmaktadır.

Kişilik zellikleri: Bireyin yaşantı sonucunda edindiği ve onu diğer insanlardan farklı kılan özelliklerin tamamı olarak nitelendirilebilir.

Bağlanma Stilleri: Yaşamın ilk dönemlerinde, bireyin bakımını üstlenen kişiyle kurduğu temasa göre şekillenen ve yaşamın sonraki dönemlerinde bireyin kurduğu ilişkileri etkileyen ve bireyin de etkilendiği dinamik yapılardır.

Süregiden bağlar: Yas yaşayan bireyler, sevdikleri birini kaybettikten sonra tek taraflı da olsa onlarla ilişkilerini ve bağlarını sürdürmektedirler. Bu durum alanyazınında süregiden bağlar (continuing bonds) olarak ifade edilmektedir.



BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1.YAS

Yas kavramına yönelik alanyazını tarandığında birbirleri yerine kullanılan, ancak anlam bakımından farklılıklar barındıran çeşitli kavramlarla karşılaşılmaktadır (Butler ve Norchut, 2012; Worden, 2008). Söz konusu kavramlar grief, loss, bereavement ve mourning olarak ifade edilebilir. Worden (2008), Grief terimini sevilen birinin ölümünün ardından kayıp yaşayan bireylerin gösterdiği fiziksel, bilişsel, duygusal, ve davranışsal tepkiler olarak açıklamaktadır. Shear, Ghesquire ve Glickman (2013) ‘Loss’ veya ‘bereavement’ terimleriyle kayıp deneyimi ya da kayıp yaşantısını tanımlanmaktadır. Bu kavramlar kaybın daha çok fiziksel yönünü vurgulamaktadır.

Mourning(matem) bir yakının ölümünden ötürü üzülmeyi veya üzüntü duyulan süreci ifade etmektedir. Kaybın daha çok kültürel yanına karşılık gelmektedir ve bilinçli olsun ya da olmasın kültürel öğeler içerir. Spesifik olarak cenaze törenleri, destek amaçlı ziyaretler vb ananevi sosyokültürel ritüellerden beslenen yas sürecinin davranışsal yansımalarına işaret etmektedir (Bildik, 2013; Zisook ve Shear, 2009).

Yas, insanın kayıplar karşısında gösterdiği evrensel bir tepki olmasına rağmen, oldukça subjektif olan yas süreci, sakın bir teslimiyetten şiddetli bir kriz tepkisine kadar değişiklik göstermektedir ve öngörülemezdir (Benkel, Wijk ve Molander, 2009; Şenelmiş, 2006).

Her insanın yas süreci şahsına özgüdür ve yas tutmada birçok bireysel farklılıklar söz konusudur (Bildik 2013). Bununla birlikte yas sürecinin ne kadar yoğun geçtiği veya bireyin yas süresinin ne kadar olduğu konusunda da göze çarpan farklılıklar vardır. Örneğin kimileri yıllarca bariz ve yoğun bir şekilde yas tutarken kimileri kayıp öncesi normal işleyişlerine nispeten daha kısa sürede döner. Hatta kimileri yas sürecini o kadar kısa sürede geride bırakıp yeni ilişkiler kurmaya başlar ki yakınları tarafından acaba bir şeyler mi saklıyorlar şeklinde bir şüphe uyandırabiliyorlar (Bonanno ve Katman, 2001). Yas reaksiyonlarında görülen bu bireysel farklılıklar ve yas sürecine etki eden unsurların çeşitliliği sebebiyle yas kavramsal

olarak; normal yas, karmaşık yas ve travmatik yas olmak üzere üç farklı şekilde tanımlanmaktadır (Worden, 2008).

Komplike olmayan yas olarak da tanımlanan normal yas, bir kayıptan sonra yaygın olarak görülen farklı biliş, duygu, fiziksel his ve davranış değişikliklerini kapsayan yas türüdür. (Worden, 2018). Normal yasta herhangi bir zaman çizelgesi yoktur ve yas deneyimleri kişiden kişiye farklılık göstermektedir (Uslu, 2021).

Karmaşık yas, kaybın üzerinden en az 6 ay geçmiş olmasına rağmen bireyin yaşam işlevselliğini kazanamaması, en ufak bir kayıpla tetiklenmesi, kaybedilen kişinin ölmeden önce yaşadığı fiziksel belirtileri yaşama, yaşam tarzında ve ilişkilerinde radikal değişikliklere gitme(ölen kişi ilgili olan aktiviteleri terk etme, aile bireyleri ve arkadaşlarını dışlama), kendine zarar veren dürtü ve eylemler gerçekleştirme, yılın belirli zamanlarında yaşanan ve nedeni belli olmayan üzüntüler, hastalık ve ölüme dair fobi geliştirme gibi semptomlarla kendini gösterebilen yas türüdür (Worden, 2018).

Travmatik yas ise sevilen birinin beklenmedik, şiddetli ve dehşet verici bir biçimde kaybedilmesinden sonra kayıp yaşayan kişinin yaşam işlevselliğinin önemli ölçüde olumsuz etkilenmesi olarak tanımlanabilir (Uslu, 2021). Travma ve kaybın bireyi çift yönde etkilemesi, bireyin sırtına temel bir psikolojik ağırlık yüklemekte ve bireyin değer yargılarını, beklentilerini, dünyayı algılayış biçimini ve başa çıkma yöntemlerini önemli ölçüde zedeleyerek yas tepkilerinin çözülme sürecini geciktirmektedir (Gizir, 2006).

2.1.1. Freud’a Göre Yas

Freud (1917) yas ve melankoli isimli makalesinde yası, libidonun yaşanan bir kayıp nedeniyle enerjisini sevilen bir nesneden uzaklaştırıp yeni bir nesneye aktarma süreci olarak açıklamaktadır. Kayıp deneyiminden sonra kaybedilen nesneyle temasta olunamayacağından libido enerjisinin başka bir noktaya kanalize edilmesi gerekmektedir. Kişinin kaybın gerçekliğini kabul etmesi ve libido enerjisini geri çekmesi zaman isteyen bir süreçtir. Kayba hemen uyum sağlamak ve bütün enerjiyi geri çekmek direnç ve bireyin gerçeklik algısında bozulmalara neden olabilmektedir. Freud’a göre herhangi bir kayıp söz konusu olduğunda birey ya yas tutar ya da melankoliye yönelir. Bu iki tepkinin hem ortak hem de birbirinden ayrılan yönleri bulunmaktadır. Örneğin her iki durumda da kişiler öfke duygusu yaşamaktadırlar. Fakat yaşanan bu öfke yas sürecinde dışarıya doğru yönelirken melankolide kişinin benliğine yönelerek benlik saygısının düşmesine ve suçluluğa neden olur. Fakat yasta böyle bir durum söz konusu değildir. Yani yas sürecinde normal şartlarda bireyin benlik

saygısında düşme veya herhangi bir suçluluk hissetmesi beklenmez. Bununla beraber yas sürecinden geçen kişi başlangıçta dış dünyayla bağlarını zayıflatarak içine kapanır ve ölen kişinin yerini almaması için yeni herhangi bir sevgi nesnesine yönelmez. Fakat zamanla libido kaybedilen kişiden uzaklaşarak yeni bir sevgi nesnesine yönelir ve ego özgürleşir. Melankolide ise kişi derin bir üzüntü halindedir ve dış dünyayla tüm ilişkisini kesmiş ve yeniden sevmeye kapasitesini kaybetmiştir. Bu nedenle Freud melankoliyi yasin normal sürecinden bir sapma ve bozulma hali olarak tanımlayarak yasin melankoliye dönüşme sürecini patolojik bir durum olarak algılamaktadır.

2.1.2. Lindemann’a göre Yas:

Normal yas tepkileri ve normal yas sürecinin aşamalarından ilk kez söz eden Erich Lindemann da Freud gibi yas sürecini yeni duruma uyum sağlamak ve kişilerarası ilişkileri yeniden düzenlemek için geçen süre olarak açıklamaktadır (Lindemann, 1944).

Lindemann 1940 yılında Boston’da bir gece kulübünde çıkan yangından kurtulanların ve bu yangında yakınlarını kaybeden kişilerin verdiği tepkileri gözlemleyerek normal ve akut yas tepkilerini kavramsallaştırmıştır. Lindemann’a göre yasin en temel özelliği kayba verilen ilk tepkilerdir. Kayıp sonrası verilen bu ilk tepkileri de “akut yas” olarak tanımlamıştır. Bir başka deyişle akut yası krizden sonra bedensel ve psikolojik belirtilerle devam eden bir sendrom olarak açıklamaktadır. Lindemann (1944) karmaşık bir süreç olarak nitelendirdiği yasin; bedensel, davranışsal ve duygusal bazı tepkilere kaynaklık edebileceğinden belirtmektedir. Lindemann (1944) yas tutan 101 kişiyi gözlemledikten sonra normal bir yas sürecinde belirleyici olabilecek bazı unsurları betimlemeye çalışmakla beraber, normal ve akut yasta ortak olarak yaşanan belirtilerden de bahsetmiştir.

Lindemann(1944)’e göre normal ve akut yasta ortak olan altı karakteristik belirti bulunmaktadır. Bu semptomlar; bedensel belirtiler, zihnin kaybedilen kişinin hayaliyle meşgul olması, ölen kişi veya ölümün koşulları ile ilgili suçluluk, kayıptan önceki gibi işlev görememe(normal davranış örüntülerini sergiyememe), düşmanca tepkiler ve kaybedilen kişiye ait olan bazı kişisel özellikler edinmedir.

2.1.3. Kübler Ross’a göre Yas

Kübler Ross (2010) terminal dönemde olan hastaların yaklaşmakta olan ölüm gerçeğiyle yüzleştiklerinde neler yaşadıklarına yönelik ampirik gözlemlere başvurarak beş evreden oluşan bir yas süreci tanımlamaktadır. Bu evreler; inkar ve yalnızlaşma, öfke,

pazarlık, depresyon ve kabullenme olarak sıralanabilir. *İnkâr ve yalnızlaşma* evresinde olan bireyler ölümün gerçekliğini kabul etmekte zorlanır ve bunun bir çeşit yanlış anlaşılma olduğunu düşünmek ister. Kübler Ross inkâr ya da kısmî inkârın, kayıp yaşayan bireylerin hemen hepsinde görülebileceğini savunur. Kayıp yaşayan bireyin kayba hemen uyum sağlaması mümkün olamayacağından bu evre, bireyin baş edebilecek düzeye gelebilmesi noktasında kişiye zaman kazandırır ve koruyucu bir etkiye sahiptir. İnkâr genellikle geçici bir savunma mekanizmasıdır. Kısa bir süre sonra yerini kabullenmeye veya kısmi kabullenmeye bırakır. İkinci aşama *öfke* evresidir. Bu aşamada kişi kaybı artık inkâr edemez ve bu gerçekle yüzleşmesi sonucunda öfke, kıskançlık, hışım ve küskünlük gibi duygular yaşar. Kişi bu öfkesini kaybettiği yakınına tedavi etmeye çalışan sağlık personellerine, aile bireyelerine, kayıp yaşamayan kişilere yöneltebileceği gibi Tanrı'yı bu kaybın sorumlusu olarak görüp öfkesini Tanrı'ya da yansıtabilir. Kişi bu aşamada "Neden Ben?" sorusunu sıkça sorar ve çevresinde kayıp yaşamamış kişilere karşı kıskançlık ve kızgınlık gibi duygular hissedebilir.

Üçüncü aşama olan *pazarlık* evresinde bireyler, bir mucize gerçekleşmesine dair beklentilere kapılırlar. Bu aşama kısa süreliğine de olsa kayıp yaşayan kişi için faydalı bir aşamadır. Burada yapılan pazarlık daha çok Tanrı ile. Birey ilk aşamada acı gerçekle yüzleşmemiş ve ikinci aşamada öfkesini Tanrı'ya yöneltmişse artık Tanrı ile pazarlık yapmanın sırası gelmiştir. Örneğin; biraz daha vakit olduğu takdirde "yaşamını Tanrı'ya adanmak", "hayatını kiliseye hizmet ederek geçirmek" veya "iyileştiğinde bedenini bilime adanmak" gibi anlaşmalarla bu aşamayı bir geciktirme fırsatı olarak görebilir. Dördüncü aşama olan *depresyon* evresindeki bireyler, ne inkâr etmenin, ne öfkelenmenin ne de pazarlık yapmanın bir işe yaradığını anlarlar ve yaşanan durumun artık değiştirilemez bir gerçek olduğunu fark ederek depresif duygular hissederler. Örneğin meme kanseri olan bir kadın vücudunun şeklini kaybetmiş olmasına reaksiyon verebilir; rahim kanseri olan bir kadın artık gerçek bir kadın olmadığını düşünebilir. Kübler Ross (2010), bu aşamada kişinin kaybını ve duygularını ifade etmesine izin verilirse, kabullenmesinin de kolaylaşacağını ifade eder. Bu anlamda depresyon evresinde sosyal destek sistemleri son derece önemli bir yere sahiptir. Yas sürecinin beşinci ve son aşaması *kabullenme*dir. Bu evrede kişi kayıp gerçeğiyle yüzleşmiştir ve bundan sonraki süreçte kaybedilen kişi olmadan yeni roller üstlenerek, yeni düzenlemeler yaparak yaşamına devam etmesi beklenmektedir. Yas süreci konusunda çalışmaları olan bir diğer araştırmacı da Worden'dır.

2.1.4. Worden’a göre Yas

Worden (2018), yas sürecini evrelerden ziyade bireyin yaşanan kayba uyum sağlayabilmesi için yerine getirmesi gereken görevler olarak tanımlayarak Yas Görevleri Modeli’ni geliştirmiştir. Worden bu modelde kayıp yaşayan bireylerin yas sürecine aktif olarak katılmalarını, süreci kendilerinin şekillendirmesini ve olumsuz gibi görünen bu süreci psikolojik olarak büyüten bir sürece dönüştürmelerini beklemektedir.

2.1.4.1. Worden’ın Yas Görevleri Modeli’nin Aşamaları

Kaybın Gerçekliğini Kabul Etmek

Worden’a göre yas tutmanın ilk görevi kişinin öldüğü, bu dünyada artık var olmayacağı ve bir daha geri dönmeyeceği gerçeğiyle yüzleşmektir. Ölüm her ne kadar beklendik bile olsa kimi zaman gerçekleşmemiş olduğuna dair bir his vardır. Kaybın gerçekliğini kabul etmeye giden yol, bu dünyada yeniden bir araya gelmenin imkansız olduğunu fark etmekle başlar. Bu gerçeği kabul etmemenin tam tersi inkar etmektir. Kimi insanlar ölümün gerçekleştiğine inanmayıp yasin bu ilk görevini atlatamamaktadır. Ölen kişinin cesedini evde bir süre bekletmek, çocuğunu kaybeden ebeveynlerin çocuklarının odasına hiç dokunmamaları, oğlunu kazada kaybeden bir annenin, oğlunun ölümünü reddederek bir önceki yılı geçirdiği Avrupa’da olduğuna inanması ölüm gerçeğinin inkar edilmesine örnek olarak sunulabilir. Kayıp gerçeğini kabul etmek sadece entelektüel bir kabulden ibaret değildir. Kişinin aynı zamanda duygusal olarak da kabul etmesini kapsar. Bundan dolayı bu görev zaman alır. Worden (2018), yas ile çalışma deneyimi olmayan danışmanların bu aşamadaki duygusal kabulü gör ardı edip entelektüel kabule odaklandığını belirtmektedir.

Kaybın neden olduğu acı üzerinde çalışmak

Worden (2018), kaybın neden olduğu acı üzerinde çalışmayı ve duyguların ifadesine yer vermeyi ikinci aşamanın bir görevi olarak görür. Yas sürecinde acının yaşanmaması başlangıçta geçici bir rahatlık hissi verse de sonrasında yerini kronik veya patolojik yasa bırakabilmektedir (Gizir, 2006). Bazı kişiler bu aşamada toplumdaki diğer bireyler tarafından “hayat devam ediyor, o seni bu şekilde görmek istemez, daha çok gençsin ve başka çocukların olabilir, yas tutmana gerek yok” gibi sözler duyması kayıp yaşayan kişinin ikinci görevini tamamlamasını zorlaştırmaktadır. Acının yaşanmasına engel olunması her zaman toplumdaki

bireyler tarafından yapılmaz. Bazen de kişinin kendisi, ölen kişiyi hatırlamaktan kaçınarak, ölüyü idealleştirerek, kaybın acısını hissetmemek için alkol veya uyuşturucu kullanarak kaybın acısını bastırabilir. Bu nedenle yas danışmanlarının zor olan bu ikinci görevde, kayıp yaşayan bireylerin hayatları boyunca bu kaybın acısıyla yaşamayı öğrenmelerini sağlayarak onlara yardımcı olmaları gerekmektedir.

Ölen kişinin olmadığı bir dünyaya uyum sağlamak

Worden'ın yas modelinin üçüncü evresinde olan bir bireyin görevi, kaybedilen kişinin olmadığı bir dünyaya uyum sağlamak ve kaybedilen kişinin yokluğunun yarattığı rolleri edinerek yeni beceriler geliştirmek olacaktır. Sevilen birinin ölümünün ardından kayıp yaşayan bireyin uyum sağlaması beklenen üç farklı uyum alanı vardır. Bunlar: *Dışsal uyum*, *içsel uyum* ve *tinsel uyum*'dur. *Dışsal uyum*, kaybın kişinin günlük yaşamındaki işleyişini nasıl etkilediğini ve bu kayıpla birlikte edinmek zorunda olduğu yeni rolleri kapsamaktadır. Örneğin eşin ölümü normalde üstlendiği rollere bağlı olarak bir muhabecinin, bebek bakıcısının, cinsel partnerin, bahçıvanın, tamircinin vb. kaybı anlamına gelebilir. *İçsel uyum*, kayıp yaşayan kişinin kendi benlik, duygu, öz saygı ve öz yeterlik gibi unsurlarını nasıl etkilediği ve bireyin bu alanlardaki değişime nasıl uyum sağladığına karşılık gelmektedir. Ölüm kimi zaman kişinin manevi değerlerine, dünyayı algılama biçimine, felsefi ve dini inançlarına meydan okuyabilir. Bu alandaki herhangi bir değişim *tinsel uyum* alanına girmektedir. Yas yaşayan kişilerin hayatta yönlerini kaybettiklerini düşünmeleri olağandışı bir durum değildir. Yaşam krizlerinden sayılabilecek olan kayıp; Tanrı'ya karşı öfke ve şüpheyne, manevi destekten duyulan memnuniyetsizlikle birlikte yaşlı kişinin manevi inanç ve eylemlerinde önemli değişimlere sebep olabilir (Worden, 2018). Görüldüğü üzere kayıp yaşayan kişinin uyum sağlaması gereken farklı durum ve alanlar bulunmaktadır. Kişinin alışkın olmadığı rol ve sorumlulukları üstlenmesi, öncesinde sahip olmadığı beceriler geliştirerek kendilerine ve dünyaya ilişkin yeni bir anlayışla ilerlemeleri, yaşlı kişinin kayba uyum sağlamasını kolaylaştırırken bu görevin tamamlanmaması bireyin kayba uyum sağlamasını zorlaştırmaktadır.

Kişinin yaşam yolculuğunun geri kalanına devam edebilmek ve ölen kişiyle duygusal ilişkisini yeniden düzenlemek

Bu görev yas modelinin en uzun süren evresidir. Worden "Grief Counseling And Grief Therapy" kitabının ilk baskısını yazdığında bu görevi ölen kişiden duygusal enerjiyi çekip

başka bir ilişkiye kanalize etmek olarak tanımlamıştır. Bu görev Freud'un (1917) libidonun enerjisini sevilen nesneden ayırıp başka bir nesneye yönlendirmesiyle paralellik göstermektedir. Fakat sonrasında Worden, ölen kişiden kaçmak yerine onu hatırlamanın yollarını bularak hayata o şekilde devam edilmesi gerektiğini düşünür. Bu durumda yas danışmanlarının görevi yaşlı kişiyi kaybettiği kişiyle olan ilişkisinden vazgeçirmek değil onu yeniden hatırlamanın yollarını göstermektir.

2.1.5. Bowlby'a Göre Yas

Bowlby (1969) çocuğun dünyayı araştırabilmesine fırsat tanıyan güvenli bir gelişim seyri izlemesinde ebeveynlerin önemli bir role sahip olduklarından bahsetmektedir. Çocuğun zihnindeki çevre algısı güvenli şeklinde kodlanmazsa bu durum çocuğun kaygılı bir birey şeklinde yetişmesine neden olmaktadır. Yaşamın ilk yıllarında oluşturulan birtakım temel varsayımlar vardır. Hayatı kestirilebilir kılmaları bakımından önemli birer araç görevi gören söz konusu temel varsayımlar bireyin kendisi, öteki insanlar ve dünya hakkında olabilir. Ölümüne tanıklık eden kişiler, bu varsayımlarının kökten sarsılması ihtimaliyle yüz yüze gelebilirler. (Bowlby, 1969). Sevilen bir yakının kaybı, bir insanın yaşamda deneyimleyebileceği en yoğun acılardandır. Böylesi durumlarda acı verici olan sadece kaybın deneyimlenmesi değil, ölüm söz konusuyken herhangi bir şekilde yardım edememek ve yalnızca tanık olmak da kişiye acı verebilmektedir.

Bowlby (1980), yakın tarihte yaşanan bir kaybın, daha önceki bir kayıp için yas tetikleyicisi olma veya yas sürecini yeniden harekete geçirme eğilimine dair olası bir durumdan bahsetmektedir. Birey, halihazırda bağlandığı bir figürü kaybettiğinde, doğal olarak kendini rahatlatmak adına daha önce bağlanmış olduğu bir figüre yönelebilmektedir. Bu durumda yönelinen önceki kaybın acısı tekrar veya belki de ilk defa deneyimlenebilir.

Bowlby için yas süreci 4 evreden oluşmaktadır. Bu evrelerin ilki *hissizleşme/uyuşukluk* evresidir. Bu aşamada, kayıp yaşayan kişiler yaşanan kaybı inkar ederek buna dair irrasyonel düşünceler geliştirmekte ve bir boşluk duygusu hissetmektedirler. Kişi, yaşadığı duygusal şokun etkisinden korunmak adına ölümün gerçekliğini ve netliğini tam manasıyla kabul etmeme yöntemine başvurmaktadır. Yasın ilk günlerinden başlayarak ikinci haftaya kadar da uzayabilen ikinci yas evresinde ise kaybedilen kişinin aranması ve özlenmesi söz konusu olmaktadır. Bu aşamada, kişi büyük bir acı hissetmektedir. Bu acı duygusu, depresyonda olduğu gibi uzayan bir süreçten çok, döngü tekrarları şeklinde yaşanmaktadır. Başlarda sürekli bir halde hissedilen acı duygusu, zaman içerisinde ölen kişi

hatırlandıkça hissedilememeye başlanmaktadır. Bununla beraber kayıp yaşayanlarda panik ve fiziksel acı da beklendiktir. Uyku rutininde bozulmalar, zihnin sürekli kaybedilen kişiyle dolu olması ve eski ilgi alanlarına yönelik ilginin azalması da bu evreye ait belirtilerdendir. Üçüncü yas evresi *dezorganizelik ve umutsuzluk* evresidir. Kayıp yaşayan kişiler bu aşamada, günlük aktivitelere duydukları ilgiyi yitirebilirler. Depresif bir ruh halinin ve apatinin ağırlıkta olduğu bir evredir. Bu nedenle kişiler hayatlarındaki yeni düzene uyum sağlamakta ve işlevsel oldukları döneme geri dönmekte zorluk yaşayabilirler. Yas tutan birey bu aşamada toplum içerisindeki yerini yeniden belirleme ve değişen koşullara ayak uydurma gerekliliğinin bilincinde olsa da hissettiği yorgunluk, umutsuzluk ve apati kişinin harekete geçmesine engel olmaktadır. Bu arada kalma hali ise kişinin belirsizlikle bir başına kalmasına yol açmaktadır. Son yas evresi ise *yeniden organize olma* evresidir. Bu aşamadaki kişi artık günlük aktivitelerinden ve yaşamından zevk almaya hazırdır. Bu evrede, her zamanki işlerine ve sosyal ilişkilerine dönmektedirler (Bowlby, 1983). Bowlby (1980), yasin son evresini de noktalayan kişinin, artık yas sürecini tamamladığını söylemektedir.

2.2. YAS SÜRECİNİ VE YAS YOĞUNLUĞUNU ETKİLEYEN FAKTÖRLER

Worden (2018) yas sürecini ve yoğunluğu etkileyen yedi temel değişken olduğunu belirtmiştir.

2.2.1. Ölen kişinin kim olduğu:

Yas literatürü, ölen kişi ile yas tutan kişi arasında kurulan ilişkinin türü, kaybedilen kişiye yüklenilen anlam ve kayıp yaşayan kişinin yaşamındaki rolünün yaşanan yasin türünü ve yoğunluğunu etkilediğini ileri sürmektedir (Şenelmiş, 2006; Weiss, 2001).

Evrimsel akıl yürütmenin öngörüsüne göre genetik olarak yakın olan bir akrabanın ölümü daha uzak bir akrabanın ölümüne göre daha zarar verici olduğunu ve daha yoğun bir acıya neden olacaktır (Segal ve Ream, 1998).

Worden (2018), bireylerin yaşanan bir kayıp karşısında nasıl tepki vereceğini anlamının yolunun ölen kişi hakkında bir şeyler bilmekten geçtiğini belirterek ölen kişi ile hayatta kalan kişi arasındaki yakınlığa vurgu yapmaktadır. Yine Boelen, Van Den Bout ve De Keijser'e göre (2003) ölen kişi ile olan yakınlık derecesi, yasin en güçlü yordayıcılarından biridir. Bir başka deyişle ölen kişiyle yakınlık derecesi ne kadar fazlaysa yaşanan acı da o kadar yoğunlaşmaktadır.

Genlik (2012) tarafından yapılan araştırmada anne baba ve kardeş gibi birinci dereceden kayıp yaşayan kişilerin Beck Depresyon Envanterinden aldıkları puan ortalamalarının arkadaşını kaybetmiş kişilerin Beck Depresyon Envanterinden aldıkları puan ortalamasından daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte kaybedilen kişi ile aralarındaki sevgi bağını “çok iyi” olarak tanımlayan kişilerin anksiyete ve depresyon puan ortalamalarının; sevgi bağını “iyi” olarak tanımlayan kişilere kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür.

2.2.2. Kişinin ölüm biçimi(nasıl öldüğü):

Worden (2018) genel olarak ölümleri doğal, kaza, intihar ve cinayet sonucu olmak üzere dört kategori altında toplamaktadır. Alanyazında, ölüm biçiminin (yavaş ve beklenen, ani ve beklenmedik) yas yoğunluğunu etkileyen faktörlerden biri olduğu saptanmıştır (Grabowski ve Frantz, 1993).

Felaket niteliğindeki ölüm sadece ani değil, aynı zamanda şiddetli, sarsıcı, alçaltıcı ve hatta aşağılayıcıdır. Bu yönüyle beklenmedik ölümler şiddetli ölümlerle paralellik gösterir (Weisman, 1973; Worden, 1996).

Yaşanan kayıpların ani ve dehşet verici oluşu, kişilerin dünyaya olan temel inançlarını sarsarak yas sürecinin daha yoğun ve travmatik geçmesine neden olur. Bu durumda kişinin yas süreci normal yastan patolojik yasa evrilebilmektedir (Sezgin vd., 2004; Şenelmiş, 2006; Kırçalı, 2020). Bu kronik ve karmaşık yas süreci psikopatolojik sorunlara neden olarak çeşitli riskler oluşturabilmektedir (Kahraman, 2023).

Worden (2018) ‘a göre kişinin nasıl öldüğü, kayıp yaşayan bireyin yas görevlerini yerine nasıl getirdiğini etkiler. Örneğin şiddetli ölümlerin büyük olasılıkla kişinin dünya görüşünü zedelemesi ve Worden’in yas görevleri modelinin üçüncü aşamasının bir parçası olan anlam oluşturma noktasında güçlük yaşaması muhtemeldir. Bununla birlikte ölümü çevreleyen koşullar kayıp yaşayan bireylerin öfke ve suçlamalarını yansıtmasını zorlaştırabilir. Bu da kişinin yas modelinin ikinci görevini tamamlayamamasına neden olabilmektedir.

2.2.3. Ölen kişi ile ilişkinin doğası

Ölen kişi ile ilişkinin doğası yas sürecinin bir belirleyicisidir. Bununla birlikte kaybedilen kişi ile yaşanan problemler ve bu problemlere atfedilen anlam, yas yoğunluğu ve şiddetini etkileyebilmektedir (Gizir, 2006; Zara, 2011).

Yas tutmanın görevleri yalnızca ölen kişinin kim olduğuna değil, aynı zamanda hayatta kalanın bu kişiye olan bağlılığının doğasına da bağlıdır. Ölen kişi ile son derece çatışmalı ve ikircikli bir ilişkisi olan bir birey, bu kişinin ölümünden sonra bitmemiş işlerin de etkisiyle muazzam bir suçluluk duygusu yaşar (Gizir, 2006; Worden, 2018). Çatışmalı ilişkilerin yanısıra bağımlı ilişkiler de yas sürecini olumsuz etkilemektedir. Bu tür ilişkiler kişinin kayba uyumunu zorlaştırarak Worden'ın yas modelindeki üçüncü görev olan ölen kişinin olmadığı bir dünyaya uyum sağlamasını güçleştirecektir. Örneğin yemek pişirme, araba kullanma, fatura ödeme gibi günlük hayattaki işler karşısında ölen kişiye bağımlı olan bir kişi, daha az bağımlı olan kişiye göre daha fazla zorlanacaktır. Bu durum kayıp sürecindeki uyum alanlarından olan dışsal uyumu olumsuz yönde etki edecektir (Worden,2018).

