

Güçlendirme Yaklaşımı Perspektifiyle Yakınıni Kaybeden Bireylerin Yas Deneyimleri ve Sosyal Hizmetin Yas Danışmanlığı Görevi ^{1 2 3}

Nurullah YELBOĞA ⁴ - Ali Rıza ABAY ⁵

Başvuru Tarihi: 28.01.2024

Kabul Tarihi: 12.08.2024

Makale Türü: Araştırma Makalesi

Öz

Bu çalışma, yakınıni kaybeden bireylerin yas deneyimlerini güçlendirme yaklaşımı temelinde analiz etmeyi ve yas tutan bireylerin yas desteği/danışmanlığı gereksinimlerini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Ayrıca sosyal çalışmacıların yas vakalarıyla karşılaşma/çalışma durumlarına ve yas danışmanlığının gerekliliği konusundaki görüşlerine ulaşılmaya çalışılmıştır. Nitel yöntemin kullanıldığı bu çalışmada belirlenen hedeflere ulaşmak için yakınıni kaybeden 20 kişi (9 erkek, 11 kadın) ve farklı alanlarda görev yapan 9 sosyal çalışmacıyla derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri Maxqda 20 paket programıyla analiz edilmiş ve yorumlanmıştır. Analiz sonucunda yas tutan bireyleri güçlendirici faktörler, güçsüzleştirici faktörler ve yas desteği alma durumu ve yas danışmanlığı düşüncesi temaları ortaya çıkmıştır. Sosyal çalışmacılarla yapılan görüşmeler neticesinde ise yakınıni kaybeden bireylerin yas danışmanlığı gereksinimlerine ilişkin veriler elde edilmiş ve bu veriler bütünsel olarak değerlendirilerek sosyal hizmetin yas danışmanlığı görevine vurgu yapılmıştır. İnsanı odağına alan bir meslek olarak sosyal hizmet bireyi güçlendirerek yasıyla uzlaşmasını ve sağlıklı bir şekilde yasını tutmasını kolaylaştırabilir. Mesleğin yas konusunda böyle bir misyona sahip olması için ölenin olmadığı yeni yaşama uyum sağlamada yas tutan bireyi güçlendirme ve bu süreçte ona rehberlik/danışmanlık yapma görevini yerine getirmesi gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kayıp, Yas, Yas Danışmanlığı, Güçlendirme Yaklaşımı, Sosyal Hizmet

Atıf: Yelboğa, N. ve Abay, A. R. (2024). Güçlendirme yaklaşımı perspektifiyle yakınıni kaybeden bireylerin yas deneyimleri ve sosyal hizmetin yas danışmanlığı görevi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 24(3), 1083-1110.

¹ Araştırmanın yürütülmesi ve etik açıdan uygunluğu için Artvin Çoruh Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulunun 29. 04. 2022 tarihli ve E.46592 protokol numaralı onayı alınmıştır.

² Bu çalışma yazarın "Yakınıni kaybeden bireylerin yas deneyimlerinin güçlendirme yaklaşımı temelinde analizi: Yas danışmanlığı modeli önerisi" adlı doktora tezinden üretilmiştir.

³ Bu çalışma 25. Ulusal Sosyal Hizmet Sempozyumu'nda "Yakınıni kaybeden bireylerin yas deneyimlerinin güçlendirme yaklaşımı temelinde analizi ve sosyal hizmetin yas danışmanlığı görevi" başlığıyla bildiri özeti olarak sunulmuştur.

⁴ Şırnak Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, nurullah_yel06@hotmail.com, ORCID: 0000-0001-8281-7070

⁵ Yalova Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, alirizaabay@gmail.com, ORCID: 0000-0003-3615-010X

Grief Experiences of Individuals Who Lost Their Relatives from the Perspective of Empowerment Approach and the Grief Counseling Duty of Social Work

Nurullah YELBOĞA⁶ - Ali Rıza ABAY⁷

Submitted by: 28.01.2024

Accepted by: 12.08.2024

Article Type: Research Article

Abstract

This study aims to analyze the grief experiences of the bereaved individuals on the basis of the empowerment approach and to reveal the grief support/counseling needs of the bereaved individuals. In addition, it has been tried to reach the opinions of social workers about the situations of encountering/working with bereavement cases and the necessity of bereavement counseling. In this research, in which the qualitative method was used, in-depth interviews were conducted with 20 bereaved people (9 males, 11 females) and 9 social workers working in different fields in order to achieve the determined goals. The research data were analyzed and interpreted with the Maxqda 20 package program. As a result of the analysis, the themes of empowering factors, debilitating factors and receiving grief support and grief counseling thought emerged. As a result of the interviews with the social workers, data on the grief counseling needs of the bereaved individuals were obtained, and these data were evaluated holistically, emphasizing the grief counseling task of the social work. As a profession that focuses on people, social work can strengthen the individual, making it easier for him to come to terms with his/her grief and grieve in a healthy way. In order for the profession to have such a mission in mourning, it must fulfill the task of empowering the grieving individual in adapting to the new life without the deceased and guiding/counseling him/her in this process.

Keywords: Loss, Grief, Grief Counseling, Empowerment Approach, Social Work

⁶ Şırnak University, Faculty of Health Science, Department of Social Work, nurullah_yel06@hotmail.com, ORCID: 0000-0001-8281-7070

⁷ Yalova University, Faculty of Humanities and Social Science, Department of Social Work, alirizaabay@gmail.com, ORCID: 0000-0003-3615-010X

Giriş

Ölüm konusu, tarih boyunca insanları meşgul eden konuların başında gelmiş ve ölümün kaçınılmazlığı karşısında toplumsal ve kişisel tepkiler gösterilmiştir (Kellehear, 2012). Zira insanlar, yaşamları boyunca sahip oldukları birçok şeyi kaybetmektedir. Tıpkı sahip olunan eşya ve varlıkların elde tutulamaması gibi yakın/sevilen insanlar da ölüme karşı korunamamaktadır (Kübler-Ross ve Kessler, 2000, s. 108).

Yakınıni kaybeden bireyler psikolojik bir tepki olarak “yas tutar” ve ölenin olmadığı bir dünyaya uyum sağlama çabası içinde olur. Yas tutma yolculuğunun en belirgin duygusu ise kederdir (Volkan ve Zintl, 2020, s. 10). Ancak yas tutan bireyler sadece duygusal zorluk yaşamazlar. Acı, üzüntü, öfke ve keder gibi duygusal; inancı sorgulama, sosyal geri çekilme gibi davranışsal; sorumluluklar, roller, ilişkiler ve sosyal destek gibi sosyal değişimler ve ağlama, nefes alamama, uyku bozukluğu, iştah kaybı, halsizlik gibi fiziksel yas belirtilerini de deneyimlerler (Hablemitoğlu, 2021, s. 31; Worden, 2008). Böylece inkâr, öfke, pazarlık, üzüntü kabullenme olarak ifade edilen yas evreleri boyunca bireyler yas belirtilerini farklı düzeylerde yaşarlar (Kübler-Ross ve Kessler, 2004).

Bireylerin yas süreci boyunca karşılaştıkları güçlükler dalgalı bir seyir izler. Yas tutmayı da çeşitli faktörler belirler. Yas şiddetini ölenin kim olduğu, ölüm biçimi, ölenin yaşı ve cinsiyeti, geride kalanların kişilik özellikleri gibi faktörler belirlemektedir. Böyle durumlarda bireyler yas yolculuğunda genellikle denge ve kontrol kaybı yaşarlar. Dolayısıyla birçok zorluğu barındıran yas, normal yas olmaktan çıkarak ‘ karmaşık/patolojik’, ‘ kronik’ ve ‘ travmatik’ yasa dönüşebilmektedir. Bu tür durumlarda genellikle yasin herhangi bir evresinde saplanıp kalma vardır. Geride kalanların yas tutma durumu böyle bir seyir izlediğindeyse bireyin ve çevresinin kaynakları yasin zorlu belirtileri karşısında sağlıklı bir şekilde yasını tutmasına yetememektedir. Böyle bir durumda ise dengenin korunması, yasin sağlıklı bir şekilde yaşanması, bireyin yeni yaşama uyum sağlaması ve yeniden güçlenebilmesi için dışarıdan profesyonel bir destek alma gereksinimi ortaya çıkabilmektedir. Bu destek ise bu çalışmanın sosyal hizmetin bir görevi olarak vurguladığı “yas danışmanlığı”dır.

Yas danışmanlığının amacı sevdiklerini/yakınlarını kaybeden bireylerin bu zorlu süreçte hayatla bağlarını güçlü tutmak, duyguların ifade edilmesini teşvik etmek, onlara sosyal destek sağlayarak bireylerin anlam bulmasını kolaylaştırmak ve böylece onların sağlıklı bir şekilde yaşlarıyla başa çıkmalarını kolaylaştırmaktır. Bu profesyonel destek ise yas danışmanlığı ile ilgili bir eğitim alan psikolog, sosyal çalışmacı, psikolojik danışman ve hemşirelik gibi meslek mensubu profesyoneller tarafından verilir (Hablemitoğlu, 2021, s. 167).

