

## Attitudes of the adolescents towards mourning were compared in terms of their genders and levels of depression

Seher BALCI-ÇELİK\*

**ABSTRACT.** In this study, attitudes of the adolescents who lost a next-of-kins (mother, father, sibling, uncle, aunt, grandmother, grandfather, etc.) in the recent year towards mourning were compared in terms of their genders and levels of depression. The study was carried out on 100 secondary school students of eight and ninth grades who are studying at the center of Samsun. The Scale of Attitude towards Mourning developed by Balcı Çelik (2008) and The Scale of Depression for Children (SDC) developed by Öy (1991) were used in this study. According to the findings gathered out of the study, it was found out that the difference between levels of adolescents' attitudes towards mourning in terms of their genders is significant, and girls mourn more intensely. The relationship between depression and the attitudes towards mourning was found to be  $r = .62$  ( $p < .001$ ) in the positive direction. Furthermore, they also found that there is a significant difference between the students who lost a next-of-kins and the students who just lost someone, and the one who lost a next-of-kins mourn more intensely.

**Key Words:** Mourning, Adolescent, Depression, Attitudes towards mourning

### SUMMARY

**Purpose and Significance:** Grief (mourning) is the psycho-biological reaction that the people show in the case of the death of a loved person (Lewis, 1979). It is a natural and universal reaction. Mourning (grief) is an adaptation and maturation of the inner world of a person as a reaction to a loss in the outer world. Mourning period starts after a death or a threat of death; and the relationships comes to an end with a separation and death. So every person encounters a loss in his/her life.

It was observed that people show emotional (shock, sorrow, aggression-anger, guilt, etc.), cognitive (disbelief, concentration disorder, questioning, confusion, etc.), behavioral (sleep disorder, crying, etc.), and physical (headache, tiredness, feeling empty, etc.) reactions after mourning period (Worden, 2008; Dyregrov ve William, 2008; Hewson, 1997).

Individuals experience mourning in five phases when they lose somebody they love;

1. **Shock and disbelief:** The first reaction that the adolescents show in the case of a person's death is alexithymia (not giving any reactions); and it shows itself as 'ignoring death' in children.
2. **Fear and Objection:** They worry about the fact that the other people they love may also die, and so they claim that the person that they lost has not died actually.
3. **Anger:** They may get angry at the fact that they got deprived of the feeling of 'safety' that the person lost provided, and they can direct their anger towards different things.
4. **Guilt:** They may have the feeling of guilt if they have unfinished works (things) or they had quarrel with the person who died.
5. **Anxiety or Depression:** It is natural to experience anxiety for about 6 months-time after the death. However, it is not healthy to deny death, to cry after the dead person, or to quell the sorrow for a long time. One should consult an expert if his/her anxiety or sorrow lasts for longer than six months (Selçuk & Güner, 2001; Dyregrov, 2000; Dyregrov & William, 2008; Sklarew, Krupnick, Ward-Wimmer & Napoli 2002); because it means that the person gets into depression afterwards.

From the viewpoint of developmental characteristics of the children of puberty, the concept of 'death' becomes more abstract, and they can see the long-term effects and results of a death (loss) case. Besides the too quick and intense biological, psychological, and social changes appearing in this period, deaths also lead to quite severe reactions. The children at that age can apprehend 'death' as an abstract idea; and they can comprehend that death can also happen to them because they know that death is inevitable (Cirhinlioglu, 2001; Selçuk & Güner, 2001). If the individual at the puberty period experienced the death of a close person and if they were informed about the case in an appropriate and sufficient way; then they can comprehend this reality of life easier than other young adolescents (Dyregrov, 2000). It should, of course, be mentioned that these reactions show differences according to individuals as to the ages.

In this study, it is aimed at finding whether the attitudes of the adolescents, who lost one of the next-of-kins (mother, father, sibling, uncle, aunt, grandparents, etc.) within the recent year, towards mourning differ according

\* Assoc. Prof. Dr. Ondokuz Mayıs University, Faculty of Education, Department of Educational Science,  
Email: sbalci@omu.edu.tr

to gender or not; and to compare the relationship those attitudes of different genders and their levels of depression.

## Methods

### Population and Sampling

This study comprises of 100 adolescents between the ages of 14-17 who were chosen with the 'convenience sampling' method. 47 of these subjects are females, and the rest includes males. According to the information gathered from the students who participated in the study, parents of 25 students are alive (25%), mothers of 24 students died (24%), and fathers of 51 students died (51%).

