

YAKININI KAYBETMİŞ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN YAS SÜRECİ VE BU SÜREÇTEKİ FİZİKSEL, DUYGUSAL, BİLİŞSEL VE DAVRANIŞSAL DEĞİŞİKLİKLERİ

THE GRIEF PROCESS OF UNIVERSITY STUDENTS WHO LOST THEIR RELATIVES AND THEIR PHYSICAL, EMOTIONAL, COGNITIVE AND BEHAVIORAL CHANGES DURING THIS PROCESS

Arş. Gör. Berna ÇALGI

İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, İstanbul/Türkiye
ORCID ID: 0000-0001-6796-7708

Reference Çalgı, B. (2020). "Yakınını Kaybetmiş Üniversite Öğrencilerinin Yas Süreci Ve Bu Süreçteki Fiziksel, Duygusal, Bilişsel Ve Davranışsal Değişiklikleri", Academic Social Resources Journal, (e-ISSN: 2636-7637), Vol:5, Issue:19; pp:681-688

ÖZET

Psikoloji alanındaki çalışmalara konu olan yas tutma süreci, kaybın geri dönüşsüzlüğünün ve sonuçlarının sindirildiği veya hafızaya içselleştirildiği, hayata keyif ve memnuniyetle devam etme kapasitesinin yeniden kazanıldığı bir süreç olarak tanımlanabilir. Bu araştırmanın temel amacı; üniversite öğrencilerinin aileden-akrabalardan birinin veya yakınının kaybindan sonra yas sürecini nasıl yaşadığının ve yas sürecindeki fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal değişikliklerin belirlenmesidir. Araştırmanın İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi bünyesinde eğitim gören sevilen bir yakının (1. dereceden) kaybını yaşamış lisans düzeyindeki öğrencilerle kantitatif veri toplama tekniği ile yürütülmüştür. Veri toplama aracı olarak Yas Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmada öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre bilişsel boyutta anlamlı farklılık, yine sınıf değişkenine göre bilişsel boyutta anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Diğer taraftan kaybedilen kişinin ölüm yaşı, ölüm şekli ve ölüm biçimi gruplarında ise yas ölçeğinin davranışsal boyutunda gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yas, yas süreci, mental sağlık, ölüm

ABSTRACT

The mourning process, which is the subject of studies in the field of psychology, can be defined as a process in which the irreversibility of loss and its consequences are digested or internalized into memory, and the capacity to continue life with pleasure and satisfaction is regained. The main purpose of this research was to determinate how university students experience the grief process after the loss of a family-relative or relative and the physical, emotional, cognitive and behavioral changes in the grief process. The study was conducted with the quantitative data collection technique with undergraduate students who had the loss of a loved one (1st degree) studying within the Faculty of Health Sciences of Istanbul University. The Grief Scale was used as a data collection tool. In the study, a significant difference in the cognitive dimension according to the gender variable of the students and a significant difference in the cognitive dimension according to the class variable were found. On the other hand, significant differences were found between the groups in the behavioral dimension of the scale in the age of death, pattern of death and form of death of the disappeared person.

Key words: Grief, mourning, mental health, death

1. GİRİŞ

Psikoloji alanındaki çalışmalara konu olan yas tutma süreci, kaybın geri dönüşsüzlüğünün ve sonuçlarının sindirildiği veya hafızaya içselleştirildiği, hayata keyif ve memnuniyetle devam etme kapasitesinin yeniden kazanıldığı bir süreç olarak tanımlanabilir (Shear, 2012).

Yas, kayba verilen doğal bir karşılıktır, güçlü ve yoğun tepkiler içerir ve çoğunlukla uzun vadeli olumsuz sonuçlarla bağlantılı değildir (Love, 2007; Parkes, 2002). Her geçen gün büyüyen literatür, yasta ortaya çıkan geniş kapsamlı bilişlere, hislere, duygulara ve davranışlara işaret eder. Yasta, bilişsel açıdan, inkar, karmaşa, odaklanma bozukluğu, yönelimsizlik, unutkanlık, görsel ve işitsel

sanrılar ve parçalanmış gerçek dünya bilgisi veya inançları görülebilir (Love, 2007; Worden, 1996, 2004).