İnsani hizmet çalışanları olarak sosyal çalışmacılar çoğunlukla ailelerle çalışmaktadır ve ailelerde bir üyenin ölümü sık rastlanılan bir durumdur. Dolayısıyla sosyal hizmet kayıp yaşamış ve yaşamakta olan pek çok danışanla çalışmayı gerektirir. Örneğin huzurevleri, yoğun bakım üniteleri, cezaevleri gibi kurumlarda da sosyal çalışmacılar görev almakta ve buralarda kayıplar görülebilmektedir. Öyle ki neredeyse sosyal çalışmacıların bulunduğu tüm ortamlarda kayıp ve yas alanında uzmanlığa ve ilgili becerilere gereksinim duyulmaktadır. Bu açıdan sosyal çalışmacılar yas tutan bireylerin sorunlarını başarıyla çözebilmeleri için onlara refakat etmeli ve yas süreçlerini sağlıklı tamamlayabilmeleri için yas danışmanlığı rolünü yerine getirmelidir (Clark, 2021). Sosyal çalışmacılar yas tutan bireylere yas yolculuklarında rehberlik yaparken ve refakat ederken aynı zamanda bireyleri güçlendirmiş olmaktadır.

Güçlendirme, Barker tarafından “bireylere, ailelere, gruplara ve topluluklara bireysel, bireylerarası, sosyo-ekonomik ve politik güçlerini arttırma ve durumlarını iyileştirmeye doğru bir etki geliştirme süreci” (Barker, 1995, s. 101) olarak tanımlanmaktadır. Thompson ise güçlendirmeye “İnsanlara kendi hayatları ve koşulları üzerinde daha büyük bir kontrol kazanmaları için yardım etmek” (2016, s. 42) şeklinde bir anlam yüklemektedir. Bu doğrultuda güçlendirme, kişilerin mevcut güçleri ile bunları geliştirme ve arttırma ile

ilgilidir (Apak, 2018, s. 400). Güçlendirme yaklaşımı perspektifiyle müdahalelerde bulunan sosyal çalışmacılar bireylerin sorunlarını sosyal-çevresel bir bağlamla irdeler ve ardından müracaatçıları güçlendiren-güçsüzleştiren faktörlere odaklanırlar (Tuncay ve Tekin, 2021, s. 45-47).

Problemi anlama-kabul etme, danışanın kaynaklarını tanımlama ve bağ kurma, danışanın güç ilişkilerini analiz etme, günlük yaşamında kontrolü sağlama, bireyin kaynaklarını geliştirme, danışanın kaynaklarını kullanarak yüksek yararını gözetme gibi metodolojik prensipler bu yaklaşımın esasını oluşturur (Gutiérrez, 1990). Bu ilkeler ise sözü edilen yaklaşımın bireyi korumaya yönelik stratejileri belirler mahiyettedir. Yas sürecinde de bireylerin beklediği ve istedikleri müdahaleler bu yöndedir. Zira geride kalan bireyler bağımsız bir biçimde yaşayabilmek ve kendi hayatı üzerinde kontrolü yeniden sağlamak için güçlendirme geleneği doğrultusunda koruyucu-önleyici bir strateji ile destek almak isterler (Dyregrov, 2004).

Ölüm, esasında yaşamsal bir krizdir ve krizler karşısında bireylerin zayıf yönleri güçlendirilerek hayata tutunmaya ihtiyaçları vardır. Yas tutmayı açıklayan farklı kuram ve yaklaşımlar vardır ve bunlardan biri de “görevler modeli”dir. Modele göre geride kalanların sağlıklı yas tutmaları ve yas sürecine uyum sağlamaları için yerine getirmeleri gereken görevleri üstlenmeleri gerekmektedir. Söz konusu görevler; kayıp gerçekliğini kabul etme, kayıp acısını işleme, ölenin olmadığı bir ortama uyum sağlama ve duygusal açıdan ölen kişiyi yeniden konumlandırmak şeklindedir. Bu bakımdan modelin amaçlarından biri de hayata yeniden yatırım yapmadır (Thompson, 2002). Bu amaca manevi destekle ve birey güçlendirilerek ulaşılabilir. Charles-Edwards (2005, s. 18), ölenin kaybına rağmen hayata olan ilginin yeniden kazanılması gerektiğini ifade etmektedir. Geride kalanların hayata kaldığı yerden devam etmesi içinse bireylerin cesaretlendirilmesine ve güçlendirilmesine ihtiyaç vardır. Bu görevi sosyal hizmet mesleği sahip olduğu güçlendirme yaklaşımıyla yerine getirebilir.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu çalışma yakınıni kaybeden bireyleri yas sürecinde güçlendiren-güçsüzleştiren faktörleri belirleme amacını taşımaktadır. Bu temel amacın yanı sıra araştırmanın bireylerin yas sürecinde destek ihtiyaçlarını belirlemek, kayıp ve yas vakalarına müdahale eden sosyal çalışmacılara bir perspektif kazandırmak ve sosyal hizmetin yas danışmanlığı görevine vurgu yapmak gibi alt amaçları da bulunmaktadır. Bu amaçlara ulaşmak için de hem kayıp yaşayan bireyler hem de sosyal çalışmacılar ile derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Böylece bir taraftan yas tutan bireyleri güçlendiren-güçsüzleştiren tema ve alt temalara ulaşılarak yas süreci somutlaştırılmaya çalışılmış diğer yandan sosyal çalışmacıların kayıp ve yas alanına ilişkin deneyim ve görüşlerine yer verilmiştir. Dolayısıyla araştırmanın ortaya çıkardığı sonuçlar itibariyle yakınıni kaybeden yaşlı bireylerle çalışan sosyal çalışmacılara nasıl bir yol izleyeceklerine ilişkin bir perspektif kazandırması da beklenmektedir. Bu yönüyle de bu araştırmanın yas tutan bireylerle çalışan sosyal çalışmacılara rehberlik ederek önemli bir boşluğu doldurması beklenmektedir.

Araştırmayı özgün ve önemli kılan niteliklere gelince bu araştırma kayıp yaşayanların yas deneyimlerini (güçlendiren-güçsüzleştiren faktörleri) elde ederek ve bu verileri sosyal hizmetin temel yaklaşımlarından biri olan güçlendirme yaklaşımı perspektifiyle temalaştırarak vermektedir. Ayrıca sosyal hizmet meslek ve disiplininde yeterince ele alınmamış bir olgunun irdelenmesi, sosyal hizmetin teorik temeline ve literatürüne katkı sunması çalışmayı önemli kılmaktadır. Bununla birlikte hem yas tutan hem de yas tutanlara müdahale sorumluluğu bulunan sosyal çalışmacıların deneyim ve görüşleri doğrultusunda Türkiye’de henüz yeni bir alan olarak “yas danışmanlığını” tartışmak önem taşımaktadır.

Yöntem

Araştırmanın bu bölümünde çalışmanın yapısına, araştırma öznelerine, veri toplama tekniğine, araştırma sürecine ve verilerin analizine yer verilmiştir.

Araştırmanın yürütülmesi ve etik açıdan uygunluğu için Artvin Çoruh Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulunun 29. 04. 2022 tarihli ve E.46592 protokol numaralı onayı alınmıştır.

Araştırmanın Modeli

Yakınını kaybeden bireylerin yas deneyimlerini güçlendirme yaklaşımı temelinde analiz eden bu çalışma nitel araştırma yöntemlerinden biri olan fenomenolojik desende tasarlanmıştır. Zira nitel araştırma yöntemiyle araştırmanın amaçlarına ulaşmanın daha uygun olduğu düşünülmüştür. Güçlü'ye (2019, s. 32) göre nitel araştırmalarda, çalışma kapsamındaki sorulara yanıt bulabilmek için öznelerle gidilerek uzun ve yakın bir etkileşim neticesinde nicel araştırmayla elde edilmesi mümkün olmayan “öznelerin perspektifine” ulaşılmaktadır. Krysik ve Finn (2015, s. 187) de nitel araştırma yöntemlerinin sosyal hizmette uygulanabilirliğinin yüksek olduğunu ifade etmektedir. Zira belli bir olgunun bireyler üzerindeki etkilerinin izlerini sürmek nitel araştırmaların özünde vardır ve bu da sosyal hizmetin doğasına uygundur.

Araştırmanın Özneleri

Araştırmanın belirlenen hedeflere ulaşması için yakınını kaybeden 20 katılımcı (9 erkek, 11 kadın) ve palyatif bakım servisi, göç idaresi, afet müdürlükleri, alkol ve madde bağımlılığı tedavi merkezleri (AMATEM), Sosyal Hizmet Merkezleri (SHM) gibi farklı kurum ve sosyal hizmet alanlarında çalışan 9 sosyal çalışmacı ile derinlemesine görüşmeler yapılmıştır. Aşağıda katılımcıları tanımlayıcı bilgilere Tablo 1 ve Tablo 2’de yer verilmiştir.