2.2.4. Geçmiş kayıpların varlığı:

Yas sürecini ve yaşanan kayba yönelik uyumu etkileyen faktörler arasında; kayıp yaşayan kişinin öncesinde kayıp yaşayıp yaşamadığı, önceki kayıplarda ortaya çıkan yas tepkileri ve önceki kayıpların yas sürecinin tam anlamıyla bitip bitmediği gibi etkenler de yer almaktadır.

Buradan hareketle kişinin psikolojik geçmişinde, yaşadığı herhangi bir problem olup olmadığının araştırılması da önem teşkil etmektedir (Gizir, 2006).

2.2.5. Kişilik Özellikleri:

Worden (2018), kayba yönelik tepkilerinin anlaşılmasında yas yaşayan bireyin kişilik özelliklerinin önemli olduğunu vurgulamaktadır. Bu kişilik özellikleri; bireyin yaşı, cinsiyeti, inanç ve değerleri, bağlanma biçimi, güçlüklerle baş etme yöntemi, bilişsel yaklaşım tarzı olarak belirtilmiştir. Bu özellikleri nedeniyle birey yoğun duygusal sorunlarla başa çıkmada güçlük yaşıyorsa yas sürecini başarılı bir şekilde tamamlayamayıp patolojik yas tepkileri gösterebilmektedir (Gizir, 2006; Bildik, 2013).

2.2.6. Sosyal değişkenler:

Yas süreci ve yoğunluğunu belirleyen unsurlar arasında sosyal değişkenler de sayılabilir. Bireyin sosyal destek sistemleri, kayıp yaşadktan sonra sosyal rollere katılım durumu, yas sürecindeki dini ritüel ve etnik beklentiler sosyal faktörler olarak kabul edilir (Worden, 2018).

Yüksek derecede sosyal destek görmenin, bireylerin yas sürecini olumlu yönde etkilediği bilinmektedir (Kahraman, 2023). Kaunonen vd. (1999) sosyal desteğe sahip bireylerin yas süreciyle daha iyi başa çıktıklarını ve duygularını daha iyi ifade ettiklerini belirtmektedir.

Yas tutmak sosyal bir olgu olduğundan yas sürecinde aile içinden ve dışından algılanan duygusal ve sosyal destek, başkalarıyla birlikte yas tutma ihtiyacı ve rahatlatıcı etkisi bakımından önemlidir (Worden, 2018).

2.2.7. Eş zamanlı kayıplar ve stresörler:

Yas sürecini etkileyen faktörlerden biri de ölüm sonrasında meydana gelen krizler ve değişimlerdir. Değişikliklerin bazıları kaçınılmaz olsa da bazı kişi ve aileler önemli ekonomik dönüşler de dahil, bir ölüm sonrasında büyük ölçüde sorun (ikincil kayıplar) yaşarlar. Kayıp sonrasında gelişen yaşam olayları, beklenmedik değişimler ve krizler yas sürecini ciddi bir şekilde etkilemektedir. Kaybın ardından bireyin hayatında kaçınılmaz birtakım değişiklikler meydana gelmektedir. Bununla beraber yaşanabilecek önemli ekonomik problemlere benzer ikincil kayıplar, bireylerin veya ailelerin ciddi güçlükler tecrübe etmesine sebep olmaktadır (Gizir, 2006; Worden, 2018).

2.3. KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ

Kişilik, bireyin yaşantı sonucu edindiği ve onu diğer insanlardan farklı kılan özelliklerin tamamı olarak nitelendirilebilir (Doğan, 2013).

Kişiliğin tanımlanması ve ölçülmesi noktasında pek çok kuramcının farklı görüşleri bulunmakla birlikte Beş Faktörlü Model, bu farklı görüşleri tek çatı altında birleştirip kişiliğin beş boyuttan oluştuğunu öne süren ve kişilik değerlendirmesinde en çok kabul gören yaklaşımlardan biridir (Bacanlı, İlhan ve Aslan, 2009; Doğan, 2013; Goetter vd., 2018).

Beş Faktör Kişilik Kuramı, özellik yaklaşımına dayanmaktadır. Bireysel farklılıklardan yola çıkılarak bireylerin kişilik ölçümlerinde kendilerini ve başkalarını nasıl tanımladıklarını sıfatlardan yararlanarak ifade etmesidir. Bir başka deyişle sözcüklerden yola çıkarak insanın kişilik yapısını kapsayacak bir sınıflamanın olabileceği fikrine dayanmaktadır (Doğan, 2013; Tatlılıoğlu, 2014). Kişilik özellikleri her ne kadar öznel ve kişiye ait olsa da kişiliğin belirli boyut ve standart özellikler olarak ifade edilerek kategorize edilmesi çalışmalarda kolaylaştırıcı bir role sahiptir (Aslan ve Çiçek, 2020).

Beş faktör kişilik modeli, duygusal dengesizlik nevroitiklik, dışadönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluk olmak üzere beş alt boyuttan oluşmaktadır.

2.3.1. Duygusal dengesizlik/Nevrotizm

Nevrotiklik alt boyutu, depresif davranışlar, duygusal iniş çıkışlar, kaygılı ve hüzünlü olma, gerginlik, tedirginlik, utanç, güvensizlik huzursuzluk, kızgınlık, düşünmeden hareket etme, sabırsızlık ve asabilik gibi kişilik özelliklerini ve bu olumsuz etkileri deneyimleme eğilimi olarak tanımlanmaktadır.

Nevrotiklik düzeyi yüksek olan bireyler duygusal açıdan dengesiz, olaylar karşısında fazla stres yaşayan, öfkeli ve alıngan bireyler olarak değerlendirilmektedir. Nevrotiklik düzeyi düşük olan bireyler ise duygusal olarak dengeli, rahat, stresli durumlarda sakinliğini koruyabilen, özgüvenleri yüksek, kolay kolay sinirlenmeyen ve olumlu duygular yaşamaya eğilimli bireyler olarak tanımlanmaktadır. (Bacanlı vd., 2009; Benet-Martinez ve John, 1998; Costa ve McCrae, 1995; Deniz, 2011; Doğan, 2013; Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002; Şeker Sır, 2016; Tatlıhoğlu, 2014;)

2.3.2. Dışadönüklük

Dışadönüklük alt boyutu; sosyal, enerjik, aktif, kararlı, konuşkan, sıcakkanlı, heyecanlı ve coşkulu ve girişken olma gibi özelliklerden oluşmaktadır. Dışadönüklük düzeyi yüksek bireyler; insanları ve büyük grupları seven, insanlarla kolay ilişki kurabilen, işbirliğine yatkın, çeşitli grup ve eğlencelere katılmaktan keyif alan, kendi başına kalmayı sevmeyen, şaka yapmaktan ve konuşmaktan hoşlanan, sempatik ve arkadaş canlısı bireyler olarak değerlendirilmektedir. Dışadönüklük düzeyi düşük veya başka bir deyişle içe dönük olan bireyler ise insanlara karşı mesafeli duran, içine kapanık, sosyalleşmeyi sevmeyen, sessiz kalmaya eğilimli, utangaç ve tutuk bireyler olarak tanımlanmaktadır (Basım, Çetin ve Tabak, 2009; Benet-Martinez ve John, 1998; Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002; Şeker Sır, 2016; Tatlıhoğlu, 2014).

2.3.3. Deneyime Açıklık

Bu boyut, araştırmacılar tarafından en karmaşık boyut olarak görülür. Burger (2006)'a göre bu özellik yaratıcı insanları, gerçekçi ve basmakalıp sıradan insanlardan ayırmaktadır. Çünkü deneyime açıklık düzeyi yüksek olanlar; entelektüel olarak meraklı, yeniliklere açık,

retken ve sanata duyarlı kişilerdir. Bununla birlikte, tutucu insanlara kıyasla, daha yaratıcı ve sıradışı inançlara daha fazla meyilli insanlardır.

Deneyime açık olan bireyler özellikle değişim yaşayan örgütlerde yaratıcılıkları ve bilişsel olarak esnek olmalarıyla oldukça fonksiyonel katkı sunarlar. Deneyime açık olmayan bireyler ise tutucu, sabit fikirli ve gelişime kapalı bireyler olarak tanımlanmaktadır (Tatlılıoğlu, 2014).

2.3.4. Yumuşak başlılık/Uyumluluk

Bu boyutu oluşturan kişilik özellikleri arasında yardımseverlik, affedicilik, nezaket, hoşgörü, saygı ve esneklik vb. özellikler sayılabilir (Bacanlı vd., 2009).

Burger (2006) yumuşakbaşlılığın bireyin kişisel yönelme düzeyini etkilediğini belirtmektedir. Yumuşak başlılık düzeyi yüksek olan bireyler arkadaşça davranır, birlikte çalışmayı sever, kibardır, hoşgörü sınırı geniştir, güven vericidir ve yumuşak kalplidir. Bu özelliğe sahip yöneticiler astlarını iyi motive ederek onların ihtiyaçlarını karşılamak için istek duyarlar ve iyi iletişim kurarlar.

Uyumlu bireyler, olumsuz herhangi bir durumla karşılaştıklarında sakin ve ılımlı bir şekilde hareket ederek olaylara çözümcl yaklaşmakta ve bulundukları ortama ayak uydurmaktadırlar (Merdan, 2013). Ayrıca bireylerin sosyal ilişkiler kurması ve bu ilişkileri devam ettirmeleri ve çatışmaların olumsuz etkilerini devredışı bırakmaları açasından uyumluluk özelliği önemli yere sahiptir (Basım vd., 2009). Yumuşak başlılık düzeyi düşük olan kişiler ise işbirliğine yatkın olmak yerine başkalarını rakip olarak gören, uzlaşması zor ve geçimsiz bireyler olarak tanımlanmaktadır.

2.3.5. Sorumluluk

Modele dair son boyutsa sorumluluktur. Sorumluluk alt boyutu; özenli ve dikkatli olma, disiplinli olma, sorumluluğa sahip olma, görev bilinci, düzenlilik gibi niteliklerden oluşmaktadır. Sorumluluğu yüksek kişiler, azimli, başarılı olmaya meyilli, planlı ve tedbirli kişiler olarak görülmektedir. Düşük sorumluluk düzeyine sahip kişiler ise disiplinsiz, dağınık, tembelliğe eğilimli, görev bilincinden yoksun kişiler olarak görülmektedir (Bacanlı vd., 2009; Costa ve McCrae, 1995).

2.4. BAĞLANMA STİLLERİ

Bowlby tarafından psikanaliz, gelişim psikolojisi, bilgi işleme ve sibernetik kavramlarından faydalanılarak temel ilkelerinin belirlendiği bağlanma kuramına dair yapılan ilk araştırmalar, Mary Ainsworth'ün bebeklerin annelerine bağlanma biçimlerini ve annelerinden ayrılmaları halinde gösterdikleri tepkileri incelemesine dayanmaktadır (Karakuş, 2012). Bowlby'nin bağlanma konusunda ortaya attığı birtakım fikirlerin deneysel açıdan test edilebilirliğini sağlayan, Ainsworth'ün gerçekleştirdiği metodoloji olmakla birlikte kuramın kapsamını, sunduğu katkılarla zenginleştiren de yine Ainsworth olmuştur (Bretherton, 1992). Özetle, bağlanma kuramının John Bowlby ve Mary Ainsworth'un ortak çalışmalarının ürünü olduğu söylenebilmektedir (Mikulincer ve Erev, 1991).

Kuramın temel ilkelerini birçok farklı kavramdan faydalanarak oluşturan Bowlby, çocuğun annesine karşı geliştirdiği bağa ve bu bağın yas, ayrılık ve yoksunluk gibi sebeplerle bozulmasına yönelik düşünceleri büyük çapta etkilemiştir (Bretherton, 1992). Bowlby'nin bağlanma kuramı; bireylerin başkalarıyla güçlü duygusal bağlar kurma eğilimini ve bu bağların tehdit edilmesi veya kopması durumunda ortaya çıkan yoğun duygusal tepkiyi anlamamıza da katkı sunmaktadır.

Bağlanma kuramları, bireyin erken çocukluk döneminde bakımını üstlenen kişiyle ilişkisinin, hayatının ilerleyen dönemlerinde kuracağı sosyal ilişkilerde ve tutumlarında önemli bir role sahip olduğunu belirtmektedir (Berber Çelik, 2018). Benzer şekilde Bowlby (1973)'a göre de çocuklar anneleriyle geliştirdikleri bağlanma sürecinde yaşadıkları tecrübeleri içselleştirmekte ve bu erken yaştaki deneyimler, çocuğun sonrasında kuracağı ilişkilerde belirleyici olmaktadır. Çoğunlukla bireylerin yetişkinlikteki sosyal ilişkilerinin doğası ve niteliğinin, erken çocukluk döneminde, bilhassa çocuk-bakıcı ilişkisinde yaşanan duygusal olaylardan kuvvetli bir biçimde etkilendiğine ve yetişkinlikteki sevgi bağı oluşturma potansiyelinde belirleyici olduğuna inanılmaktadır (Bowlby, 1969).

Ainsworth vd. (1978), bağlanma konusunda Bowlby ile aynı düşünce çizgisinde ilerleyerek bebeğin bağlanma stillerinden birini geliştirmesini, ebeveyn tepkileriyle ilişkilendirmektedirler. Bu stiller; güvenli, kaygılı ve korkulu/kaçıngan olmak üzere üç kategoriye ayrılmaktadır.

Güvenli bağlanma stili geliştiren bebekler, kararsız ve kaçınan bebeklere kıyasla annelerinin ulaşılabilirliğine daha çok güvenirlir ve anneyi güvenli bir üs olarak görme ihtimalleri daha yüksektir (Mikulincer ve Erev, 1991). Kısa bir ayrılıktan sonra anneleriyle

tekrar bir araya gelen bu bebekler temas ve etkileşim isterken, kararsız bağlanma geliştiren bebekler öfkeli ve kararsız tepkiler vermektedir, kaçınma stiline sahip olanlar ise ayrılma ve kaçınma tepkileri göstermektedir (Mikulincer ve Erev, 1991).

Güvenli bağlanan çocuklar, anneleri tarafından tek başına bırakıldıkları zaman doğal olarak biraz huzursuz olmakta fakat panik yaşamaksızın anneleriyle yakınlık ve temas aramakta, tekrar bir araya geldikten sonra da çabucak sakinleşmekte ve çevreyi keşfe devam etmektedirler. Kaygılı/kararsız bağlanan çocuklar annelerinden ayrıldıklarında aşırı bir öfke, gerilim ve kaygı yaşamakta, bir başkasıyla iletişim kurmayı reddetmekte, anneyle tekrar bir araya geldikten sonra da hemen sakinleşmemekte ve annelerine güçlü bir şekilde yapışıp onunla kalmayı çevreyi keşfetmeye tercih etmektedir. Kaçınan bağlanma stiline sahip olan çocuklarsa ayrılıktan çok etkilenmemekte, anneyle tekrar bir araya geldikten sonra da temasa geçmekten kaçınmakta ve daha ziyade oyuncaklara odaklandıkları izlenimini vermektedirler (Sümer ve Güngör, 1999).

Güvenli bağlanma, ebeveynler çocuklarına duygusal anlamda ulaşabildiğinde ve onları doyurabildiğinde sağlanmaktadır. Çocuğa öngörülebilirlik ve rahatlama sağladığından çocuğu gelişimsel ve sosyal güçlüklerden kaçınmaktansa onlarla mücadeleye teşvik etmektedir. Güvenli bir bağ kurma, duygu düzenleme ve sonrasında gelen sosyal ilişkiler üzerinde belirleyici bir role sahiptir. (Bowlby, 1969).

Güvensiz bağlanmaya, öngörülemeyen, katı veya destekleyicilikten uzak ebeveyn-çocuk iletişimleri kaynaklık etmektedir. Güvensiz bağlanma stiline sahip olan çocuklar, gelişimsel güçlükleri yönetmekte zorlandıklarından birçok farklı kişisel ve sosyal uyum problemi yaşamaktadırlar (Bowlby, 1973).

Çocuğun gereksinimlerini tutarlı ve duyarlı bir biçimde karşılayan ebeveynlerin çocukları güvenli bağlar geliştirirken, fiziksel ve duygusal açıdan çocuğun ihtiyaç duyduklarını karşılamayan ebeveynlerin çocuklarıysa güvensiz bağlar geliştirmektedirler.

Güvenli bağlanmaya sahip çocuklar özgüvenlidirler ve yetişkinlik dönemindeki uzak/yakın sosyal ilişkilerinde güvenli bağlanma davranışı sergilemektedirler. Buna karşın güvensiz bağlanmaya sahip olan çocuklar kendilerini önemsiz gördüklerinden ve başkalarına duydukları güven zayıf olduğundan yetişkinlik dönemindeki kişisel ve sosyal ilişkilerde problem yaşamakta ve uyum konusunda zorlanmaktadırlar (Collins ve Read, 1990; Rice ve Mirzadeh, 2000).

Bu açıklamalara paralel olarak güvenli bağlanma stili geliştiren bireylerin kişisel ve sosyal ilişkilerine uyum sağlama konusunda verdikleri kararlar gerçekçi ve sağlıklı olduğundan; güvensiz bağlanma stili geliştiren bireylerinse kişisel ve sosyal ilişkilerinde uyum problemleri konusunda gerçekçi ve sağlıklı karar vermekte zorlandıklarından söz edilmesi büyük bir öneme sahiptir (Erözkan , 2011).

2.5. SÜREGİDEN BAĞLAR:

Yas yaşayan bireylerin, sevilen birinin kaybının ardından tek taraflı da olsa devam ettirdikleri ilişki ve bağlantılar alanyazında süregiden bağlar (continuing bonds) olarak tanımlanmaktadır (Klass, Silverman ve Nickman, 1996).

Yakın zamana kadar (20. yüzyılın büyük bir bölümünde) çağdaş psikoloji ve Batı'daki baskın yas teorileri, yas sürecinde ölen kişiyle olan bağları koparmayı hedefleyip süregiden bağların yastaki patolojinin bir göstergesi olduğunu kabul eden geleneksel bir bakış açısına sahipti (Klass, 2006; Lalande ve Bonanno, 2006; Root ve Exline, 2014).

Freud'a (1917) atfedilen ve ölen kişiden duygusal olarak ayrılmanın önemini vurgulayan bu geleneksel modelde nihai amaç ölen kişiyle mevcut bağları koparmaktır (Lalande ve Bonanno, 2006; Millar ve Lopez-Cantero, 2022). Fakat Klass vd. (1996) yas teorisindeki bu tarihsel eğilimin tersine dönmesine yol açarak bu geleneksel perspektife meydan okuyup ölen kişiyle devam eden bağların kopmasından ziyade sürdürülmesini ve ölen kişilerle olan etkileşimin patolojik olmaktan ziyade normal bir durum olduğunu açıklamıştır. Bowlby (1980), yas tutan birey adına ölen kişiyle bağların tamamen kopması veya bağlılığın sürdürülmesi durumlarından hangisinin daha sağlıklı bir yol olacağı konusunda belirli bir netlik sunmamakta ve sonuç olarak yasin kritik amacının, bağın sonlandırılmasından çok doğasındaki değişim olduğunda karar kılmaktadır (Stroebe ve Schut, 2005).

Alanyazın tarandığında; ölen kişinin dinlenme yerini ziyaret etmek, eşyalarını saklamak, onunla ilgili rüyalar görmek (Klass vd.,1996), ölen kişinin fotoğraflarına bakmak, içinden onunla konuşmak, kalabalıkta bir an için onu gördüğünü sanmak, ölen kişinin vasiyetini yerine getirmeye çalışmak (Field ve Filanosky, 2010), hayır işleri yapmak, kutsal ayetler okumak, ölen kişi ile ilgili toplantılar düzenlemek (Suhail vd.,2011), eski günleri anımsamak, hikayeler anlatmak, anma törenlerine katılmak (Currier vd., 2015), mektup yazmak, dua ederek bağ kurmaya çalışmak (Foster vd., 2011), bir karar verirken ölen kişiyi bir rehber olarak görmek, olaylar karşısındaki bakış açısını hayal etmek (Field, 2006), bir an için onun sesini ve ayak seslerini işittiğini sanmak (Field, Gao ve Paderna, 2005), ölen kişiyle konuşmak ve ondan cevap almak, kabir ziyareti yapmak, ölen kişi hakkında konuşmak, ölen

kişiyile ilgili düşüncelerle meşgul olmak, ölen kişinin kendisini koruduğuna inanmak ve güzel anıların canlandırmak (Klass vd., 1996) gibi durumlar süregiden bağ deneyimleri olarak görülmektedir. Deneyimlerin çeşitliliğinden de anlaşılacağı üzere yas sürecinde kişinin kaybettiği yakınına dair anımsadığı, düşündüğü veya yaptığı pek çok şey süregiden bağ olarak kabul edilebilmektedir (Keser, 2019).

Süregiden bağlar dışsal ve içsel olarak iki ayrı başlıkta incelenmektedir. Gelişmesi vakit alan içselleştirilmiş bağlar, ölenin soyut bir içsel temsilinin kayıp sonrasında hayatın devamı adına işlev görmektedir. Yasın erken veya çözümlenmemiş safhalarında daha sık görüldüğü düşünülen dışsal bağlarsa kaybedilen kişinin fiziki yokluğunu kabullenememeyle karakterize edilen bağlardır (Field vd., 2013). Scholtes ve Browne (2015), dışsal bağların iç dünyadan çok dış dünyadaki somut fiil veya faaliyetlere karşılık geldiğinden bahsetmektedir. Field (2006) öleni bir örnek olarak görme, ondan öğrenilenleri düşünme, onu bir kılavuz seçme gibi yaşantıları “içsel süregiden bağlar” olarak adlandırırken; öleni görür gibi olma, sesini işitme, onunla sözel iletişime geçme, fiziki varlığını duyumsama, teselli bulmak için onun eşyalarını kullanma, kabrini sürekli ziyaret etme gibi deneyimleri ise “dışsal süregiden bağlar” olarak tanımlamıştır.

2.5.1. SÜREGİDEN BAĞLARIN YAS SÜRECİNDEKİ ROLÜ

Yas literatüründe, kayba uyum sağlamada süregiden bağların rolüne büyük önem verilmiştir. Gideren artan bu önemle beraber bu alanla ilgilenen araştırmacıların süregiden bağların yas sürecine uyum sağlamadaki işlevine dair çelişkili açıklamalara sahip oldukları görülmektedir. Yas sürecinde uyumu etkileyen pek çok etmen bulunmasına rağmen, yas araştırmacıları uzun süredir ölen kişiyile devam eden bağların uyum sonuçlarını nasıl etkilendiğiyle ilgilenmektedir (Tidwell, Larson ve Bentley, 2020).

Erken dönemde hüküm süren görüş süregiden bağların yas sürecinde uyuma yönelik olmadığı yönündeyken, son yıllarda bazı yas teorisyenleri ölen kişiyile mesafe vurgusundan uzaklaşarak süregiden bağların uyum bozucu bir nitelikte olduğu bu yaklaşımı reddetmişlerdir ve ölen kişiyile sürdürülen bağları yas sürecinin doğal bir parçası ve bunun da ötesinde yasın çözümlenmesinde yararlı bir faktör olduğunu belirtmişlerdir (Keser, 2019; Root ve Exline, 2014). Benzer şekilde Millar ve Lopez-Cantero (2022) süregiden bağlar yaklaşımının sevilen biriyle bağların çözülmesi anlayışından ziyade süregiden bağların kişinin ilişkisine uyum sağlamasına yardımcı olduğunu belirtmektedir.

Field, Gao ve Paderna (2005) süregiden bağların yas sürecindeki işlevsel rolü üzerinde durarak süregiden bağların bağlanma kuramıyla açıklanabileceğini ileri sürmektedir.

Field vd., (2010), mezarlık ziyaretinde bulunmak, konuşmalar ve ritüeller gibi dışsallaştırılmış süregiden bağ ifadelerinin, ölüme inanmamanın göstergesi olduğuna inanıyorlardı ve bu tür dışsallaştırılmış ifadelerin, yas sürecinde önemli zorluklar oluşturarak kayba uyum sağlamamaya neden olduğunu düşünüyorlardı.

Klass (2006), süregiden bağların yas sürecine etkisinin zannedilenden daha karmaşık olduğunu, süregiden bağların olduğu dinamiklerin halihazırda tam anlamıyla bilinmediğini ve süregiden bağların hem uyumu bozan hem de kolaylaştıran bir etkisinin olabileceğini ileri sürmüştür. Süregiden bağların rolünü anlayabilmek için bireyin tecrübe ettiği süregiden bağ deneyiminin kişisel öyküsünün; dini, siyasi, toplumsal ve kültürel açılarla beraber ele alınarak değerlendirilmesinin gerektiğini belirtmektedir.

2.6. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.6.1. Yas İle İlgili Araştırmalar

2.6.1.1. Yas İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Wilson vd.'ye göre (2015) bazı insanlar sevdikleri birini kaybettiklerinde daha yoğun ve uzun yas yaşarlar. Yas yoğunluğu sevdiğini kaybeden kişinin ölüme yönelik “iyi” ya da “kötü” algıları ile ilişkili olabilmektedir. Bu doğrultuda gerçekleştirdikleri nitel çalışmada 41 yaşlı birey ile görüşmeler yapmışlardır. Çalışmaya göre yas bireyselleştirilmiş, bağlamsallaştırılmış ve çok yönlü bir deneyimdir. Çalışmada üç tema bulunmuştur bu temalar; sevilen bir kişinin ölümü sonucunda yaşamda olan büyük kayıp ve boşluk, şiddetli yas ve yasın iyileşmesine doğru giden basamakları belirsiz olan süreç. Araştırma sonucunda yas sürecindeki iyileşmenin, ölüm ya da ölüm sürecinin hem iyi hem kötü yönlerinden ve ölüm sonrasında yaşanan olumlu ve olumsuz olay ve gelişmelerden etkilendiği ortaya çıkmıştır.

Varga (2016), tarafından yürütülen çalışmada amaç, lisansüstü öğrenciler arasında yas oranı, yas etkileri ve yararlandıkları destek türlerinin yanısıra uzamış yas bozukluğu yaşama riskini belirlemektir. Araştırmanın örneklem grubunu Amerika Birleşik Devletleri'nin devlet üniversitelerinde eğitim gören 1578 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın sonucuna göre son 6 içinde kayıp yaşayan bireylerin son 12 ay içerisinde kayıp yaşayan bireylere göre uzamış yas

bozukluğu riskinin daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Uzamış yas bozukluğu yaşayan öğrencilerin aynı zamanda uyuşmazlık, yeme bozuklukları, travma sonrası stres bozukluğu ve depresyon tanısı aldıkları da bulgular arasındadır.

Al Gamal vd. (2018) tarafından Suudi Arabistanlı 226 lisans öğrencisiyle gerçekleştirilen çalışmanın amacı, sevilen bir kişinin ölümünün ardından Suudi Arabistanlı lisans öğrencileri içinde uzun süreli yas bozukluğu, algılanan sosyal destek ve depresyon şiddeti arasındaki korelasyonu incelemektir. Uzamış yas bozukluğu (UYB) puanlarında her iki cinsiyetten katılımcılar arasındaki tanımlayıcı nitelikleri, korelasyonel ilişkileri ve istatistiksel ortalama farklılıkları incelemek amacıyla kesitsel bir desen kullanılmıştır. Örneklem grubu tarafından Uzamış Yas Bozukluğu-13 aracı, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve güncellenmiş Beck Depresyon Envanteri doldurulmuştur. Elde edilen bulgulara göre en yüksek UYB puanına sahip olan öğrencilerin en az desteklenen ve en çok depresyon yaşayan öğrenciler olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Navidian ve Saravani (2018) tarafından gerçekleştirilen çalışmanın amacı, psikolojik danışmanlığın ölü doğum sonrası annelerde yas belirtilerinin şiddetine etkisini incelemektir. Örneklem İran'da bir hastanede ölü doğum gerçekleştirmiş olan 100 kadından oluşmaktadır. Yarı deneysel desende yapılan çalışmada deney ve kontrol grupları bulunmaktadır. Her grup 50'ser kadından oluşmaktadır. Deney grubu 2 hafta boyunca dört seanslık grupla psikolojik danışma aldı, kontrol grubu ise yalnızca rutin doğum sonrası bakım aldı. Perinatal Yas Ölçeği kullanılarak her iki grupta da ön ve son test ölçümü alındı. Ortalama yas semptom puanı ve üç alt ölçek puanı (aktif yas, başa çıkmada güçlük ve umutsuzluk) psikolojik danışmanlık alan katılımcılarda rutin bakım alanlara göre anlamlı olarak daha düşük bulundu.