### Data Gathering Tools

#### The Scale of Attitudes towards Mourning

It is a five point Likert scale with 35 items developed by Balcı Çelik (2006). The Cronbach alpha coefficient that was calculated for determining the internal consistency of the scale is .96; and the reliability coefficient of the scale was found to be .84 after the application of repetition (duplication) method. Additionally, The coefficient of the relationship between the Scale of Attitudes towards Mourning and the Scale of Desperateness is accepted to be  $r=.80$  in the context of looking at the reliability of similar scales. Also, the factor analysis carried out with the aim of determining construct validity, lead to finding four factors.

#### Depression Scale for Children

Kovacks (1980) adapted this scale that he developed himself into English (Öy, 1991) in order to determine the levels of depression in the children; it was also seen that it can be applied on children and adolescents at the ages of 9-14. The test-retest-reliability of this scale is accepted to be .80; and the validity of Evaluation Scale of Childhood Depression and similar scales has been found to be .61.

**Results:** It was observed that the reactions of the students at puberty who experienced mourning towards mourning differ significantly between genders; and the female students gets over the mourning period more intensely. It was also discovered that there is a significant difference between the adolescents who lost either their mother or father in the recent year, and the ones who lost one of their next-of-kins such as uncle, aunt, grandfather, grandmother, etc; and it was found that ones who lost their father or mother experience a more intense mourning. The Pearson Product-moment correlation coefficient that is carried out in order to determine the relationship between the mourning points of the students at puberty and their levels of depression was found to be .64 ( $p<0.01$ ). This result shows that there is a direct relationship between mourning and depression.

**Discussion and Conclusions:** It was also found out that there is a significant difference between the reactions towards mourning in terms of gender, and the girls experience mourning more intensely.

When the literature looked through, such findings as there is a relationship between mourning and gender, but it is not very significant; and the girls mourn more extensively have been discovered (Meshot & Leitner 1993; Dyregrov, 2000).

They also came up with the result that the difference between the reactions of the adolescents who lost their father or mother in the recent year and the ones who lost one of their next-of-kins (such as sibling, uncle, aunt, grandmother, grandfather, etc.) towards mourning is significant, and adolescents who lost either their father or mother mourn more intensely than other group pf adolescents. The reason of the fact that one of the parents' death affects the adolescent more than a next-of-kin's death is not the loss of a love object or someone carrying out your daily needs, but the emotional unbalance and the disaster of daily life (Dyregrov, 2000).

They also came up with the finding that the reactions of the students at puberty towards mourning have relationship with their levels of depression.

When the literature is looked through, it was observed that Freud defined grief as pathological grief in his book 'Grief and Melancholy' and the reactions shown to mourning just look like the reactions that the people in depression show (Worden, 2008).

The findings of this study are important in the sense that the relationships between the depth of mourning of the individuals and their gender and levels of depression were revealed.

Psychological consultants and the ones working in the jobs of psychological help should organize psychological consulting sessions with in groups or individually to help those who are in the mourning period.

The presence of 'unfinished events or things' between the mourning person and the dead one and their qualitative and quantitative significance for the mourning person affects the mourning process, so these people should be made to finish those unfinished events, works or things by implementing the Gestalt therapy techniques on them.

# Ergenlerin Yasa Karşı Tutumlarının Cinsiyet ve Depresyon Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması

Seher BALCI-ÇELİK\*

**ÖZ.** Bu çalışmada son bir yıl içinde birinci derecede yakınını (anne, baba, kardeş, dayı, teyze, dede, nine vs.) kaybetmiş ergenlerin yasa karşı tutumları cinsiyet ve depresyon düzeyleri açısından karşılaştırılmıştır. Araştırma Samsun Merkez ilköğretim 8. sınıf ve ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerinden 100 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada Balcı Çelik (2008) tarafından geliştirilen Yasa Karşı Tutum Ölçeği ile Öy (1991) tarafından uyarlanan Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği (ÇDÖ) kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre ergenlik dönemindeki bireylerin cinsiyete göre Yasa Karşı Tutum düzeyleri arasındaki farkın anlamlı olduğu, kızların daha yoğun yas yaşadıkları bulunmuştur. Depresyonla Yasa Karşı Tutum arasında ise  $r = .62$  ( $p < .001$ ) pozitif yönde bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Ayrıca birinci derecede yakınını kaybeden öğrenciler ile kayıp yaşayan öğrenciler arasında da farkın anlamlı olduğu, birinci derecede yakınını kaybedenlerin daha yoğun yas yaşadıkları bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Yas, Ergenlik dönemi, depresyon, Yasa karşı tutum.