Bilişsel tepkilerle ilişkili olarak, yasta çeşitli duygular, hisler ve davranışlar deneyimlenmektedir. Yakınının kaybı, üzüntü, öfke, endişe, çaresizlik, yalnızlık ve suçluluk gibi duygulara sebep olmaktadır (Casarett, Kutner ve Abrahm, 2001; Love, 2007; Worden, 2004). Yas sürecinin fiziksel ve davranışsal bağlantıları ise şu şekilde sıralanabilir: kendine yabancılaşma, dalgınlık, sosyal içe çekilme, kaybedilene ilişkin rüyalar, kaybedileni hatırlatan yer, kişi ve nesnelere kaçınma, ağlama, huzursuzluk, aşırı hareketlilik, enerji eksikliği, tat ve uyku bozuklukları ve diğer somatik şikayetler (Casarett, Kutner ve Abrahm, 2001; Worden, 2004). Volkan (1970) yas tutma sürecinin önceden tahmin edilebilen veya düşünülebilen ardışık iki ana döneme ayırmıştır. Birinci dönem başlangıç dönemi olup ölümün algılanmasıyla ilgili ego işlevlerinin ayrılması dönemidir. Yaşlı kişi ölümün meydana geldiğini algılar, bilir fakat böyle olmamış gibi davranır. Bu süreç birkaç hafta ile birkaç ay arasında değişir. İkinci dönemde ise, yas in yaşanıp gözden geçirilme sürecidir. Gözden geçirme sürecinde kaybedilen kişiyle olan bağlarını koruma ya da inkar etme, kaybedilen kişinin artık onun ihtiyaçlarını karşılayamayacağını farkına varma, değişik çocuksu duyguların yaşanması gibi duyguları beraberinde getirir ve yaklaşık iki yıl kadar sürebilir.

Çocukluk-ergenlik ve gençlik dönemindeki travmatik yaşantılar bireyin; kişisel, sosyal, duygusal, fiziksel ve bilişsel gelişimini olumsuz etkiler ve stres, korku ve kaygıya yol açan travmatik bir yaşantıya maruz kalan çocuk başa çıkma becerilerini harekete geçirebilmek için ebeveynlerinden gelecek desteğe ihtiyaç duyarlar (Güloğlu ve Kararımak, 2017). Bu nedenle bu yaş gruplarına yönelik olarak yapılan çalışmalar önem taşımaktadır.

Bu araştırmanın temel amacı; üniversite öğrencilerinin aileden-akrabalardan birinin veya yakınının kaybından sonra yas sürecini nasıl yaşantıladığının ve yas sürecindeki fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal değişikliklerin belirlenmesidir. Araştırma sorusu yakınıni kaybetmiş üniversite öğrencileri bu kaybı nasıl yaşantılar ve kayıp hayatlarında ne tür değişiklikler meydana getirir olarak belirlenmiştir.

2. GEREÇ YÖNTEM

Bu araştırma kantitatif veri toplama tekniği ile yürütülmüştür. Nicel araştırma deseni olarak tarama çalışması yaklaşımı ve farklılık temelli hipotez testleri kullanılmıştır. Örneklem seçiminde araştırmaya konu olacak örnekleme belli bir zaman içinde ulaşılarak kesitsel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Verilerin toplanmasında kişisel bilgi formu ve Yas Ölçeğinden yararlanılmıştır.

Verilerin toplanmasında demografik bilgi, kayba ilişkin bilgi formu ve Seher BALCI ÇELİK tarafından geliştirilen 'Yas Ölçeği'nden yararlanılmıştır (Balcı Çelik,2006). Yas Ölçeği toplam 35 maddeden ve dört alt boyuttan oluşmaktadır. Bireylere kayıp karşısında yaşayabilecekleri durumlara ilişkin ifadeler verilip, bunları ne kadar sıklıkla yaşadıklarına dair 1-5 arasında; (5) her zaman, (4) sık sık, (3) ara sıra, (2) nadiren, (1) hiçbir zaman şeklinde derecelendirmeleri istenmektedir. Ölçeğin tamamından alınabilecek en yüksek puan 175, en düşük puan ise 35'tir. Formların ve ölçeğin doldurulması yaklaşık 20 dakikalık sürede tamamlanmaktadır.