Kaplow vd. (2021), kayıp yaşayan ve kliniğe sevk edilen yaşları 12-21 arasında değişen 1281 yaşlı ergenle yaptığı çalışmada özkıyım düşünce ve davranışları, depresyon, travma sonrası stres, madde bağımlılığı ve kendine zarar verme davranışlarının; yasin risk göstergeleri olan ölen kişiyle olan ilişki, ölüm sayısı ve ölüm nedeni gibi değişkenlerle ilişkisini araştırmayı amaçlamıştır. Araştırmanın bulgularına göre yakınlarını özkıyım sonucu kaybeden gençlerin intihar düşünce ve davranışı ve alkol kullanım oranlarının, sevdiklerini doğal nedenlerle kaybeden gençlere göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca birden fazla kayıp yaşayan gençlerin travma sonrası stres düzeylerinin tek kayıp yaşayan gençlere göre daha yüksek olduğu anlaşılmıştır. Cinayet nedeniyle yakınları kaybeden gençlerin doğal ölüm nedeniyle yakınlarını kaybeden gençlere göre madde kullanımı açısından daha çok risk

altında olduklarını; akranını kaybeden gençlerin ebeveynini kaybeden gençlere göre daha fazla alkol ve diğer maddeler tükettiklerini; ebeveynlerini kaybeden gençlerin yetişkin bir akraba veya ilgisiz birini kaybetmelerine kıyasla depresyon risklerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka deyişle bireylerin kaybedilen kişiyle olan yakınlıkları arttıkça depresyon riskleri artmaktadır.

Jankauskaite (2023), 169 lisanüstü öğrencisiyle yaptığı çalışmada yas ve yas danışmanlığı alanında çevrimiçi bir müdahale planı geliştirmek ve bu müdahalenin, yaşlı bireylerle çalışma öz yeterliliğini ne yönde etkileyeceğini anlamayı amaçlamaktadır. Deney grubuna tam video müdahalesi, kısmi video müdahalesi ve okuma olmak üzere üç çalışma koşulunun etkisi gözlemlenmeye çalışılırken kontrol grubuna herhangi bir müdahalede bulunulmamıştır. Yapılan analizler sonucunda bu çevrimiçi müdahalenin tamamını görüntüleyen öğrencilerin, diğer koşullara (kısmi video müdahalesi ve okuma) maruz kalanlara kıyasla yas ve yas danışmanlığı konusunda daha fazla bilgiye sahip olduklarını ve özgüvenlerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Zheng vd., (2023) tarafından Amerika Birleşik Devletleri'nde tek çocuklarını kaybeden 50 yaşın üzerindeki 183 yaşlı ebeveyn ile yürütülen kesitsel bir çalışmada, Worden'ın, yas araçlarından yola çıkılarak yaş, bağlanma stili, ölümden bu yana geçen süre, sosyal destek, baş etme becerileri ve maneviyat değişkenleri ile yas yoğunluğu arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırma sonucunda yas yoğunluğu yüksek olanların, daha düşük yas yoğunluğuna sahip olanlara kıyasla söz konusu değişkenler arasında anlamlı farklılıklar göstermiştir. Ölümün üzerinden geçen sürenin artması, manevi deneyimlere sahip olunması ve bireyin sosyal desteklerinin fazla olması yas yoğunluğuyla negatif yönde bir ilişkiye sahipken; kaçınmacı başa çıkma stratejileri geliştiren ve korkulu bağlanma stiline sahip olmayla pozitif yönde bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

2.6.1.2. Yas İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Genlik (2012), son beş yıl içinde aile üyelerinden veya yakın bir arkadaşını kaybeden 204 öğrenciyle gerçekleştirdiği çalışmada yas sürecine etki eden değişkenleri açıklamayı ve ölen kişinin yaşlı kişinin hayatındaki rolü, yas süresi, ölüm biçimi, yaşlı kişinin cinsiyeti gibi değişkenlerin yas sürecinde depresyon ve anksiyete düzeylerine etkisinin ne olduğunu araştırmayı amaçlamıştır. Çalışmada “Beck Anksiyete Envanteri, Kayıplar ve Yas Süreci anketi” ve “Beck Depresyon Envanteri” uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda birinci dereceden yakınlarını ani/beklenmedik bir biçimde kaybeden kişilerin yakın bir arkadaşını

ani/beklenmedik bir şekilde kaybeden kişilere göre depresyon ve anksiyete düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte kaybedilen kişiyle olan sevgi bağına “çok iyi” olarak tanımlayan kişilerin Beck Depresyon ve Beck Anksiyete envanterlerinden aldıkları depresyon ve anksiyete puan ortalamalarının sevgi bağına “iyi” olarak tanımlayan kişilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Çalışmanın bir diğer bulgusu ise Beck Depresyon ve Beck Anksiyete envanterlerinden alınan puan ortalamalarının zaman geçtikçe azaldığıdır. Bir başka deyişle yas süresi ile depresyon ve anksiyete belirtilerinin gözlemlenme düzeyi arasında negatif düzeyde anlamlı bir farklılık vardır.

Geçit (2018) tarafından 18-22 yaşlarında 208 üniversite öğrencisi ile yürütülen çalışmada; ölüm kaygısı ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi incelemek ve bu şemaların ölüm kaygısını yordayıp yordamadığını belirlemek amaçlanmıştır. Araştırmanın veri toplama araçlarını Young Şema Ölçeği, Türkçe Ölüm Kaygısı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu oluşturmaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre ölüm kaygısının, erken dönem uyumsuz şemaları olan dayanıksızlık, başarısızlık, sosyal izolasyon/güvensizlik, karamsarlık, onay arayıcılık, iç içe geçme/bağımlılık, duyguları bastırma, kendini feda, cezalandırılma, terk edilme ve kusurluluk alt boyutları arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Akyüz Uçar (2019), 865 lise öğrencisi ile yürüttüğü çalışmada amaç, ergenlerin duygu düzenleme becerileri ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerini riskli davranışları yordama düzeyini kayıp ve yas açısından incelemektir. Örneklem grubunun seçkisiz atama ile belirlendiği çalışmada katılımcılara; Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği, Riskli Davranışlar Ölçeği, Ergenler İçin Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri Ölçeği, Yas Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda kızların erkeklere göre yas düzeylerinin daha yüksek olduğu, bununla birlikte işlevsel duygu düzenleme ve öznel iyi oluşu artırma stratejilerini daha işlevsel kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmaya dair bir başka bulgu ise akademik başarının kaybedilmesi, ruhsal veya kronik hastalık, ebeveynlerin iş kaybı, bağımlılık, ölen kişiyle yakınlık derecesi gibi unsurların yasalı ergenlerin yas düzeyine etki ettiği.

Turan’ın (2019) gerçekleştirdiği çalışmada amaç ölüme bağlı kaybın ani veya beklendik oluşunun kayıp sonrası yaşanan yas tepkilerine, yoğunluğuna ve şiddetine etkisini incelemektir. Araştırmanın örneklemi son üç yıl içerisinde ölüm sebebiyle birinci derece yakınına kaybetmiş olan 18-65 yaş arasındaki 150 (77 kadın ve 73 erkek) birey

oluşturmaktadır. Araştırmanın veri toplama araçlarını Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği, İki Boyutlu Yas Ölçeği Demografik Bilgi Formu, ve Temel Yas Unsurları Ölçeği oluşturmaktadır. Kaybedilen kişilerin ölüm nedenleri ani veya beklendik ölümler olarak kategorize edilmiştir. Kalp krizi, boğulma, beyin kanaması ve kaza gibi durumlar ani ölüm olarak nitelendirilirken; yaşlılık, hastalık ve kanser gibi durumlar ise beklendik ölüm nedenleri olarak değerlendirilmiştir. Araştırmanın sonucuna göre, birinci dereceden yakınlarını ani bir şekilde kaybedenler ile beklendik bir biçimde kaybeden katılımcıların yas değişkenlerindeki puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olduğu anlaşılmıştır. Yani sevdiklerini ani ölümle kaybedenler, beklendik ölümle kaybedenlere göre daha sarsıcı ve zor bir yas süreci geçirmektedirler. Bununla birlikte bireylerin ölüm şeklini ani/beklenmedik ya da beklendik/sıralı olarak algılamaları ile; ölüm sebebi, cinsiyet ve ölen kişi ile olan yakınlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca cinsiyet, medeni durum, yaş ve dini tutum gibi sosyodemografik özellikler ile ölüm yaşı, toprağa verilirken görme ve kaybın ani olması gibi kayba yönelik olan özelliklerin yas yoğunluğunu anlamlı bir biçimde yordadığı saptanmıştır.

Avcı ve Yıldırım (2022) tarafından yürütülen araştırmanın amacı, travmatik yas tanısına sahip olan 15 üniversite öğrencisinin kayıp sonrası ilk 6 ay içerisinde gördükleri rüyaları derinlemesine incelemektir. Bu bağlamda katılımcıların rüyaları yazılı beyan ve anamnestik görüşmeler neticesinde kayıt altına alınmıştır. Rüyaların analizi sonucunda “rüyada hissedilen duygu teması, bağlanma teması, arzu ve zulüm teması, rüyada kriz teması ve savunma düzenekleri teması” olmak üzere beş ana tema başlığında toplandığı görülmüştür. Ayrıca travmatik yası bulunan bireylerin yaşadıkları kayıp nedeniyle öfke, suçluluk ve pişmanlık gibi olumsuz duyguları yaşadıkları ve korku, kaygı gibi duyguların, savunma mekanizmalarının ve kriz durumlarının belirlenmesi açısından bu tür rüyaların incelenmesinin önemli olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2.6.2.Yas ve Kişilik Özellikleri İle İlgili Çalışmalar

2.6.2.1. Yas Ve Kişilik Özellikleri İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Drapeau vd. (2016) tarafından intihar sebebiyle kayıp yaşayan 418 yaşlı katılımcıyla gerçekleştirilen araştırmada yas yaşayan yetişkinlerde kişiliğin, başa çıkma tarzları ve algılanan yakınlığın; ruh sağlığı hizmetlerini aramaya yönelik tutumları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmanın bulgularına göre nevrotik kişilik özelliğine sahip yaşlı kadınların sağlıklı başa çıkma biçimleri ve yardım aramaya dair olumsuz bir tutum benimsedikleri anlaşılmakla birlikte nevrotiklik, intihar sonrasında yardım arama davranışının önündeki en

büyük engel ve yardım arama tutumlarının en güçlü yordayıcısı olarak görülmüştür. Bununla birlikte nispeten dışadönük, nevrotik ve stresle başa çıkmada kaçınmacı baş etme tarzına sahip olan yaşlı bireylerin profesyonel ruh sağlığı hizmeti almaya yönelik daha az olumlu tutum içerisinde oldukları ortaya çıkmıştır. Buna karşılık; açık sözlü, uyumlu ve aktif duygusal başa çıkma stiline sahip olan katılımcıların yardım arama tutumlarının daha olumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yani açıklık ve uzlaşmacı olan bireylerin yardım arama eğilimin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Chopik (2018), deney grubunun eş kaybı yaşayan 255 ve kontrol grubunun ise yas yaşamayan 280 kişiden oluşan çalışmada 535 kişinin dört yıl boyunca kişilik değişimlerini incelemeyi amaçlamaktadır. Kişilik değişimi, eşin ölümünden önce, ölümden 18 ay sonra ve ölümden 48 ay sonra olmak üzere üç farklı zaman noktasında değerlendirilmiştir. Yürütülen çalışmanın sonucuna göre eşine bakım verenler arasında deneyime açıklık alt boyutunda zaman içinde bir düşüş meydana geldiği sonucuna ulaşılmıştır. Yine aynı çalışmada eş kaybının kişilik değişimi üzerinde kolaylaştırıcı bir rol oynadığı bulgusuna erişilmiştir.

Goetter vd. (2019) tarafından yürütülen ve deney grubunun 51, kontrol grubunun ise 30 kişi olmak üzere toplamda 81 yaşlı kişiyle yürütülen çalışmada amaç yas yaşayan bireylerin beş faktörlü kişilik özelliklerini incelemektir. Araştırmanın deney grubunu karmaşık yaşlı bireyler oluştururken kontrol grubunu ise karmaşık yası bulunmayan yetişkinler oluşturmaktadır. Yapılan çoklu regresyon analizleri neticesinde karmaşık yas düzeyi yüksek olan bireylerin beş faktörlü kişilik modelinin nevrotiklik alt boyutuyla pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka ifadeyle nevrotiklik düzeyi arttıkça bireylerin karmaşık yas düzeyi de o doğrultuda artmaktadır. Çalışmanın bir diğer bulgusuna göre ise nevrotiklik alt boyutu; dışa dönüklük, vicdanlılık ve uyumluluk alt boyutlarıyla negatif yönde ve anlamlı bir ilişkiye ulaşılmıştır.

Masferrer vd. (2020)'nin alkol, kokain ve eroin bağımlılığı tanısı alan ve kayıp yaşayan 196 kişiyle yürütülen çalışmada amaç kişilik bozuklukları ve karmaşık yas semptomları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Katılımcıların en az bir yıl önce sevilen bir kişiyi(partner, arkadaş veya aile bireyi) kaybetmiş olmak, DSM IV'e göre alkol, eroin ve kokain bağımlısı tanısı almak ve son üç ay boyunca cinsel ilişki yaşamamış olmak gibi kriterlere sahip olmasının beklendiği bu araştırmanın sonucuna göre; depresif ve paranoid kişilik bozukluğu kalıplarının karmaşık yas semptomlarıyla ilişkili olduğu sonucuna

ulaşılmıştır. Bununla birlikte depresif ve paranoid olanlar dışındaki kişilik bozukluğu kalıplarının, karmaşık yas belirtileriyle herhangi bir ilişkisi olmadığı görülmüştür.

2.6.2.2. Yas ve Kişilik Özellikleri İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Kadıoğlu (2022) tarafından 660 genç yetişkin ile yürütülen çalışmada, ölüm kaygısı düzeylerinin kişilik özellikleri ve yalnızlık seviyesi arasındaki korelasyonun incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın veri toplama araçlarını, Beş Faktör Kişilik Envanteri, Türkçe Ölüm Kaygısı Ölçeği, Yetişkinler İçin Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu oluşturmaktadır. İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı bu araştırmada yapılan analizler sonucunda genç yetişkin kadınların ölüm kaygılarının genç yetişkin erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bununla beş faktör kişilik özelliklerinden deneyime açıklık, sorumluluk ve nevrozizm ile genç yetişkinlerin ölüm kaygısı puanları arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülürken; diğer beş faktör kişilik özelliklerinden olan dışadönüklük ve uyumluluk ile ölüm kaygısı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür.

Kahraman (2023), yetişkin bireylerin yas süreçleri ve kayıp deneyimine ilişkin değişkenler ve kişilik özelliklerinin bir ifadesi olan MMPI profillerini incelemeyi hedeflediği araştırmanın örneklem grubunu, en az 6 en fazla 2 yıl içerisinde birinci dereceden bir yakını kaybeden 214 yetişkin oluşturmaktadır. Katılımcılara, Temel Yas Unsurları Envanteri, Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri-2 İki Boyutlu Yas Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Çalışmanın sonucuna göre yetişkinlerin yas süreçleri üzerinde MMPI-2 klinik ölçeklerinden depresyon, sosyal içe dönüklük, hipomani ve hipokondriyazis düzeylerinin etkili olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte yapılan analizler sonucunda depresyon ile temel yas ölçeğinden alınan puanlar arasında pozitif yönde ve yüksek bir ilişki olduğu; yasin travmatik olarak algılanmasının depresyon ile pozitif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki görülmüştür. Kaybedilen kişiyle olan yakın ve olumlu ilişkinin, hem depresyon hem de hipokondriyazis ile aralarında orta düzeyde ve pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Çalışmanın bir diğer bulgusuna göre anksiyete ile temel yas şiddeti arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülürken anksiyete ile yasin travmatik algılanması, sosyal işlevsellikteki bozulmalar ve kaybedilen kişi ile kurulan ilişkinin niteliği boyutları arasında pozitif olsa da zayıf düzeyde bir korelasyonun olduğu ortaya çıkmıştır. Cinsiyete göre yas süreçleri arasındaki ilişki incelendiğinde kadınların yas şiddeti, kaybın travmatik olarak algılanması ve sosyal işlevsellikteki bozulma oranının, erkeklerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Yas

şiddetine bakıldığında hipokondriyazis ile arasında orta düzeyde ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgulara ek olarak birinci dereceden kayıp yaşayan bireylerin sağlıklarına yönelik endişeleri ile yas şiddeti arasında orta düzeyde ve pozitif, sağlık endişeleri ile kaybın travmatik olarak görülmesi arasında zayıf ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

2.6.3.Yas ve Bağlanma Stilleri İle İlgili Çalışmalar

2.6.3.1. Yas Ve Bağlanma Stilleri İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Cohen ve Katz (2015) tarafından yürütülen çalışma bağlanma stili, başa çıkma esnekliği, ölüm nedeni, yas tepkileri ve travma sonrası büyüme (TSB) arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmının örneklem grubunu İsrail’de yaşları 18 ile 72 arasında değişen 150 yaşlı yetişkin kardeş oluşturmaktadır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre güvensiz bağlanan yetişkinler güvenli bağlananlara göre daha fazla yas tepkileri vermiş ve daha az TSB göstermişlerdir. Bununla beraber güvenli bağlanan kardeşlerin daha fazla başa çıkma esnekliğine sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Esnek bir şekilde başa çıkabilen kişiler ise daha az yas tepkisi verdikleri ve daha yüksek TSB gösterdikleri araştırma bulguları arasındadır.

Levi-Belz ve Lev-Ari (2019), bağlanma stilleri ve kişilerarası kolaylaştırıcı faktörlerin karmaşık yastaki rolünü incelemek amacıyla gerçekleştirdiği araştırmanın örneklem grubunu yaşları 18 ile 70 arasında değişen ve sevdikleri birini intihar nedeniyle kaybeden 156 kişi oluşturmaktadır. Yapılan analizler neticesinde güvenli bağlanmanın karmaşık yas ile negatif, algılanan sosyal destek ve kendini açma ile pozitif yönde bir ilişkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Bu çalışmanın diğer bulgusu kendini açmanın, güvenli bağlanma ile karmaşık yas arasındaki ilişkide moderatör bir etkiye sahip olduğudur. Bununla birlikte hem kendini açma hem de güvenli bağlanma düzeyi yüksek olan bireylerin karmaşık yas geliştirme olasılıkları daha düşükken, hem kendini açma hem de güvenli bağlanma düzeyinin düşük olduğu bireylerin karmaşık yas geliştirme olasılıkları daha yüksektir. Son olarak güvenli bağlanma düzeyi yüksek ve kendini açma düzeyi düşük bireylerin karmaşık yastan yakınma ihtimalinin daha düşük olduğu saptanmıştır.

Seake-Kwawu (2020), yetişkin bağlanma stillerinin; bireycilik, kolektivist ve yas yoğunluğu arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla son üç yıl içinde yakınıni kaybeden kolektivist kültürlerden 248 ve bireyselci kültürden 106 kişi olmak üzere 354 yaşlı kişi ile yürüttüğü çalışmada kolektivist toplumların yas yoğunluk düzeylerinin bireyselci

toplumlardan daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte bağlanmadan kaçınmanın hem kolektivist hem de bireyselci toplumların yas yoğunluk düzeyleriyle ilişkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Black vd. (2020), tarafından yapılan çalışmada amaç, yaşlı kişilerin rüya sonrası tepkilerinin rüya deneyimi üzerindeki tepkisini incelemektir. Bir başka deyişle kaybedilen kişiye dair olan rüyalarından bazıları olumlu olarak görülürken, bazılarının ise olumsuz olarak görülmesinin nedenini araştırmaktır. Çalışmanın örneklem grubunu 6 ile 24 ay içerisinde birlikte yaşadıkları romantik bir partneri veya eşlerini kaybeden 216 kişi oluşturmaktadır. Araştırmacılar tarafından ölen kişiye ait rüyaların içerik analizleri yapılmış ve yas yoğunluğu, travma sonrası semptomlar, bağlanma tarzı, içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış devam eden bağların ölçümlerinin yanı sıra ölümle ilgili sorular sorarak uyandıktan sonra rüyayı nasıl deneyimlediklerine ilişkin değerlendirmeler yapmışlardır. Araştırmacılar rüyaların travmayı işlemek, devam eden bir bağı sürdürmek ve duygu düzenleme gibi işlevlerinin olduğunu ifade etmişlerdir. Yapılan analizler sonucunda partnerine güvenli bir şekilde bağlanmak, yakın bir ilişkiye sahip olmak ve kaybedilen kişiye içselleştirilmiş bağlara bağlanmak, ölen kişiyle dair daha olumlu rüyalar görme şansının daha yüksek olmasıyla ilişkilendirilirken, dışsallaştırılmış bağlar daha düşük bir ihtimalle ilişkiliydi. Bununla birlikte ölen kişiyle daha fazla bağ kurma istediğinin olumlu rüyalar görmeyle ilişkilendirilirken daha az bağ kurmanın olumsuz rüyalar görmeye ilişkilendirilmiştir. Araştırmada ulaşılan bir diğer sonuç ise şiddet içerikli ölümlerden sonra daha fazla olumsuz rüyaların görüldüğüdür.

Ludwikowska-Świeboda'nın (2020) eşini kaybeden 60 kadınla gerçekleştirdiği çalışmada amaç, yas yaşayan kişilerin bağlanma stilleri ile karmaşık yas şiddeti arasındaki ilişkiyi açıklamaktır. Araştırmanın sonuçlarına göre bağlanma kaygısı düzeyi ile karmaşık yas arasında pozitif bir ilişki bulunurken, kaybın ardından geçen süre ile karmaşık yas arasında negatif bir ilişki bulunmaktadır. Bir başka deyişle kayıptan sonra geçen süre arttıkça karmaşık yas azalmaktayken, bağlanma kaygısı arttıkça karmaşık yas düzeyi de artmaktadır. Bu doğrultuda çalışmada, bağlanma kaygısının karmaşık yasin anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sochos ve Aleem (2021) ebeveyn bağlanma stillerinin karmaşık yas sürecine uyumu üzerindeki etkiyi incelemek amacıyla sevdikleri birini kaybetmiş gençlerin ebeveynleri (133 kişi) ve herhangi bir kaybı olmayan gençlerin ebeveynleriyle (101 kişi) bir çalışma yürütmüşlerdir. Söz konusu çalışmanın bulgularına göre kayıp yaşamış olan gençler, yalnızca

kaygılı bir şekilde bağlanan bir ebeveyn tarafından büyütüldüklerinde, yasal olmayanlara göre daha fazla dışsallaştırma ve içselleştirme sorunları yaşarken; ebeveyne bağlanma kaygısı düşük olduğunda, yasal çocuklar yasal olmayanlara göre daha az problem yaşamışlardır. Araştırmanın bir başka bulgusu ise yas deneyimi olan kişiler arasında ebeveyn bağlanma kaygısı ve bağlanmadan kaçınması yüksek olan bireylerin karmaşık yas ve travma sonrası stres düzeyinin de yüksek olduğudur.

Lombardo vd. (2024), 102 ölümcül kanser hastasının bakıcısında bağlanma stilleri, zihinselleştirme, ölüme hazırlıklı olma ve kayıp öncesi yas semptomlarının şiddeti arasındaki ilişkileri araştırdığı çalışmanın sonucunda kaçınmacı bağlanma stiline sahip olan kişilerin ölümcül hastalığından sonra başkalarına güvenme zorluğuyla pozitif yönde ilişkili olduğunu gösterdi. Bir başka deyişle kaçınmacı bağlanma düzeyi arttıkça kişilerin ölümcül hastalıkların ardından başkalarına güvenme ihtimali azalmaktadır.

2.6.3.2. Yas ve Bağlanma Stilleri İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Dülger (2014), gerçekleştirdiği ampirik çalışmada ileri düzey kanser hastası yakını bulunan 50 ve kendilerinde ve yakınlarında kanser/ölümcül herhangi bir hastalık bulunmayan 50 kişi olmak üzere toplamda 100 kişi ile yürütülen çalışmada deney ve kontrol grubunun ölüm kaygıları kıyaslanmıştır. Bununla birlikte araştırmada ölüm kaygısının; ölüm anlamları, baş etme tarzları ve bağlanma stilleri ile ilişkisinde ölümlülük farkındalığının biçimlendirici işlevinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın veri toplama araçlarını Ölüm Kaygısı Ölçeği, Ölümün Anlamları Ölçeği, Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanteri ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri oluşturmaktadır. Araştırmada bağlanmanın iki boyutu olan yakın ilişkilerde kaygı ve kaçınmanın, ölüm kaygısı ile ilişkisi incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda hem kaygı hem de kaçınma boyutunun ölüm kaygısı ile arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür. Bir başka deyişle, yakın ilişkilerde yaşanan kaygı ve kaçınma ve güvensiz bağlanma düzeyi arttıkça ölüm kaygısında da bir artış söz konusu olmaktadır. Bununla birlikte, güvenli bağlanma arttıkça (yakın ilişkilerde kaçınma ve kaygının az olması) ölüm kaygısının da düştüğü ifade edilebilir. Araştırma neticesinde kaçınmacı bağlanma stili, ileri evre kanser hastalarının yakınlarında ölüm kaygısı için bir risk unsuru olarak görülmüştür.

Hamzaçebi (2016), yetişkinlik döneminde yaşanan birinci, ikinci ve üçüncü derece akraba veya eş kaybından sonra bağlanma stillerinin yas sürecine etkisini araştırmak amacıyla

103 kişiyle yürüttüğü ĉalıřmada katılımcılara Sosyodemografik Bilgi Formu İlişki lĉekleri Anketi, İki Boyutlu Yas lĉeęi ve Temel Yas Unsurları Envanteri uygulanmıştır. Araştırmada bağlanma türleri ve yas değişkenleri arasındaki ilişki incelendiğinde, korkulu bağlanma ile kayıtsız bağlanmanın kendileri arasında anlamlı ilişkisinin olduğu ve korkulu bağlanma stilinin sorunları arttıran temel belirleyici olduğu görülmüştür. Buna karşılık kayıtsız bağlanma stili, sosyal ilişkilerdeki sorunu azaltan bir role sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölümün şekline bağlı olarak trafik kazası, savaş, terör gibi travmatik ölümlerin, bireyin yasını yaşayışında daha derin izler bıraktığı ortaya ĉıkmıřtır. Ek olarak ölen kişiyle yakınlık derecesine göre bağlanma stilleri incelendiğinde güvenli bağlanan bireylerde eşe ilişkin puanların birinci, ikinci, ĉnc dereceden yakınlardan daha yüksek olduğu; kayıtsız bağlanan bireylerde de benzer şekilde en yüksek puanlamanın eşe, sonrasında ĉnc derece yakın akrabaya ait olduğu belirlenmiştir.

Kabataş (2018), tarafından yürütülen ĉalıřmada temel amaĉ bireylerin bağlanma stilleri ile ölüm kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bununla birlikte araştırmada yaş, cinsiyet medeni durum, kronik hastalığın bulunup bulunmaması ve eğitim durumu gibi değişkenlerin ölüm kaygısı ve bağlanma düzeyleri üzerindeki etkisini incelemek de amaĉlanmıřtır. 100 kişi ile yürütülen ĉalıřmada katılımcılara Erişkin Bağlanma Biĉimi lĉeęi lm Kaygısı lĉeęi ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Cinsiyet değişkenine göre bakıldığında erkeklerin kaĉıngan bağlanma düzeyleri puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Bununla birlikte yakınını kaybetmiş bireylerin kaygılı bağlanma lĉeęinden aldıkları puanlarının herhangi bir kayıp deneyimi olmayanlara kıyasla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Gngrn (2022), birinci, ikinci ve ĉnc dereceden yakınlarını kaybetmiş 302 kişiyle yürüttüğü ĉalıřmada bağlanma stilleri, duygu düzenleme gĉlę ve yas süreci arasındaki incelenmesi amaĉlanmıřtır. Katılımcılara Duygu Düzenleme Gĉlę Formu, Temel Yas Unsurları Envanteri ve İlişki lĉekleri Anketi'nin uygulandığı ĉalıřmanın istatistiksel sonuĉlarına göre güvenli bağlanan bireylerin yas reaksiyonlarının daha hafif, korkulu ve kayıtsız bağlanan bireylerin ise yas reaksiyonlarının daha yoğun olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte, duygularını anlama, ifade etme ve düzenlemede zorluk yaşayan kişiler ile yas tutma sreĉleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bundan yola ĉıkılarak bireyin sahip olduğu bağlanma stilinin yas tutma sürecini yordamasında duygu düzenleme gĉlęnn aracılık ettiği sonucuna varılmıştır.