## GİRİŞ

Yas, sevilen birinin kaybı karşısında bireylerin vermiş oldukları psiko-biyolojik tepkidir (Lewis, 1979). Bu tepki doğal ve evrensel bir tepkidir. Yas, dışarıdaki bir kayba karşı iç dünyada oluşturulan bir adaptasyon ve olgunlaşmadır. Yas süreci bir kayıp ya da kayıp tehdidi sonrası başlamakta ayrılık ya da ölümle de ilişki sonlanmaktadır. Bu nedenle de her birey hayatında kayıpla karşı karşıya kalmaktadır. Kayıplar, kaybedilen kişinin yakınlığına göre bireyleri farklı şekillerde etkilemektedir (Bonanno ve Kaltman, 2001). Birinci derecede yakınını kaybeden bireyler kayıptan sonra psikolojik sorunlar yaşamakta bu nedenle de psikolojik bir yardıma ihtiyaç duymaktadırlar.

Yas (mourning) yabancı literatürde farklı kavramlarla (Grief, Bereavement) farklı anlamlara gelecek şekilde tanımlanmıştır: **Grief:** Sevilen birini kaybetme sonucu hissedilen hüznün, acı, sıkıntı, üzüntü gibi. **Bereavement:** Kayıp ya da ölüm nedeniyle yalnız kalma, kaybedilen kişiden fiziksel olarak ayrı kalma. **Mourning:** Sevilen birinin kaybı ile dışa vurulan psikolojik üzüntü, matem (Dubose, 1997)

Freud 1917 yılında "Mourning and Melancholia" adlı çalışmasında yas kavramını ilk kez tanımlamıştır (Sklarew, Krupnick, Ward-Wimmer, ve Napoli, 2002). Freud'u Bowlb izlemiş ve bağlanma kuramı ile yası; "bağlanma figürü gözden kaybolduğunda ya da varlığı tehdide uğradığında gösterilen güçlü bir duygusal protesto" olarak tanımlamıştır (Worden, 2008).

Sevilen birinin kaybindan sonra gösterilen duygusal tepki(ler) olarak tanımlanan yas iki türlü olabilir. **Somut Kayıplar:** Sevilen birini ölüm, ayrılık, boşanma gibi nedenlerle kaybetme, bir sevgi nesnesinin kaybı ve duygusal yatırım yapılan bir nesnenin kaybı sonucu gösterilen yas tepkisi ile; **Gelişimsel Kayıplar:** Değer verdiği birisinin sevgisini kaybetme, sevdiklerini kaybetme kaygısı ya da herhangi bir uzvunu kaybetme kaygısı sonucu ortaya çıkan yas tepkisi.

Yas sonrası bireylerde duygusal (şok, üzüntü, kızgınlık-öfke, suçluluk vb), bilişsel (inanmama, konsantrasyon bozukluğu, sorgulama, kafa karışıklığı gibi) ve davranışsal (uyku düzensizliği, ağlama) ve fiziksel (başağrısı, yorgunluk, kendini boşlukta hissetmek gibi) tepkilerin gözlemlendiği (Worden, 2008; Dyregrov ve William, 2008; Hewson, 1997; Ergün, 2005) görülmüştür.

Genellikle bireyler sevdikleri birini kaybettiklerinde yas tepkisini beş aşamada yaşarlar:

**1.Şok ve inanmama:** Ergenlik dönemindeki bireyler kayıp karşısında gösterdikleri ilk tepki tepkisizliktir. Çocuklarda ise bu ölümü yadsımakla kendini gösterir.

**2. Korku ve itiraz:** Diğer sevdikleri kişiyi de kaybedebileceklerinden endişe duyar ve kaybettikleri kişinin ölmediğini ifade ederler.

**3. Öfke:** Kaybedilen kişinin sağladığı güven duygusundan yoksun kaldığı için öfkelenebilir ve öfkesini çeşitli şeylere yönlendirebilir.

**4. Suçluluk:** Kaybedilen kişiyle ilgili bitirilmemiş işleri varsa, ona kızmış ya da kavga etmiş ise suçluluk duygusu yaşayabilir.

**5. Kaygı ya da depresyon:** Kayıp sonrası altı ay gibi bir süre kaygı yaşamak doğaldır. Fakat kaybın inkar edilmesi, kaybın ardında ağlama ya da üzüntüyü uzun süre bastırma sağlıklı değildir. Kaygı ya da

\* Doç. Dr. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Email: sbalci@omu.edu.tr

keder altı aydan fazla sürüyorsa bir uzmana başvurmak gerekir (Selçuk ve Güner, 2001; Dyregrov, 2000; Dyregrov ve William, 2008; Sklarew, Krupnick, Ward-Wimmer ve Napoli 2002). Çünkü devamında birey depresyona giriyor demektir.