Tablo 1
Katılımcı ve Yakınlarına İlişkin Bilgiler

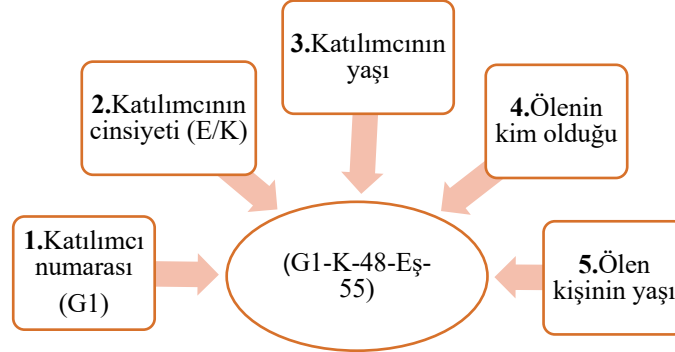
| Katılımcı | Cinsiyet | Yaş | Ölenin kim olduğu | Ölenin yaşı | Ölüm nedeni | Ölüm üzerinden geçen süre |
|-----------|----------|-----|-------------------|-------------|-------------------|---------------------------|
| G1 | Kadın | 50 | Eş | 55 | Kalp krizi | 3 yıl |
| G2 | Erkek | 54 | Erkek çocuk | 20 | Askerde şehit | 8 yıl |
| G3 | Kadın | 22 | Anne | 56 | Yanarak ölüm | 6 ay |
| G4 | Kadın | 23 | Anne | 43 | Kanser | 6 ay |
| G5 | Kadın | 46 | Erk. Çocuk | 14 | Kanser | 1 yıl |
| G6 | Kadın | 32 | Eş | 31 | Trafik kazası | 18 ay |
| G7 | Erkek | 50 | Anne ve 2 kardeş | - | Sel felaketi | 1 yıl |
| G8 | Erkek | 36 | Erk. kardeş | 40 | Kalp krizi | 1 yıl |
| G9 | Erkek | 35 | Eş | 25 | Hepatit B | 10 yıl |
| G10 | Kadın | 28 | Kız kardeş | 31 | Trafik kazası | 6 ay |
| G11 | Erkek | 42 | Erk. kardeş | 43 | Elektrik çarpması | 1 yıl |
| G12 | Erkek | 28 | Baba | 60 | İş kazası | 9 ay |
| G13 | Kadın | 57 | Eş | 64 | Kalp krizi | 2 yıl |
| G14 | Kadın | 48 | Baba | 86 | Koah hastalığı | 3 yıl |
| G15 | Erkek | 43 | Kız çocuk | 5 | Sel felaketi | 7 yıl |
| G16 | Kadın | 21 | Erk. kardeş | 14 | Boğulma | 2 yıl |
| G17 | Kadın | 36 | Baba | 66 | Kovid-19 | 4 ay |
| G18 | Erkek | 37 | Erk. kardeş | 42 | Kalp krizi | 10 ay |
| G19 | Kadın | 32 | Erk. kardeş | 15 | Boğulma | 12 yıl |
| G20 | Erkek | 45 | Kız çocuk | 2 aylık | Engelli doğum | 9 yıl |

Yakınını kaybeden bireylere yönelik tanımlayıcı bilgiler Tablo 1’de ve diğer katılımcı grup olan sosyal çalışmacılara yönelik bilgiler ise Tablo 2’de verilmiştir

Tablo 2
Sosyal Çalışmacılara İlişkin Bilgiler

| Katılımcı | Çalıştığı Kurum/Birim | Çalışma Süresi |
|-----------|---------------------------------------|----------------|
| SÇ1 | Palyatif Bakım Servisi | 8 |
| SÇ2 | Sosyal Hizmet Merkezi | 13 |
| SÇ3 | Engelsiz Yaşam Merkezi | 21 |
| SÇ4 | Çocuk Ergen Madde Bağımlılığı Merkezi | 11 |
| SÇ5 | AMATEM | 8 |
| SÇ6 | AMATEM | 9 |
| SÇ7 | AFAD | 11 |
| SÇ8 | Bağımlılık Danışma Merkezi | 6 |
| SÇ9 | AFAD | 9 |

Araştırmanın katılımcılarına tanımlayıcı kodlar (rumuzlar) verilmiştir. Bu kodlar sayesinde hem verilerin analiz ve yorumlanması araştırmacı açısından kolaylaşmakta hem de okuyucuların katılımcı takibi yapması sağlanabilmektedir. Araştırma grubundaki Sosyal Çalışmacılara “SÇ” rumuzu verilmiştir. Yakınına kaybeden bireyler ise aşağıdaki şekilde (Şekil 1) gösterildiği gibi ilk görüşmeci örneği üzerinden açıklanmıştır.



Şekil 1. Katılımcıları Tanımlayıcı Kodlar

Araştırmalarda katılımcıların irdelenen olguyu temsiliyeti ve amaca uygunlu önem taşımaktadır. Nitel araştırmalarda amaç kapsamlı bir kavrayışı sağlamak olduğundan araştırma öznelerinin ilgilenilen olguya en zengin bilgiyi verebileceği kabul edilmektedir. Bu çalışmada araştırma öznelerine ulaşılması için nitel araştırma yönteminin **amaçlı örneklem** tekniğinden yararlanılmıştır. Amaçlı örnekleme çalışmanın amacı ve verisi için kasıtlı seçim söz konusudur (Krysik ve Finn, 2015, s. 200). Araştırmada öznelerin çeşitlilik göstermesi, veri setinin zenginliğine katkı sunacağı düşünüldüğünden amaçlı örnekleme yöntemlerinden **azami/maksimum çeşitlilik** türü seçilmiştir. Bu amaçlı örnek türünün seçilmesinin gerekçesi ise mümkün mertebeye farklı özellikleri temsil eden katılımcıların seçilerek farklı bilgilerin alandan toplanması ve yas olgusunun ortak örüntülerinin ortaya konulmasıdır.

Nitel araştırmalarda odak, ulaşılan kişi sayısı değil toplanan verilerin miktarıdır. Diğer bir deyişle yeterli miktarda veri toplanarak doygunluğa ulaşılır (Neumann, 2008). Çalışma yakınına kaybeden 20 katılımcı ile veri doygunluğuna ulaştığı ve yeni bir bilgiler alınmadığı ve temalar tekrar etmeye başladığı için örneklem 20 birey ile sınırlı tutulmuştur. Benzer şekilde sosyal çalışmacılardan toplanan veriler doygunluğa ulaştığından görüşmeler 9. kişiden sonra tamamlanmıştır.

Veri Toplama Tekniği ve Süreci

Bu çalışma kapsamında veri toplama tekniği olarak derinlemesine görüşme tekniği kullanılmıştır. Yıldırım ve Şimşek (2016, s. 130), bu teknikle araştırmacıların belirli konuların keşfedilmesinin izini sürdüğünü belirtmektedir. Bir olgunun nasıl deneyimlendiği, bu deneyimin nasıl tanımlandığı ve anlaşıldığı nitel araştırma sorularının keşfiyle mümkündür (Krysik ve Finn 2015, s. 193).

Görüşmeler 29.04.2022 tarihinde etik kurul kararı alındıktan sonra 15.05-20.07.2022 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar, amaçlı örnekleme tekniğinden yararlanılarak bireylerin kimi kaybettikleri, yakın kaybının nasıl gerçekleştiği (ölüm nedeni), yakının ölümü üzerinden ne kadar süre geçtiği ve ölenin yaşı gibi kriterlere göre seçilmiştir. Dolayısıyla bu değişkenlere (maksimum çeşitlilikle) göre bireylerin farklı deneyimlerinin ve görüşlerinin izleri sürülmüştür. Görüşmeler için katılımcıların işyerleri, ev ortamları ve kafeler gibi seçenekler sunularak katılımcıların tercihleri doğrultusunda ve kendilerini daha rahat ifade edebilecekleri yerlerde yapılmıştır.

Yakınını kaybeden bireylerle yapılan görüşmeler 45-150 dakika, sosyal çalışmacılarla yapılan görüşmeler ise 20-50 dakika arasında olmak üzere farklı sürelerde tamamlanmıştır. Derinlemesine görüşmelerde genellikle görüşme süresinin 45-90 dakika arasında (Baş ve Akturan 2017, s. 117) değiştiği ifade edilmektedir.

Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve araştırmacı tarafından ilgili literatür taranarak hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Görüşme formu için öncelikle bir soru havuzu oluşturulmuş ve soru havuzu araştırmanın amaçları doğrultusunda gerektiğinde revize edilmiştir. Ardından taslak bir görüşme formu oluşturularak uzman üç akademisyenle paylaşılmış ve önerileri doğrultusunda görüşme formunda değişiklikler yapılmıştır. Son olarak görüşmelere başlamadan önce üç pilot görüşme yapılarak görüşme formuna son hali verilmiştir. Görüşme soruları yakınını kaybeden bireyler için yakınlarının ölüm hikâyesi, yas süreci, yas sürecinde güçlendirici-güçsüzleştirici faktörler, geride kalanların hayatında yaşanan değişimler ve profesyonel destek ihtiyacı ile ilgiliyken, sosyal çalışmacıların ise çalışılan alan ve deneyim, yas danışmanlığı ve sosyal hizmet ilişkisi, yas tutan müracaatçılarla çalışma durumu ve yas yas tutanların profesyonel destek ihtiyaçlarına yönelik görüşleriyle ilgili sorulardan oluşmuştur.

Araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden bireylere araştırmanın konusu ve amacı hakkında bilgi verilmiş ve katılımcıların araştırma için onamları alınmıştır. Kayıt izni alındıktan sonra görüşmeler kayıt altına alınmıştır. Konunun duygusal boyutunun olması ve görüşmelerde yaşanan duyguların açığa çıkması sebebiyle bazen görüşmelere ara verilmiş (birkaç dakika) ve uygun zemin oluştuktan sonra görüşmelere devam edilmiştir.

Verilerin Analizi

Görüşmeler tamamlandıktan sonra kayıtlar deşifre edilmiş ve notlar temize geçirilerek analiz için hazır hale getirilmiştir. İçerik analizi tekniğiyle notlar incelenmiş ve verilerden anlamlar çıkarılmıştır. Nitel çalışmalarda kullanılan MAXQDA Analytics 20 paket programından da yararlanılmıştır. Daha sonra içerik analizi yöntemiyle veriler yorumlanarak tema ve alt temalara ulaşılmış ve veriler kuramsal çerçevede tartışılmıştır.

Temalar oluşturulurken Braun ve Clarke'nin altı aşamalı tematik analiz süreci izlenmiştir. Bu analiz, verilerdeki anlam kalıplarının belirlenmesiyle başlar. Bunun için de döne döne okumalarla öncül fikirler not edilir. Tüm veri seti bu şekilde kontrol edilerek kodlamalar yapılır ve her kod ile ilgili veriler harmanlanır. Sonraki aşamada kodlar potansiyel temalara dönüştürülür. Dördüncü aşamada oluşturulan temaların bir haritası çıkarılır. Temalar tanımlanır ve isimlendirilir. Beşinci aşamada her temanın özellikleri ve ayrıntısı verilir. Son aşama ise analizleri araştırma sorusu ve literatürle ilişkilendirme ve bilimsel bir rapor çıkarmadır (Braun ve Clarke, 2006, s. 86-87). Dolayısıyla her ne kadar bilgisayar destekli programlar veri analizini kolaylaştırırsa da kodlama ve kategorileştirme işlemini araştırmacı yapmaktadır. Zira bu süreçte kodların değerlendirilmesi, benzeşen kodların birleştirilmesi ve en nihayetinde kodların revize edilmesi araştırmacının aktif rolüyle gerçekleşmektedir.

Yas sürecinin çok karmaşık ve zorlu bir yolculuğu kapsadığı dikkate alındığında alandan elde edilen bilgilerin bir araştırma açısından çok büyük bir materyali oluşturacağı düşünülebilir. Bu materyallerden sağlıklı bilgiler üretmek için görüşmeler devam ederken araştırmacının ulaştığı bilgiler neticesinde bazı temalar şekillenmiştir. Daha sonra toplanan verilerin döne döne okunması ve Maxqda programı aracılığıyla kodlanmasıyla da veriler yapılandırılmış ve temalaştırılmıştır.

Araştırmanın Geçerliliği ve Güvenirliği

Nitel araştırmalarda olgunun olduğu gibi ele alınması geçerliliği sağlar. Nicel araştırmalardan farklı olarak nitel araştırmalarda iç geçerlilik yerine inandırıcılık; iç güvenirlilik yerine tutarlılık; dış geçerlilik yerine aktarılabirlik ve dış güvenirlilik yerine doğrulanabilirlik kavramları benimsenmektedir (Yıldırım & Şimşek, 2016).

Katılımcıların deneyimlerinin detaylı bir biçimde alıntılarla aktarılması dış geçerliliği sağlamaktadır (Creswell, 2009). Verilerden tema ve alt temaların oluşturulması ve bu süreçteki araştırmacının sistematik ilerleme tutumu iç geçerliliği sağlamaktadır (Creswell ve Miller, 2000). Yine araştırma örnekleminin araştırma amacına uygun ve özenle seçilmesi/belirlenmesi dış geçerlilikle ilgili bir niteliktir (Yağar ve Sema, 2018). Görüşme verilerinin dijital ortamda arşivlenmesi ve araştırma verilerinin yorumlanması ve analiz edilmesi sürecinde şeffaf davranılması ve başka bir araştırmacı tarafından bu sürecin takip edilmesi doğrulanabilirliği sağlamaktadır (Arslan, 2021). Araştırmada iki ve daha fazla araştırmacının kodları belirlemiş olması ve kodların uzlaşa sonucu belirlenmiş olması bir tutarlılık yöntemi olarak kabul görmektedir (Creswell, 2016).

Nitel araştırmalarda geçerliliği artırmanın ve öznelliği kontrol altına almanın yollarından biri olarak üçgenleme yönteminden yararlanılmaktadır. Veri toplama sürecinin başından sonuna değin, kuramsal yaklaşımlardan yararlanılması, başka araştırmacıların sürece dahil edilmesi, öznel kontrolün sağlanma çabası, araştırmayı bir bütün olarak görme çabası ve farklı yöntemlerle toplanan verilerden benzer ve uyumlu sonuçların ortaya çıkması araştırmanın güvenirliliği ve geçerliliğini arttırmaktadır. (Yaşar, 2018). Bu araştırmada da yas fenomeni burada aktarılan araştırma süreçlerinden yararlanılarak irdelendiğinden araştırmanın inandırıcılığı güçlü kabul edilmektedir. Ayrıca ek kodlayıcı yardımıyla bağımsız bir araştırmacı tarafından kodların ve yorumlamaların kontrol edilmiş olması ve bu süreçteki çapraz sorgulamalar geçerliliği arttırmıştır. Bunlara ek olarak alanında uzman kişilerin görüşleri süreç boyunca alınarak araştırmanın niteliği arttırılmaya çalışılmıştır.

Bulgular ve Tartışma

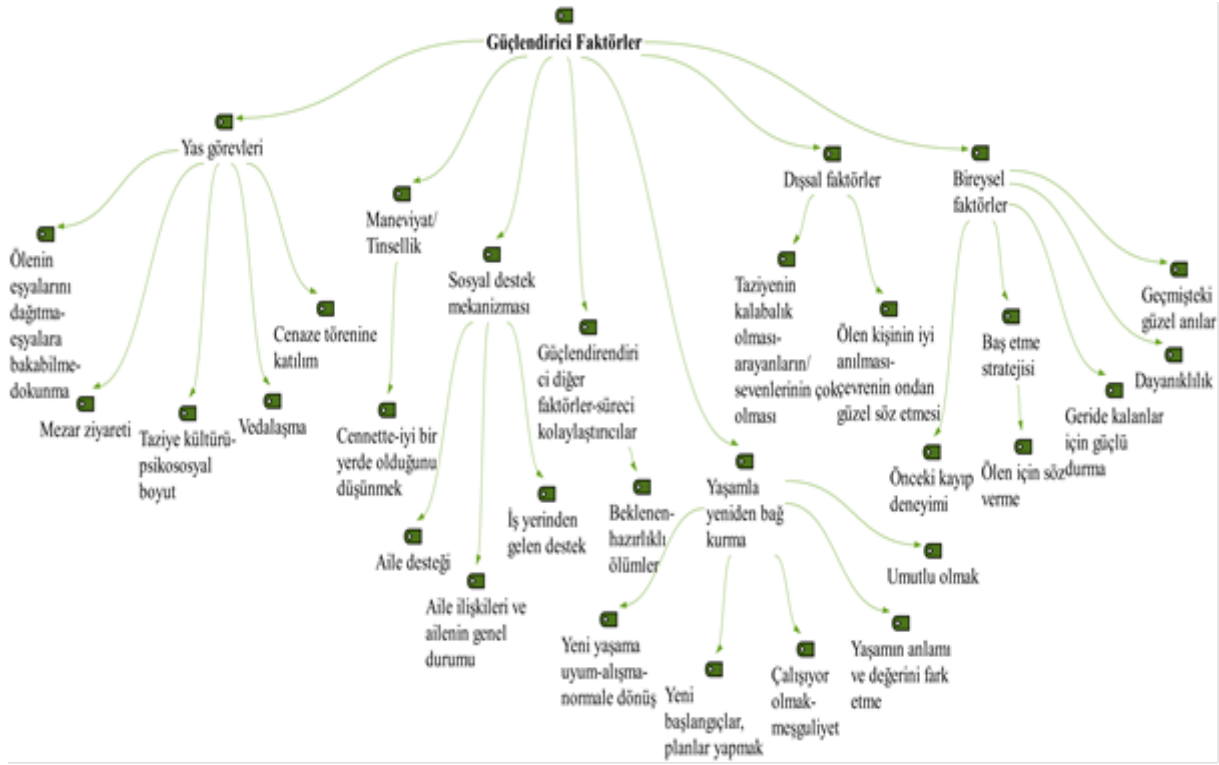
Yakını Kaybeden Bireylere İlişkin Bulgular

Araştırma verilerinin analizi sonucunda üç ana tema ortaya çıkmıştır. Bu temalar “Güçlendirici Faktörler”, “Güçsüzleştirici Faktörler” ve “Yas Desteği Alma Durumu ve Yas Danışmanlığı Düşüncesi” şeklindedir.