Yas ölçeğinin alt ölçeklerinin tanımlanması ve içerdiği madde sayıları su şekildedir.

1. *Fiziksel*: Midede boşluk duygusu, kalp de ve boğazda sıkışma, gürültüye karşı duyarlılık, kendini iyi hissetmeme, nefeste darlık, zayıflık hissetme, ağız kuruluğu gibi belirtileri içeren bu alt ölçek 5 maddeden oluşmaktadır. Bu alt boyuttan alınabilecek en yüksek puan 25, en düşük puan ise 5'dir. Yas durumunda bireyin bedeninde ortaya çıkan değişiklikleri kapsamaktadır.

2. *Duygusal*: Sok, üzüntü, öfke, suçluluk, suçlama, kaygı, korku, yalnızlık, yorgunluk, çaresizlik, uyuşma; özgür hissetme gibi belirtileri içeren bu alt 10 maddeden oluşmaktadır. Bu alt boyuttan alınabilecek en yüksek puan 50, en düşük puan ise 10'dur.

3. *Bilişsel*: İnanama, düşüncede dağınıklık karışıklık, çarpık/hatalı düşünceler, halüsinasyonlar, dikkat dağınıklığı, unutma, rahatsız edici durumlar veya rüyalar seklinde görülür. Bu alt boyuttan

alınabilecek en yüksek puan 50, en düşük puan ise, 10'dur. Bu alt boyut ise, 10 maddeden oluşmaktadır.

4. *Davranışsal*: Uyku ve yeme rahatsızlıkları, dikkatsiz veya obsesif davranma, sosyal çevre ve hatırlatıcı uyarıcılardan kaçma ve/veya öleni hatırlatan uyarıcılardan ayrılmama, kaybedileni araştırma/çağırma gibi belirtiler şeklinde kendini gösterir. Bu alt boyuttan alınabilecek en yüksek puan 50, en düşük puan ise, 10'dur. Bu alt boyut da 10 maddeden oluşmaktadır.

2.1. Evren

Araştırmanın evreni İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi bünyesinde eğitim gören sevilen bir yakının (1. dereceden) kaybını yaşamış lisans düzeyindeki tüm bölümlerin (sosyal hizmet, gerontoloji, sağlık yönetimi, fizik tedavi ve rehabilitasyon, ebelik ve odyoloji) öğrencilerinden oluşmaktadır.

2.2. Örneklem

Araştırmanın örneklemini; İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi bünyesinde eğitim gören, sevilen bir yakının (1. dereceden) kaybını yaşamış lisans ve lisans üstü düzeyindeki tüm sosyal hizmet bölümü öğrencileri olarak belirlenmiştir.

2.3. Araştırma Verilerinin Değerlendirilmesi

Elde edilen verilerin analizi, "SPSS for Windows 22.0" yazılım paket programında gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerin sosyodemografik özellikleri sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma ile, değişkenler arasındaki farklılıkların analizinde ise Kruskal Wallis ve Mann Whitney U testleri kullanılmıştır.

3. BULGULAR

Üniversite öğrencilerinin aileden-akrabalardan birinin veya yakınının kaybindan sonra yas sürecini nasıl yaşantıladığının ve yas sürecindeki fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal değişikliklerin belirlenmesiamacıyla yapılan bu çalışmadan elde edilen bulgular öğrencilerinin sosyodemografik özellikleri ile bu özellikler ve Yas ölçeği arasındaki ilişkiler açısından değerlendirilmiştir. Öğrencilerinin sosyodemografik özellikleri incelendiğinde %89,91'inin 1995 ve sonrası doğumlu olduğu, %78,9'unun kadın olduğu ve %28,5'sinin 2. Sınıf öğrencisi olduğu saptanmıştır (Tablo 1).