Silverman (2000) ve Worden (1996) ebeveynlerini kaybeden 125 çocuğun yas sürecini iki yıl süreyle izledikleri çalışmada çocukların yaklaşık % 20'si bu iki yıl içinde kendilerini iyi hissetmediklerini ve problemleriyle başa çıkamadıklarını, ikinci küçük grupta kalan öğrencilerin ise bu iki yıl içinde kendilerini iyi hissettiklerini, akademik performanslarının, iletişimlerinin ve sosyal yaşamlarının iyi olduğu, üçüncü büyük grupta ise kendi kendilerini idare ettikleri sonucuna ulaşmışlardır (Akt., Worden, 2008). Son zamanlarda yapılan araştırmalarda ergenlik dönemindeki bazı psikolojik rahatsızlıkların, özellikle de intihar olaylarının ilk çocukluk yıllarındaki ayrılıklardan kaynaklandığını ortaya konulmuştur (Noppe ve Noppe, 1997).

MacLennan (1998) yaptığı araştırmada ebeveyn kaybının ergenlerde dürtülerini kontrol edememe ve sosyal gruplara girmede zorluklar yaşadıklarını bulmuştur. Ayrıca yas terapisi yapacak danışmanların ilk önce kendi yas tepkileri üzerinde çalışmaları gerektiğini belirtmiştir. Boelen ve Prigerson (2007) 6 ay ile 2 yıl içinde sevdiği birini kaybeden 346 yas tutan birey üzerinde yaptıkları çalışmada karmaşık yas tepkisinin, depresyon ve aksiyetenin bazı semptomların yordayıcısı olup olmadığını araştırdıkları çalışmalarında; karmaşık yas tepkisinin ruh sağlığının ve yaşam kalitesinin yordayıcısı olduğunu bulmuşlardır. Maccallum, Bryant Richard (2008) karmaşık yas yaşayan ve karmaşık yas yaşamayan 40 bireylere hafızalarında var olan üç şeyin ne olduğu sorulduğunda her iki grupta yer alan bireyler sevdikleri birinin ölümü hatırlamışlardır. Bu sonuçta sevilen birinin kaybı ne tür yas yaşanırsa yaşansın bireyin hafızasından kolayca silinmemektedir.

Sezgin ve arkadaşlarının (2004) birinci derecede bir yakınının 1-3 yıl önce ani ve travmatik bir biçimde kaybeden ve psikiyatri polikliniğine başvuran 16 (ikisi erkek) kişinin yakınlarının ölüm biçimleri, başvuru nedenleri, tanıları, tedavi ve takiplerini inceledikleri araştırmalarında kayıptan sonra ortaya çıkan yasın normal ve doğal bir tepki olduğunu, kaybın beklenmedik ve dehşet uyandırıcı olması doğal sürecin bozulmasına ve tramatik yasa dönüştüğü bununda ruhsal hastalıkların oluşması için risk oluşturduğu sonucuna varmışlardır.

Gizir (2006) ODTÜ Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezi bünyesinde yas sürecinde olan üniversite öğrencilerine Worden (2001) tarafından geliştirilen yas danışmanlığı modeli uygulanmıştır. Uygulamalar sonucunda yas sürecindeki üniversite öğrencilerinin duygularını ifade edebildikleri, baş etme beceri ve potansiyellerini ortaya çıkarmada destek olduğu ve yas sürecinin tamamlanmasını kolaylaştırdığı, öğrencilerin akademik çalışmalarına daha kısa sürede döndüklerini ve gelecekteki kayıplara yönelik sağlamlılık kazandıkları sonucuna varmıştır.

Yas'ın duygusal zeka (Shepherd ve Kuratko, 2009), stresle başa çıkma (Hewson, 1997), depresyon ve kaygı (Boelen ve Prigerson, 2007) ilişkili olduğu yapılan araştırmalarda ortaya çıkmıştır.