Yakını kaybeden bireyleri yas sürecinde güçlendirici faktörler

Yas süreci kimisi için uzun kimisi için kısa; kederin, üzüntünün, boşluk hissini eşlik ettiği belirsiz bir yolculuktur. Tanımlanması zor, çerçevesinin çizilmesinin çok farklılık gösterdiği yas sürecinin “nasıl geçtiğini” etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bu tema altında yas sürecinde bireyleri güçlendiren faktörlerin neler olabileceğine ilişkin alandan toplanan veriler değerlendirilmiştir. Yakınlarının yasını tutan bireyleri bu yolculukta güçlü tutan, yaşam dengelerini korumada ve yeni yaşama uyum sağlamayı kolaylaştıran faktörler incelenerek bu tema açıklığa kavuşturulmuştur.

Alandan toplanan verilerin analizi neticesinde güçlendirici faktörler temasına ilişkin bilgiler Şekil 2’de verilmiştir.



Şekil 2. Yakınınyı Kaybeden Bireyleri Yas Sürecinde Güçlendirici Faktörlerin Kod-Alt Kod Modeli ile Gösterimi

Şekil 2’de görüldüğü üzere katılımcıların ifadeleri tema, alt tema ve kodlara ayrılmıştır. Söz konusu kodlara ilişkin katılımcıların güçlendirici ifadelerine yönelik özetleyici tabloya aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 3

Güçlendirici Faktörlere İlişkin Katılımcı Görüşleri Özet Tablosu

Tema: Güçlendirici Faktörler

Yas Görevleri

Ölenin eşyalarını dağıtma-eşyalara bakabilme-dokunma: *Eşyalarını dağıttık, öyle durumu iyi olmayan insanlara verdik. (G18-E-37-Kardeş-42)*

Mezar ziyareti: *Gittiğimde aslında iyi hissediyorum. Yanında olduğunu düşünüyorum ama mezarlıktan çıktıktan sonra tek başına bıraktığımı düşünüyorum onu. (G4-23-K-Anne-43)*

Taziye kültürü-psikososyal boyut: *Eve geldim ki 300 - 500 kişi kapıda bekliyor. Hepsi teselli veriyor, bir şey diyor. Oturuyorsun, bir muhabbet açıyorsun o olayı unutmak için. Yani o olmazsa olmaz onlar hocam. Yani dayanılmaz o hocam. (G7-E-50-Anne ve iki kardeş)*

Vedalaşma: *Ve gözümle görmedim ya hani, böyle gidip açmak istiyorum o mezarı. (G10-K-28-Kardeş-31)*

Cenaze törenine katılım: *İlkin eve geldik, Kur-an okuttuk 3 gün. İşte ilk gün, işte bir şeyler dağıttık: meyve suyudur, kektir. 3. gün hani her gün bir şey dağıtma, evi toparlama... Derken, hiçbir şeyi anlayamadım 3 gün. (G3-K-22-Anne-56)*

Maneviyat/Tinsellik

Cennette iyi bir yerde olduğunu düşünmek: *İnanç, maneviyat dost bunlar hani. İnsana dayanma gücü veriyor. Tabii ki şimdi en önemli şey zaten burada maneviyattır. İnançlı bir insan o ölümün boşa olmadığını bilir. Hani öbür tarafa gittiği zaman. Ona bir anlam yükler. Bundan dolayı da hani ölümü güzel karşılar. (G8-E-36-Kardeş-40)*

Sosyal Destek Mekanizması

Aile desteği: *Kardeşimle, eşimle, çoluk çocuğumuzla verdik bu süreci. Aştık geçtik. Yani bu zamana kadar geldik Allah'a şükür. (G7-E-50-Anne ve iki kardeş)*

Aile ilişkileri ve ailenin genel durumu: *Dediğim gibi birbirimize daha bir bağlandık diyelim. Hani herkes, herkeste olan bir şey aslında. Birisini kaybedince diğeri, diğerlerinin değerini daha çok anlarsın ya.*

Diğerlerini de kaybetme korkusu olduğu için, birbirimize daha da bir bağlandık. (G16-K-21-Kardeş-14)

İş yerinden gelen destek: *Firma, ben satın almada çalışıyorum sadece gelen firma beni arayıp da "M. Hanım lütfen bir şeye ihtiyacımız olursa orada bile elim yetişir lütfen arayın." demesi bile o kadar müthiş bir... Tabii ki iyi geliyor. (G10-K-28-Kardeş-31)*

Yaşamla yeniden bağ kurma

Yeni yaşama uyum-alışma-normale dönüş: *Alışıyor. Onu bir organ olarak kabul ediyor artık, orada duruyor. Yani onu oradan atmak mümkün değil. (G20-E-45-Çocuk-2 aylık)*

Yeni başlangıçlar-planlar yapma: *KPSS'ye gireceğim mesela 4 ay sonra. İlk girdim 67 almıştım. Şimdi tekrar hani KPSS çalışmaya da başladım. Umut oluyor onlar. Mesela KPSS, hani atanabilir miyim, kendi mesleğim olur mu? Çocuk gelişimi hani, atanamazsam hani en azından çocuk gelişiminde anaokuluna giderim düşüncesi. Düğün hazırlığı zaten, hani kendi ailemi kurma umudu var. (G3-K-22-Anne-56)*

Çalışıyor olmak-meşguliyet: *Ben böyle kendimi biraz böyle farklı şeylere atarak, mesela iş hayatımda olduğu için biraz ona böyle yönlendirdim. Biraz böyle unutmaya, böyle iş yoğunluğuna harlattırdım kendimi. Öyle atlatmaya çalıştım yani daha doğrusu. (G15-E-43-Çocuk-5)*

Yaşamın anlamı ve değerini fark etme: *Eskisi gibi ertelememeye çalışıyoruz. Mesela bunu yapalım, tamam ertesi gün yapıyoruz. Ya da başka bir zaman yapıyoruz, ertelememeye çalışıyoruz. Yani içim, mesela bir şey istiyoruz. Mesela ailemden ya da annemden ya da babamdan, bizim içimizde kalmasın diye yapmaya çalışıyorlar. Ellerinden geldikleri kadar. Mesela işte olduğu kadar ellerinden geldiği kadar. (G16-K-21-Kardeş-14)*

Umutlu olmak: *Ben kesinlikle, ben bir de şey diyorum; hayallerin hiç yarım kalacağıma dair bir umutsuzluğum yok. Onu da onun bana kaybı, yüreğimi ikiye ayırmış gibi geldi. Bir yanı o kadar acıyordu, bir yanı o kadar umut dolu ki. Bir umudun varsa eğer, düzeleceğine dair hissi olarak, somut olarak gördüğün, yani insanlardan gelen değil, içten gelen bir duygu yani bu. Tamamen senin karakterin, yapımla alakalı. (G10-K-28-Kardeş-31)*

Dışsal faktörler

Taziyenin kalabalık olması-arayanların/sevenlerinin çok olması: *Kalabalık olması gerçekten insana huzur veriyor, zor gününde. Bu kadar seveni olduğunu görmek insana gerçekten içine huzur veriyor yani. O konuda ya cenazen olur kimse gelmez. Bu sana çok zor gelir yani. (G12-E-28-Baba-60)*

Ölen kişinin iyi anılması-çevrenin ondan güzel söz etmesi: *Yani çok mutlu ediyor. Yani diyorum ne mutlu hani ne kadar güzel sözler söyleniyor. Ne kadar güzel şeyler bırakmış arkasında. Hani çok gurur verici bir şey bizim için. (G17-K-36-Baba-66)*