Sarsmaz (2022), tarafından gerçekleştirilen çalışmada bağlanma stilleri ve ilişki durumunun ölüm kaygısı üzerindeki rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Örneklem grubunu 207 üniversite öğrencisinin oluşturduğu çalışmada katılımcılara Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği ve İlişki Ölçeği Anketi uygulanmıştır. Yapılan İstatistiksel analizler sonucunda katılımcıların güvenli, kayıtsız ve korkulu bağlanma stilleri ile ölüm kaygısı puanları ile arasında pozitif yönde bir ilişki bulunurken saplantılı bağlanma stilleri ile anlamlı herhangi bir ilişki bulunamamıştır. Bu bulguya ek olarak çalışmada bir ilişkisi olan katılımcıların ölüm kaygısı puanlarının, ilişkisi olmayan katılımcılara oranla daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Çokal (2022) tarafından nicel ve nitel verilerin bir arada kullanıldığı karma bir çalışmada birinci dereceden yakınıni kaybeden yetişkinlerin bağlanma stili, tinsellik ve psikolojik sağlık düzeylerinin anlamı yeniden yapılandırma ile olan ilişkisi incelenmiştir. Araştırmanın nicel kısmında yaşlı 400 kişi bulunurken nitel kısmında ise yaşlı 20 kişi bulunmaktadır. Araştırmanın veri toplama araçlarını; Anlamı Yeniden Yapılandırma Envanteri, Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi ve Kendini Aşma Ölçeği oluşturmaktadır. Yapılan analizler sonucunda birinci derece yakınıni kaybeden erkeklerin güvenli bağlanma stili kadınlaran daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölümün türü değişkenine göre anlamı yeniden yapılandırma puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olduğu ortaya çıkmıştır ve beklendik ölüm yaşayan kişilerin anlamı yeniden yapılandırma puan ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Son olarak araştırmanın bulguları incelendiğinde bağlanma stili anlamı yeniden yapılandırmanın yordayıcısı olmadığı görülmüştür.

2.6.4. Yas ve Süregiden Bağlar İle İlgili Araştırmalar

2.6.4.1. Yas ve Süregiden Bağlar İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Stroebe vd., (2011) eşini kaybeden 60 kişi ile yürüttüğü boylamsal çalışmada süregiden bağların yas sürecine uyum sağlamadaki rolünü incelemiştir. Çalışmanın sonuçlarına göre sevdikleri kişileri beklenmedik bir biçimde kaybeden ve ölen kişiyle aradaki bağı güçlü olan kişilerin yas sürecine uyum sağlamakta en fazla güçlük çekenler olduğu görülürken, ölen kişiyle bağları olan fakat beklendik bir şekilde kayıp yaşayan kişilerin kayba uyum sağlamada daha az zorluk çektiği görülmüştür. Ölümün ani veya beklendik şekilde gerçekleşmesinin yas süreciyle olan ilişkisi incelendiğinde kaybın beklenmedik/ani olması daha yüksek yas ve depresyon düzeyiyle ilişkili olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte ölen

kişiyile bağlarını sürdüren kişilerin bağlarını devam ettirmeyenlere göre daha fazla acı çektiği ve daha fazla depresyona girdikleri anlaşılmıştır. Bu durumda genel iddianın aksine süregiden bağların kayba uyum sağlayıcı bir unsur olmadığı bulgusuna erişilmiştir.

Scholtes ve Browne (2015) tarafından çocuğunu kaybeden 354 yaşlı ebeveyn ile yürütülen çalışmada temel amaç süregiden bağ ifadelerinin, yas yoğunluğu ve kişisel gelişim düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Bu amaca ek olarak süregiden bağ ifadelerinin yanısıra ölen çocuğun isteklerini yerine getirmek, alışkanlıklarını, ilgi alanlarını ve değerlerini üstlenmek, zevk aldıkları yerlere gitmek ve ölen çocuğun odasında bulunmak gibi faktörlerin yas sürecine etkisi de incelenmiştir. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda dışsallaştırılmış SB ifadeleri yas sürecine uyum sağlamada olumsuz bir role sahip olup daha az kişisel gelişim ile ilişkilendirilirken; içselleştirilmiş SB ifadeleri, yas sürecine uyum sağlamada olumlu bir etkiye sahip olduğu ve daha fazla kişisel gelişimle ilişkilendirilmiştir. Bununla birlikte kaybedilen çocuğun ölüm yaşının aktarımla pozitif, kişisel gelişimle ise negatif yönlü bir ilişkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Bunun nedeni, yaşlı ebeveynler yaşı büyükken kaybettikleri çocuklarının isteklerini yerine getirebilir ve/veya onun alışkanlıklarını, değerlerini ve ilgilerini üstlenebilir; fakat yaşı küçük bir çocuğun ölümünde ebeveynlerin bu tür bağlantıları kurma olasılıklarının daha düşük olmasıdır.

Currier vd. (2015), son iki yıl içinde cinayet, intihar ve ölümcül kazalar gibi travmatik nedenlerle sevdikleri birini kaybeden 195 genç yetişkin üzerinde yaptığı çalışmada amaç, bağlanma güvensizliklerinin(kaygı ve kaçınma) ve süregiden bağların karmaşık yas üzerindeki etkisini incelemektir. Yapılan analizler sonucunda süregiden bağların karmaşık yas düzeyini yüksek düzeyde yordadığı, bununla birlikte ölen kişiyile bağları devam ettirmenin yas sürecine uyumu zorlaştırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgulara ek olarak kaçınmacı bağlanma düzeyi yüksek ve kaygılı bağlanma düzeyi düşük olan kişilerin yas yoğunluk düzeylerinin daha fazla olduğu saptanmıştır. Ayrıca hem bağlanma kaygısı hem de kaçınmanın, karmaşık yas ile pozitif bir ilişkiye sahip olduğu anlaşılmıştır.

Boulware ve Bui (2015), tarafından sevdikleri birini kaybeden 102 kadın ve 52 erkekten oluşan 154 Afroamerikalı yetişkinle yapılan çalışmada süregiden bağlar, sosyal destek, dini başa çıkma ve Uzamış Yas Bozukluğu semptomları ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi hedeflenmiştir. Katılımcıların kartopu örnekleme yöntemiyle seçildiği çalışmanın sonucuna göre, olumsuz dini başa çıkma stratejilerinin daha az kullanılması, algılanan sosyal desteğin az olması; daha yüksek bir yaşam kalitesinin ve daha az UYB

semptomlarının göstergesidir. Bununla birlikte, olumsuz dini başa çıkma stratejilerinin fazla kullanılması ve devam eden bağlar, daha fazla UYB semptomu ve daha düşük yaşam kalitesi ile ilişkilidir. Ayrıca süregiden bağların daha az kullanılması, algılanan sosyal desteğin daha yüksek olması ve olumsuz dini başa çıkma stratejilerine daha az başvurulması, uzamış yas bozukluğu semptomlarının daha az görülmesini anlamlı bir biçimde yordamıştır.

Black vd. (2020), yas sürecine yas sürecine uyum sağlama noktasında içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış süregiden bağların yordayıcılarını araştırmak amacıyla romantik partner kaybı yaşayanlarla (268 ve 218 kişi) iki, kedi köpek kaybı yaşayanlarla (199 kişi) bir, ve doğum öncesi kayıp yaşayanlarla (226 kişi) bir tane olmak üzere toplamda dört ayrı çalışma yürütmüştür. Çalışmada yapılan istatistiksel analizler sonucunda, hem içselleştirilmiş hem de dışsallaştırılmış süregiden bağların yas yoğunluğuyla ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte içselleştirilmiş süregiden bağlar yas sürecine uyum sağlamada kolaylaştırıcı bir role sahipken, dışsallaştırılmış süregiden bağların yas sürecine uyum sağlamada daha az etkisi olduğunu sonucuna ulaşılmıştır.

Wada vd. (2020), tarafından 385 lisans öğrencisi ile yürütülen çalışmanın amacı lisans öğrencilerinin Kalıcı Karmaşık Yas Bozukluğu kriterlerini ne ölçüde patolojik olarak algıladıklarını ve süregiden bağların sağlıklı veya sağlıklı olarak algılanmasının, Kalıcı Karmaşık Yas Bozukluğu kriterlerine ilişkin algılarını nasıl etkilediğini incelemektir. Araştırma sonuçları Süregiden Bağlar Ölçeği ile Kalıcı Karmaşık Yas Envanteri toplam puanları arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir. Başka bir deyişle süregiden bağ puanları arttıkça karmaşık yas düzeyi de artmaktadır. Araştırmaya ait bir diğer bulguya göre ölen kişiyle devam eden bağları sağlıklı olarak algılayan kişilerin Karmaşık Yas Bozukluğu kriterlerine göre ölçülen normal yas tepkileri algılarını yordamasıdır. Cinsiyetler arasındaki farklılığa bakıldığında kadınların karmaşık yas semptomları ve süregiden bağları erkeklere kıyasla daha sağlıklı algıladıkları ortaya çıkmıştır.

2.6.4.2. Yas ve Süregiden Bağlar İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Keser (2019) tarafından yapılan çalışmada amaç, Uzamış Yas Bozukluğu'nun yaygınlığını, risk faktörlerini incelemektedir. Ayrıca uzamış yas belirti şiddetinin ve anlamı yeniden yapılandırmanın yordayıcıları da araştırılmıştır. Araştırmada Süregiden Bağlar Ölçeği Anlamı Yeniden Yapılandırma Envanteri ve Uzamış Yas Belirtileri Ölçeği'nin güvenirlik ve geçerliğinin yapıldığı çalışmanın uyarılama aşaması için ölüm nedeniyle birinci dereceden yakın (anne, baba, eş veya kardeş) kaybı yaşamış 306 yetişkine ulaşılmıştır. Ana çalışma

kapsamında ise yine birinci dereceden yakınını kaybetmiş 271 yetişkin katılımcıya ulaşılmıştır. Çalışmanın istatistiksel sonuçlarına göre ölümün doğal olmayan nedenlerden kaynaklanması, ölen kişinin genç yaşta olması, kaybın üzerinden az zaman geçmiş olması ve Süregiden Bağlar Ölçeği'nden alınan puanların yüksek olması Uzamış Yas Bozukluğu tanısını anlamlı bir biçimde yordamıştır. Bununla birlikte hem ana çalışmanın hem de uyarlama örnekleminde Süregiden Bağlar Ölçeği'nden alınan puanlarla Uzamış Yas Ölçeği'nden alınan puanlar arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür. Benzer şekilde Süregiden Bağlar Ölçeğinden alınan puanlar ile Beck Depresyon Ölçeği'nden alınan puanlar her iki örnekleme de pozitif korelasyon göstermiştir.



BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizi hakkında bilgiler verilmiştir.

3.1.Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin yas yoğunluk düzeyleri ile kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve süregiden bağlar arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla tasarlanmıştır. Araştırmada yordamaya yönelik ilişkisel model kullanılacaktır. Fraenkel vd. (2012) yordamaya yönelik ilişkisel modelleri iki değişken arasında yeterli düzeyde bir ilişki olduğunda bir değişkenden elde edilen puan ile ilişkili olan diğer değişkenin puanını yordamanın mümkün olduğu şeklinde açıklamaktadır. Bu doğrultuda araştırmanın yordanan değişkeni yas yoğunluğu iken yordayıcı değişkenleri kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve süregiden bağlardır.

3.2.Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, Türkiye’de çeşitli üniversitelerde öğrenim gören ve sevdikleri birini kaybetmiş 351 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcılar kartopu örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Kartopu örnekleme, zincir yönlendirme örnekleme olarak da bilinmekle birlikte ulaşılmaması zor veya nadir bulunan popülasyonları tespit etmek için yaygın olarak kullanılan bir araştırma örneği seçme yöntemidir (Johnson, 2014). Kartopu örneklemede ulaşılmak istenen örneklem grubundan birisine ulaşıp kendisine ölçme araçları uygulanmakta, sonrasında bu kişi vasıtasıyla başka bireylere ulaşıp bu kişilere de ölçme araçları uygulanmaktadır (Fraenkel vd., 2011). Bu yönlendirme süreci, erişilmesi hedeflenen sayıda uygun katılımcıya ulaşılan kadar kartopu şeklinde devam eder (Johnson, 2014). Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik bilgilerine tablo 2’de yer verilmiştir.

3.3.Veritoplama Araçları

Çalışmanın amacına uygun olacak şekilde katılımcılara Kişisel Bilgi Formu, Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği, Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi, Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Süregiden Bağlar Ölçeği uygulanmıştır. Kullanılan veri toplama araçlarına ilişkin bilgilere aşağıda yer verilmiştir.

3.3.1. Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği(TDYÖ)

Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği, sevilen birinin kaybının ardından gösterilen yas tepkilerinin yoğunluğunu ölçmek amacıyla Faschingbauer vd. (1987) tarafından geliştirildikten sonra ve Cimete ve Yıldız (2011) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. İki alt boyutu bulunan ve 21 maddeden oluşan ölçeğin uyarlama çalışması için bebeklerini kaybetmelerinin üzerinden 3 ay geçen 154 ebeveynle telefonda görüşülmüştür. TDYÖ'deki 'Ölümünün ardından üç ay boyunca normal günlük aktivitelerimi yerine getiremedim' maddesi bu üç aylık sürenin tercih edilmesinde belirleyici olmuştur. Bu hususta; ölçeğin uygulanabilmesi için bireylerin kayıplarının üzerinden en az üç ay geçmiş olması gerekmektedir. Ölçek "geçmiş davranışlar" ve "şimdiki davranışlar" olmak üzere iki boyuttan oluşmaktadır. Araştırma bebek kaybı yaşayan ebeveynlerle yürütüldüğü ve bebeklerin ölmeden önce gerçekleştirmek isteyeceği herhangi bir istekleri bulunmadığından, geçmiş davranışlar alt boyutunun dördüncü (Ölen bireyin yapmak istediklerini gerçekleştirme gereksinimi duydum) maddesinin çıkarılması uzmanlar tarafından önerilmiştir. Bu öneri doğrultusunda ölçeği yazarlarından S. Zisook'a danışılarak geçmiş davranışlar alt boyutunun dördüncü maddesi ölçekten çıkarılmıştır. Dolayısıyla kaybedilen kişi/kişiler bebek veya küçük çocuklar ise ölçeğin 20 maddesinin kullanılması uygun görülürken; kaybedilen kişi/kişiler büyük çocuk veya yetişkin ise ölçek maddelerinin tamamının (21 madde) kullanılması uygun görülmüştür. İlk 8 maddeyi kapsayan 'geçmiş davranışlar' alt boyutundan elde edilen puanlar kayıptan hemen sonraki dönemde yaşanan yas yoğunluğunu ölçerken, diğer 13 maddeyi içeren 'şimdiki duygular' alt boyutu bireyin o andaki duygu ve deneyimlerini ölçmektedir. Şimdiki duygular bölümünden elde edilen puanlar aynı zamanda uzun süreli yasin değerlendirilmesinde kullanılmaktadır. Ters madde bulunmayan ölçekte beşli Likert tipi puanlama yapılmaktadır. Bu doğrultuda 1 "tamamen doğru", 5 ise "tamamen yanlış" ifadesine karşılık gelmektedir. Geçmiş davranışlar alt boyutu 8 maddeden oluştuğundan bu boyuttan elde edilecek toplam puanlar 8-40, şimdiki duygular alt boyutu ise 13 maddeden oluştuğundan elde edilecek puanlar 13-65 arasında değişmektedir. Bu durumda ölçeğin alt boyutlarının madde sayıları değişiklik gösterdiğinden, her bir alt boyuttan alınacak en düşük ve en yüksek puanların da birbirinden farklı olacağı söylenebilir. Ölçek ile alt boyutların uyumu için hesaplanan korelasyon katsayısı "geçmiş davranışlar" alt bölümü için 0.82, "şimdiki duygular" alt boyutu için ise 0.94 olarak bulunmuştur. Bu doğrultuda TDYÖ'nün sevilen birinin kaybının ardından gösterilen yas tepkilerinin yoğunluğunu ölçmek için güvenilir ve geçerli bir araç olduğu ortaya çıkmıştır. Söz konusu ölçeğin bu çalışmada geçmiş

davranışlar alt boyutu için Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı. 88, şimdiki davranışlar alt boyutu için .91 ve ölçeğin tamamı için .93 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğe EK 3'te yer verilmiştir.

3.3.2. Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi

Bacanlı vd. (2009) tarafından öğrencilerin kişilik özelliklerini değerlendirmek amacıyla geliştirilen Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi; Beş Faktör Kişilik Modeli'nde bulunan duygusal denge (nevrotizm), dışadönüklük, yumuşak başlılık, deneyime açıklık ve sorumluluk olmak üzere 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Zıtlık barındıran 40 sıfat çiftinden oluşan ölçekte katılımcılardan iki farklı uçta bulunan sıfatlardan kendisine uygun olanın hangisi olduğunu ve bu sıfatın kendisine ne oranda uyduğunu işaretlemesi beklenmektedir. Ölçek derecelendirmesi olarak 7'li Likert tipi puanlamanın kullanıldığı ölçekte soldan sağa doğru; çok uygun, oldukça uygun, biraz uygun, ne uygun ne uygun değil, biraz uygun, oldukça uygun, çok uygun olmak üzere 7 farklı düzeyde derecelendirilmiştir. Ölçekte her sıfat farklı bir kişilik boyutuna karşılık gelmektedir. Söz gelimi, dışadönüklük kişilik özelliği 7 olan bir yanıtlayıcının dışadönüklük düzeyi üst seviyede iken içe dönüklük düzeyi alt seviyededir. Yine bu boyut için puanı 4 olan bir yanıtlayıcının ne dışadönük ne de içe dönük olduğu söylenebilir. Ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek amacıyla yapılan Temel Bileşenler Faktör Analizine göre beş faktörün toplam varyansın % 52.63'ünü açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğe EK 4'te yer verilmiştir.

3.3.3. Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri Ölçeği

Kandemir ve İlhan (2017) tarafından Bowlby'nin bağlanma teorisinden yola çıkılarak geliştirilen ölçeğin amacı kişilerarası ilişkilerdeki bağlanma stillerini belirlemektir. 37 maddeden oluşan ölçek; güvenli, kaygılı/saplantılı ve kaçınan bağlanma olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte 7'li Likert derecelendirmesi kullanılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliği ve güvenilirliğini belirlemek amacıyla Kırıkkale Üniversitesi, Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören 368 öğrenciyle irtibata geçilmiştir. Açıklayıcı faktör analizinde elde edilen puanların güvenilirlik derecesini değerlendirmek için madde analizine dayalı olarak hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlılık katsayılarına bakılmıştır. Bu katsayılar güvenli bağlanma için .80, kaygılı/saplantılı bağlanma için .74 ve kaçınan bağlanma için .72 olarak bulunmuştur. Buradan hareketle faktörlerin yüksek güvenilirlik katsayısına ulaştığını söylemek mümkündür. Elde edilen boyutların incelenmesi sonucunda, birinci faktörün (güvenli bağlanma) varyansın %17,66'sını; ikinci faktörün (kaygılı/saplantılı bağlanma) varyansın %

15.37'sini, üçüncü faktörün (kaçıngan bağlanma) %11.09' unu, toplamda ise varyansın %44,12'sini açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Mevcut çalışmada Cronbach alfa değerleri güvenli bağlanma alt boyutu için .80, kaygılı bağlanma için .75 ve kaçıngan bağlanma için .65 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğe EK 5'te yer verilmiştir.

3.3.4. Süregiden Bağlar Ölçeği

Field ve Filanosky (2010) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe uyarlaması Keser (2019) tarafından yapılmıştır. Uyarlama aşaması için birinci dereceden (anne, baba, eş, kardeş vb.) sevdikleri birini en az 6 ay en fazla 10 yıl önce kaybeden 306 katılımcıya ulaşılmıştır. Araştırmacı Field ve Filanosky'nin 47 maddeden oluşan madde havuzuna ulaştıktan sonra alanyazın doğrultusunda yeni maddeler ekleyerek toplamda 57 maddelik bir madde havuzu oluşturmuştur. Bu madde havuzu kullanılarak, 28 madde ve 4 alt boyuttan oluşan Süregiden Bağlar Ölçeği (SBÖ) oluşturulmuş ve bu ölçeğin psikometrik özellikleri test edilmiştir. Ölçek fiziksel yakınlık arayışı, özdeşim, sitem ve öfke olmak üzere toplam 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Yapılan güvenirlik analizleri neticesinde Cronbach Alfa değerleri tüm ölçek için .93, fiziksel yakınlık arayışı alt boyutu için .90, özdeşim alt boyutu için .87, sitem alt boyutu için .79 ve öfke alt boyutu için ise .61 olarak belirlenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi uyum indeksleri: $\chi^2 / Sd = 2.76$, $p < 0.001$, CFI=0.90, IFI=0.87, GFI=.85, AGFI=0.87, NFI=0.81, RMSEA=0.06 olarak bulunmuştur. Sonuç olarak 28 madde ve 4 alt boyuttan oluşan Süregiden Bağlar Ölçeği'nin güvenilir ve geçerli bir ölçüm aracı olduğu ve kayıp yaşayan yetişkinlerde kullanılabileceğine ortaya çıkmıştır. Söz konusu ölçeğin bu çalışma için Cronbach alfa değeri .94 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğe EK 6'da yer verilmiştir.

3.3.5. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların demografik özellikleri ve yaşadıkları kayıp hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Kişisel bilgi formunda öğrencilerin yaşı, cinsiyeti, öğrenim gördükleri üniversite, ölüm sebebiyle kaybettikleri kişi/kişilerin kim olduğu, çoklu kayıp yaşamışsa kaybından en çok etkilendiği kişinin kim olduğu, kaybedilen kişinin ölümünün üzerinden ne kadar zaman geçtiği, ölüm nedeni, ölüm biçimi, cenaze töreninin olup olmadığı, cenazeye katılıp katılmama durumu ve kaybedilen kişiyle ilişkisinin nasıl olduğuna dair sorular yer almaktadır. Kişisel Bilgi Formuna EK 1'de yer verilmiştir.

3.4.Verilerin Toplanması

Çalışmanın ilk aşamasında Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği, Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi, Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Süregiden Bağlar Ölçeği için araştırmacılardan gerekli izinler alınmıştır. Ölçeklerin kullanımına ilişkin izinler EK 8’de sunulmuştur. Ölçek izinlerinin alınmasının ardından Akdeniz Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu’na başvurulmuş ve kuruldan araştırma izni alınmıştır. Kurulun’un 10.01.2023 tarih ve 12 sayılı karar formu EK 7’de sunulmuştur. Araştırma verileri, Türkiye’de çeşitli üniversitelerde öğrenim gören öğrencilerden Google Formlar platformu aracılığıyla toplanmıştır. Uygulama öncesi gerekli açıklamalar araştırmacı tarafından yapılmış ve her bir ölçek yönergesine ilişkin bilgi verilmiştir. Katılımcılar açıklamayı okuduktan sonra kayıplarının üzerinden en az 3 ay geçip geçmediğini işaretlemişlerdir. Yaşadıkları kayıp üzerinden en az 3 geçmeyen katılımcılar sonraki sayfaya geçememiş ve ölçekleri dolduramamışlardır. Gönüllü katılım formuna EK 2’de yer verilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Verilerin normalliğini kontrol edebilmek amacıyla histogram, çarpıklık-basıklık katsayılarına bakılmıştır. Bu analizler sonucunda, verilerin normal bir dağılım gösterdiğine ulaşılmıştır. Değişkenlerin arasındaki ilişkilerin incelenmesi için Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı, yas yoğunluğunun ölümün ani veya beklendik olması ve ölüm şekline göre farklılaşıp farklılaşmadığına dair Bağımsız Örneklem T-Testi, söz konusu ortalamalardaki farkın anlamlı olup olmadığına ilişkin ANOVA analizi, kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve süregiden bağların yas yoğunluğunu yordamasına ilişkin çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır.

Tablo 3.5.1. Değişkenlere İlişkin Normallik Analizi Sonuçları

Değişkenler	n	$\bar{X}$	SS	Çarpıklık	Basıklık
Yas Yoğunluğu Toplam	351	62.15	19.89	.056	-.652
Güvenli Bağlanma	351	33.67	8.11	-.617	.138
Kaygılı Bağlanma	351	28.63	8.46	.028	-.440
Kaçıngan Bağlanma	351	28.11	7.16	-.067	-.004

Nevrotizm	351	25.56	6.83	-.091	-.149
Dışadönüklük	351	42.82	10.38	-.226	-.276
Deneyime Açıklık	351	40.90	8.37	-.528	.046
Yumuşak Başlılık	351	46.33	9.23	-.403	-.042
Sorumluluk	351	35.35	7.85	-.438	-.251
Süregiden Bağlar	351	51.92	17.77	.586	-.534

Tablo 3.5.1.'de yer aldığı üzere öğrencilerin yas yoğunluğu toplam puanlarının ortalaması 62.15, standart sapması 19.89'tur. Yine bu çalışma kapsamında ele alınan bağlanma stillerinin alt boyutlarından güvenli bağlanma alt boyutunun ortalaması 33.67, standart sapması 8.11; kaygılı bağlanma alt boyutu ortalaması 28.63, standart sapması 8.46; kaçınan bağlanma alt boyutu ortalaması 28.11, standart sapması 7.16 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 3.5.1.'de yer aldığı üzere öğrencilerin sıfatlara dayalı kişilik özellikleri alt boyutlarından nevrozizm toplam puan ortalaması 25.56, standart sapması 6.83; dışa dönüklük alt boyutundan alınan puanların ortalaması 42.82, standart sapması 10.38; deneyime açıklık alt boyutundan alınan puanların ortalaması 40.90, standart sapması 8.37; yumuşak başlılık alt boyutundan alınan puanların ortalaması 46.33, standart sapması 9.23; sorumluluk alt boyutundan alınan puanların ortalaması 35.35, standart sapması 7.85'tir. Bu araştırmada ölçülen süregiden bağlar değişkeninin toplam puanın ortalaması 51.91, standart sapması ise 17.77'tir.

Bu dört değişkene ait normallik analizlerine ilişkin basıklık ve çarpıklık değerlerine bakıldığında ise dört değişkenin ve değişkenlere ait alt boyutların tümünün basıklık ve çarpıklık değerlerinin ± 1 aralığında olduğu, yani normale yakın bir dağılım gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Örneklem sayısı büyük olduğunda Kolmogorov-Smirnov sonuçlarının bundan etkilendiği ve analizin anlamlı çıkma ihtimalinin arttığı göz önüne alındığında ve değişkenlere dair diğer normallik analiz sonuçları birlikte değerlendirildiğinde, değişkenlerin normallik varsayımlarını karşıladığına ve parametrik testler üzerinden analizine karar verilmiştir (Büyüköztürk vd., 2014).

BÖLÜM IV

BULGULAR

Tablo 4.1. *Betimleyici İstatistik Sonuçları*

Değişkenler	Grup	n	%
Cinsiyet	Kadın	258	73.5
	Erkek	93	26.5
Kaybettiğiniz kişiyle ilişkiniz nasıldı?	İyi geçinirdik	264	75.2
	İyi geçinirdik ama arada tartışırdık	30	8.5
	Bir iyi bir kötüydük	16	4.6
	Sık sık anlaşmazlık yaşadığımız bir ilişkimiz vardı	4	1.1
	Uzaktaydık ve yakın bir ilişkimiz yoktu	37	10.5
Ölüm Nedeni	Kronik/Ölümcül Hastalık	105	29.9
	Doğal Ölüm	78	22.2
	Ani Ölümle Sonuçlanan Hastalık	74	21.1
	Doğal Afet	38	10.8
	Trafik Kazası	31	8.8
	İş Kazası	7	2
	İntihar	7	2
	Diğer	11	3.1
Kaybı Sizi En Çok Etkileyen Kişi	Anne	20	5.7
	Baba	37	10.5
	Arkadaş	60	17.1

	Dede/Nene	126	35.9
	Abla/Abi/Kardeş	26	7.4
	Akraba	82	23.4
Geçen Zaman	3-6 Ay	49	14
	6-12 Ay	50	14.2
	1-3 Yıl	104	29.6
	3 Yıl ve üzeri	148	42.2
Ölümü	Ani/Beklenmedik oldu	261	74.4
	Beklendik oldu	90	25.6
Ölüm biçimi	Acı verici oldu	189	53.8
	Acı verici olmadı	162	46.2
	Toplam	351	100

Tablo 4.1’de yer aldığı üzere araştırmaya katılan öğrencilerin 258’i (%73.5) kadın, 93’ü (%26.5) erkektir. Araştırmada toplam 351 öğrenci yer almaktadır.

Çalışmada yer alan kaybettiğiniz kişiyle ilişkiniz nasıl sorusuna öğrencilerin 264’ü (%75.2) iyi geçinirdik, 30’u (%8.5) iyi geçinirdik ama arada tartışırdık, 16’sı (%4.6) bir iyi bir kötüydük, 4’ü (%1.1) sık sık anlaşmazlık yaşadığımız bir ilişkimiz vardı, 37’si (%10.5) uzaktaydık ve yakın bir ilişkimiz yoktu şeklinde ifade etmiştir.

Araştırma yer alan ölüm nedeni sorusuna öğrencilerin 105’i (%29.9) kronik/ölümcül hastalık, 78’i (%22.2) doğal ölüm, 74’ü (%21.1) ani ölümle sonuçlanan hastalık, 38’i (%10.8) doğal afet, 31’i (%8.8) trafik kazası, 7’si (%2.0) iş kazası, 7’si (%2.0) intihar ve 11’i (%3.1) diğer şeklinde ifade etmiştir.

Öğrencilere yöneltilen kaybı sizi en çok etkileyen kişiler sorusuna 20’si (%5.7) anne, 37’si (%10.5) baba, 60’ı (%17.1) arkadaş, 126’sı (%35.9) dede/nene, 26’sı (%7.4) abla/abi/kardeş, 82’si (%23.4) akraba şeklinde ifade etmiştir.

Çalışmada yer alan kaybettiğiniz kişinin ölümü üzerinden geçen zaman sorusuna öğrencilerin 49'u (%14.0) 3-6 ay, 50'si (%14.2) 6-12 ay, 104'ü (%29.6) 1-3 yıl, 148'i (%42.2) 3 yıl ve üzeri şeklinde ifade etmiştir.