Tablo 1: Öğrencilerinin Sosyodemografik Özellikleri

	Gruplar	Frekans(n)	Yüzde(%)
Yaş	1983-1989	5	2,19
	1990-1994	18	7,89
	1995 ve sonrası	225	89,91
	Toplam	228	100,0
Cinsiyet	Kadın	180	78,9
	Erkek	48	21,1
	Toplam	228	100,0
Sınıf	1.sınıf	63	27,6
	2.sınıf	65	28,5
	3.sınıf	45	19,7
	4.sınıf	36	15,8
	Yüksek Lisans	19	8,3
	Toplam	228	100,0

Öğrencilerin yaşla ilgili kişisel özelliklerinin dağılımına bakıldığında ise çalışmaya katılan öğrencilerin %25,4'ü bu çalışma odağına nenelerini alırken çok benzer oranda %24,6'sı dedelerini almıştır. Öğrencilerin %7,5'i kaybettikleri yakını olarak arkadaşları ve amcaları odağında soruları yanıtlamıştır. Kaybedilen kişilerin ölüm yaşı %49,6 oranıyla 65 yaş ve üzeri kişiler olarak belirlenmiştir. Bundan sonra en yüksek oran 44-64 yaş aralığı için %25'tir. Öğrencilerin %49,6'sı kaybettikleri kişinin ölümünün ani/beklenmedik olduğunu belirtirken %50,4'ü ölümün beklendi/sıralı gerçekleştiğini belirtmiştir. Öğrencilerin %61,4'ü kaybettikleri yakınlarının ölüm

biçiminin şiddetli-dehşetli-acı verici olmadığını belirtirken %38,6'sı ölümün şiddetli-dehşetli-acı verici gerçekleştiğini belirtmiştir. Ölüm sebeplerine bakıldığında kişilerin %32'sinin ani gelişen hastalık-kalp krizi-hızlı seyreden kanser vb. nedenlerden, %26,8'inin kronik hastalık-diyabet-yavai seyreden kanser vb. nedenlerden ve %21,1'inin ise ecel (beklenen-yaşlılık-sıralı ölüm vb.) nedeniyle vefat ettikleri görülmüştür. Kazalarda 20 kişinin trafik kazasında, 8 kişinin ev-iş gibi kazalarda yaşamını yitirdiği görülmüştür.

Tablo 2: Öğrencilerin Yasla İlgili Kişisel Özelliklerinin Dağılımı

		Sıklık (n)	Yüzde %
Kaybedilen Kişi	Anne	3	1,3
	Baba	8	3,5
	Kardeş	4	1,8
	Arkadaş	17	7,5
	Dede	56	24,6
	Nene	58	25,4
	Kuzen	8	3,5
	Teyze	7	3,1
	Hala	4	1,8
	Yenge	6	2,6
	Dayı	11	4,8
	Amca	17	7,5
	Enişte	8	3,5
	Diğer	21	9,2
	Toplam	228	100,0
Kaybedilen Kişinin Ölüm Yaşı	2-17	14	6,1
	18-29	23	10,1
	30-43	21	9,2
	44-64	57	25,0
	65 ve üzeri	113	49,6
		Toplam	228
Ölüm Şekli	Ani/Beklenmedik	113	49,6
	Beklendik/Sıralı	115	50,4
		Toplam	228
Ölüm Biçimi Şiddetli/Acı Verici	Oldu	88	38,6
	Olmadı	140	61,4
		Toplam	228

Çalışmada öğrencilerin sosyodemografik özellikleri ve yaşla ilgili kişisel özelliklerinin yaş ölçeği boyutları açısından değerlendirilmesinde hipotez testlerinden yararlanılmıştır. Bu aşamada öncelikle ölçeklerin, dağılımına bakılması gerekir. Dağılım, varyans homojenliği ve numerik veri koşullarının sağlanıp sağlanmamasına göre parametrik veya non-parametrik testlerden biri tercih edilecektir (Kalaycı, 2016).

Ölçeklerin normal dağılım test skorlarına göre p olasılık değerleri kritik değer olan 0,05'in altında olduğundan veri setinin normal dağılıma sahip olmadığı bulgulanmıştır. Bu nedenle çalışmada parametrik olmayan (nonparametrik) testler kullanılmıştır.