Bireysel Faktörler

Baş etme stratejisi: *Yas neyle geçer, atlatılır? Travma neyle atlatılır? Elindeki malzemeyi işlersen. Ben işlemeye başladım yani. Ben şimdi elime dantel örer gibi şimdi o mirası işlemeye başladım. (G13-K-57-Eş-64)*

Geride kalanlar için güçlü durma: *Ama bir de erkek kardeşim var, kendimi bırakamıyorum da. Yani hani bir anda onun için güçlü durmak zorundayım. Ben kendimi bırakırsam... (G10-K-28-Kardeş-31)*

Dayanıklılık: *Yani ben şu ana kadar yaşadığım çok zorluklar oldu. İşte çocuklarımı rahatsızlıklarını söyledim ya (tek yumurta ikizleri, iki çocuğu da kas hastası), onda bile destek almadan yani psikiyatrik bir ilaç, ne bileyim destek almadan... (G14-K-48-Baba-86)*

Geçmişteki güzel anılar: *Şu an o kadar mutluyum ki nişana geldiğim için, ablamla vakit geçirdiğim için, onu yarışmaya hazırladığım için, o yarışmayı kazandığı için, o kadar mutlu olduğu için, o kadar mutluyum ki. Müthiş derecede kendimi iyi hissediyorum. Onun için ve onun belki de bu hayatta en çok mutlu olduğu şeylerden bir şey. Hayattayken ona yaşattım. (G10-K-28-Kardeş-31)*

Tablo 2'deki bilgiler bu araştırmanın alan verilerinden oluşturulmuştur. Araştırmanın ulaştığı temalara göre bireylere yas yolculuğunda iyi gelen, onları güçlendiren birçok faktör bulunmaktadır. Tablo 2'de aktarılan güçlendirici faktörler literatür bilgisiyle desteklenerek tartışılmıştır.

Yas görevleri: araştırma verileri neticesinde oluşturulan yas görevleri alt teması kendi içerisinde ölenin eşyalarını dağıtma, mezar ziyareti, taziye kültürü, vedalaşma ve cenaze törenine katılma olarak kodlanmıştır. Örneğin ölenin eşyalarını dağıtma gibi bir görev aslında onun ölümünü kabul etmenin bir yoludur ve bu da yas sürecini kolaylaştırmaktadır. Anadolu'da ölen kişilerin eşyaları yıkanıp temizlendikten sonra yoksullara ve sevenlerine dağıtılır. Bu bir âdet olarak varlığını hala sürdürmektedir (Özüygun ve Şimşek, 2018), ki bu sağlıklı vedalaşma için olumlu bir eylemdir. Ancak eşyanın tamamını dağıtarak ölenen geriye anı-hatıra bırakmama ve sonradan pişmanlık duyma yas sürecini güçleştirebilmektedir. Eşyaların bir kısmını hatıra olarak ayırdıktan sonra geriye kalanını dağıtmak yas sürecinin sağlıklı ilerlemesi açısından daha yararlıdır.

Geride kalan bireylerin kaybettikleri sevdiklerinin yokluğuyla yüzleşmeleri ve bu gerçekliğin farkına varmaları yas sürecinde güçlendirici bir diğer faktör olarak görülebilir. Kültürümüzde yaygın olarak yapılan mezar ziyaretleri ölüm gerçekliğiyle yüzleşmeyi ve dolayısıyla ölümü kabullenmeyi sağlamaktadır (Çelik ve Gündüz, 2020). Mezar ziyaretini yerine getiren bireyler sevdiklerinin mezarı başında duygularını aktarmakta, ölen yakınlarıyla vedalaşmakta ve onun artık hayatta olmadığı gerçeğiyle yüzleşmektedirler. Bu bakımdan mezar ziyaretleri geride kalanlar açısından ölümü kabullenmeyi kolaylaştırmaktadır. Diğer yandan bu ziyaretler aracılığıyla geride kalanların duygularını ölenle paylaşarak rahatlamaları da mümkün olmaktadır. Mezar ziyaretlerinin bir diğer yönü ise geride kalanların burada ölüleri için dua ederek manevi bir rahatlama sağlamalarıdır. Mezarlar aynı zamanda ölenlerle kurulan bağlar açısından da köprü görevi görmektedir. Birçok birey görüşmeler esnasında düzenli olarak mezar ziyareti yaptığını, bunu bir sorumluluk, görev olarak gördüğünü ve ihmal ettiğinde suçluluk duyduğunu ifade etmiştir. Bu bakımdan mezar ziyaretleri yas süreci içerisinde etkili bir uygulama olarak dikkati çekmektedir. Dolayısıyla mezar ziyaretlerinin yerine getirilmesi sağlıklı bir yas süreci için gereklilik arz etmektedir. Çocuklarını kaybeden 16 bireyle yapılan nitel bir çalışmada da dua etme ve mezar ziyaretlerinin yas sürecinde önemli bir baş etme mekanizması işlevi gördüğü aktarılmaktadır (Afyonoğlu ve diğ., 2021).

Taziye kültürü, Türkiye'de yüzyıllardan beri var olan ve ölüm olayının bir parçası olarak varlığını sürdüren bir fenomendir (Çıldam, 2020). Taziye kültürünün bilişsel, duygusal ve davranışsal olarak geride kalanlara yansımaları olduğu bilinen bir gerçektir (Thompson, 2002). Bu yansımalar sayesinde bireylerde sosyopsikolojik bir destek gerçekleşir (Bonsu ve Deberry-Spence, 2008) ve bu da bireyleri güçlendirici önemli bir faktör olarak nitelendirilebilir.

Yakın kaybı yaşayan bireyleri güçlendirici bir diğer faktör de onların ölen yakınlarıyla vedalaşmış olmalarıdır. Kültürümüzde ölünün soğuk yüzünü görmek olarak geçen defin öncesi ölen kişinin cansız bedeniyle vedalaşmak (Çelik ve Gündüz, 2020, s. 100), ölenin artık bu dünyada olmadığı gerçeğiyle bireyi yüzleştirmektedir. Vedalaşma, çok dikkate alınmayan bir durum gibi görünse de yas sürecinde güçlendirici niteliğe sahip kritik bir yas görevi mahiyetindedir.

Yas görevlerinden bireyi güçlendiren bir diğer faktör ise cenaze törenine katılmaya ilişkindir. Cenaze törenine katılım kaybın inkarını ve yasın kronikleşmesini engeller. Aynı zamanda hayata uyum sağlamayı ve yasın etkileriyle başa çıkmayı kolaylaştırır (Spilka, 2005). Zira bireyler bu törenler aracılığıyla sevdiklerinin ölümünü kabullenmekte, ölüm gerçekliğiyle yüzleşmekte ve dolayısıyla ölüme anlam yükleyebilmektedir.

Tinsellik/maneviyat: bireylerin inanç sistemleri ve maneviyatları da yas sürecinde güçlendirici bir faktör olmuştur. Sulmasy (2002) de kayıptan sonra maneviyatın/tinselliğin geride kalan bireylerde ruhsal refah sağladığına vurgu yapmıştır. Öyle ki son yıllarda Batı temelli psikoloji ve psikoterapide de maneviyata olan ilgi artmıştır (Utz, 2011). Zira maneviyat; ölüm gerçekliğini anlama, ölümü kabullenme ve insanın yaşam gayesini anlamlandırma gibi konularda rehberlik edici bir niteliğe sahiptir. Maneviyatın dayanıklılığı arttırdığı ve ölümü anlamlandırmayı kolaylaştırarak daha sağlık bir yas sürecini mümkün kıldığı görülmektedir.

Sosyal destek mekanizması: ölüm sonrası süreçte karşılaşılan duygusal ve psikolojik zayıflık karşısında yakın çevre ve aile üyeleri çeşitli yollarla yas tutan bireylere destek sunarlar. Dolayısıyla birçok yaşlı birey için sosyal destek iyileşme/alışma sürecini hızlandırmakta/kolaylaştırmaktadır (Thursby, 2006, s. 7). Algılanan sosyal destek düzeyinin yüksek olması hem stres kaynaklarını azaltmakta hem de yaşla baş etmede ve yeni yaşama uyum sağlamada etkili olmaktadır (Apaydın, 2017, s. 18).

Yakın kaybı, bir açıdan ailede yaşanan bir kayıp olarak da değerlendirilebilir. Zira söz konusu kayıplar, aile sisteminde de ciddi değişiklik ve güçlükler neden olabilmektedir. Aile içerisinde çeşitli riskleri meydana getiren bu tür kayıpların aile üyelerinin desteğiyle daha kolay aşılabileceği de açıktır. Ailelerin genel bir özelliği olarak sorunların çözümünde ve güçlüklerle baş etmede belli bir potansiyele sahip olduğu kabul edilen bir durumdur. Volkan ve Zintl (2020, s. 96), her ailenin kendine özgü olduğunu, nasıl ki bazı faktörler bireylerin yasını etkiliyorsa benzer şekilde ailenin yasını etkileyen ailenin paylaşılmış geçmişi, gelenekleri, geçmişteki kayıpları, senaryosu gibi faktörlerin olduğunu aktarmaktadır.