Araştırma yer alan ölüm biçimi sorusuna öğrencilerin 261'i (%74.4) ani/beklenmedik oldu ve 90'ı (%25.6) beklendik oldu şeklinde yanıt verirken katılımcıların ölümü 189'u (%53.8) acı verici oldu ve 162'si (%46.2) acı verici olmadı şeklinde yanıtlamıştır.

Tablo 4.2. Değişkenler ve Alt Boyutlar Arasındaki Korelasyon Analizi Bulguları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Yas Yoğunluğu Toplam	1	-.01	.18**	-.14*	-.11*	-.04	-.10*	.03	-.04	.64**
2. Güvenli Bağlanma		1	.12*	-.07	.24**	.51**	.38**	.38**	.34**	-.01
3. Kaygılı Bağlanma			1	-.07	.28**	.01	.04	.09	-.03	.18**
4. Kaçıngan Bağlanma				1	.19**	.01	.03	-.13*	.03	.06
5. Nevrotizm					1	.20**	.16**	.27**	.23**	.11*
6. Dışa Dönüklük						1	.65**	.43**	.56**	.02
7. Deneyime Açıklık							1	.55**	.52**	-.05
8. Yumuşak Başlılık								1	.55**	-.07
9. Sorumluluk									1	-.02
10. Süregiden Bağlar										1

*p<.05, **p<.01

Tablo 4.2.'de öğrencilerin bağımlı ve bağımsız değişkenlerden ve alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki korelasyon analizi sonuçları yer almaktadır. Tabloda görüldüğü üzere üniversite öğrencilerinin bu değişkenlerden ve değişkenlerin alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif ve negatif yönlerde anlamlı ilişkilere ulaşılmıştır.

Söz konusu tabloya göre üniversite öğrencilerinin aldıkları puanlar toplam puan açısından incelendiğinde yas yoğunluğu ve süregiden bağlar arasında negatif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki çıkmıştır, $r=-.64$, $p<.01$. Yas ve kaygılı bağlanma arasında da negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişkiye ulaşılmıştır, $r=-.18$, $p<.01$.

Bağlanma stillerinin alt boyutlarından güvenli bağlanma alt boyutu ile dışa dönüklük a arasında pozitif yönde ve orta düzeyde ($r=.51$, $p<.01$), deneyime açıklık ile arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde ($r=.38$, $p<.01$), yumuşak başlılık ile arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde ($r=.38$, $p<.01$) anlamlı ilişkilere ulaşılmıştır.

Bağlanma stillerinin alt boyutlarından kaygılı bağlanma ile nevrozizm arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ($r=.28$, $p<.01$), süregiden bağlar ile arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde ($r=.18$, $p<.01$), anlamlı ilişkilere ulaşılmıştır.

Bağlanma stillerinin alt boyutlarından kaçınan bağlanma alt boyutu ile nevrozizm arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde ($r=.19$, $p<.01$) anlamlı ilişkilere ulaşılmıştır.

Dışa dönüklük alt boyutu ile deneyime açıklık alt boyutu arasında pozitif yönde ve orta düzeyde ($r=.65$, $p<.01$); yumuşak başlılık alt boyutu ile arasında pozitif yönde ve orta düzeyde ($r=.43$, $p<.01$); sorumluluk ile arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişkilere ulaşılmıştır.

Tablo 4.3 Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu Toplam Puanı Ölümün Ani veya Beklendik Olmasına Göre T Testi Sonuçları

Değişken	Ölümü	n	$\bar{X}$	ss	df	t	p
Yas	Ani/beklenmedik						
Yoğunluğu	oldu	261	60,01	19,92	349	-3,491	.01
	Beklendik						
	oldu(Eceliyle/sıralı ölüm)	90	68,36	18,56			

Tablo 4.3'te elde edilen sonuçlara bakıldığında üniversite öğrencilerinin yas yoğunluğu toplam puanlarında ölümün ani veya beklendik olmasına göre anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir, $t(349)=-3.491$, $p=.01$, Buna göre beklendik oldu şeklinde ölümü ifade eden bireylerin yas yoğunluğu toplam puan ortalamaları ($\bar{X}=68.36$), ani/beklenmedik oldu şeklinde ifade eden bireylerin ortalamasından ($\bar{X}=60.01$) daha yüksektir.

Tablo 4.4. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu Toplam Puanı Ölüm Biçimine Göre T Testi Sonuçları

Değişken	Ölüm Biçimi	n	$\bar{X}$	ss	df	t	p
Yas Yoğunluğu	Acı Verici Oldu	189	57.39	19.29	349	-4.998	.01
	Acı Verici Olmadı	162	67.69	19.19			

Tablo 4.4.'te elde edilen sonuçlara bakıldığında üniversite öğrencilerinin yas yoğunluğu toplam puanlarında ölüm biçimine göre anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir, $t(349)=-4.998$, $p=.01$, Buna göre acı verici olmadı şeklinde ölüm biçimi ifade eden bireylerin yas yoğunluğu toplam puan ortalamaları ($\bar{X}=67.69$), acı verici oldu şeklinde ifade eden bireylerin ortalamasından ($\bar{X}=57.39$) daha yüksektir.

Tablo 4.5. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu Toplam Puanlarının Ölümün Üzerinden Geçen Süreye Göre İncelenmesiyle İlgili Betimsel İstatistik Sonuçları

Değişken	Ölümün Üzerinden Geçen Zaman	n	x	ss
Yas Yoğunluğu	3-6 Ay	49	68.57	21.42
	6-12 Ay	50	57.12	18.74
	1-3 Yıl	104	61.34	20.08
	3 Yıl ve Üstü	148	62.29	19.23

Tablo 4.5.'te üniversite öğrencilerinin yas yoğunluklarının ölümün. üzerinden geçen süreye göre sayıları, ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Buna göre ölüm üzerinden geçen süre 3-6 ay olan öğrenci sayısı 49 olup ortalamaları 68.57, 6-12 ay aralığındaki öğrenci sayısı 50 olup ortalamaları 57.12, 1-3 yıl aralığındaki öğrenci sayısı 104 olup ortalamaları 61.34, 3 yıl ve üstü aralığındaki öğrenci sayısı 148 olup ortalamaları 62.29'dur. Söz konusu ortalamalardaki farkın anlamlı olup olmadığına ilişkin ANOVA analizi uygulanmıştır. Analizin sonuçları Tablo 4.6.'da sunulmuştur.

Tablo 4.6. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğunun Ölümün Üzerinden Geçen Süreye Göre ANOVA Analiz Sonuçları

Değişken		KT	SD	KO	F	P
Yas Yoğunluğu	Gruplar Arası	3355.672	3	1118.557	2.871	.036*
	Gruplar İçi	135199.3	347	389.623		
	Toplam	138555	350			

Tablo 4.6’da yer aldığı üzere üniversite öğrencilerinin ölüm üzerinden geçen süreye göre yas yoğunluğu arasında anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($F_{(3,347)} = 2.871$, $p < .05$). Bu farkın kaynağını belirlemek için çoklu karşılaştırma testi olarak bilinen Scheffe testinden yararlanılmıştır. Scheffe, varyansların eşit olduğu durumlarda kullanılan bir post hoc testidir (Scheffe, 1959).

Bağımlı Değişken	Ölüm Üzerinden Geçen Zaman	Ölüm Üzerinden Geçen Zaman	Ortalamalar Farkı	P
Yas Yoğunluğu	3-6 Ay	6-12 Ay	11.451*	.02*
		1-3 Yıl	7.225*	.03*
		3 Yıl ve Üzeri	6.280	.21
	6-12 Ay	3-6 Ay	-11.451*	.02*
		1-3 Yıl	-4.226	.60
		3 Yıl ve Üzeri	-5.170	.38
	1-3 Yıl	3-6 Ay	-7.225*	.03*
		6-12 Ay	4.226	.60
		3 Yıl ve Üzeri	-.944	.98
	3 Yıl ve Üzeri	3-6 Ay	-6.280	.21
		6-12 Ay	5.170	.38
		1-3 Yıl	.944	.98

Tablo 4.6’ya göre yas yoğunluk toplam puanların ölüm üzerinden geçen zamana göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık oluşturduğu görülmektedir ($F_{(3,347)} = 2.871$, $p < .05$). Analiz sonuçlarına göre ölüm üzerinden geçen zaman 3-6 ay olan öğrenciler ile 6-12 ay olan öğrenciler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır ($I-J = 11.451$; $p < .05$) Yine analiz sonuçları incelendiğinde ölüm üzerinden geçen zaman göre 3-6 ay olan öğrenciler ile 1-3 yıl arasında da istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır ($I-J = 7.225$; $p < .05$).

Çoklu regresyon analizlerinin yapılması neticesinde yordayıcı diğer bir deyişle bağımsız değişkenlerin yordanan yani bağımlı değişkeni açıklama dereceleri ve öncelikleri belirlenir (Can, 2019). Mevcut veri setinden yola çıkılarak çoklu regresyon analizlerinin yapılmasının bazı ön koşulları vardır. Büyüköztürk (2020) bu ön koşulları şu şekilde ifade etmektedir.

- Analize dahil edilen değişkenlerin en az aralık ölçeğinde sürekli değişkenler olması.
- Yordayıcı (bağımsız) değişkenler arasında yüksek düzeyde ilişki (çoklu bağlantılılık durumu) olmaması.
- Çoklu bağlantılılık durumunun test edilmesi için bağımsız değişkenler arasındaki ilişki düzeyinin .70'in üzerinde olmaması.
- Tolerans değerinin .200'den büyük olması.
- VIF değerinin maksimum 10 seviyesinde olması ve 10'un üzerine çıkmaması.
- CI değerinin 30'un üzerinde olmaması.
- Değişkenlerin normal dağılıma sahip olmaları ve doğrusallık (bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında anlamlı ilişkilerin varlığı)
- Bu koşulların sağlanmasının yanı sıra Durbin – Watson değerinin 1,5 – 2,5 aralığında olması da çoklu regresyon analizinin yapılması için gerekli ön koşullar arasındadır (Kalaycı, 2016).

Yukarıdaki bilgiler ışığında mevcut araştırma verilerinin çoklu regresyon analizi şartlarını sağlayıp sağlamadığına ilişkin verileri içeren tablolara aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 4.7. Bağımsız Değişkenler Arasındaki Korelasyon Değerleri

Değişkenler	(1)	(2)	(3)
1. Süregiden Bağlar	1	-.055	-.061
2. Deneyime Açıklık		1	.033
3. Kaçınan Bağlanma			1

p>.05

Tablo 4.7.'de bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon değerleri sunulmuştur. Görüldüğü üzere hiçbir bağımsız değişken arasındaki ilişki seviyesinin .70'in üzerinde değildir. Mevcut ilişki düzeyleri -.055, -.061 ve .033 olup düşük düzeydedir. Bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantılılığın bulunmamasından dolayı çoklu regresyon analizinin yapılmasında herhangi bir engel bulunmadığı söylenebilir.

Tablo 4.8. Bağımsız (yordayıcı) değişkenlere ait tolerans, VIF ve Durbin – Watson değerleri

Değişkenler	Tolerans	VIF
Süregiden Bağlar	.993	1.007
Deneyime Açıklık	.996	1.004
Kaçıngan Bağlanma	.995	1.005

Durbin-Watson: 2.056

Tablo 4.8.'de değişkenlere ilişkin tolerans, VIF ve Durbin-Watson değerleri paylaşılmıştır. Paylaşılan değerlere göre tolerans değeri .200'ün üzerindedir. Öte yandan VIF değeri 10'un üzerinde olmadığı görülmektedir. Son olarak Durbin-Watson değerinin 2.056 olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazın incelendiğinde bu değer 1.5-2.5 aralığında olması gerektiği belirtilmektedir (Kalaycı, 2016). Tüm veriler çoklu doğrusal regresyon analizinin yapılmasına engel olmadığına işaret etmektedir.

Tablo 4.9. Süregiden Bağlar, Deneyime Açıklık ve Kaçıngan Bağlanma Stilinin Yas Yoğunluğunu Yordama Gücü

Bağımsız Değişken	B	Std Hata	Beta	T	p
(1. Adım)					
(Sabit)	99.141	2.537		39.079	.01
Süregiden Bağlar	-.712	0.046	-.636	-15.409	.01
R=.636 R2=.405 R2					
Değişim=.403					
(2. Adım)					
(Sabit)	113.468	4.787		23.706	.01
Süregiden Bağlar	-.721	.046	-.644	-15.825	.01
Deneyime Açıklık	-.339	.097	-.143	-3.508	.01
R=.652 R2=.425 R2					
Değişim=.422					
(3. Adım)					
(Sabit)	120.162	5.554		21.635	.01
Süregiden Bağlar	-.714	.045	-.638	-15.746	.01
Deneyime Açıklık	-.331	.096	-.139	-3.442	.01
Kaçıngan Bağlanma Stili	-.263	.112	-.095	-2.334	.02
R=.659 R2=.434 R2					
Değişim=.429					
Bağımlı Değişken: Yas Yoğunluğu	p<.05				

Tablo 4.9.'da yas yoğunluğu üzerinde etkisi olduğu sũregiden bağlar, deneyime açıklık ve kağingan bağlanma stilinin bağımlı değişkeni ne derecede yordadığı bilgisine ulaşılmaya çalışmıştır. Bu araştırma için 3 adımdan oluşan çoklu doğrusal regresyon (stepwise) analizi kullanılmıştır.

İlk adımda yas yoğunluğu toplam puanının en yũksek yordayıcısı sũregiden bağlar olmuş ve yas yoğunluğunun %40.5'ini açıklamıştır. Bununla birlikte tablo 3'de belirtilen yas yoğunluğu ile sũregiden bağlar arasında orta dũzeyde negatif seviyede ($r=-.64$, $p<.01$) anlamlı ilişki olduğu gũrũlmũřtũr.

İkinci adımda sũregiden bağlara ilaveten deneyime açıklık dahil olmuş; bu değişken yas yoğunluğuna %2 seviyesinde katkıda bulunmuştur. İki değişken birlikte yas yoğunluğunu %42.5'ini açıklamaktadır. Ek olarak tablo 3'te belirtilen yas yoğunluğu ile deneyime açıklık arasında dũřũk dũzeyde negatif seviyede ($r=-.10$ $p<.05$) anlamlı ilişki olduğu gũrũlmũřtũr.

Son adımda modele kağingan bağlanma stili eklenmiştir. Analiz sonucunda kağingan bağlanma stilinin yas yoğunluğuna katkısı yaklaşık %1 seviyesinde olduğu; 3 değişkenin beraber yas yoğunluğuna toplam varyansını %43.4'ũnũ açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır.

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde, öncelikli olarak araştırmanın sonuçlarına yönelik bulgular alt problemlerin sırasına uygun şekilde yorumlanmış, ardından araştırma bulguları literatür ışığında tartışılmıştır.

5.1. Sonuç ve Tartışma

5.1.1. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu Toplam Puanının Ölümün Ani veya Beklendik Olmasına Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında üniversite öğrencilerinin yas yoğunluğu toplam puanlarında ölümün ani veya beklendik olmasına göre anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Bu bulguya göre ölümü “beklendik oldu” şeklinde ifade eden bireylerin yas yoğunluğu toplam puan ortalamaları, “ani/beklenmedik oldu” şeklinde ifade eden bireylerin ortalamasından daha yüksektir. Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği’nin hem alt boyutlarından hem de ölçeğin tamamından alınan puanların düşük olması yas yoğunluğunun yüksek olduğu anlamına gelmektedir (Yıldız ve Cimete, 2011). Bu durumda ölümün ani/beklenmedik olmasında yaşanan yas yoğunluğu, ölümün beklendik olması durumunda yaşanan yas yoğunluğundan daha yüksek olduğu şeklinde yorumlanabilir. Literatürde bu bulguyu destekleyen çeşitli çalışmalar (Ball, 1977; Boelen, 2015; Güngör, 2022; Grabowski, 1993; Kahraman, 2023; Kokou-Kpolou vd., 2017; Stroebe vd., 2011; Turan, 2019; Yöyen ve Şan, 2021) mevcuttur. Buna karşılık literatürde bu bulguyla çelişen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Turan (2019) son üç yıl içerisinde birinci dereceden yakınıni ölüm nedeniyle kaybetmiş 150 kişiyle yaptığı çalışmada sevdikleri birini ani ölümle kaybedenlerin, beklendik şekilde kaybedenlerden daha zor bir yas süreci yaşadıklarını göstermiştir. Benzer şekilde Stroebe vd. (2011) eş kaybı yaşayan 60 yaşlı kişiyle yürüttüğü çalışmada kaybettikleri eşleriyle bağları güçlü olan ve ani bir ölüm yaşayanların yas sürecine uyum sağlamada en fazla zorluk yaşayan kişiler olduğunu belirtmiştir. Alanyazın incelendiğinde ölümün ani ve beklenmedik bir şekilde gerçekleşmesini yas sürecine depresyon (Genlik, 2012; Stroebe vd. 2011), anksiyete (Genlik, 2012), sinirlilik ve psikolojik sorunlar (Ball, 1977), travma sonrası

stres bozukluğu (Boelen, 2015), dissosiyatif tepkiler (Boelen, 2015) gibi olumsuz durumların eşlik etmesine ve normal yas sürecinden saparak patolojik yas (Hollander, 2020; Şenelmiş, 2006), uzamış yas bozukluğu (Boelen, 2015), karmaşık yas (Fujisawa vd., 2010) ve travmatik yasa (Sezgin vd., 2004) evrilebileceğini göstermektedir. Keyes vd., (2014) ani ve beklenmedik kayıpların, majör depresyon ve anksiyete bozukluğu gibi psikiyatrik bozuklukların habercisi olan travmatik bir deneyim olduğunu belgelenmiştir. Kokou-Kpolou vd., (2017) tarafından gerçekleştirilen çalışmada ölümün beklenmedik şekilde olduğu durumlarda yas semptomlarının kalıcı olduğunu, beklendik olduğunda ise zamanla yas semptomlarının önemli ölçüde azaldığını belirtmiştir. Yöyen ve Şan (2021), son iki yıl içerisinde bir yakını kaybetmiş 304 yetişkinin demografik özelliklerinin yas düzeylerindeki rolünü incelemek amacıyla yaptığı çalışmada, yasin dört alt boyutu olan bilişsel, fiziksel, duygusal ve davranışsal yas düzeyiyle kaybın ani olması arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yukarıda bahsi geçen araştırmanın sonuçları mevcut çalışmanın bulgularıyla tutarlılık göstermektedir. Bu bulgular ışığında bireylerin sevdikleri birinden ani bir biçimde kopması ve ölüme hazırlıksız yakalanması hazırlık ve ölümden sonraki sürece uyum noktasında son derece zorlayıcı olduğu görülmektedir. Buna karşılık beklendik ve sıralı olarak nitelendirilen kayıplarda, kişinin kayıp öncesi çözüme kavuşturması gereken durumlar için zamanının olduğu bilinmektedir. Birey bu zamanı efektif bir şekilde kullanarak ölen bireyle var olan çatışma, problem ve bitirilmemiş işlerini halletmesi için yeterli zamana sahiptir. Bu zaman kişiyi yas sürecine hazırlamakta ve kimi zaman kayıp yaşamadan önce kaybın gerçekliğiyle yüzleşmesine olanak tanıyarak kişiyi yas sürecine erkenden dahil etmektedir. Dolayısıyla öncesinde ölen kişiyle vedalaşmak ve yavaş yavaş kayba hazırlanmak noktasında, beklendik veya sıralı ölümler yaşayan bireylerin kayba ve kaybedilen kişinin olmadığı bir çevreye daha çabuk uyum sağladıkları düşünülmektedir.

5.1.2. Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluğu Toplam Puanının Ölüm Biçimine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Mevcut çalışmanın bir diğer bulgusuna göre üniversite öğrencilerinin yas yoğunluğu toplam puanlarının ölüm biçimine göre anlamlı bir fark olduğu ortaya çıkmıştır. Buna göre ölüm biçimini “Şiddetli / dehşet verici / acı verici olmadı” şeklinde ifade eden bireylerin yas yoğunluğu toplam puan ortalamaları “Şiddetli / dehşet verici / acı verici oldu” şeklinde ifade eden bireylerin ortalamasından daha yüksektir. Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği’nin hem alt

boyutlarından hem de ölçeğin tamamından alınan puanların düşük olması yas yoğunluğunun yüksek olduğu anlamına gelmektedir (Yıldız ve Cimate, 2011). Bu durumda sevdikleri birini Şiddetli / dehşet verici / acı verici bir şekilde kaybeden kişilerin yas yoğunluk düzeylerinin şiddetli / dehşet verici / acı verici olmayan bir şekilde kayıp yaşayan kişilerin yas yoğunluk düzeylerinden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Alanyazını incelendiğinde ölüm biçiminin yas yoğunluğunu etkileyen temel faktörlerden biri olduğu görülmektedir (Genlik, 2012). Alanyazınında kaybın şiddet içerikli olmasının yas sürecini olumsuz etkilediğine dair bulgular mevcuttur. Ölümün dehşet verici, şiddetli ve travmatik bir biçimde gerçekleşmesinin yas yoğunluğunu arttırdığı literatürdeki çalışmalarla (Boelen, 2015; Burke and Neimer, 2014; Genlik, 2012; Kahraman, 2023; Keser, 2019; Kristensen vd., 2012; Murphy vd., 2003; Nakajima vd., 2012; Sezgin vd, 2004;; Weisman,1973; Worden, 1996), desteklenmektedir. Buna karşılık ölümün acı verici ve travmatik bir şekilde olmasının yas yoğunluğu ile ilgili olmadığı çalışmalar (Fisher vd, 2020; Tal vd., 2017) az da olsa mevcuttur. Burada travmatize edici ölümlerden kasıt; intihar, cinayet ve kaza sebebiyle gerçekleşen ölümlerdir. Felaket niteliğindeki bu ölümler beklenmedik olmakla birlikte şiddetli, yıkıcı, alçaltıcı ve hatta aşağılayıcıdır (Weisman,1973).

Worden (1996), gerçekleştirdiği Harvard Çocuk Yas Çalışması'nda şiddet içeren ve travmatik ölümlerin (kazalar, intiharlar ve cinayetler) en yoğun yas sürecini içerdiğini ve çoğunlukla karmaşık yasin ortaya çıkmasına neden olduğunu belirtmiştir. Kahraman (2023), özkıyım nedeniyle yakınlarını kaybeden kişilerin diğer ölüm nedenlerine göre yas yoğunluğunun daha yüksek olduğunu bununla beraber ani bir trafik kazasında ölen bir eş ile doğal nedenlerle kaybedilen kişilerin yas tutma süreçleri ve düzeylerinin farklı olacağını ifade etmektedir.

Kawashima ve Kawano (2019), intihar neticesinde yakın kaybı yaşamış yetişkin kişilerle yaptıkları çalışmalarında yasla beraber görülen psikopatolojik sorunların fazla olduğunu ve bu kişilerin stres düzeylerinin beklenenin üstünde olduğunu saptamışlardır.

Yaşamını Amerika'da sürdüren ve birinci derece yakın kaybı yaşamış 150 kişiyle yürütülen bir başka çalışmada da şiddetli ve travmatize edici durumlarla meydana gelen ölümlerin doğal yollarla meydana gelen ölümlere oranla patolojik yas tepkilerini yordamada etkili olduğunu ve bu tarz ölüm biçimlerinin yas yoğunluk düzeyini arttırdığı tespit edilmiştir (Burke ve Neimeyer, 2014).

Şiddetli ölümlerin; kişinin dünya algısını parçalaması nedeniyle Worden'ın Yas Modeli'nin üçüncü aşaması olan ölen kişinin olmadığı bir dünyaya uyum sağlama ve anlam oluşturma konusunda bireye güçlük yaşatması olasıdır. Bununla birlikte modelin ikinci aşaması olan kaybın yaşattığı duygular üzerinde çalışırken özellikle şiddetli ölümlerde yaşanan öfke ve suçluluk duygularıyla baş etmeye çalışmak da kayba uyum sağlamayı zorlaştıran diğer bir unsur olduğu düşünülmektedir.

Travmatik kayıplarda yas sürecinde farklı psikolojik rahatsızlıklar eşlik edebilir. Boelen (2015) şiddetli bir biçimde veya hastalık nedeniyle yas tutan 265 kişiyle gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre cinayet, intihar veya kaza nedeniyle şiddetli kayıplar yaşayan bireylerin hastalık kaybıyla karşı karşıya kalanlara kıyasla daha fazla uzamış yas bozukluğu ve travma sonrası stres bozukluğu belirtileri gösterdikleri bulunmuştur. Benzer şekilde Murphy vd. (2003), bir çocuğun şiddet içeren bir ölümle kaybedilmesi ebeveynlerin yas sonuçlarını diğerinden daha fazla etkiler mi? Sorusuna yanıt bulmak için çocuklarının kaza, intihar veya cinayet nedeniyle kaybeden 173 ebeveyni, ölümün 4, 12, 24 ve 60 ay sonrasında gözlemlemiştir. Şiddet içeren üç ölüm tipinin ve ölümün üzerinden geçen sürenin ebeveynlerin zihinsel sıkıntı, travma sonrası stres bozukluğu, çocuğun ölümünü kabullenme ve evlilik doyumu üzerindeki etkisini incelemek amacıyla hem nicel hem de nitel araştırma yöntemlerini kullandığı çalışmanın sonucuna göre, cinayet nedeniyle yaşanan kayıpların hem şiddet içermesi hem de beklenmedik bir şekilde olması nedeniyle literatür bulgularını desteklediği anlaşılmıştır. Bununla birlikte cinayet grubundaki ebeveynlerin ruhsal sıkıntı puanlarının en yüksek, ölümü kabul etme ve evlilik doyumunun ise en düşük puana sahip olduğu belirtilmiştir. Çocuğunu intihar sonucunda kaybeden ebeveynlerin hakim görüşün aksine, kaza veya cinayet sonucu çocuklarını kaybeden ebeveynlerle kıyaslandığında ruhsal sıkıntı düzeylerinin en yüksek olmadığı ve evlilik doyumlarının da en düşük olmadığı bulgusuna erişilmiştir. Bu durumda şiddet içeren ölüm biçimi ile yas yoğunluğu arasındaki ilişkide ölümün üzerinden geçen zaman faktörünün önemli bir bileşen olduğu söylenebilir. Range ve Niss (1990) de sevdiği kişi intihar nedeniyle kaybeden kişilerin yas deneyimlerinin zamanla diğer ölüm nedenlerinden kaynaklanan yas deneyimine benzer hale geleceğini belirterek zaman unsurunun ölüm şeklinde önemli bir faktör olduğu bulgusunu desteklemektedir. İntihar, kaza, cinayet ve doğal nedenlerle yas tutan bireylerin temel demografik özelliklerini, klinik özelliklerini ve yaşla ilgili duygu düşünce ve davranışlarının karşılaştırıldığı bir başka çalışmada karmaşık yas, depresyon düzeyi ve mevcut depresyon tanısının ölüm şekline göre farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır (Tal vd., 2017).

Fisher vd. (2020), literatürdeki genel bulguların aksine intihar nedeniyle kayıp yaşayanların yas şiddetinin daha düşük olduğunu ortaya koymuştur. Kaçınmacı bağlanma stiline sahip olan bireyler ölüm olasılığını düşünmeyen ve ölümü inkar eden kişiler oldukları için herhangi bir kayıp durumunda daha yoğun yas yaşamaları beklenmektedir. Dolayısıyla bu bulgunun kaçınmacı bağlanma stiline intihar kaybı ve yas arasındaki ilişkiye aracılık etmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. On Hoor, (2024), ise akut yas belirtilerinin, kayıptan bir yıl sonra uzayan yas belirtilerinin anlamlı yordayıcısı olduğunu, fakat ani ölüm ve ölüm nedeninin bunu göstermediğini gösterdi. Görüldüğü üzere; mevcut çalışma bulguları literatürdeki bazı çalışmalar tarafından desteklenirken bazıları tarafından ise desteklenmediği anlaşılmaktadır. Bu durumda ölüm nedeninin yas yoğunluğu üzerindeki rolünü incelemek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulduğunu söylemek mümkündür.

5.1.3. Üniversite Öğrencilerinin Süregiden Bağlar Puanının Yas Yoğunluğunu Yordamaya İlişkin Bulguların Tartışılması Ve Yorumu

Araştırma bulgularına göre yas yoğunluğu toplam puanının en yüksek yordayıcısı süregiden bağlar olmuş ve yas yoğunluğunun %40.5'ini açıklamıştır. Bununla birlikte yas yoğunluğu ile süregiden bağlar arasında orta düzeyde negatif seviyede ($r=-.64$, $p<.01$) anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği'nin hem alt boyutlarından hem de ölçeğin tamamından alınan puanların düşük olması yas yoğunluğunun yüksek olduğu anlamına gelmektedir (Yıldız ve Cimete, 2011). Bu doğrultuda süregiden bağlar ile yas yoğunluğu arasında negatif bir ilişkinin olması ölçeğin yorumlanmasına göre pozitif bir ilişkinin varlığına karşılık gelmektedir. Bir başka deyişle kişinin süregiden bağlar puanı arttıkça yas yoğunluğunun da arttığı söylenebilir.