Tablo 3: Ölçeklerin normal dağılım test skorları

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	İstatistik	sd	p	İstatistik	sd	p
Fiziksel	,197	228	,000	,854	228	,000
Duygusal	,152	228	,000	,909	228	,000
Bilişsel	,098	228	,000	,983	228	,007
Davranışsal	,215	228	,000	,788	228	,000
Toplam yaş	,134	228	,000	,900	228	,000

Çalışmada öncelikle yaş gruplarına göre yaş ölçeğinin boyutlarının farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bunun için parametrik olmayan testlerden Mann Whitney U testi kullanılmıştır.

Tablo 4: Cinsiyet ve Yas Ölçeği Alt Boyutları İlişkisi

Fiziksel Alt Boyut	Cinsiyet	N	Sıra Değer Ortalaması (mean rank)	t (mannwhitneyu değeri)	P(sig.)
Fiziksel Alt Boyut	Kadın	180	112,42	3945,00	0,349
	Erkek	48	122,31		
Duygusal Alt Boyut	Cinsiyet	N	Sıra Değer Ortalaması	t	P
Duygusal Alt Boyut	Kadın	180	112,76	4006,00	0,438
	Erkek	48	121,04		
Bilişsel Alt Boyut	Cinsiyet	N	Sıra Değer Ortalaması	t	P
Bilişsel Alt Boyut	Kadın	180	109,74	3462,50	0,034*
	Erkek	48	132,36		
Davranışsal Alt Boyut	Cinsiyet	N	Sıra Değer Ortalaması	t	P
Davranışsal Alt Boyut	Kadın	180	110,47	3594,00	0,066
	Erkek	48	129,63		
Yas Ölçeği Toplam Puan	Cinsiyet	N	Sıra Değer Ortalaması	t	P
Yas Ölçeği Toplam Puan	Kadın	180	110,57	3612,50	0,081
	Erkek	48	129,24		

N= 228

Cinsiyet ve yas ölçeği alt boyutları ilişkisine bakıldığında bilişsel alt boyutta kadın ve erkek öğrenciler arasındaki yas ölçeği sıra değer ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde farklı olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Buna göre erkek öğrencilerin yas sürecini kadın öğrencilere göre bilişsel boyutta duyumsamaları daha yüksektir. Bunun dışında Fiziksel alt boyutta, duygusal alt boyutta, davranışsal alt boyutta ve toplam yas ölçeği puanında kadın ve erkek öğrenciler arasında sıra değer ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde farklı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Çalışmada öğrencilerin eğitim düzeyi (sınıf) gruplarına göre yas ölçeğinin boyutlarının farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bunun için parametrik olmayan testlerden Kruskal Wallis testi kullanılmıştır.

Tablo 5: Eğitim Düzeyi ve Yas Ölçeği Alt Boyutları İlişkisi

Fiziksel Alt Boyut	Eğitim Düzeyi	N	Sıra Değer Ortalaması	KWX2	P	Anlamlılık
	1. Sınıf	63	112,9	4,053	0,399	Anlamlı Farklılık Yok
2. Sınıf	65	105,55				
3. Sınıf	41	130,00				
4. Sınıf	36	112,51				
Yüksek Lisans	19	120,16				
Duygusal Alt Boyut	Eğitim Düzeyi	N	Sıra Değer Ortalaması	KWX2	P	Anlamlılık
	1. Sınıf	63	225,81	5,879	0,208	Anlamlı Farklılık Yok
2. Sınıf	65	218,75				
3. Sınıf	41	264,75				
4. Sınıf	36	241,87				
Yüksek Lisans	19	231,49				
Bilişsel Alt Boyut	Eğitim Düzeyi	N	Sıra Değer Ortalaması	KWX2	P	Anlamlılık
	1. Sınıf	63	222,35	10,046	0,040*	Anlamlı Fark Var
2. Sınıf	65	216,05				
3. Sınıf	41	264,63				
4. Sınıf	36	247,29				
Yüksek Lisans	19	226,54				
Davranışsal Alt Boyut	Eğitim Düzeyi	N	Sıra Değer Ortalaması	KWX2	P	Anlamlılık
	1. Sınıf	63	221,15	6,203	0,185	Anlamlı Fark Yok
2. Sınıf	65	223,31				
3. Sınıf	41	280,95				
4. Sınıf	36	232,66				
Yüksek Lisans	19	230,57				
Yas Ölçeği Toplam Puan	Eğitim Düzeyi	N	Sıra Değer Ortalaması	KWX2	P	Anlamlılık
	1. Sınıf	63	235,46	8,011	0,091	Anlamlı Farklılık Yok
2. Sınıf	65	222,65				
3. Sınıf	41	271,55				
4. Sınıf	36	232,66				
Yüksek Lisans	19	216,06				