Yaşamla yeniden bağ kurma: yaşamla yeniden bağ kurma alt teması güçlendirici diğer bir faktör olarak ortaya çıkmıştır. Yakınıni kaybeden bireyler kayıptan sonra yaşamla güçlü bir bağ kurduklarında karmaşık yas süreci daha sağlıklı ve olağan seyrinde devam edebilmektedir. Yeni başlangıçlar-planlar yapma, umutlu olma, yaşamın anlamını ve değerini fark etme, çalışmak-meşguliyet ve yeni yaşama uyum sağlama gibi faktörler yaşamla yeniden bağ kurmanın farklı yollarıdır. Kayıptan sonra bireyler bu yolları fark ederek böyle bir eğilime sahip olduklarında daha güçlü ve dayanıklı olabilmektedirler. Bu durumlar aynı zamanda yastan çıkmayı ve normal yaşama dönmeyi hızlandırmaktadır.

Yaşamla bağ kurmanın en önemli göstergelerinden bir diğeri de çalışıyor olmak/meşguliyettir. Afyonoğlu ve arkadaşlarının (2021, s. 74) çocuk kaybı yaşayan bireylerle yaptıkları çalışmada katılımcılar işten-güçten düşünmeye fırsat bulamadıklarını, bilinçli olarak işe yöneldiklerini, zaman geçsin diye işe gidip geldiklerini aktarmıştır. Dolayısıyla söz konusu çalışmada iş sisteminin patolojik yası önleyici olduğu vurgusu yapılmıştır. Yukarıda da ifade edildiği üzere çalışmak ve bir şeylerle uğraşmak/meşgul olmak iyileştirici ve güçlendirici olabilmektedir.

Dışsal faktörler: yas sürecinde bireyleri güçlendiren ve dışsal faktörler olarak temalaştırılan taziyenin kalabalık olması-arayanların/sevenlerinin çok olması ve ölen kişinin iyi anılması-çevrenin ondan güzel söz etmesi de güçlendirici faktörler arasındadır. Taziyenin kalabalık olması ölenin sevenlerinin çok olduğu şeklinde yorumlanmakta (Zorlu, 2018, s. 56) ve geride kalanları rahatlatmaktadır.

Bireysel faktörler: anılar, yas sürecinin vazgeçilmez parçası durumundadır. Geçmişteki olay ve tecrübelerin hatırlanması gerçek olan ile olmayan arasında sağlıklı bir bağlantı kurmayı sağlayabilir. Ayrıca danışmanlık yapan profesyoneller de terapi seanslarında anılardan yararlanarak suçluluk vb. duyguların keşfedilmesinde “anı/hatıraları” bir strateji olarak kullanabilir (Humphrey, 2017, s. 140). Bu bakımdan geçmişte biriktirilen güzel anılar geride kalanlar açısından hem başvuru güçlendirici bir kaynak hem ölenle kurulan bağın simgesi hem de özlem ve pişmanlık gibi duyguların keşfedildiği bir kaynak olabilmektedir.

Yakınıni kaybeden bireylerden bazıları geride kalan diğer aile üyeleri için acılarını bastırarak yaşamakta ve onlar için güçlü durmaya çalışmaktadır. Bu tutumu sergileyen bireyler yaslarını rahatça yaşama hakkından feragat ederek diğerlerinin süreci daha kolay ve sağlıklı atlatması için güçlü durma mücadelesi vermektedirler. Bireylerin güçlü durmaya çalışmaları onlara bir tür dayanma gücü sağlayabilmektedir. Burada verilen içsel mücadele söz konusu bireyler için bazen bir baş etme stratejisi de olabilmektedir ki böyle bir durumda söz konusu tutum güçlendirici bir durum olarak değerlendirilebilir.

Baş etme becerisi/stratejisi; bireylerin hayatları boyunca karşılaştıkları tüm sorunlar karşısında kullandıkları ve başvurdukları bazı beceriler bulunmaktadır. Yas sürecinde de benzer şekilde bireyler yaşlarıyla nasıl baş edeceklerinin ve kayıptan sonraki yaşamlarına nasıl devam edeceklerinin bir yolunu arama ve bunun için mevcut potansiyellerini kullanma eğilimindedirler. Bu becerilerin gelişimi çeşitli faktörlere bağlıdır ve deneyimlenen olaylar, geçmiş yaşantılar söz konusu becerilerin gelişiminde etkilidir. Yas olgusunda da bireyler

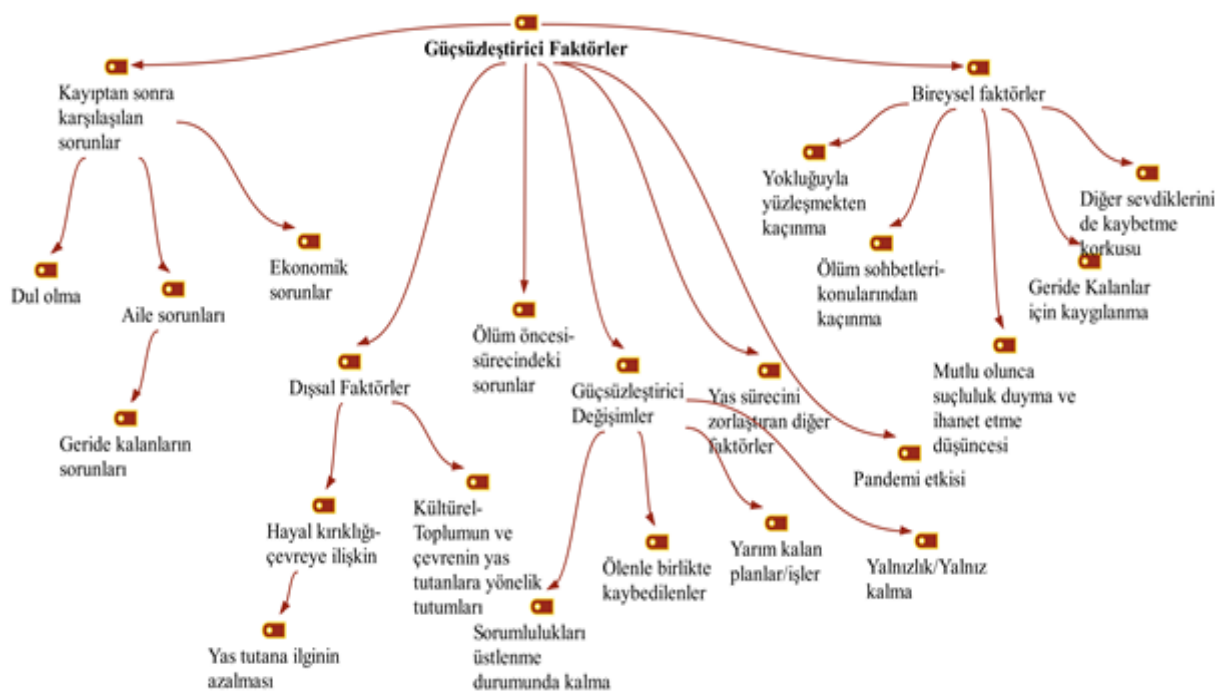
yasalarıyla baş edebilmek için çeşitli yollar dener ve bazı kaynakları kullanırlar. Bireyin bir strateji ve baş etme becerisi kullanarak yas sürecinde bir yol izlemesi yas sürecinin önemli bir güçlendirici parçası haline gelebilmektedir.

Güçlendirici faktörler teması altında bireysel faktörler alt temasına bağlı olarak ele alınabilecek bir diğer kod dayanıklılıktır. Dayanıklılık, psikolojik iyi oluşu etkiler (Korkut-Owen, Demirbaş-Çelik ve Doğan, 2017) ve yas sürecinde psikolojik dayanıklılık düzeyi yüksek bireyler, zorlu yas süreciyle daha kolay baş edebilmektedir (Bonanno, Wortman ve Nesse, 2004). Bireylerin yas dışındaki diğer sorunlarla birlikte yaşam mücadelesi veriyor olmaları veya geçmişte başka sorunlarla yüzleşmiş olmaları da bireylerin dayanıklılığını belirlemektedir. Dayanıklılık da tıpkı baş etme stratejisinde olduğu gibi birçok problem karşısında bireylerin süreci yönetmesine ve sağlıklı bir yol bulmasına yardım etmektedir.

Güçlendirici olarak kodlanan bu bölümlere bakıldığında katılımcıların farklı yönlerden güçlenebildikleri ve güçlendirici faktörlerin işlevsel olmasının sağlıklı bir yas tutmayı beraberinde getirdiği görülmektedir.