Gelişimsel özellikleri açısından; ergenlik döneminde çocuk için ölüm kavramı daha soyut hale gelir ve bir kayıp olgusunun uzun vadeli sonuçlarını görebilir. Bu dönemde ortaya çıkan hızlı ve yoğun biyolojik, psikolojik ve sosyal değişmelerin yanı sıra ölümler de oldukça şiddetli tepkilere yol açar. Bu yaştaki çocuklar ölümü soyut bir düşünce olarak kavrayabilir, evrensel ve kaçınılmaz olarak algıladıkları için bunun kendilerinin başına da gelebileceğini kavrarlar (Cirhinlioğlu, 2001; Selçuk ve Güner, 2001). Eğer ergenlik dönemindeki birey ölümü yakından yaşamışsa ve kendisine olayla ilgili uygun ve yeterli açıklamalar yapılmışsa yaşamın bu gerçeğini diğer ergenlere kıyasla daha kolay kavrayabilir (Dyregrov, 2000). Tabii ki bu tepkiler yaşlara göre farklılaştığı gibi bireylere göre de farklılaşabilir.

Birey sevdiği birini kaybettiğinde kaybına ilişkin evrensel ve kaçınılmaz bir tepki verir. Bu tepkilerde üç dönemde görülür. İlk olarak yasın yeni yaşandığı, ağır sorunların olmadığı, ama yas tutma sürecinde zorlanmaların olduğu dönemdir. Böyle bir durumda birey kaybın hemen ardından birkaç seanslık danışmanlık hizmeti olarak yas sürecine girebilir. İkinci olarak kaybın ardından yaşamı zorlaştıracak kadar ileri düzeyde fiziksel ve psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasıdır. Bu durumda birey; depresyon, panik bozukluklar, kaygı bozuklukları, travma sonrası stres bozukluğu gibi psikiyatrik sorunlar yaşayabilir. Üçüncü dönemde ise, yas sürecinin karmaşıklaştığı, komplike olduğu zamanda mutlaka profesyonel bir yardım almalıdır. Aksi takdirde yastan çıkması mümkün olamaz ve yaşanan kaybın ardından fiziksel, psikolojik, sosyal ve maddi kayıplar yaşamaya devam edebilir. İşte tüm bu nedenlerden dolayı ergenlik döneminde yas yaşayan bireylerin yas düzeylerinin incelenmesi ve onlara götürülecek psikolojik yardımının niteliğinin belirlenmesi açısından önemlidir.

Bu çalışmada son bir yıl içinde birinci derecede yakını (anne, baba, kardeş, dayı, teyze, dede, nine vs.) kaybetmiş ergenlerin yasa karşı tutumları cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı ve depresyon düzeyleri ile ilişkisinin karşılaştırılması amaçlanmıştır.

## YÖNTEM

### Çalışma Grubu

Araştırmaya uygun örneklem yöntemiyle seçilmiş yaşları 14-17 arasında değişen 100 ergenden oluşmaktadır. Bunlardan 47'si kız 53'ü erkektir. Çalışmaya katılan öğrencilerin verdikleri bilgilere göre 25 öğrencinin anne-babası sağ (%25), annesi ölü 24 (% 24) babası ölü 51 (% 51) öğrenci bulunmaktadır.

### Veri Toplama Araçları

*Yas'a Karşı Tutum Ölçeği:* Balcı Çelik (2006) tarafından geliştirilen Yas Ölçeği 35 maddelik beşli Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin iç tutarlılığını saptamak amacıyla hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .96'dır. Testin tekrarı yöntemi ile elde edilen güvenilirlik kat sayısı .84 olarak bulunmuştur. Beck Umutsuzluk Ölçeği ile yapılan benzer ölçekler geçerliği toplam puan için  $r = .80$  bulunmuştur. Yapı geçerli amacıyla yapılan faktör analizi sonucunda dört faktör elde edilmiştir. Bunlar yas karşısında gösterilen fiziksel, bilişsel, davranışsal ve duygusal tepkilerdir.

*Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği:* Çocuklarda depresyon belirtilerinin düzeyini belirlemek amacıyla Kovacks'ın (1980) geliştirdiği bu ölçeği Öy,(1991) Türkçe'ye uyarlamıştır. Türkiye'de 9-14 yaş grubundaki çocuk ve ergenlere uygulanabileceği gösterilmiştir. Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği .80 Çocukluk Depresyonu Derecelendirme Ölçeği ile yapılan benzer ölçek geçerliği .61. olarak bulunmuştur. Yapı geçerliliği için DSM III tanı ölçütlerine göre 59 öğrenci ile ruhsal görüşme yapılmış ve bu görüşmenin sonucunda klinik olarak depresyon tanısı alan ancak ölçeğe göre depresyon tanısı almayanların oranı, % 66.67, klinik olarak depresyon tanısı almayan ancak ölçeğe göre depresyon tanısı alanların oranı ise % 12.50 bulunmuştur. Bu sonuçlara göre ölçeğin doğru tanı koyma oranı % 84.75 olduğu tespit edilmiştir (Savaşır ve Şahin, 1997).