N= 228

Sınıf ve yas ölçeği alt boyutları ilişkisine bakıldığında bilişsel alt boyutta öğrenciler arasındaki yas ölçeği sıra değer ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde farklı olduğu tespit edilmiştir

($p < 0,05$). Buna göre 1. ve 2. sınıf gibi daha düşük sınıflardaki öğrencilerin yas sürecini 3. ve 4. sınıf gibi daha üst sınıf öğrencilere göre bilişsel boyutta duyumsamaları daha yüksektir. Bunun dışında Fiziksel alt boyutta, duygusal alt boyutta, davranışsal alt boyutta ve toplam yas ölçeği puanında öğrenciler arasında sıra değer ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde farklı olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$).

Çalışmada öğrencilerin kaybedilen kişinin ölüm yaşı gruplarına göre yas ölçeğinin boyutlarının farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bunun için parametrik olmayan testlerden Kruskal Wallis testi kullanılmıştır.

Tablo 6: Kaybedilen Kişinin Ölüm Yaşı ve Yas Ölçeği Alt Boyutları İlişkisi

Fiziksel Alt Boyut	Yaş Aralığı	N	Sıra Değer Ortalaması	KWX2	P	Anlamlılık
	2-17	14	138,50			
18-29	23	128,65				
30-43	21	136,10				
44-64	57	110,72				
65 ve üzeri	113	106,54				
Duygusal Alt Boyut	Yaş Aralığı	N	Sıra Değer Ortalaması	KWX2	P	Anlamlılık
	2-17	14	125,50			
18-29	23	135,30				
30-43	21	122,60				
44-64	57	109,44				
65 ve üzeri	113	109,95				
Bilişsel Alt Boyut	Yaş Aralığı	N	Sıra Değer Ortalaması	KWX2	P	Anlamlılık
	2-17	14	97,36			
18-29	23	131,28				
30-43	21	124,40				
44-64	57	105,92				
65 ve üzeri	113	115,69				
Davranışsal Alt Boyut	Yaş Aralığı	N	Sıra Değer Ortalaması	KWX2	P	Anlamlılık
	2-17	14	119,68			
18-29	23	145,67				
30-43	21	136,71				
44-64	57	118,24				
65 ve üzeri	113	101,50				
Yas Ölçeği Toplam Puan	Yaş Aralığı	N	Sıra Değer Ortalaması	KWX2	P	Anlamlılık
	2-17	14	117,89			
18-29	23	139,22				
30-43	21	132,55				
44-64	57	111,45				
65 ve üzeri	113	107,23				

N= 228

Kaybedilen kişinin ölüm yaşı ve yas ölçeği alt boyutları ilişkisine bakıldığında davranışsal alt boyutta öğrenciler arasındaki yas ölçeği sıra değer ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde farklı olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Buna göre kaybının yaşı 18-29 ve 30-43 aralığında olan öğrencilerin yas sürecini, kaybının yaşı daha yüksek olan öğrencilere göre davranışsal boyutta duyumsamaları daha yüksektir. Bunun dışında fiziksel alt boyutta, duygusal alt boyutta, bilişsel alt boyutta ve toplam yas ölçeği puanında öğrenciler arasında sıra değer ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde farklı olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$).

Çalışmada kaybın ölüm şekline göre yas ölçeğinin boyutlarının farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bunun için parametrik olmayan testlerden Mann Whitney U testi kullanılmıştır.