Alanyazın tarandığında süregiden bağların, içsel süregiden bağlar ve dışsal süregiden bağlar olmak üzere iki alt boyunun olduğu ve çalışmalarda genellikle bu iki alt boyut ile yas yoğunluğu arasındaki ilişkinin incelendiği görülecektir. Bu doğrultuda literatür incelendiğinde süregiden bağların yas sürecindeki rolüne dair uyuma yönelik olduğu (yas yoğunluğuyla negatif ilişkili) veya uyuma yönelik olmadığı (yas yoğunluğuyla pozitif ilişkili) çokça tartışıldığı görülecektir. Mevcut çalışmada süregiden bağların yas sürecinde uyum bozucu bir etkisinin olduğu saptansa da literatürde bu bulguyu destekleyen ve desteklemeyen farklı çalışmalara rastlanmaktadır.

Black vd. (2020), yas sürecine yas sürecine uyum sağlama noktasında içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış süregiden bağların yordayıcılarını araştırmak amacıyla romantik partner kaybı, kedi köpek kaybı ve doğum öncesi kayıp yaşayanlarla yürüttüğü çalışmada yapılan istatistiksel analizler sonucunda hem içselleştirilmiş hem de dışsallaştırılmış süregiden bağların yas yoğunluğuyla ilişkili olduğunu bununla birlikte; içselleştirilmiş süregiden bağların yas sürecine uyum sağlamada kolaylaştırıcı bir role sahipken, dışsallaştırılmış süregiden bağların yas sürecine uyum sağlamada daha az etkisi olduğunu sonucuna ulaşılmıştır. Söz konusu bu farklılığın; dışsallaştırılmış süregiden bağların kaybın daha çok fiziksel yönüne ilişkin olmasından kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Ölen kişinin sesini duyar gibi olmak, onunla sözel iletişime geçmek ve ölen kişiyi görür gibi olmak gibi dışsallaştırılmış süregiden bağ deneyimleri kaybedilen kişiyle fiziki bağlılığı devam ettirmeye neden olacağından kaybın gerçekliğini kabul etmeyi ve yas sürecine dahil olmayı zorlaştırdığı öngörülmektedir.

Stroebe vd. (2011), süregiden bağların yas sürecindeki işlevini araştırdığı araştırmada devam eden bağların işlevinin ölen kişiden ayrılma türüne (kaybın ani veya beklendik olmasına) göre şekillendiğini ortaya koymuştur. Çalışmanın sonucuna göre süregiden bağların yasla başa çıkmayı kolaylaştırdığına dair genel iddianın aksine uyum sağlayıcı herhangi bir rolüne ulaşılmamıştır. Hatta kaybın beklenmedik bir şekilde gerçekleştiği ve bağların aniden koparıldığı ölümlerde kayıp yaşayan kişilerin iyileşme sürecinde başarısız oldukları görülürken buna karşılık kayba alışmak için zamanı olan ve beklenen bir şekilde kayıp yaşayan bireyler yas sürecine zaman içinde daha iyi uyum sağladıkları ortaya çıkmıştır. Bu bulgu; mevcut çalışmanın bulgularıyla tutarlılık gösterse de kaybın ani veya beklendik olmasının süregiden bağların yas sürecine nasıl etki ettiğine mevcut çalışmada yer verilmemiştir.

Martínez-Esquivel vd., (2024) Kosta Rika ve İspanya’da yas sürecindeki 227 erkekle yaptığı çalışmada sosyodemografik değişkenlerin ve süregiden bağların yas sürecindeki rolü ve yas sürecinin aracılarını incelediği çalışmasının bulgularına göre içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış bağların hem Kosta Rika hem de İspanyol erkekler arasında anlamlı bir farklılık göstermediğini; fakat ölen kişiyle akrabalık derecesinin her iki grupta, hem içselleştirilmiş hem de dışsallaştırılmış bağlar üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğu anlaşılmıştır. Bu durum, mevcut araştırmanın bulgularıyla tutarlılık göstermese de süregiden bağların yasin yordayıcılarına bağlı olarak rolünün değişebileceğini göstermektedir.

Sholtes ve Browne (2015) tarafından süregiden bağların yaslı ebeveynlerin yas yoğunluğunu ve kayıptan sonraki kişisel gelişim düzeyleri üzerindeki etkiyi incelenen araştırmada dışsallaştırılmış SB ifadeleri yas sürecine uyum sağlamada olumsuz bir role sahip olup daha az kişisel gelişim ile ilişkilendirilirken; içselleştirilmiş SB ifadeleri, yas sürecine uyum sağlamada olumlu bir etkiye sahip olduğu ve daha fazla kişisel gelişimle ilişkilendirilmiştir. Genel anlamda dışsallaştırılmış süregiden bağların yas sürecindeki uyum bozucu rolünün dışsallaştırılmış süregiden bağ ifadelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Diğer bir deyişle kaybedilen kişiyle konuşmalar ve ritüeller gibi dışsallaştırılmış süregiden bağ ifadelerinin, ölüme inanmamanın göstergesi olabileceğinden kaybın gerçekliğini kabul etme noktasında direnç oluşturabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte her ne kadar bazı çalışmalarda süregiden bağların uyum sağlayıcı bir işleve sahip olduğu belirtilse de bu ifadelerin aşırı kullanılması, halüsinasyon boyutuna ulaşılması durumunda fiziksel ayrılığın gerçekleştiğini kabul edememeye neden olabileceğinden yas sürecinde uyumsuz bir işleve sahip olabileceği öngörülmektedir.

5.1.4. Üniversite Öğrencilerinin Deneyime Açıklık Kişilik Özelliğinin Yas Yoğunluğunu Yordamaya İlişkin Bulguların Tartışılması Ve Yorumu

Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre deneyime açıklık kişilik özelliğinin yas yoğunluğuna %2 seviyesinde katkıda bulunmuş ve yas yoğunluğu ile deneyime açıklık değişkenleri arasında düşük düzeyde negatif seviyede ($r=-.10$ $p<.05$) anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği'nin hem alt boyutlarından hem de ölçeğin tamamından alınan puanların düşük olması yas yoğunluğunun yüksek olduğu anlamına gelmektedir (Yıldız ve Cimete, 2011). Bu doğrultuda deneyime açıklık kişilik özelliği ile yas yoğunluğu arasında negatif bir ilişkinin olması ölçeğin yorumlanmasına göre pozitif bir ilişkinin varlığına karşılık gelmektedir. Bir başka deyişle deneyime açık kişilik özelliği arttıkça yas yoğunluğunun da arttığı söylenebilir.

Kadıoğlu (2022) tarafından 660 genç yetişkin ile yürütülen çalışmada, ölüm kaygısı düzeylerinin kişilik özellikleri ve yalnızlık seviyesi arasındaki korelasyonun incelenmesi amaçlanmıştır. İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı bu araştırmada yapılan analizler sonucunda genç yetişkin kadınların ölüm kaygılarının genç yetişkin erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bununla beş faktör kişilik özelliklerinden deneyime açıklık, sorumluluk ve nevrozizm ile genç yetişkinlerin ölüm kaygısı puanları arasında negatif yönlü ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülürken; diğer beş faktör kişilik özelliklerinden

olan dışadönüklük ve uyumluluk ile ölüm kaygısı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Bu bulgu mevcut çalışmanın bulgusuyla çelişmektedir. Deneyime açık olan bireyler; bilişsel olarak esnek, farklılıklara uyum sağlayabilen ve yeniliklere açık kişiler olduğundan ölüme dair kaygılarını tutucu olmayan bir biçimde değerlendirirler ve bu kaygıyla sağlıklı bir biçimde baş etme becerisi geliştirirler. Yas yoğunluk düzeylerinin daha düşük olmasının kaynağı sahip oldukları bu özelliklere bağlanmaktadır.

Goetter vd. (2019) tarafından yürütülen ve deney grubunun 51, kontrol grubunun ise 30 kişi olmak üzere toplamda 81 yaşlı kişiyle yürütülen çalışmada amaç yas yaşayan bireylerin beş faktörlü kişilik özelliklerini incelemektir. Araştırmanın deney grubunu karmaşık yaşlı bireyler oluştururken kontrol grubunu ise karmaşık yası bulunmayan yetişkinler oluşturmaktadır. Yapılan çoklu regresyon analizleri neticesinde karmaşık yas düzeyi yüksek olan bireylerin beş faktörlü kişilik modelinin nevrotiklik alt boyutuyla pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka ifadeyle nevrotiklik düzeyi arttıkça bireylerin karmaşık yas düzeyi de o doğrultuda artmaktadır. Bununla birlikte yas yaşayan kontrol grubu ve karmaşık yas yaşayan bireyler arasında deneyime açıklık açısından herhangi bir fark bulunamamıştır. Çalışmanın bir diğer bulgusuna göre ise nevrotiklik alt boyutu; dışa dönüklük, vicdanlılık ve uyumluluk alt boyutlarıyla negatif yönde ve anlamlı bir ilişkiye ulaşılmıştır. Benzer şekilde Lilli (2023), Beş Büyük Kişilik Özellikleri ile karmaşık yas semptomları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada karmaşık yas semptomları ile deneyime açıklık açısından anlamlı herhangi bir fark bulunmamıştır. Ancak bir çalışmada (Black vd., 2020) deneyime açıklık kişilik özelliğinin karmaşık yas semptomlarıyla küçük, negatif ama anlamlı bir ilişki gösterdiği görülmüştür. Bu, deneyime açıklık puanının arttıkça karmaşık yas semptomlarının daha az görüleceği anlamına gelmektedir. Bu bulguların mevcut çalışmanın sonuçlarıyla çeliştiği söylenebilir.

Ogrodniczuk vd. (2003) kişilik özellikleri ile yas arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmada, Beş Faktör Kişilik Modeli'ndeki yüksek dışadönüklük, vicdanlılık ve deneyime açıklığın yanı sıra düşük nevrotikliğin yas tedavisinden sonra daha fazla iyileşme ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Bir başka deyişle deneyime açıklık kişilik özelliğinin yas sürecine olumlu katkı sunduğuna ulaşılabilir. Bu durum mevcut çalışmanın bulgularıyla paralellik göstermemektedir.

Görüldüğü üzere literatür incelemeleri deneyime açıklık ile yas yoğunluğu arasındaki ilişkiye dair çok az kanıt sunmaktadır. Bundan dolayı yas sürecinde kişilik özelliklerinin

rolünün daha iyi anlaşılması için daha fazla araştırmanın yapılmasının gerekli olduğu düşünülmektedir.

5.1.5. Üniversite Öğrencilerinin Kaçınan Bağlanma Stilinin Yas Yoğunluğunu Yordamaya İlişkin Bulguların Tartışılması Ve Yorumu

Analiz sonucunda kaçınan bağlanma stilinin yas yoğunluğuna katkısı yaklaşık %1 seviyesinde olduğu ve yas yoğunluğu ile kaçınan bağlanma stili arasında düşük düzeyde negatif seviyede ($r=-.14$ $p<.05$) anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği'nin hem alt boyutlarından hem de ölçeğin tamamından alınan puanların düşük olması yas yoğunluğunun yüksek olduğu anlamına gelmektedir (Yıldız ve Cimete, 2011). Bu doğrultuda kaçınan bağlanma stili ile yas yoğunluğu arasında negatif bir ilişkinin olması ölçeğin yorumlanmasına göre pozitif bir ilişkinin varlığına karşılık gelmektedir. Bir başka deyişle kaçınan bağlanma stili arttıkça yas yoğunluğunun da arttığı söylenebilir.

Literatür incelendiğinde; farklı bağlanma türlerinin yas tepkileri üzerindeki etkisine ilişkin çalışmaların, çelişkili sonuçlar barındırdığı görülmektedir. Literatürde bağlanma stillerinin genellikle uzamış yas semptomlarıyla ilişkisinin incelendiği fark edilmiştir. Uzamış yas semptomlarının yas yoğunluğu ile ilişkisi göz önünde bulundurulduğunda bu çalışmada ulaşılan kaçınan bağlanma stiliyle yas yoğunluğu arasındaki pozitif ilişkiyi hem destekleyen (Boelen ve Klugkist, 2011; Wayment ve Vierthaler, 2002; Russ vd., 2022) hem de desteklemeyen (Delespaul vd., 2013; Eisma vd., 2023) farklı çalışmaların varlığı söz konusudur. Eisma vd. (2023) yetişkinlerdeki bağlanma ile uzun süreli yas belirtileri arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmada hem ağlanma kaygısı hem de bağlanmadan kaçınmanın uzamış yas semptomlarıyla pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bununla birlikte her ne kadar güvensiz bağlanma stilleri uzamış yas semptomlarıyla pozitif yönde bir ilişkiye sahip olsa da bu durumun yas yoğunluğu üzerinde herhangi bir etkiye sahip olmadığı ortaya çıkmıştır. Bağlanma kaçınması ve uzun süreli yas belirtileri arasındaki ilişkinin incelendiği üç farklı çalışmada da (Meert ve diğerleri, 2011; Milman ve diğerleri, 2019; Russ vd., 2022) benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır. Buna karşılık bağlanmadan kaçınma ile uzun süreli yas belirtileri arasında herhangi bir ilişkinin olmadığı veya negatif yönlü bir ilişkinin olduğu çalışmalar da mevcuttur (Fraley ve Bonanno, 2004; Mancini vd., 2009).

Wayment ve Vierthaler (2002) son 18 ay içinde sevdikleri birini kaybeden 91 kişiyle gerçekleştirdiği çalışmada küresel bağlanma stilleri (örneğin, güvenli, endişeli/kararsız ve

kaçınan) ile ölen kişiye bağlanma, ani ölüm ve yas tutmaya karşı üç spesifik tepki (yas, depresyon ve somatizasyon) arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Çalışmanın bulgularına göre ölen kişiye daha yakın bir bağa sahip olduğunu ve daha ani bir kayıp yaşadığını bildiren kişilerin daha yoğun yas yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin daha az depresyon yaşadıkları ve kaçınan bağlanma stiline sahip olanların somatizasyon yaşama olasılıklarının daha yüksek olduğu, özellikle kaygılı ve kaçınan bireylerin yoğun yas ve depresyon yaşama olasılıklarının olduğu ortaya çıkmıştır. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler ölüm gerçekliğiyle yüzleşmeyen ve ölümü inkar eden kişiler olduklarından yas süreci aşamalarını sağlıklı bir biçimde atlatamamaktadırlar. Bu durumun yas sürecini uzatma ve yas yoğunluğunu arttırmada temel sebep olduğu düşünülmektedir.

Huh vd., 2017, Sewol feribot kazasında yakınlarını kaybeden yasal ebeveynlerde bağlanma stilleri, yas tepkileri ve başa çıkma stratejilerinin düzenleyici rolüne ilişkin yaptığı çalışmadaki sonuçlar, yüksek düzeyde kaçınmacı bağlanmaya sahip kişilerin, problem odaklı başa çıkma stratejilerini kullanmaya çalıştıklarında utanç ve suçluluk duygusuna kapılabileceğini ve kaçınmacı bağlanmanın ise karmaşık yasin şiddeti ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Kaçınmalı bağlanma ile karmaşık yas arasında bulunan bu pozitif ilişki sevilen birinin kaybıyla başa çıkmada bağlanmanın rolünü araştıran Meier vd. (2013) tarafından yapılan çalışmayla da desteklenmiştir. Meier vd. (2013) aynı anda yürüttüğü iki farklı çalışmanın ilkinde yakın zamanda sevdiği birini kaybetmiş 656 genç yetişkinin bu kayıpla başa çıkmasında bağlanmanın rolünü araştırırken diğer çalışmada ise kaza cinayet ve intihar gibi travmatik ölümler neticesinde sevdikleri birini kaybeden 191 kişinin, şiddetli ölüm bağlamında bağlanma güvensizliğinin rolünü araştırmıştır. Birinci çalışmada bağlanmayla ilgili kaygının yüksek olması daha fazla uzamış yas semptomlarıyla ilişkilendirilirken ikinci çalışmada kaçınmacı bağlanmanın şiddet içeren bir kayıp yaşayan kişilerin kayıp sonrası işlevselliklerinin azaldığının belirgin bir göstergesi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Dülger (2014), gerçekleştirdiği ampirik çalışmada ileri düzey kanser hastası yakını bulunan 50 ve kendilerinde ve yakınlarında kanser/ölümcül herhangi bir hastalık bulunmayan 50 kişi olmak üzere toplamda 100 kişi ile yürütülen çalışmada deney ve kontrol grubunun ölüm kaygıları kıyaslanmıştır. Bununla birlikte araştırmada ölüm kaygısının; ölüm anlamları, baş etme stilleri ve bağlanma stilleri ile ilişkisinde ölümlülük farkındalığının biçimlendirici işlevinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada bağlanmanın iki boyutu olan yakın ilişkilerde kaygı ve kaçınmanın, ölüm kaygısı ile ilişkisi incelenmiştir. Yapılan analizler

sonucunda hem kaygı hem de kaçınma boyutunun ölüm kaygısı ile arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür. Bir başka deyişle, yakın ilişkilerde yaşanan kaygı ve kaçınma ve güvensiz bağlanma düzeyi arttıkça ölüm kaygısında da bir artış söz konusu olmaktadır. Araştırma neticesinde kaçınmacı bağlanma stiline ileri evre kanser hastalarının yakınlarında ölüm kaygısı için bir risk unsuru olarak görülmüştür. Bu çalışmanın, mevcut araştırma bulgularıyla tutarlılık gösterdiği söylenebilir.

Kho vd. (2015), yas yaşayan kişilerle yürüttüğü çalışmada kişilerin bağlanma stilleri ile yas sürecindeki özlem düşünceleri, duyguları ve kabul etmemeleri üzerindeki etkisini incelemiştir. Çalışma sonucunda katılımcıların kaçınan bağlanma boyutu ile özlem düşüncelerinin derecesi arasında negatif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu durumda kaçınan bağlanma stiline sahip olan bireylerin kaybettikleri kişilere daha az özlem duydukları söylenebilir. Kaçınan bağlanma stiline sahip olan bireylerin sevdikleri birinden ayrılırken bu durumdan çok etkilenmemeleri bunun göstergesi olabilir.

Bağlanma stilleri ile yas süreci arasındaki ilişkinin yorumlanmasının karmaşıklığını daha da artıran şey, kişilerarası kayıplar ve büyük yaşam olaylarının bağlanma stillerinin zaman içinde değiştirebilme etkisi olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte bağlanma'dan kastın genel bağlanma eğilimleri mi yoksa ölen kişiye olan bağlanma mı olduğunun net olmaması spesifik bağlanma ilişkilerinin araştırılmasını elzem hale getirmektedir. Bir başka deyişle; belirli bireylere bağlanmayı, genelleştirilmiş bağlanma modellerinden ayırmanın önem teşkil ettiği düşünülmektedir.

5.1.6. Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri Bağlanma Stilleri ve Süregiden Bağlarının Birlikte Yas Yoğunluğunu Yordamasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumu

Yapılan istatistiksel analizler sonucunda 3 değişkenin (kişilik özellikleri, bağlanma stilleri ve süregiden bağlar) beraber yas yoğunluğu toplam varyansını %43.4'ünü açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yapılan analiz çoklu doğrusal regresyon (stepwise) sonucunda yas yoğunluğu ile süregiden bağlar, deneyime açıklık ve kaçınan bağlanma stiline arasındaki ilişkiyi açıklayan denklem aşağıdaki şekildedir.

$$\text{YAS YOĞUNLUĞU} = 99.141 + -714 \text{ SÜREGİDEN BAĞLAR} + -.331 \text{ DENEYİME AÇIKLIK} + -.263 \text{ KAÇINAN BAĞLANMA STİLİ}$$

Bu denkleme göre süregiden bağlardaki bir birimlik artış yas yoğunluğunda -.714 birimlik azalışa; deneyime açıklıktaki bir birimlik artış yas yoğunluğunda -.331 birimlik azalışa ve kaçınan bağlanma stilineki bir birimlik artış yas yoğunluğunda -.263 birimlik azalışı beraberinde getireceği söylenebilir.

5.2. Öneriler

5.2.1. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

Yas sürecindeki üniversite öğrencileri genellikle sosyalleştikleri bir ortamda bulundukları ve kayıp yaşadıkları zaman genellikle ailelerinden uzakta olmalarından dolayı kaybın gerçekliği veya acısıyla yüzleşmeleri noktasında zorluklar yaşamaktadırlar. Aileyle bir arada olamama ve sosyal destek sistemlerinin zayıflamasını bertaraf etmek adına üniversiteler bünyesinde konferanslar verilebilir, yas destek grupları kurularak grupla psikolojik danışma çalışmaları yapılabilir.

Bağlanma stillerinin yas yoğunluğu üzerindeki etkisi göz önünde bulundurulduğunda ebeveynlere veya çocuğun bakımını üstlenen kişilere güvenli bağlanma stili geliştirmeleri noktasında farkındalığı artırıcı çalışmalar yapılması önerilebilir.

Yas yaşayan bireyler, genellikle dış dünyaya ve sosyal aktivitelere karşı ilgilerini kaybetmekte ve dışarıdan bir yönlendirme olmadığı müddetçe kendilerinin herhangi bir girişimde bulunmadıkları görülmektedir. Bu sürecin sağlıklı bir biçimde geçirilmesi adına yaşlı bireyin çevresindeki kişilerce farklı uğraş ve etkinliklere yönlendirilmesinin uygun olacağı düşünülmektedir.

5.2.2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler

Bu çalışmada yas yoğunluğuyla ilişkili olabilecek bağlanma stilleri kişilik özellikleri ve süregiden bağlar değişkenleri üzerinde çalışılmıştır. Ancak literatürde yas yoğunluğuyla ilişkili olabilecek farklı değişkenlerin varlığı bilinmektedir. Yas yoğunluğu, sosyal rollere katılım, baş etme stilleri, sosyal destek, travma sonrası büyüme, psikolojik sağlamlık ve dini başa çıkma değişkenleri açısından incelenebilir.

Mevcut çalışmada süregiden bağların iki farklı türü olan içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış süregiden bağların yas yoğunluğu üzerindeki etkisi incelenmemiştir. Bundan sonraki çalışmaların bu iki süregiden bağ türünü ayrı ayrı ele alması önerilebilir.

Mevcut araştırmada ilişkisel desen kullanılmıştır. Yas alanında daha zengin bulgulara ulaşabilmek adına deneysel çalışmalar yapılabilir.

Bu çalışmada sevdikleri birini kaybeden niversite öğrencileriyle çalışılmıştır. Kaybın çok kapsamlı bir kavram olduğu düşünüldüğünde araştırmacıların farklı kayıp türleriyle de çalışmaları önerilmektedir. Bunlar, evcil hayvan kaybı, doğum öncesi kayıp, uzuv kaybı ve vatan kaybı olabilir.

Çalışmanın rneklem grubunu niversite öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışmanın temel değişkeni olan yas yoğunluğunun daha spesifik gruplarla çalışılması literatüre katkı sunabilir. Örneğin zel gereksinimli bireyler, toplum tarafından yas tutmaları engellenmiş ve haklarından mahrum bırakılmış bireyler veya belirsiz kayıp yaşayan bireylerle çalışılabilir.



KAYNAKÇA

- Addington-Hall, J. ve Karlsen, S. (2000). Do home deaths increase distress in bereavement? *Palliative Medicine*, 14(2), 161– 162. [https:// doi.org/10.1191/026921600674991350](https://doi.org/10.1191/026921600674991350)
- Akyüz Uçar, G.A. (2019). *Kayıp Ve Yas Yaşantısı Olan Ve Olmayan Ergenlerde Duygu Düzenleme Ve Öznel İyi Oluşun Riskli Davranışları Yordayıcılığının İncelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi.
- Albuquerque, S., Narciso, I., Pereira, M. (2020). Portuguese version of the continuing bonds scale–16 in a sample of bereaved parents. *Journal of Loss and Trauma*, 25(3), 245–263. [https:// doi.org/10.1080/15325024.2019.1668133](https://doi.org/10.1080/15325024.2019.1668133)
- Al-Gamal, E., Saeed, S. B., Victor, A., Long, T. (2018). Prolonged grief disorder and its relationship with perceived social support and depression among university students. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 57(2), 44-51. [https:// doi.org/10.3928/02793695-20181023-03](https://doi.org/10.3928/02793695-20181023-03)
- Altınok, A. (2022). *Bağlanma Stilleri, Cinsiyetçilik ve Benliğin Ayrışmasının İlişki Etiği Üzerindeki Yordayıcı Etkisinde Mizacın Düzenleyici Rolü*. [Doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Ainsworth, M. D. S. ve Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46(4), 331-341. [https:// doi.org/ 10.1037/0003-066X.46.4.333](https://doi.org/10.1037/0003-066X.46.4.333)
- Avcı, M. ve Yıldırım, T. (2022). Travmatik yas yaşayan üniversite öğrencilerinin rüya içeriği temaları: Nitel bir analiz. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 5(9), 98-113.
- Ayaz, T. (2011). *The contributory roles of attachment styles, coping and affect regulation strategies on bereavement* [Yüksek Lisans Tezi] Ortadoğu Teknik Üniversitesi.

Bacanlı, H., İlhan, T. ve Aslan, S. (2009). Beş faktör kişilik kuramına dayalı bir kişilik

ölçeğinin geliştirilmesi: Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(2), 261-279.

Bağcaz, A. (2017). *Ankara'da Yakın Kaybı Sonrası Yas Belirtilerinin Yaygınlığı ve*

Yordayıcı Etmenler (Sosyodemografik Özellikler, Yakın Kaybının Özellikleri, Anksiyete Duyarlılığı ve Yetişkin Ayrılık Anksiyetesi ile İlişkisi [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.

Ball J. (1977). Widow's grief: the impact of age and mode of death. *Omega:Death Dying*

7(4), 307–333. <https://doi.org/10.2190/WEEF-N0HD-0CQ5-18TY>

Bartholomew, K. ve Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among adults: A test of a four-

category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.

<https://doi.org/10.1037//0022-3514.61.2.226>

Basım, H. N., Çetin, F., Tabak, A. (2009). Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Kişilerarası

Çatışma Çözme Yaklaşımlarıyla İlişkisi. *Turkish Journal of Psychology/Turk Psikoloji Dergisi*, 24(63). 20-34.

Benet-Martínez,V., John, O.P. (1998). Los cinco grandes across cultures and ethnic groups:

Multitrait multimethod analysis of the big five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(3), 729-750. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.3.729>

Benkel, I., Wijk, H., Molander, U. (2009). Family and friends provide most social support

for the bereaved. *Palliative Medicine*, 23(2), 141–149. <https://doi.org/10.1177/0269216308098798>

- Berber Çelik, Ç. (2018). Bağlanma Stilleri, Psikolojik İyi Olma ve Sosyal Güvende Hissetme: Aralarındaki İlişki Ne?. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(25), 27-40.
- Bildik, T. (2013). Ölüm, kayıp, yas ve patolojik yas. *Ege Tıp Dergisi*, 52(4), 223-229.
- Biernacki P, Waldorf D. (1981). Snowball sampling: Problems and techniques of chain referral sampling. *Sociological methods & research*. 10(2):141-63.
- Black, J., Belicki, K., Emberley-Ralph, J., McCann, A. (2020). Internalized versus externalized continuing bonds: Relations to grief, trauma, attachment, openness to experience, and posttraumatic growth. *Death Studies*, 46(2), 399–414. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1737274>
- Black, J., Belicki, K., Piro, R., Hughes, H. (2020). Comforting Versus Distressing Dreams of the Deceased: Relations to Grief, Trauma, Attachment, Continuing Bonds, and Post-Dream Reactions. *OMEGA - Journal of Death and Dying*.1-26. <https://doi.org/doi:10.1177/0030222820903850>
- Boelen, P. A., Van Den Bout, J., De Keijser, J. (2003). Traumatic grief as a disorder distinct from bereavement-related depression and anxiety. *American Journal of Psychiatry*, 160, 1339–1341. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.160.7.1339>
- Boelen, P., Stroebe, M., Schut, H., Zijerveld, A. (2006). Continuing bonds and grief: A retrospective analysis. *Death Studies*, 30, 767–776.
- Boelen, P. (2012). Symptoms of prolonged grief, depression and adult separation anxiety: Distinctiveness and correlates. *Psychiatry Research*, 207(1-2), 68-72. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2012.09.021>
- Boelen, P. A. (2015). Peritraumatic distress and dissociation in prolonged grief and posttraumatic stress following violent and unexpected deaths. *Journal of Trauma Dissociation*, 16(5), 541-550. <https://doi.org/10.1080/15299732.2015.1027841>

- Boelen, P. A., Klugkist, I. (2011). Cognitive behavioral variables mediate the associations of neuroticism and attachment insecurity with prolonged grief disorder severity. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 24(3), 291-307. <https://doi.org/10.1080/10615806.2010.527335>
- Boerner, K., Heckhausen, J. (2003). To have and have not: Adaptive bereavement by transforming mental ties to the deceased. *Death Studies*, 27(3), 199–226. <https://doi.org/10.1080/07481180302888>
- Bonanno, G. A., Kaltman, S. (2001a). The varieties of grief experience. *Clinical Psychology Review*, 21(5), 705-734.
- Boulware, D. L., Bui, N. H. (2015). Bereaved African American adults: The role of social support, religious coping, and continuing bonds. *Journal of Loss and Trauma*, 21(3), 192-202. <https://doi.org/10.1080/15325024.2015.1057455>
- Bowlby, J. (1983). Persistence and stability of patterns. *Attachment and loss* (2.baskı) içinde (s.348-350). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss* (1.baskı). New York: Basic Book.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: (2.baskı). Separation, anxiety, and anger*. New York: Howard
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Loss, sadness, and depression* (2.baskı). New York, NY: Basic Books.
- Bowlby, J. (1958). The Nature Of The Child's Tie To His Mother *International Journal of Psycho-Analysis*, 39, 350-373.
- Bretherton, I. (2013). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. In *Attachment theory. Developmental Psychology*, 28(5), 759-775.