## BULGULAR

Ergenlik dönemindeki bireylerin yasa karşı tutumlarının cinsiyete göre anlamlı fark olup olmadığını test etmek için yapılan t testi sonuçları Tablo 1'de verilmiştir.

**Tablo 1.** Ergenlerin Cinsiyete Göre t testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	X	SS	t	p
Yas puanı	Kız	47	84.80	18.57	2.88	.05
	Erkek	53	74.37	17.58		

Tablo 1'de görüldüğü gibi yas yaşayan ergenlik dönemindeki öğrencilerin cinsiyetlerine göre yas tepkileri arasındaki farkın anlamlı olduğu kız öğrencilerin daha yoğun yas yaşadıkları görülmektedir.

Anne Babasını kaybeden ergenlerle anne-babası dışında herhangi bir yakını kaybeden ergenlerin yasa karşı tutumları arasında anlamlı fark olup olmadığını test etmek için yapılan t testi sonuçları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2'de görüldüğü gibi son bir yıl içinde anne ya da babasını kaybeden ergenler ile anne baba dışında amca, dayı, hala, teyze, babaanne, anneanne, dede gibi birinci derecede yakını kaybeden ergenlik dönemindeki öğrencilerin yas tepkileri arasındaki farkın anlamlı olduğu; anne ya da babasını kaybeden ergenlerin daha yoğun yas yaşadıkları görülmektedir.

**Tablo 2.** Anne ya da Babasını Kaybeden Ergenlerle Diğer Yakınlarını Kaybeden Ergenlerin t testi Sonuçları

	Kayıp	N	X	SS	t	p
Yas puanı	Anne ya da Baba Kaybı	50	94.58	1.43	13.21	.001
	Anne –Baba Dışında Yakın kaybı	50	62.76	1.93		

Ergenlik dönemindeki öğrencilerin yasa karşı tutum puanları ile Depresyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon katsayısı .64 ( $p < .001$ ) olarak bulunmuştur. Bu sonuç yas ile depresyon arasında doğrudan bir ilişki olduğunu göstermektedir.

### TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma ergenlik dönemindeki bireylerin yasa karşı tutumlarının cinsiyet ve depresyon düzeylerine göre ilişki olup olmadığı araştırılmıştır. Cinsiyete göre yasa karşı tutumları arasında farkın anlamlı olduğu, kızların daha yoğun yas yaşadıkları bulunmuştur. Alan yazın incelendiğinde cinsiyetle yas arasında manidar bir fark olmadığı fakat kızların daha yoğun yas yaşadıklarıyla ilgili bulgulara rastlanmıştır (Meshot ve Leitner 1993; Dyregrov, 2000; Özçetin, 2000). Kızlar yas tepkilerini erkeklerden daha yoğun yaşamakta, daha fazla ağlamakta, daha sinirli ve kaygılı olmaktadır. Dikkatlerini toplamada da erkeklerden daha fazla zorlanmaktadır. Erkekler ise, düşüncelerini o olay üzerinde daha fazla topladıkları görülmüştür. Erkeklerin yas tepkilerini kızlara kıyasla daha az sergiledikleri ve bu tür durumları çözümlenmede sözlere daha az başvurdukları görülmüştür (Dyregrov, 2000). Erkekler öfke hariç duygularını bastırmayı ve reddetmeyi öğrenmektedirler. Örneğin ‘Erkekler ağlamaz’ düşüncesi buna bir örnektir. Dyregrov ve arkadaşları (1988a) öğretmenlerini kaybeden ergenlik dönemindeki çocukların gösterdikleri tepkilere dair yaptıkları araştırmada, kızların yas ve kriz tepkilerini erkeklere kıyasla daha fazla gösterdikleri bulunmuştur. Lane ve arkadaşları (1987) yas karşısında erkekler ve bayanların prolaktin düzeylerini karşılaştırmışlar ve bayanların prolaktin düzeylerinin erkeklere daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Balcı-Çelik (2006) yaptığı çalışmada kız öğrencilerinin yas düzeylerinin, erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğunu bulmuştur.