Tablo 7: Ölüm Şekli ve Yas Ölçeği Alt Boyutları İlişkisi

Fiziksel Alt Boyut	Ölüm Şekli	N	Sıra Değer Ortalaması	U	P(sig.)
	Ani-Beklenmedik		113	119,73	5907,00
Beklendik-Sıralı		115	109,37		
Duygusal Alt Boyut	Ölüm Şekli	N	Sıra Değer Ortalaması	U	P
	Ani-Beklenmedik		113	116,27	6298,00
Beklendik-Sıralı		115	112,77		
Bilişsel Alt Boyut	Ölüm Şekli	N	Sıra Değer Ortalaması	U	P
	Ani-Beklenmedik		113	119,59	5922,00
Beklendik-Sıralı		115	109,50		
Davranışsal Alt Boyut	Ölüm Şekli	N	Sıra Değer Ortalaması	U	P
	Ani-Beklenmedik		113	125,20	5288,00
Beklendik-Sıralı		115	103,98		
Yas Ölçeği Toplam Puan	Ölüm Şekli	N	Sıra Değer Ortalaması	U	P
	Ani-Beklenmedik		113	121,28	5731,50
Beklendik-Sıralı		115	107,84		

N= 228

Ölüm şekli ve yas ölçeği alt boyutları ilişkisine bakıldığında davranışsal alt boyutta ölüm şeklini ani-beklenmedik ve beklendik-sıralı olarak tanımlayan öğrenciler arasındaki yas ölçeği sıra değer ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde farklı olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Buna göre ölüm şeklini ani-beklenmedik olarak tanımlayan öğrencilerin, beklendik-sıralı olarak tanımlayan öğrencilere göre yas sürecini davranışsal boyutta duyumsamaları daha yüksektir. Bunun dışında fiziksel alt boyutta, duygusal alt boyutta, bilişsel alt boyutta ve toplam yas ölçeği puanında öğrenciler arasında sıra değer ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde farklı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Çalışmada kaybın ölüm biçiminin şiddetli olup olmamasına göre yas ölçeğinin boyutlarının farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Bunun için parametrik olmayan testlerden Mann Whitney U testi kullanılmıştır.

Tablo 8: Ölüm Biçimi ve Yas Ölçeği Alt Boyutları İlişkisi

Fiziksel Alt Boyut	Ölüm Biçimi Şiddetli-Dehşetli	N	Sıra Değer Ortalaması	U	P(sig.)
	Oldu		88	121,44	5549,00
Olmadı		140	110,14		
Duygusal Alt Boyut	Ölüm Biçimi Şiddetli-Dehşetli	N	Sıra Değer Ortalaması	t	P
	Oldu		88	119,45	5724,00
Olmadı		140	111,39		
Bilişsel Alt Boyut	Ölüm Biçimi Şiddetli-Dehşetli	N	Sıra Değer Ortalaması	t	P
	Oldu		88	112,09	5947,50
Olmadı		140	116,02		
Davranışsal Alt Boyut	Ölüm Biçimi Şiddetli-Dehşetli	N	Sıra Değer Ortalaması	t	P
	Oldu		88	126,09	5140,00
Olmadı		140	107,21		
Yas Ölçeği Toplam Puan	Ölüm Biçimi Şiddetli-Dehşetli	N	Sıra Değer Ortalaması	t	P
	Oldu		88	121,13	5577,00
Olmadı		140	110,34		

N= 228

Ölüm biçiminin şiddetli olup olmaması ve yas ölçeği alt boyutları ilişkisine bakıldığında davranışsal alt boyutta ölüm biçimini şiddetli olarak ve şiddetli olmayarak tanımlayan öğrenciler arasındaki yas ölçeği sıra değer ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde farklı olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Buna göre ölüm biçimini şiddetli olarak tanımlayan öğrencilerin, şiddetli değil olarak tanımlayan öğrencilere göre yas sürecini davranışsal boyutta duyumsamaları daha yüksektir. Bunun dışında fiziksel alt boyutta, duygusal alt boyutta, bilişsel alt boyutta ve toplam yas ölçeği puanında öğrenciler arasında sıra değer ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı şekilde farklı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