- Burke, L. A., Neimeyer, R. A. (2014). Complicated spiritual grief I: Relation to complicated grief symptomatology following violent death bereavement. *Death studies*, 38(4), 259-267.
- Butler, S., Northcut, T. B. (2012). Enhancing Psychodynamic Therapy with Cognitive-Behavioral Therapy in the Treatment of Grief. *Clinical Social Work Journal*, 41(4), 309–315. <https://doi.org/10.1007/s10615-012-0406-1>
- Büyüköztürk, Ş., Çokluk, O. ve Köklü, N. (2014). *Sosyal bilimler için istatistik*. (14. basım). Pegem Akademi.
- Cerney, M. S., Buskirk, J. R. (1991). Anger: The hidden part of grief. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 55(2), 228–237.
- Chopik, W. J. (2018). Does personality change following spousal bereavement?. *Journal of Research in Personality*, 72, 10-21. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2016.08.010>
- Chen, C., Du, L., Wu, Q., Jin, Y. (2021). Family Caregivers' perceptions about Patients' dying and death quality influence their grief intensity. *Applied Nursing Research*, 62. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2021.151456>
- Christensen, D. R., af Segerstad, Y. H., Kasperowski, D., Sandvik, K. (2017). Bereaved parents' online grief communities: De-tabooing practices or relation building grief-ghettos? *Journal of Broadcasting&ElectronicMedia*, 61(1), 58–72. <https://doi.org/10.1080/08838151.2016.1273929>
- Cimete, G. ve Yıldız, H. (2011). Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeğinin uyarlama çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(1), 30-36.

- Cohen, O., ve Katz, M. (2015). Grief and growth of bereaved siblings as related to attachment style and flexibility. *Death Studies*, 39(3), 158-164.
<https://doi.org/10.1080/07481187.2014.923069>
- Collins, N.L. Read, S.J. (1990). “Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples”. *Journal of Personality And Social Psychology*, 58, 644-663.
- Cooley, E., Toray, T., Roscoe, L. (2010). Reactions to Loss Scale: Assessing Grief in College Students. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 61(1), 25–51. <https://doi.org/10.2190/om.61.1.b> 10.2190/OM.61.1.b
- Costa Jr, P. T., McCrae, R. R. (1995). Domains and facets: Hierarchical personality assessment using the Revised NEO Personality Inventory. *Journal of personality assessment*, 64(1), 21-50.
- Currier, J. M., Irish, J. E., Neimeyer, R. A., ve Foster, J. D. (2015). Attachment, continuing bonds, and complicated grief following violent loss: Testing a moderated model. *Death studies*, 39(4), 201-210.
- Çelik, S. (2003). Patolojik yas kavramına yeni bir yaklaşım: Travmatik yas. *Kriz Dergisi*, 11, 29-34.
- Çiçek, İ., ve Aslan, A. E. (2020). Kişilik ve beş faktör kişilik özellikleri: Kuramsal bir çerçeve. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 10(1), 137-147.
- Çokal, G., Kahraman, H. (2022). Birinci Derece Yakını Ölen Yetişkinlerde Anlamı Yeniden Yapılandırmanın Bağlanma Stili, Tinsellik ve Psikolojik Sağlamlığa Göre Yordanması. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 6(11), 19-29.

- Çolak, G. V., Hocaoglu, Ç. (2021). Kayıp ve yas: Bir gözden geçirme. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 3(1), 56-62.
- De Hollander, S. L. (2020). *Pathological Grief: The Role of Cause and Unexpectedness of Death* [Yüksek Lisans Tezi]. Utrecht University.
- Delespaul, E., Ryckebosch-Dayez, A. S., Heeren, A., Zech, E. (2013). Attachment and severity of grief: The mediating role of negative appraisal and inflexible coping. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 67(3), 269-289. <https://doi.org/10.2190/OM.67.3.b>
- Deutsch, L. (2023). *The Relationship Between the Big Five Personality Traits and Complicated Grief: A Systematic Review* [Yüksek Lisans Tezi]. University of Groningen.
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.
- Drapeau, C. W., Cerel, J., Moore, M. (2016). How personality, coping styles, and perceived closeness influence help-seeking attitudes in suicide-bereaved adults. *Death studies*, 40(3), 165-171.
- Drenovsky, C. K. (1994). Anger and the desire for retribution among bereaved parents. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 29, 303-312. <https://doi.org/10.2190/HT0E-HCHE-JFLP-XG7F>
- Duncan, C., Cacciatore, J. (2015). A systematic review of the peer-reviewed literature on self-blame, guilt, and shame. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 71, 312-342. <https://doi.org/10.1177/0030222815572604>

- Dölger. K. (2014) *Ölüm Kaygısının Ölüm Anlamları, Baş Etme Stilleri Ve Bağlanma Stilleri İle İlişkisinde Ölümlülük Farkındalığının Biçimlendirici Rolü* [Yüksek Lisans Tezi]. Okan Üniversitesi.
- Eisma, M., Schut, H., Stroebe, M., Boelen, P., van den Bout, J., Stroebe, W. (2015). Adaptive and maladaptive rumination after loss: A three-wave longitudinal study. *British Journal of Clinical Psychology*, 54, 163–180. <https://doi.org/10.1111/bjc.12067>
- Eisma, M. C., Bernemann, K., Aehlig, L., Janshen, A., Doering, B. K. (2023). Adult attachment and prolonged grief: A systematic review and meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 214, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112315>
- Engel, G.L. (1961). Is grief a disease? A challenge for medical research. *Psychosomatic Medicine*, 23, 18-22.
- Erözkan, A. (2011). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve karar stratejileri. *International Journal Of Eurasia Social Sciences*, 2011(3), 60-74.
- Faschingbauer, T. R., Zisook, S., DeVaul, R. (1987). The Texas revised inventory of grief. *Biopsychosocial aspects of bereavement*, 111-124.
- Florczak, K. L., Lockie, N. (2018). Losing a partner: Do continuing bonds bring solace or sorrow?. *Death Studies*, 43(5), 281-291. <https://doi.org/10.1080/07481187.2018.1458761>
- Field, N. P., Friedrichs, M. (2004). Continuing bonds in coping with the death of a husband. *Death Studies*, 28, 597–620.
- Field, N. P., Gao, B., Paderna, L. (2005). Continuing bonds in bereavement: An attachment theory based perspective. *Death Studies*, 29, 1–23.

- Field, N. P., Packman, J. D., Ronen, R., Pries, A., Davies, B., Kramer, R. (2013). Type of continuing bonds expression and its comforting versus distressing nature: Implications for adjustment among bereaved mothers. *Journal of Death Studies*, 37, 889–912.
- Field, N. P. (2006a). Continuing bonds in adaptation to bereavement: Introduction. *Death Studies*, 30, 709–714.
- Field, N. P., Gal-Oz, E., Bonanno, G. A. (2003). Continuing bonds and adjustment at 5 years after the death of a spouse. *Journal of consulting and clinical psychology*, 71(1), 110-117. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.71.1.110>
- Field, N. P., Nichols, C., Holen, A., Horowitz, M. J. (1999). The relation of continuing attachment to adjustment in conjugal bereavement. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 67, 212–218.
- Field, N. P. (2006b). Unresolved grief and continuing bonds: An attachment perspective. *Death Studies*, 30, 739–756. <https://doi.org/10.1080/07481180600850518>
- Field, N. P., Friedrichs, M. (2004). Continuing bonds in coping with the death of a husband. *Death Studies*, 28, 597–620. <https://doi.org/10.1080/07481180490476425>
- Field, N.P. ve Filanosky, C. (2010). Continuing bonds, risk factors for complicated grief, and adjustment to bereavement. *Death Studies*, 34, 1-29.
- Field, N., Bonanno, G. (2001). The role of blame in adaptation in the first five years following the death of a spouse. *American Behavioral Scientist*, 44, 764–781.
- Field, N. P., Filanosky, C. (2009). Continuing bonds, risk factors for complicated grief, and adjustment to bereavement. *Death Studies*, 34, 1–29.

- Field, N. P., Packman, J. D., Ronen, R., Pries, A., Davies, B., Kramer, R. (2013). Type of continuing bonds expression and its comforting versus distressing nature: Implications for adjustment among bereaved mothers. *Journal of Death Studies*, 37, 889–912. <https://doi.org/10.1080/07481187.2012.692458>
- Fisher, J. E., Zhou, J., Zuleta, R. F., Fullerton, C. S., Ursano, R. J., Cozza, S. J. (2020). Coping strategies and considering the possibility of death in those bereaved by sudden and violent deaths: Grief severity, depression, and posttraumatic growth. *Frontiers in psychiatry*, 11, 749.
- Foster, T., Gilmer, M., Davies, B., Dietrich, M., Barrera, M., Fairclough, D., Vannatta, K., Gerhardt, C. (2011). Comparison of continuing bonds reported by parents and siblings after a child's death from cancer. *Death Studies*, 35, 420–440.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., Hyun, H. (2011). How to design and evaluate research in education. *McGraw-Hill Humanities/Social Sciences/Languages*.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (6.baskı) McGraw-Hill Pub.
- Fraley, R. C., Bonanno, G. A. (2004). Attachment and loss: A test of three competing models on the association between attachment-related avoidance and adaptation to bereavement. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(7), 878–890. <https://doi.org/10.1177/0146167204264289>
- Freud S. (1997). *Yas ve melankoli*. (R. Uslu ve O. E. Berksun, Çev.). Ankara: Kriz Dergi. (Orijinal çalışma basım tarihi 1956).
- Freud, S. (1917). *Mourning and melancholia*. In J. Strachey (Ed.), The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud 14, 152–170.

- Fujisawa, D., Miyashita, M., Nakajima, S., Ito, M., Kato, M., ve Kim, Y. (2010). Prevalence and determinants of complicated grief in general population. *Journal of Affective Disorders*, 127(1-3), 352-358. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2010.06.008>
- Geçit, H. K. (2018). *Üniversite öğrencilerinin erken dönem uyumsuz şemalarının ölüm kaygılarını yordaması* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi
- Genlik, Ö. (2012). *Yas Süreci Ve Yas Sürecindeki Kişilerin Depresyon Ve Anksiyete Düzeylerinin İncelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi.
- Gizir, C. A. (2006). Bir kayıp sonrasında zorluklar yaşayan üniversite öğrencilerine yönelik bir yas danışmanlığı modeli. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2), 195-213.
- Goalder, J. S. (1985). Morbid grief reaction: A social systems perspective. *Professional Psychology: Research and Practice*, 16, 833–842.
- Goetter, E., Bui, E., Horenstein, A., Baker, A. W., Hoepfner, S., Charney, M., Simon, N. M. (2018). Five-factor model in bereaved adults with and without complicated grief. *Death Studies*, 1–6. <https://doi.org/10.1080/07481187.2018.1446059>
- Goldberg, L. R. (1992). The development of markers for the Big-Five factor structure. *Psychological assessment*, 4(1), 26-42.
- Grabowski, J. A., Frantz, T. T. (1993). Latinos and Anglos: Cultural experiences of grief intensity. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 26(4), 273-285.
- Haine, R. A., Ayers, T. S., Sandler, I. N., Wolchik, S., Weyer, J. (2003). Locus of control and self-esteem as stressmoderators or stress-mediators in parentally bereaved children. *Death Studies*, 27, 619–640. <https://doi.org/10.1080/07481180302894>

- Hamzaebi, N. (2016) *Bağlanma Stillerinin Yas Surecine Etkileri* [Yoksek Lisans tezi]. Hali Üniversitesi.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5, 1-22.
- Ho, S. M., Chan, I. S., Ma, E. P., Field, N. P. (2013). Continuing bonds, attachment style, and adjustment in the conjugal bereavement among Hong Kong Chinese. *Death studies*, 37(3), 248-268. <https://doi.org/10.1080/07481187.2011.634086>
- Howard, M.S. ve Medway, F.J. (2004). Adolescents' attachment and coping with stress. *Psychology in the Scholls*, 41(3), 391-402
- Huh, H. J., Kim, K. H., Lee, H. K., Chae, J. H. (2017). Attachment styles, grief responses, and the moderating role of coping strategies in parents bereaved by the Sewol ferry accident. *European Journal of Psychotraumatology*, 8(sup6), 1424446.
- Hutti, M. H., Armstrong, D. S., Myers, J. A., Hall, L. A. (2015). Grief intensity, psychological well-being, and the intimate partner relationship in the subsequent pregnancy after a perinatal loss. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 44(1), 42-50.
- Jankauskaite, G. (2023). *Evaluating an Online Intervention to Educate Psychology Graduate Students About Grief and Grief Counseling and to Increase Their Self-Efficacy in Working With Bereaved Clients* [Doktora Tezi]. University of Maryland.
- Johnson, T. P. (2014). *Snowball Sampling: Introduction*. Wiley StatsRef: Statistics Reference Online. <https://10.1002/9781118445112>
- Kabataş, B. (2018). *lm Kaygısı ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* [Yoksek Lisans Tezi]. skdar Üniversitesi.

- Kadıoğlu, R. (2022). *Genç Yetişkinlerde Ölüm Kaygısı, Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkiler* [Yüksek Lisans Tezi] Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Kahraman S. (2023). Yetişkin Bireylerin Yas Süreçleri ile MMPI-2 Profilleri Arasındaki İlişki. *19 Mayıs Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(4), 268-280.
- Kalaycı, Ş. (2016). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri* (7. Baskı). Asil Yayıncılık.
- Kandemir, M. ve İlhan, T. (2017). Kişilerarası ilişkilerde bağlanma stilleri ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. 2. Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresi içinde (s.174-175). İstanbul: Üsküdar Üniversitesi.
- Karakuş, Ö. (2012). Ergenlerde bağlanma stilleri ve yalnızlık arasındaki ilişki. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 23(2), 33-46.
- Kaplow, J. B., Wamser-Nanney, R., Layne, C. M., Burnside, A., King, C., Liang, L. J., ... Pynoos, R. (2021). Identifying bereavement-related markers of mental and behavioral health problems among clinic-referred adolescents. *Psychiatric research and clinical practice*, 3(2), 88-96.
- Kaunonen, M., Tarkka, M. T., Paunonen, M., Laippala, P. (1999). Grief and social support after the death of a spouse. *Journal of Advanced Nursing*, 30(6), 1304-1311.
- Kawashima, D. ve Kawano, K. (2019). Parental Grief After Offspring Suicide and Adaptation to the Loss in Japan. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 79(1), 34-51. <https://doi.org/10.1177/0030222817710139>
- Keser, E. (2019). *Kayıp yaşamış yetişkinlerde uzamış yas belirtilerinin süregiden bağlar, süregiden bağlara ilişkin bilişler ve anlamı yeniden yapılandırma çerçevesinde incelenmesi*. [Yayınlanmamış Doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.

Keyes, K. M., Pratt, C., Galea, S., McLaughlin, K. A., Koenen, K. C., Shear, M. K. (2014).

The burden of loss: Unexpected death of a loved one and psychiatric disorders across the life course in a national study. *American Journal of Psychiatry*, 171, 864–871.
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2014.13081132>

Kho, Y., Kane, R. T., Priddis, L., Hudson, J. (2015). The nature of attachment relationships and grief responses in older adults: An attachment path model of grief. *PLoS One*, 10(10), e0133703.

Kırcalı, E. (2020). *Yas sürecinin yordayıcıları: Geçmiş deneyimler, duygu düzenleme becerisi, psikolojik dayanıklılık, sosyal destek ve başa çıkma becerileri* [Doktora Tezi]. Başkent Üniversitesi.

Klass, D., Silverman, P., Nickman, S. L. (Eds.) (1996). *Continuing bonds: New understandings of grief*. Washington, DC: Taylor Francis.

Klass, D. (2006). Continuing conversation about continuing bonds. *Death Studies*, 30(9), 843–858. <https://doi.org/10.1080/07481180600886959>

Kokou-Kpolou, K., Tremblay, J., Moukouta, C. S., Baugnet, L., Mbassa Menick, D. (2017). *Unexpected death, religious coping and conjugal bereavement outcomes in Africa (Togo)*. *Mental Health, Religion & Culture*, 20(8), 766–782. <https://doi.org/10.1080/13674676.2017.1408578>

Kristensen, P., Weisæth, L., Heir, T. (2012). *Bereavement and Mental Health after Sudden and Violent Losses: A Review*. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 75(1), 76–97. <https://doi.org/10.1521/psyc.2012.75.1.76>

Kübler-Ross E. Ölüm ve Ölmek Üzerine (2010). (Çeviren: Ekin Uşşaklı). İstanbul: April Yayınevi.

- Lai, C., Ciacchella, C., Pellicano, G. R., Veneziani, G., Polo, V., Campedelli, V., Lombardo, L. (2023). The role of family functioning, attachment style, and care setting on pre-loss grief symptoms and burden in caregivers of terminally cancer patients. *Palliative Supportive Care*, 1-9.
- Lalande, K. M., Bonanno, G. A. (2006). *Culture and Continuing Bonds: A Prospective Comparison of Bereavement in the United States and the People's Republic of China. Death Studies*, 30(4), 303–324. <https://doi.org/10.1080/07481180500544708>
- Levi-Belz, Y., Lev-Ari, L. (2019). Is there anybody out there? Attachment style and interpersonal facilitators as protective factors against complicated grief among suicide-loss survivors. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 207(3), 131-136. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000940>
- Li, J., Stroebe, M., Chan, C., Chow, A. (2014). Guilt in bereavement: A review and conceptual framework. *Death Studies*, 38, 165–171. <https://doi.org/10.1080/07481187.2012.738770>
- Lindemann, E. (1944). Symptomatology and management of acute grief. *American Journal of Psychology*, 101, 141-148.
- Lombardo, L., Veneziani, G., Giraldi, E., Morelli, E., Durante, S., Aceto, P., Lai, C. (2024). How attachment style, mentalization and preparedness for death are associated with pre-loss grief symptoms' severity: A network analysis study in caregivers of terminally ill cancer patients. *Death Studies*, 48(6), 537-549. <https://doi.org/10.1080/07481187.2023.2246022>
- Ludwikowska-Świeboda, K. (2020). Attachment style and experiencing the symptoms of complicated grief after the death of a spouse-preliminary research among widowed women. *Psychiatria i Psychologia Kliniczna (Journal of Psychiatry Clinical Psychology)*, 20(2). <https://doi.org/10.15557/PiPK.2020.0015>

- Lykins, A. D., McGreevy, P. D., Bennett, B., Paul, N. K., Gotsis, N. (2024). Attachment styles, continuing bonds, and grief following companion animal death. *Death Studies*, 48(7), 698-705.
- Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Schutte, N. S. (2005). The relationship between the fivefactor model of personality and symptoms of clinical disorders: a meta-analysis. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 27, 101–114. <https://doi.org/10.1007/s10862-005-5384-y>
- Mancini, A. D., Robinaugh, D., Shear, K., Bonanno, G. A. (2009). Does attachment avoidance help people cope with loss? The moderating effects of relationship quality. *Journal of clinical psychology*, 65(10), 1127-1136. <https://doi.org/10.1002/jclp.20601>
- Martínez-Esquivel, D., Muñoz-Rojas, D., Brito-Brito, P. R., Rodríguez-Álvaro, M., García-Hernández, A. M. (2024). Continuing Bonds in grieving men: A comparative description of Costa Rica and Spain. *Death Studies*, 1-10.
- Masferrer, L., Mancini, A. D., Caparrós, B. (2020). Understanding the relationship between complicated grief symptoms and patterns of personality disorders in a substance users' sample: A network analysis approach. *Frontiers in Psychology*, 11, 566785.
- Mccrae, R.R., Costa, P.T. (1989). Reinterpreting the Myers-Briggs type indicator from the perspective of the five-factor model of personality. *Journal of Personality*, 57, 17-40.
- Meier, A., Carr, D., Currier, J., Neimeyer, R. (2013). Attachment anxiety and avoidance in coping with bereavement: Two studies. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(3), 315–334. <https://doi.org/10.1521/jscp.2013.32.3.315>

- Meert, K. L., Shear, K., Newth, C. J., Harrison, R., Berger, J., Zimmerman, J., ... Nicholson C. (2011). Follow-up study of complicated grief among parents eighteen months after a child's death in the pediatric intensive care unit. *Journal of palliative medicine*, 14(2), 207-214. <https://doi.org/10.1089/jpm.2010.0291>
- Merdan, E. (2013). Beş Faktör Kişilik Kuramı İle İş Değerleri İlişkisinin İncelenmesi: Bankacılık Sektöründe Bir Araştırma. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 4(7).
- Mete, C. (2006). *İlköğretim Okullarında Çalışan Öğretmenlerin Kişilik Özellikleri İle İş Tatminleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi,] Yeditepe Üniversitesi.
- Mikulincer, M. ve Erev, I. (1991). Attachment style and the structure of romantic love. *British Journal of Social Psychology*, 30(4), 273-291. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8309.1991.tb00946.x>.
- Millar, B., Lopez-Cantero, P. (2022). Grief, continuing bonds, and unreciprocated love. *The Southern Journal of Philosophy*, 60(3), 413-436.
- Milman, E., Neimeyer, R. A., Fitzpatrick, M., MacKinnon, C. J., Muis, K. R., Cohen, S. R. (2019). Rumination moderates the role of meaning in the development of prolonged grief symptomatology. *Journal of Clinical Psychology*, 75(6), 1047–1065. <https://doi.org/10.1002/jclp.22751>
- Murphy, S. A., Johnson, L. C., Wu, L., Fan, J. J. ve Lohan, J. (2003). Bereaved parents' outcomes 4 to 60 months after heir children's deaths by accident, suicide, or homicide: A comparative study demonstrating differences. *Death Studies*, 27(1), 39-61.

- Navidian, A. ve Saravani, Z. (2018). Impact of cognitive behavioral-based counseling on grief symptoms severity in mothers after stillbirth. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 12(1). <https://doi.org/10.5812/ijpbs.9275>
- Neimeyer, R. A., Baldwin, S. A., Gillies, J. (2006). Continuing bonds and reconstructing meaning: Mitigating complications in bereavement. *Death studies*, 30(8), 715-738.
- Ogrodniczuk, J. S., Piper, W. E., Joyce, A. S., McCallum, M., Rosie, J. S. (2003). NEO-five factor personality traits as predictors of response to two forms of group psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 53, 417-442. <https://doi.org/10.1521/ijgp.53.4.417.42832>
- Permuy, B., Merino, H., Fernandez-Rey, J. (2010). Adult attachment styles and cognitive vulnerability to depression in a sample of undergraduate students: the mediational roles of sociotropy and autonomy. *International Journal of Psychology*, 45(1), 21-27.
- Range, L. M., Niss, N. M. (1990). *Long-Term bereavement from suicide, homicide, accidents, and natural deaths. Death Studies*, 14(5), 423-433. <https://doi.org/10.1080/07481189008252382>
- Reed, B. W., Segal, N. L., Miller, S. A. (2021). Evolutionary perspective on decreases in grief intensity for deceased twin and non-twin relatives: An update. *Personality and Individual Differences*, 178, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110822>
- Reich, J. W., Zautra, A. J. (1991). Experimental and measurement approaches to internal control in at-risk older adults. *Journal of Social Issues*, 47, 143-158.
- Reisman, A. S. (2001). Death of a spouse: Illusory basic assumptions and continuation of bonds. *Death Studies*, 25, 445-460.

- Rice, K.G. ve Mirzadeh, S.A. (2000). "Perfectionism, Attachment and Adjustment". *Journal of Counselling Psychology*, 47, 238-250.
- Ringdal, G. I., Jordhøy, M. S., Ringdal, K., Kaasa, S. (2001). Factors affecting grief reactions in close family members to individuals who have died of cancer. *Journal of Pain and Symptom Management*, 22(6), 1016-1026. [https://doi.org/10.1016/S0885-3924\(01\)00363-3](https://doi.org/10.1016/S0885-3924(01)00363-3)
- Robinson, T. ve Marwit, S. J. (2006). An investigation of the relationship of personality, coping, and grief intensity among bereaved mothers. *Death Studies*, 30, 677–696. <https://doi.org/10.1080/07481180600776093>
- Root, B. L., Exline, J. J. (2014). The role of continuing bonds in coping with grief: Overview and future directions. *Death studies*, 38(1), 1-8. <https://doi.org/10.1080/07481187.2012.712608>
- Rothbard, J. C., Shaver, P. R. (1994). Continuity of attachment across the life span. In M. B. Sperling and W. H. Berman (Eds.), *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives* 31-72 New York: The Guilford Press.
- Russ, V., Stopa, L., Sivyer, K., Hazeldine, J., Maguire, T. (2022). The relationship between adult attachment and complicated grief: A systematic review. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, <https://doi.org/10.1177/00302228221083110>
- Sarsmaz, M. (2022). *Death Anxiety, Attachment Styles And Relationship Status* [Yüksek Lisans Tezi]. Yeditepe Üniversitesi.
- Schenck, L., Eberle, K., Rings, J. (2016). Insecure attachment styles and complicated grief severity: Applying what we know to inform future directions. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 73(3), 231–249. <https://doi.org/10.1177/0030222815576124>

- Scholtes, D. ve Browne, M. (2014). Internalized and Externalized Continuing Bonds in Bereaved Parents: Their Relationship with Grief Intensity and Personal Growth. *Death Studies*, 39(2), 75–83. <https://doi.org/10.1080/07481187.2014.890680>
- Seake-Kwawu, D. Z. (2020). *The Impact of Attachment and Culture on Grief Intensity During Bereavement* [Yüksek Lisans Tezi]. Utrecht University.
- Segal, N. L. ve Ream, S. L. (1998). Decrease in grief intensity for deceased twin and non-twin relatives: An evolutionary perspective. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 317-325.
- Sekowski, M. (2021). Concrete and symbolic continuing bonds with a deceased person: The psychometric properties of the continuing bonds scale in bereaved surviving family members. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(5), 1655-1670.
- Sezgin, U., Yüksel, Ş., Topçu, Z. ve Dişçigil, A. G. (2004). Ne zaman travmatik yas tanısı konur? Ne zaman tedavi başlar. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7(3), 167-176.
- Scholtes, D. ve Browne, M. (2015). Internalized and externalized continuing bonds in bereaved parents: Their relationship with grief intensity and personal growth. *Death Studies*, 39(2), 75-83. <https://doi.org/10.1080/07481187.2014.890680>
- Shear, K. ve Shair, H. (2005). Attachment, loss, and complicated grief. *Developmental Psychobiology: The Journal of the International Society for Developmental Psychobiology*, 47(3), 253-267.
- Shear, K., Monk, T., Houck, P., Melhem, N., Frank, E., Reynolds, C., Sillowash, R. (2007). An attachment-based model of complicated grief including the role of avoidance. *European archives of psychiatry and clinical neuroscience*, 257, 453-461.
- Shear, M.K., Ghesquiere, A. ve Glickman, K. (2013). Bereavement and complicated grief. *Current Psychiatry Reports*, 15(11), 406.

- Shuchter, S. R., Zisook, S. (1986). Treatment of spousal bereavement: A multidimensional approach. *Psychiatric Annals*, 16, 295–305. <https://doi.org/10.3928/0048-5713-19860501-09>
- Silverman, P. R. ve Klass, D. (1996). Introduction: What’s the problem? In D. Klass, P. R. Silverman, S. Nickman (Eds.), *Continuing bonds: New understandings of grief* (pp. 3–27). Washington, DC: Taylor & Francis.
- Silverman, P. R. ve Nickman, S. L. (1996). Concluding thoughts. In D. Klass, P. Silverman, & S. Nickman (Eds.), *Continuing bonds: New understandings of grief* (pp. 349–356). Washington, DC: Taylor & Francis.
- Silverman, P. R. ve Klass, D. (1996). Introduction: What’s the problem?. In D. Klass, P. R. Silverman, S. L. Nickman (Eds.), *Continuing bonds: New understandings of grief* (pp. 3–27). Washington, DC: Taylor & Francis.
- Sochos, A. ve Bone, A. (2012). Attitudes towards continuing bonds, attachment vulnerability, and the moderating effects of gender. *Journal of Loss and Trauma*, 17(3), 260-270.
- Sochos, A., Aleem, S. (2021) Parental attachment style and young persons’ adjustment to bereavement. *Child & Youth Care Forum* 51(1), 161-179.
- Somer, O., Korkmaz, M., Tatar, A. (2002). Beş faktör kişilik envanterinin geliştirilmesi-I: Ölçek ve alt ölçeklerinin oluşturulması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17 (49), 21-33.
- Stroebe, M., Schut, H., Stroebe, W. (2006). Who benefits from disclosure? Exploration of attachment style differences in the effects of expressing emotions. *Clinical Psychology Review*, 26, 133–139. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2005.06.009>
- Stroebe, M. ve Schut, H. (2005). To continue or relinquish bonds: A review of consequences for the bereaved. *Death Studies*, 29, 477–494.
- Stroebe, M. S. H., Schut, H., Stroebe, W. (1991). Does “grief work” work? *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 59, 479–482. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.59.3.479>

- Stroebe, M. S., Abakoumkin, G., Stroebe, W., Schut, H. (2011). Continuing bonds in adjustment to bereavement: Impact of abrupt versus gradual separation. *Personal Relationships*, 19(2), 255–266. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2011.01352.x>
- Suhail, K., Jamil, N., Oyebode, J., Ajmal, M. A. (2011). Continuing bonds in bereaved Pakistani Muslims: Effects of culture and religion. *Death Studies*, 35(1), 22-41.
- Sümer, N., ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Şenelmiş, H. (2006). Ankara Üniversitesi kriz merkezine başvuran yas olguları üzerine bir çalışma. *Kriz Dergisi*, 14(1), 1-20.
- Şeker Sır, N. (2016). *Öğretmen adaylarının 5 faktör kişilik kuramına göre kişilik özelliklerinin belirlenmesi ve bazı değişkenlere göre incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Yıldız Teknik Üniversitesi.
- Tal, I., Mauro, C., Reynolds III, C. F., Shear, M. K., Simon, N., Lebowitz, B., ... Zisook, S. (2017). Complicated grief after suicide bereavement and other causes of death. *Death studies*, 41(5), 267-275. <https://doi.org/10.1080/07481187.2016.1265028>
- Tatlılıoğlu, K. (2014). Üniversite öğrencilerinin beş faktör kişilik kuramı'na göre kişilik özellikleri alt boyutlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Tarih Okulu Dergisi*, 7(17)
- Ten Hoor, D. V. (2024). *Are Unexpectedness and Cause of Death Associated with Prolonged Grief Above and Beyond Acute Grief Symptoms?* [Yüksek Lisans Tezi]. University of Twente.