Son bir yıl içinde anne ya da babasını kaybeden ergenler ile anne babası dışında birinci derecede yakını kaybeden (kardeş, amca, dayı, hala, teyze, babaanne, anneanne, dede gibi) ergenlerin yas tepkileri arasındaki farkın anlamlı olduğu; anne ya da babasını kaybeden ergenlerin daha yoğun yas yaşadıkları bulunmuştur. Farklı ölüm türleri arasında çocuğu en fazla etkileyen bir ebeveynin ölümüdür. Ebeveynin ölümünün çocuğu daha fazla etkilemesinin nedeni sevgi nesnesinin veya günlük ihtiyaçlarını karşılayan birinin kaybı değil, dengenin bozulması ve günlük yaşamının alt üst olmasıdır (Dyregrov, 2000). Özellikle ebeveynini kaybeden çocuklarda, kızgınlık, ölümden kendini sorumlu tutma (MacLennan, 1998) utangaçlık ya da ebeveynin ölümü gizleme gibi davranışlar görülebilir. Ayrıca duygularını bastırma, yüzleşmekten kaçınma, çevresiyle çatışma ve davranışlarına yansıtma şeklinde de kendini gösterebilir. Moore ve Herlihy (1993) ebeveynlerini kaybetmiş 13 öğrenci ile yaptığı 6 oturumluk yas grubunun (yaşları 13-19) sonucunda terapistte gitmekte zorlandıklarını fakat yaşlıları ile yakınlaşıp onların tecrübelerini paylaşarak rahatladıkları bulunmuştur. Ergenlik dönemindeki bireylerde duyguların kontrol etmede zorluk da görülür. Erkek çocuklar duygularını ifade etmemeleri gerektiğini öğrendikleri için daha farklı sonuçlar ortaya çıkmaktadır. Mesela, tehlikeli yaşantılar geçirme gibi (Dyregrov ve William, 2008). Şehrin merkezinde yoksulların oturduğu bölgede ilköğretim öğrencilerin üzerinde yaptıkları araştırmada; kayıp karşısında çaresizlik, umutsuzluk, suçluluk, şiddet içerikli hayaller, kayıba karşı acı hissettikleri bulunmuş, bu da çocukların depresyon yaşayabileceğini belirtmişlerdir (Sklarew ve ark., 2002).

Ergenlik dönemindeki bireylerin yasa karşı tutumlarının depresyon düzeyleri ile ilişki olduğu bulunmuştur. Alan yazın incelendiğinde Freud’un ‘Yas ve Melankoli’ adlı eserinde yası patolojik yas olarak tanımlamış, yasa karşı gösterilen tepkilerin tıpkı depresyondaki bireylerin gösterdikleri tepkilere benzediği belirtmiştir (Worden, 2008). Dyregrov ve William (2008) ergenlerin ebeveynlerini kaybettikten 20 yıl sonra yetişkin yaşına geldiklerinde kızların major depresyona girme riskiyle karşı karşı oldukları ve erkeklerden daha fazla post travmatik stres bozukluğu geliştiği görülmüştür. Bunun nedeni olarak da kızların duygularını

erkeklere göre daha rahat ifade etmeleri gösterilebilir. Ayrıca yas depresyona benzer bir tablo sergileyebilir fakat depresyon değildir. Yasta benlik değerinde bir değişme yaşanmaz. Üzüntü, elem hali söz konusu olduğu için birey normal yaşam süreci içinde fonksiyoneldir (Sayıl, 2000). Depresyon genelde yaşamdaki bir kayıptan sonra (keyif veren bir yaşamın kaybı, ayrılıklar, maddi kayıplar... vs ) belirdiği için bir yakın kayıptan sonra yaşananlar genellikle depresif niteliklidir. Depresyonda ortaya çıkan; isteksizlik, yaşamdan zevk alamama, karamsarlık, özgüvende azalma, suçluluk duygusu, kararsızlık, uyku bozuklukları, yeme bozuklukları gibi belirtilerin birçoğuna yas sürecinde de karşılaşılmaktadır.

Bu araştırmanın bulguları ergenlik dönemindeki bireylerin yas düzeylerinin cinsiyet, birinci derecede yakınıni kaybetme ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi açısından önemlidir. Psikolojik danışmanlar ve psikolojik yardım mesleklerinde çalışanlar yas süreci yaşayan bireylerin o süreç içinde duygularını tespit etmelerine ve ifade etmelerine yardımcı olmalı, bireysel ve grupla psikolojik danışma oturumları düzenlemelidirler. Yas tutan ile kayıp arasındaki ‘tamamlanmamış yaşantıların ve olayların’ varlığı ve bunların yas tutan kişi için niteliksel ve niceliksel anlamda önemi yas süresini etkilediği için bu bireylere gestalt terapi tekniklerinden yararlanarak bitirilmemiş işlerini bitirmeleri sağlanmalıdır. Kayıp olmadan da yaşamlarını devam etmelerine yardımcı olunması için problem çözme yaklaşımı etkili olduğu için Problem Çözme Beceri Eğitimi verilmelidir.