4. SONUÇ ve ÖNERİLER

Üniversite öğrencilerinin aileden-akrabalardan birinin veya yakınının kaybindan sonra yas sürecini nasıl yaşantıladığının ve yas sürecindeki fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal değişikliklerin belirlenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre bilişsel boyutta anlamlı farklılık, yine sınıf değişkenine göre bilişsel boyutta anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Buna göre erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre ve yüksek sınıfların daha düşük sınıflara göre bilişsel boyutta yas sürecini duyumsamaları daha yüksektir. Bu öğrenciler yas sürecinde inanamama, düşüncede dağınıklık karışıklık, çarpık/hatalı düşünceler, halüsinasyonlar, dikkat dağınıklığı, unutmama, rahatsız edici durumlar veya rüyalar şeklinde duyumsamalar yaşamaktadır. Diğer taraftan kaybedilen kişinin ölüm yaşı, ölüm şekli ve ölüm biçimi gruplarında ise yas ölçeğinin davranışsal boyutunda gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Buna göre kaybedilen kişinin ölüm yaşının beklenmedik yaş aralığında olması, ölüm şeklinin beklenmedik olması ve ölüm biçiminin şiddetli olması yas sürecinin davranışsal boyutta duyumsamasını artırmaktadır. Bu gruplarda yer alan öğrencilerde yas sürecinde uyku ve yeme rahatsızlıkları, dikkatsiz veya obsesif davranma, sosyal çevre ve hatırlatıcı uyarıcılardan kaçma ve/veya öleni hatırlatan uyarıcılardan ayrılmama, kaybedileni araştırma/çağırma gibi belirtiler daha sık kendini göstermektedir.

Yas sürecindeki üniversite öğrencilerinin duygularını etkin bir şekilde ifade edebilmelerini ve deneyimlemelerini kolaylaştırma, kendi baş etme beceri ve potansiyellerini ortaya çıkarabilmelerine destek olma, yas sürecinin tamamlanmasını kolaylaştırarak öğrencilerin akademik çalışmalarına daha kısa sürede dönebilmelerini sağlama ve bu deneyime bağlı olarak gelecekteki kayıplara yönelik sağlamlık kazanma anlamında yapılacak olan psiko-sosyal destek çalışmaları önerilmektedir (Gizir, 2006). Bunun yanı sıra, yas sürecinde bireysel farklılıkları ve çevresel faktörleri göz ardı etmeden, yas sürecindeki öğrencilerin algı ve ihtiyaçlarına yönelik farkındalık kazanmak, tepkilerini anlamak ve gerektiğinde okul ortamı ve/veya aileleriyle iletişim halinde olmak, yas sürecinin tamamlanmasında ve öğrencilerin ruh sağlığının korunmasında büyük öneme sahiptir.

KAYNAKÇA

- Balcı-Çelik, S. (2006). "Yas Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması", *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(25): 105-114.
- Casarett, D., Kutner, J. S. & Abrahm, J. (2001). "Life after death: A practical approach to grief and bereavement", *Annals of Internal Medicine*, 134: 208-215.
- 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.
- Güloğlu, B. & Kararımak, Ö. (2017). "Erken Çocuklukta Baba Kaybında Bağlanma Biçimleri ve Yakın İlişkilerdeki Psikolojik Eğilimler", *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7 (47): 99-115.
- Kalaycı, Ş. (2016). *SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri*, Asil Yayın Dağıtım, Ankara.
- Love, A. W. (2007). "Progress in Understanding Grief, Complicated Grief, And Caring For The Bereaved", *Contemporary Nurse*, 27 (1), 73-83.
- Parkes, C. M. (2002). "Grief: Lessons From the Past, Visions For The Future", *Death Studies*, 26, 367- 385.
- Shear, M. K. (2012). "Getting Straight About Grief". *Depression and Anxiety*, 29: 461-464.
- Volkan, V.D. (1970). "Typical Findings in Pathological Grief". *Psychiatric Quarterly*, 44:231-250.
- Worden, J. W. (2004). *Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner*, Brunner & Rutledge, New York.