- Tidwell, B. L., Larson, E. D., Bentley, J. A. (2020). Attachment security and continuing bonds: the mediating role of meaning-made in bereavement. *Journal of Loss and Trauma*, 26(2), 116-133. <https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1753389>
- Tomarken, A., Holland, J., Schachter, S., Vanderwerker, L., Zuckerman, E., Nelson, C., ... Prigerson, H. (2008). *Factors of complicated grief pre-death in caregivers of cancer patients. Psycho-Oncology*, 17(2), 105–111. <https://doi.org/10.1002/pon.1188>
- Toth, P.L., Stockton, R. ve Browne, F. (2000). College student grief and loss. In Harvey J.H. Miller, E.D. (Eds.), *Loss and trauma: General and close relationship perspectives* (ss. 237-248). Philadelphia: Brunner-Routledge.
- Turan, Z. (2019). *Ani ve beklendik kaybın yas sürecine etkisi* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Arel Üniversitesi.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2023). “Ölüm ve Ölüm Nedeni İstatistikleri” (<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=-53709> 30.08.2024 tarihinde erişilmiştir).
- Uslu, M. (2021). *Yas ve Çocuk: Ebeveynini/Bir Yakınını Kaybeden Çocuklara ve Geride Kalan Yetişkinlere Yardım ve Öneriler*. Çizgi Kitabevi.
- Varga, M. A. (2016). A quantitative study of graduate student grief experiences. *Illness, Crisis & Loss*, 24(3), 170-186. <https://doi.org/10.1177/1054137315589700>
- Wada, K., Buote, L. C., Kawamoto, S. (2022). Perceptions of ideal grief and continuing bonds: Undergraduate student survey on persistent complex bereavement disorder. *Death Studies*, 46(5), 1111-1122.
- Wayment, H. A. ve Vierthaler, J. (2002). Attachment style and bereavement reactions. *Journal of Loss & Trauma*, 7(2), 129-149.
- Weisman, A. D. (1973). Coping with untimely death. *Psychiatry*, 36(4), 366-378.

- Weiss, R. S. (2001). *Grief, bonds, and relationships*. In M. S. Stroebe & R. O. Hansson (Eds.), *Handbook of bereavement research: Consequences, coping, and care* (pp. 47-62)
- Wijngaards-de Meij, L., Stroebe, M., Schut, H., Stroebe, W., van den Bout, J., van der Heijden, P., Dijkstra, I. (2007). Neuroticism and attachment insecurity as predictors of bereavement outcome. *Journal of Research in Personality*, 41, 498–505.
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.06.001>
- Wilson, D. M., MacLeod, R. Houttekier, D. (2015). Examining linkages between bereavement grief intensity and perceived death quality: Qualitative findings. *Journal of Death and Dying*, 74(2), 260-274. <https://doi.org/10.1177/0030222815598442>
- Wilson, D. M., Cohen, J., Eliason, C., Deliens, L., Macleod, R., Hewitt, J. A., Houttekier, D. (2019). Is the bereavement grief intensity of survivors linked with their perception of death quality?. *International journal of palliative nursing*, 25(8), 398-405.
- Worden, J. W. (1996). Tasks and mediators of mourning: A guideline for the mental health practitioner. *In Session: Psychotherapy in Practice*, 2, 73–80.
- Worden, J. W. (2008). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. Springer Publishing Company.
- Worden, J.W. (2018). *Grief Counseling And Grief Therapy: A handbook for the mental health Practitioner*.
- Yöyen, E. G. ve Şan, R. (2021). Bilişsel Duygu Düzenleme Stratejileri ve Belirsizliğe Tahammülsüzlüğün Yas Süreci ile İlişkisi. *Balkan & Near Eastern Journal of Social Sciences (BNEJSS)*, 7.
- Zaiger, N. (1985). Women and bereavement. *Women and Therapy*, 4, 33–43.
https://doi.org/10.1300/J015V04N04_05

Zara, A. (2020). Grief intensity, coping and psychological health among family members and friends following a terrorist attack. *Death studies*.

Zhang, B., El-Jawahri, A., Prigerson, H. G. (2006). *Update on Bereavement Research: Evidence-Based Guidelines for the Diagnosis and Treatment of Complicated Bereavement. Journal of Palliative Medicine, 9(5), 1188–1203.* <https://doi.org/10.1089/jpm.2006.9.1188>

Zheng, Y., Kim, J., Wuest, L. G. (2023). Exploring an Unrecognized Grief: A Quantitative Study of Older American Parents Whose Only Child Has Died. *Journal of Loss and Trauma, 29(5), 577-599.* <https://doi.org/10.1080/15325024.2023.2285969>

Zisook, S., Shear, K. (2009). Grief and bereavement: What psychiatrists need to know. *World Psychiatry, 8(2), 67–74.* <https://doi.org/10.1002/j.2051-5545.2009.tb00217>.

EK 1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1.Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()

2. Yaşınız:

3. Öğrenim gördüğünüz üniversite:

4. Ölüm sebebiyle kaybettiğiniz kişi ya da kişiler olduysa işaretleyiniz.

- ☐ Anne
- ☐ Baba
- ☐ Evlat/Çocuk
- ☐ Eş
- ☐ Küçük Kardeş
- ☐ Ağabey
- ☐ Abla
- ☐ Arkadaş
- ☐ Diğer

5. Soru 4'te yalnız bir kişiyi işaretlediyseniz yine aynı kişiyi işaretleyiniz. Eğer birden fazla kişiyi işaretlediyseniz KAYBI SİZİ EN ÇOK ETKİLEYEN kişiyi işaretleyiniz.

- ☐ Anne
- ☐ Baba
- ☐ Evlat/Çocuk
- ☐ Eş
- ☐ Küçük Kardeş
- ☐ Ağabey
- ☐ Abla
- ☐ Arkadaş
- ☐ Diğer

6. Bundan sonraki sorulara kaybının sizi en çok etkilediğini düşündüğünüz kişiyi, yani 5. maddede işaretlediğiniz kişiyi düşünerek yanıt veriniz.

7. Kaybettiğiniz kişinin yaşı?

8. Ölümü üzerinden ne kadar zaman geçti?

- ☐ 3-6 ay
- ☐ 6-12 ay
- ☐ 1-3 yıl
- ☐ 3 yıl veya daha fazla

9. Ölüm nedeni:

- ☐ Doğal ölüm
- ☐ Trafik kazası
- ☐ İş kazası
- ☐ Kronik/Ölümcül hastalık(Kanser vb)
- ☐ Ani ölümle sonuçlanan hastalık(Kalp krizi, beyin kanaması vb.)
- ☐ İntihar
- ☐ Cinayet(Tanıdığı biri tarafından)
- ☐ Doğal afet(Deprem, sel vb)
- ☐ İnsan eliyle gerçekleşen(terör, cinayet, saldırı, soygun, vb.)
- ☐ Diğer

10. Ölümü:

- ☐ Ani/beklenmedik oldu
- ☐ Beklendik oldu(Eceliyle/sıralı ölüm)

11. Ölüm biçimi:

- ☐ Şiddetli / dehşet verici / acı verici oldu
- ☐ Şiddetli/ dehşet verici/ acı verici olmadı

12. Cenaze töreni oldu mu?

- ☐ Evet
- ☐ Hayır

13. Cenaze töreni olduysa; törene katıldınız mı?

- ☐ Evet
- ☐ Hayır

14. Kaybettiğiniz kişiyle ilişkiniz nasıldı?

- ☐ İyi geçinirdik
- ☐ İyi geçinirdik ama arada tartışırdık
- ☐ Bir iyi bir kötüydük
- ☐ Sık sık anlaşmazlık yaşadığımız/çatışmalı bir ilişkimiz vardı
- ☐ Uzaktaydık ve yakın bir ilişkimiz yoktu

EK 2: BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü PDR Anabilim Dalı'nda yüksek lisans öğrencisi olan Zarife ÇAKIR'ın Prof. Dr. Mustafa USLU'nun danışmanlığında yürüttüğü yüksek lisans tez çalışmasının bir parçasıdır. Çalışma için Akdeniz Üniversitesi Etik Kurul onayı alınmıştır. Çalışmanın amacı Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluk Düzeylerinin Kişilik Özellikleri, Bağlanma Stilleri ve Süregiden Bağlar Açısından incelemektir. Bu çalışmada size ölüm sebebiyle kaybettiğiniz yakın/yakınlarınızla ilgili sorular sorulacaktır. Soruları cevaplarken zaman zaman üzüntü, keder gibi olumsuz duygular yaşayabilirsiniz. Çalışmanın herhangi bir noktasında devam edemeyecek düzeyde bir rahatsızlık hissederseniz çalışmayı yarıda bırakabilirsiniz. Doldurduğunuz anketlerin bu çalışma dışında başka bir yerde kullanılması veya araştırmacı dışında bir başka kişi tarafından incelenmesi söz konusu değildir. Araştırmaya katılım gönüllülüğe dayanmaktadır. Çalışma ile ilgili soru, görüş ve önerilerinizi iletişim bilgilerini kullanarak ulaştırabilirsiniz.

Katılımınız için teşekkür ederim.

Zarife ÇAKIR

Akdeniz Üniversitesi

EK 3: TEKSAS DÜZELTİLMİŞ YAS ÖLÇEĞİ

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

Bölüm I: Geçmiş davranışlar

1. Bu insanın ölümünden sonra belli insanlarla anlaşmakta zorluk çektim. 1 2 3 4 5
2. Bu insanın ölümünden sonra yeterince çalışmakta zorlandım. 1 2 3 4 5
3. Bireyin ölümünden sonra aileme, arkadaşlarıma ve dışarıdaki etkinliklere olan ilgimi kaybettim. 1 2 3 4 5
4. Ölen bireyin yapmak istediklerini gerçekleştirme gereksinimi duydum. 1 2 3 4 5
5. Bireyin ölümünden sonra alışılmadık şekilde huzursuz biri oldum. 1 2 3 4 5
6. Bireyin ölümünün ardından üç ay boyunca normal günlük aktivitelerimi yerine getiremedim. 1 2 3 4 5
7. Beni bıraktığı için ölen bireye kızdım. 1 2 3 4 5
8. Bireyin ölümünün ardından uyumakta zorlandım. 1 2 3 4 5

Bölüm II: Şimdiki duygular

Bu bölümdeki maddeleri şu andaki duygularınızı dikkate alarak işaretleyiniz

1. Ölen birey aklıma geldiğinde halen ağlıyorum. 1 2 3 4 5
2. Ölen birey aklıma geldiğinde halen üzülüyorum. 1 2 3 4 5
3. Bu insanın ölümünü kabullenemiyorum. 1 2 3 4 5
4. Bazen ölen bireyi çok fazla özledim. 1 2 3 4 5
5. Şimdi bile ölen bireyle ilgili anıları hatırlamak bana acı veriyor. 1 2 3 4 5
6. Sürekli aklıma ölen bireyle ilgili düşünceler geliyor. 1 2 3 4 5
7. Ölen bireyi düşündüğümde gözyaşlarımı saklıyorum. 1 2 3 4 5
8. Hayatımda hiç kimse O'nun yerini alamayacak. 1 2 3 4 5
9. Ölen bireyi düşünmekten kendimi alamıyorum. 1 2 3 4 5

- | | |
|---|-----------|
| 10. Onun ölümünü haksızlık olarak görüyorum | 1 2 3 4 5 |
| 11. Çevremdeki eşyalar ve insanlar bana halen ölen bireyi hatırlatıyor. | 1 2 3 4 5 |
| 12. Ölen bireyin ölümünü kabul edemiyorum. | 1 2 3 4 5 |
| 13. Halen, ara sıra ölen birey için ağlama gereksinimi duyuyorum. | 1 2 3 4 5 |



EK 4: SIFATLARA DAYALI KİŞİLİK TESTİ

Açıklama: Aşağıda bireyleri tanımak için kullanılan sıfat çiftleri verilmektedir. Sizden istenen, her bir sıfat çiftini okuyarak size uygunluk derecesine karar vermenizdir. Her sıfat çifti için bir tek daireyi doldurunuz.

		Çok uygun	Oldukça uygun	Biraz uygun	Ne uygun, ne uygun değil	Biraz uygun	Oldukça uygun	Çok uygun	
1	Sakin	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Sinirli
2	Yalnızlığı tercih eden	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Sosyal (topluluğu seven)
3	Sanata ilgisiz	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Sanata ilgili
4	Kindar	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Affedici
5	Düzensiz	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Düzenli
6	Sabırlı	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Sabırsız
7	Silik	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Atak
8	Hayal gücü zayıf	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Hayal gücü kuvvetli
9	(Başkalarına) kayıtsız	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Yardımsever
10	Sorumsuz	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Sorumluluk sahibi
11	Rahat	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Tedirgin
12	Uyuşuk, eliağır	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Canlı
13	Dargörüştü	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Geniş görüşlü
14	Rekabetçi	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	İşbirliği yapan
15	Hırslı değil	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Hırslı
16	Tutarlı	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Tutarsız
17	Durgun	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Delidolu
18	Alışılmış	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Yenilikçi
19	Kibirli	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Alçakgönüllü
20	Dikkatsiz	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Dikkatli
21	İyimser	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Karamsar
22	Neşesiz	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Neşeli
23	Meraksız	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Meraklı
24	Asi	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Uysal, yumuşak başlı
25	Gayretsiz	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Gayretli
26	Huzurlu	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Huzursuz
27	Arka planda kalan	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Öne çıkan
28	Tutucu	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Liberal
29	Acımasız	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Merhametli
30	Hazırlıksız	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Hazırlıklı
31	Kaygısız	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Kaygılı
32	Dikkat çekmeyen	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	Baskın, belirgin

33	İlgileri dar	○	○	○	○	○	○	○	İlgileri geniş
34	Bencil	○	○	○	○	○	○	○	Fedakâr (diğergam)
35	Disiplinsiz	○	○	○	○	○	○	○	Disiplinli
36	Yeni ilişkilere kapalı	○	○	○	○	○	○	○	Yeni ilişkilere açık
37	Etkisiz	○	○	○	○	○	○	○	Etkili
38	Hoşgörüsüz	○	○	○	○	○	○	○	Hoşgörülü
39	Donuk	○	○	○	○	○	○	○	Coşkulu
40	İnatçı	○	○	○	○	○	○	○	Uzlaşmacı



EK 5: KİŞİLERARASI İLİŞKİLERDE BAĞLANMA STİLLERİ ÖLÇEĞİ

Açıklama: Aşağıda, kişilerarası ilişkilerde bağlanma stilleri ölçeğini geliştirme amacıyla oluşturulmuş bazı maddeler bulunmaktadır. Bu maddeler, bireyin, başka bir kişiden yakınlık bekleme eğilimi ve bu kişi yanında olduğunda bireyin kendisini güvende ve değerli hissetmesine ifadelerden oluşmaktadır. Sizlerden beklentimiz, kişilerarası ilişkilerinizi düşünerek, ilgili maddelere göre kendinizi değerlendirmenizdir. Bu değerlendirme sürecinde, *bana hiç uygun değil (1)'den, bana her zaman uygun (7)'a* kadar giden derecelendirmeden yararlanınız.

No	Maddeler	Bana hiç uygun değil			Bana orta düzeyde uygun			Bana her zaman uygun
		1	2	3	4	5	6	7
1	Başkalarının yanında kendimi güvende hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
2	Başkalarıyla iletişimi kurma konusunda kendime güvenirim.	1	2	3	4	5	6	7
3	İhtiyaç duyduğumda, insanların bana yardımcı olacağını bilirim.	1	2	3	4	5	6	7
4	Başkalarının ne hissettiğini önemserim.	1	2	3	4	5	6	7
5	İnsanlar saygı duymayı hak eden varlıklardır.	1	2	3	4	5	6	7
6	İnsanlar tarafından sevildiğimi düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7

7	İnsanlarla kolaylıkla yeni bir ilişki başlatabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
8	Başkalarına çok çabuk bağlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
9	Yanımda kimse olmadığında kendimi yalnız hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
10	Kararsız bir insan olarak tanınırım.	1	2	3	4	5	6	7
11	Yalnız kalmaktan korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
12	İnsanlar tarafından onaylanan birisi olmak benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5	6	7
13	Çevremdeki insanları kendimden daha çok önemserim.	1	2	3	4	5	6	7
14	Başkalarıyla iletişimde hayal kırıklığı yaşamaktan çok korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
15	İnsanların dürüst olmadığını düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
16	Başkalarının benim hakkımda ne düşündüğü önemsemem.	1	2	3	4	5	6	7
17	Başkalarıyla yaşadığım sorunlarda hatalı olan genellikle karşı taraftır.	1	2	3	4	5	6	7
18	Başkalarının benden uzaklaşması beni çok fazla etkilemez.	1	2	3	4	5	6	7
19	İnsanların bana yakın olmasından rahatsız olurum.	1	2	3	4	5	6	7
20	Bazen kendim dahil kimseyi umursamam.	1	2	3	4	5	6	7
21	Babana bile güvenme sözüne çok inanırım.	1	2	3	4	5	6	7

EK 6: SÜREGİDEN BAĞLAR ÖLÇEĞİ

İnsanlar sevdikleri birinin kaybından sonra sıklıkla, vefat edenle devam eden bir bağlarının olduğunu belirtmektedirler. Aşağıdaki ifadeler bu bağı değişik biçimlerde tanımlamaktadır. Siz de bir önceki sayfada vefatını belirttiğiniz kişi ile geçtiğimiz 1 ay boyunca ne sıklıkla aşağıdaki ifadeler yoluyla bağ kurduğunuzu belirtiniz. Her bir ifadeyi okuduktan sonra söz konusu durumu ne sıklıkta yaşadığınızı cümlelerin sağındaki dört kutucuktan birine X koyarak belirtiniz.

Hiç = Geçen ay içinde hiç

Nadiren = Geçen ay içinde bir ya da iki defa

Bazen = Geçen ay içinde ortalama haftada bir defa

Sıklıkla = Geçen ay içinde hemen hemen her gün

	Hiç	Nadiren	Bazen	Sıklıkla
1) O'nun beni ziyaret ettiği hissine kapıldım.				
2) Yatışmak için, O'na ait bazı eşyaları kullandım (giysileri gibi).				
3) O'nun gerçekten benimle konuştuğunu duydum.				
4) O'nun, bugün nasıl biri olduğum üzerindeki etkisini düşündüm				
5) O'nun hatıralarının beni teselli etmediğini fark ettim.				
6) O'nun beni cezalandırmaya çalıştığına dair düşüncelerim oldu.				
7) Hayatımı O'nun istediği şekilde yaşamaya çalıştığımı fark ettim.				
8) O'nun bana fiziksel olarak dokunduğunu hissettim.				
9) O'na benzemeye çalıştığımı düşündüm				
10) İşleri O'nun yapacağını tam tersi şekilde yapmaya çalıştım.				
11) O'nun sanki görünmez varlığıyla bana yol gösterdiğini veya beni koruyup kolladığını düşündüm.				
12) Önemli kararlar verirken, 'O olsa ne yapardı' diye düşündüm ve bu düşüncem karar vermemde bana yardımcı oldu.				

13) Bazen zihnimde O'nun o kadar belirgin bir görüntüsü oldu ki sanki karşımda oturuyordu.				
14) O'nunla içimden konuşup ona kızdığım, onu eleştirdiğim veya suçladığım oldu.				
15) Gittikçe O'na daha çok benzemeye başladığımı düşündüm.				
16) O'nunla içimden konuştuğum ve onun bana kızdığı, beni eleştirdiği veya suçladığı oldu.				
17) O'nun gerçekten karşımda durduğunu gördüm.				
18) O'nun yarım bıraktığı bazı işleri tamamlamaya çalıştığımı fark ettim.				
19) O'nun bana vasiyet ettiği bazı şeyleri yaptığımı fark ettim.				
20) O'nunla ilgili bir şeyler yazdım.				
21) Benim bugünkü kimliğim üzerindeki etkilerinden dolayı O'nun hala yaşadığını hissettim.				
22) Dışarıda O'na benzeyen insanlar dikkatimi çekti.				
23) O'nu hatırlatan şarkılar/türküler dinledim.				
24) O'nun fotoğraflarına baktım.				
25) Fiziksel olarak O'na daha yakın olabilmek için mezarına gittiğim oldu.				
26) Bana O'nu hatırlatacak şeyleri aradım.				
27) O yanımdaymış gibi hissedebilmek için O'na ait olan bir şeyi yanımda taşıdım (örneğin takı, giysi veya özel bir eşya gibi)				
28) Bunun bir anlamı olmadığını bilsem de bazen kendimi O'nu ararken buldum.				

EK 7: ARAŞTIRMA İZİN ONAYI



T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu
KURUL KARARI

TOPLANTI TARİHİ:10.01.2023

TOPLANTI SAYISI:01

KARAR SAYISI:12

Üniversitemiz Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü öğretim üyesi **Doç. Dr. Mustafa USLU**'nun danışmanlığını, **Zarife ÇAKIR**'ın araştırmacılığını üstlendiği, *"Üniversite Öğrencilerinin Yas Yoğunluk Düzeylerinin Kişilik Özellikleri Bağlanma Stilleri ve Süregiden Bağlar Açısından İncelenmesi"* konulu çalışmanın, fikri hukuki ve telif hakları bakımından metot ve ölçeğine ilişkin sorumluluğun başvurucuya ait olmak üzere, proje süresince uygulanmasının etik olarak **uygun olduğuna** oy birliği ile karar verilmiştir.

Başkan

Prof. Dr.

Hilmi DEMİRKAYA

Üye Prof. Dr.

Nurşen ADAK

Üye Prof. Dr.

Gökhan AKYÜZ

Başkan Yrd.

Prof. Dr.

Sibel MEHTER AYKIN Prof. Dr. Ebru İÇİĞEN

Üye

**Prof.
Dr.**

**Sibel PAŞAOĞLU
YÖNDEM**

**Prof. Dr. Hilmi
DEMİRKAYA**

Kurul Başkanı

Üye

Üye

Prof. Dr. Taner

KORKUT

EK 8:ÖLÇEK KULLANIM İZİNLERİ

Ölçek İzni



Z

Zarife Çakır <[redacted]>

10 Eyl 2022 Cmt 14:17



Alıcı: [redacted]

Sayın Hatice Yıldız Hocam merhaba,
Ben Zarife Çakır. Akdeniz Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık tezli yüksek lisans programında öğrenim görmekteyim. Araştırmalarım sonucunda Teksas Düzeltilmiş Yas Ölçeği'ni geliştirdiğinizi gördüm. Sayın hocam yüksek lisans tez çalışmamda yararlanmak üzere ölçeğinizi kullanabilir miyim, ölçeği benimle paylaşmanız mümkün müdür?
Saygılarımla,
İyi çalışmalar diliyorum.

h

HATİCE YILDIZ <[redacted]>

10 Eyl 2022 Cmt 16:07



Alıcı: ben

Merhaba Zarife, ölçeği çalışmada kullanabilirsin. Ekte gönderdiğim makalede ölçek, puanlaması ve yorumlamasını bulabilirsin.
Başarılar diliyorum.
Sevgiler,
Hatice

ÖLÇEK İZNI



Z

Zarife Çakır <[redacted]>

13 Ara 2022 Sal 20:54



Alıcı: [redacted]

Sayın Hasan Bacanlı Hocam merhaba,
Ben Zarife Çakır. Akdeniz Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık tezli yüksek lisans programında öğrenim görmekteyim. Araştırmalarım sonucunda Sıfatlara Dayalı Kişilik Testini geliştirdiğinizi gördüm. Sayın hocam yüksek lisans tez çalışmamda yararlanmak üzere ölçeğinizi kullanabilir miyim, ölçeği benimle paylaşmanız mümkün müdür?
Saygılarımla,
İyi çalışmalar diliyorum.

Fwd: SDKT



Hasan Bacanlı <[redacted]>

14 Ara 2022 Çar 22:33

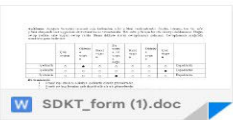


Alıcı: ben

Ölçeği akademik amaçla kullanmanızda bir sakınca yoktur. Ama ölçeği yayınlamayınız. Geçerlik güvenirlik yapmayınız. Başkasına vermeyiniz.
ölçek ekte. (Puanlamayı 1'den 7'ye doğru yapabilirsiniz.)

İyi çalışmalar,

Bir ek • Gmail tarafından tarandı



Ölçek İzni



Z

Zarife Çakır

Alıcı: [Redacted]

25 Kas 2022 Cum 12:46



Sayın Mehmet Kandemir Hocam merhaba,

Ben Zarife Çakır. Akdeniz Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık tezli yüksek lisans programında öğrenim görmekteyim. Araştırmalarım sonucunda Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri Ölçeği'ni geliştirdiğinizi gördüm. Sayın hocam yüksek lisans tez çalışmamda yararlanmak üzere ölçeğinizi kullanabilir miyim, ölçeği benimle paylaşmanız mümkün müdür?

Saygılarımla,

İyi çalışmalar diliyorum.

m

MEHMET KANDEMİR

Alıcı: ben

25 Kas 2022 Cum 15:37



Merhabalar,

Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri Ölçeği'ni araştırmalarınızda kullanma isteğinizi bizleri mutlu ettiğini öncelikle belirtmek isterim. Kişilerarası İlişkilerde Bağlanma Stilleri Ölçeği ve ölçeğe ilişkin bilgiler ektedir. Ölçeği, araştırmalarınızda kullanabilir, ölçekle ilgili ihtiyaç duyduğunuz psikometrik analizleri raporlama kaydıyla yapabilirsiniz. Akademik çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim. İyi günler

Prof. Dr. Mehmet KANDEMİR

Kırıkkale Üniversitesi

Fen Edebiyat Fakültesi

Psikoloji Bölümü

...

Ölçek İzni



Z

Zarife Çakır

Alıcı: em

18 Ağu 2022 Per 18:48



Sayın Emrah Keser Hocam merhaba,

Ben Zarife Çakır. Akdeniz Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık tezli yüksek lisans programında öğrenim görmekteyim. Araştırmalarım sonucunda Uzun Yasa Ölçeği ve Süreğiden Bağlar Ölçeği'ni uyarladığınızı gördüm. Sayın hocam yüksek lisans tez çalışmamda yararlanmak üzere ölçeklerinizi kullanabilir miyim, ölçekleri benimle paylaşmanız mümkün müdür?

Saygılarımla,

İyi çalışmalar diliyorum.

e

Emrah Keser

Alıcı: ben

23 Ağu 2022 Sal 14:11



Merhaba sayın hocam

ölçeği kullanabilirsiniz

ölçek tezimin sonunda yer alıyor.

oradan alıp kullanabilirsiniz

İNTİHAL RAPORU

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN YAS YOĞUNLUK DÜZEYLERİNİN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ BAĞLANMA STİLLERİ VE SÜREGİDEN BAĞLAR AÇISINDAN İNCELENMESİ

ORJİNALLIK RAPORU

% **16**

BENZERLİK ENDEKSİ

% **13**

İNTERNET KAYNAKLARI

% **8**

YAYINLAR

% **5**

ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1

dergipark.org.tr

İnternet Kaynağı

% **2**

2

www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080

İnternet Kaynağı

% **1**

3

acikerisim.baskent.edu.tr:8080

İnternet Kaynağı

% **1**

4

iksadyayinevi.com

İnternet Kaynağı

% **1**

5

docs.neu.edu.tr

İnternet Kaynağı

<% **1**

6

doczz.biz.tr

İnternet Kaynağı

<% **1**

7

toad.halileksi.net

İnternet Kaynağı

<% **1**

8

journal.dogus.edu.tr

İnternet Kaynağı

<% **1**

dspace.akdeniz.edu.tr:8080

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kâğıt ve elektronik kopyalarının Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

☐ Tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

☐ Tezim/raporum sadece Akdeniz Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.

☐ Tezim/raporumun 1 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

20 / 07 / 2024

Zarife ÇAKIR