## KAYNAKÇA

- Balcı-Çelik, S. (2006). Yas ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 25, 105-111.
- Boelen, P. A. ve Prigerson, G. H. (2007) The influence of symptoms of prolonged grief disorder, depression, and anxiety on quality of life among bereaved adults: A prospective study. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci*. 257, 444-452.
- Bonanno, G. A., ve Koltman, S., (2001). The varieties of grief experience. *Clinical Psychology Review*. 21,5, 705-734.
- Cirhinlioğlu, F. (2001). *Çocuk Ruh Sağlığı ve Gelişimi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Dubose, J. T., (1997). The phenomenology of bereavement, grief, and mourning. *Journal of Religion and Health*, 36, 4, 367-374.
- Dyregrov, A., (2000). *Çocuk kayıplar ve yas, yetişkinler için el kitabı*, Çev.,Gülden Güvenç, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, No:20, Ankara.
- Dyregrov, A., Kristoffersen, J. I., Matthiesen, S. B., ve Mitchell, J. T.(1994) Gender Differences in Adolescents' Reactions to the Murder of Their Teacher, *Journal of Adolescent Research*, 9, 3, 363-383.
- Dyregrov, A. ve William, Y. (Foreword by). (2008). *Grief in children: A handbook for adults*. London, GBR: Jessica Kingsley Publishers.
- Ergün, N. (2005). Çocuklarda yas. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*. 98-101
- 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.
- Hewson, D. (1997) Coping with loss of ability: “Good Grief” or Episodic stres responses?. *Social Science Medicine*, 44, 8, 1129-1139.
- Lewis, E., (1979). Two hidden predisposing factors in child abuse. *Child Abuse and Neglect*, 3, 327-330.
- MacLennan, B. W (1998). Mourning groups for children suffering from expected or sudden death of family or friends. *Journal of Child and Adolescent Group Therapy*, 8, 1, 13-22.
- Maccallum, F., ve Bryant Richard, A. B., (2008) Self-defining memories in complicated grief. *Behaviour Research and Therapy*, 46 , 1311-1315
- Meshot, C. M. ve Leitner, L. M. (1993) Adolescent Mourning and Parental Death. *Journal of Death and Dying*, 26,4, 287-299.
- Noppe, I. C., ve Noppe, L. D., (1997). Evolving meanings of death during early, middle and late adolescence. *Death Studies*. 21, 3, 254.
- Moore, J., Herlihy, B. (1993). Grief groups for students who have had a parent die. *The School Counselor*, 41, 54-59.
- Öy, B. (1991) Çocuklar için depresyon ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2, 132-136.

- Özçetin, A.(2000). Diyarbakır bölgesinde yas ve din ilişkisi. *Düşünen Adam Dergisi*, 13, 1; 12-18
- Savaşır, I., ve Şahin N. H., (1997).*Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme : Sık Kullanılan Ölçekler*. Türk Psikologlar Derneği Yayınları. Ankara.
- Sayıl, I. (2000). *Kriz kavramı krize müdahale ve koruyucu ruh sağlığındaki yeri*. Kriz ve Krize Müdahale (Ed: Sayıl, I., Berksun, O. E., Palabıyıkoglu, R., Devrimci Özgüven, H., Soykan, Ç., Haran, S.) A. Ü. Psikiyatrik Kriz Uygulama ve Araştırma Merkezi Yayınları No:6 Damla Matbaacılık Reklamcılık ve Yayıncılık Ltd. 7-37.
- Selçuk, Z., ve Güner, N., (2001) *Sınıf Rehberlik Uygulamaları*. Pegem A Yayıncılık, Ankara.
- Sezgin, U., Yüksel, Ş., Topçu, Z., ve Genç-Diştirigil, A., (2004) Ne zaman Tarvmatik Yas Tanısı Konur? Ne Zaman Tedavi Başlar?. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 7, 167-175.
- Shepherd, A. D. ve Kuratko, D. F. (2009) The death of an innovative project: How grief recovery enhances learning. *Business Horizons*, 52, 451—458.
- Sklarew, B. Krupnick, J., Ward-Wimmer, D., ve Napoli, C.(2002) The School-Based Mourning Project: A Preventive Intervention in the Cycle of Inner-City Violence. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 4,3, 317-330.
- Şenelmiş H. (2006). Ankara Üniversitesi Kriz Merkezine Başvuran Yas Olguları Üzerine Bir Çalışma, *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Worden, J.M. (2008). *Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the mental health practitioner* (4 Edition) New York, NY, USA: Springer Publishing Company.