Yakınıını Kaybeden Bireyleri Yas Sürecinde Gücsüzleştirici Faktörler

Yas, kayıplardan sonra birçok deneyimi içerisinde barındıran bir süreçtir. Sevilen kişinin kaybı ve geride kalanın hayatında oluşan boşluk, yas sürecini zorlaştırabilmektedir. Bu temanın altında yakın kaybı yaşayan ve yası deneyimleyen bireylerin bu süreci sağlıklı atlattıklarını zorlaştıran faktörlere yer verilmiştir.



Şekil 3. Yakınıını Kaybeden Bireyleri Yas Sürecinde Gücsüzleştirici Faktörlerin Kod-Alt Kod Modeli ile Gösterimi

Yakınıını kaybeden bireyler kayıptan dolayı derin bir yas acısı yaşamakta ve kendilerini yas sarmalının içinde görmektedirler. Bu süreç başlı başına karmaşık ve çok yönlü etkileri olan Roland Barthes'in (2016, s. 231) deyimiyle "yolundan sapmış etkiler dizisi"dir. Yasa özgü olan bu sorunlara aile, çevre ve kişilerden kaynaklanan bazı faktörler eklenince yas süreci daha problemlerli bir seyir izleyebilmektedir. Örneğin eşini kaybeden bir bireyin dul olması, aile sorunları ve ekonomik sorunlar yaşaması gibi bazı olumsuzluklar yası daha karmaşık ve içinden çıkılmaz bir duruma getirmektedir.

Tablo 4

Güçsüzleştirici Faktörlere İlişkin Katılımcı Görüşleri Özet Tablosu

Tema: Güçsüzleştirici Faktörler

Ölüm öncesi-sürecindeki sorunlar

Tabii zor oldu. O süreç esnasında davalar oldu, kaza davasıyla uğraştık. Adli bir vaka olduğu için “Şikayetçi misiniz, değil misiniz?”, onun davalarıyla ilgilendim. (G12-E-28-Baba-60)

Kayıptan sonra karşılaşılan sorunlar

Dul olma: Mesela gece bir komşuya gitmeye korkuyorum. Komşularım beni çağırıyor, gitmiyorum. Eşim yoktur, belki kocaları evdedir, gece markete gidemem etrafta belki bu kadın duldur. (G1-K-50-Eş-55)

Aile sorunları: Yani eş ölümü olduktan sonra yani eş kaybı herhangi bir dede, babaanne, baba, anne gibi değildir; çok farklıdır. Yani eşin öldüğü zaman aynı zamanda yani o evin, o yuvan komple yıkılıyor.

Yıkılma, yani yıkılıyor tabii. Komple her şey dağılıyor ve siz yani yapacak bir şey yok. Bu hayata ayak uydurmak zorundasınız. Tabii, eş ölmesi yani o evin, o ev sayfası, o yuva sayfasının kapanması anlamına geliyor ve kapanıyor. Gerçekten de ben bunu bizzat yaşadım. (G9-E-35-Eş-24)

Ekonomik sorunlar: Onun ölümünden sonra tabii ki belli bir süre geçtikten sonra işte borcu olan varsa ya da alacağı olan varsa senin kapını çalıyor. Sen de elinden geldiğince bunları halletmeye çalışıyorsun. Bu anlamda ekonomik olarak sıkıntıya girebiliyor insan. Hani maddi geliri olmayan, parası olmayan bir insan varsa hani ve ailesinde vefat eden biri varsa sıkıntı yaşıyor illaki. Şimdi o borçların ödenmesi gerekiyor muhakkak. Veyahut da onun borcu, ben ödemiyorum de diyemiyorsun. Çünkü ödemediğin zaman diyorsun ki: “Bunun borcunu ödemedim, üstüne borç olarak kaldı. Acaba öbür dünyada ne yapacak?” bunları düşünmeye çalışıyorsun. (G8-E-36-Kardeş-40)

Güçsüzleştirici değişimler

Sorumlulukları üstlenme durumunda kalma: Rahmetli varken hiçbir sorumluluğum yoktu benim. Şimdi her şey bana bakıyor. Çalışmak, zaten her şey üstüme bindi hocam. Hani diyorum ya hiçbir sorumluluğum yokken her şey bana kaldı şimdi. Yani rahmetli hayattayken ben hiçbir şeyi dert etmezdim. Yap derdi, yapardım o kadar. Başka bir şey yoktu. Evin geçimiymiş, alınacakmış, verilecekmiş hiçbir şeye karışmazdım ben. (G11-E-42-Kardeş-43)

Ölenle birlikte kaybedilenler: Yani onunla olan hayallerim her şeyim onunla, o gittikten sonra her şey gitti. Eksiklik yani. Yani her zaman ben bu dünyada ve çocuklarımın da her zaman bir yanı eksik olacak. (G6-K-32-Eş-31)

Yarım kalan planlar/işler: Birçok şey, hayallerimiz vardı yarım kalan. Mesela diyordum ki: “Çocuklarım büyüdü, evlendireceğiz. İkimiz baş başa kalacağız, geleceğiz kendimize.” (G1-K-50-Eş-55)

Yalnızlık/yalnız kalma: Çok yalnız hissettim, yanımda kalabalık olmasına rağmen çok yalnız hissettim. Kardeşlerim var, dayılarım, dedem, yengelerim var ama yine de bir şey, boşluk oldu. (G4-23-K-Anne-43)

Pandemi etkisi: Pandemide ben çok kötüleştim, yalnız kaldım işte. Yalnızken çok aklıma geliyor, çok üzüliyorum. Yani şimdi bak geldiniz, konuşuyoruz, sohbet. Biraz da olsa kendimi unutuyorum. (G1-K-50-Eş-55)

Dışsal faktörler

Hayal kırıklığı-çevreye ilişkin: Beklediğim insanlardan beklenmedik şeyler gördüm yani. Dedim bu insan bana yazar hani annem vefat etmiştir diye. İnsanlar yanımda olmadı. Arkadaşlarım olsun, akrabalarım olsun ya da akrabalarımın da bugün cenazede olup akşam eğlenmeye gittiklerini gördüm. (G4-23-K-Anne-43)

Kültürel-toplumun ve çevrenin yas tutanlara yönelik tutumları: İki sene aynı kazağı giydim. Düşün millet konuşmasın diye. Yoksa bir sürü kazağım vardı, giyerdim. (G1-K-50-Eş-55)

Bireysel faktörler

Yokluğuyla yüzleşmekten kaçınma: *Onun odası uzun zaman kapısı kapalıydı. Evet, o odanın kapısı hiç açık yatamadım evde ben. Hatta hâlâ bile o odanın kapısını açık bırakıp yatmam. Sanki ordan çıkacakmış gibi. (G3-K-22-Anne-56)*

Ölüm sohbetleri-konuşmalarından kaçınma: *Bazen dışarda bir sohbet yeri oluyor ya -zaten ben genelde katılmıyorum sohbetlere, bu şeylere falan. Evimde olmayı tercih ediyorum- olunca mesela, ölümden bahsedince, ben o ortamda bulunmak istemiyorum gerçekten. Yani biraz da böyle yani nasıl diyeyim ben, o şeylerden uzak durmaya çalışıyorum. (G6-K-32-Eş-31)*

Mutlu olunca suçluluk duyma ve ihanet etme düşüncesi: *Sanki hani eğleniyormuşum, sanki hiçbir şey olmamış gibi hayatımda. Sanki şey, babanız ölmüş bunu nasıl yaparsınız kendi kendine. Birisinin görmesine de gerek yok hani. Kendi kendinize hani bu olmaz, hani zaten içinizden gelmiyor da hani. Olmazmış gibi de geliyor yani. (G17-K-36-Baba-66)*

Geride kalanlar için kaygılanma: *Çok zorlandığım kardeşim. En çok kardeşim, çok korkuyoruz. Gidecek, "Kendi kafasına göre bir şeyler yapacak mı?" korkusu. Hem kendine zarar vermesi hem de bir yere kaçması gibi. Kötü yola düşmesinden de korkuyoruz. İstanbul gibi bir yer, 16 yaşında bir kız çocuğu. (G4-23-K-Anne-43)*

Diğer sevdiklerini de kaybetme korkusu: *Her an herkes gidecekmiş gibi hissediyorum. Mesela şu an dedem yaşlı biri olduğu için, şu an şeye korkum var: ya ararsam, o telefonu açmazsa korkusu var bende. Uyurken sürekli gidip nefesini dinliyordum, yaşıyor mu falan diye. (G4-23-K-Anne-43)*

Tablo 3'te yakınıni kaybeden bireyleri yas sürecinde güçsüzleştiren faktörlere ilişkin katılımcı görüşleri paylaşılmıştır. Bu veriler doğrultusunda oluşturulan alt temalara açıklık getirilmeye çalışılmıştır.

Dışsal faktörler: yakınıni kaybeden bireyleri güçsüzleştiren faktörlerden bazıları sosyal çevre ve kültürle ilgilidir. Kültürel açıdan toplum ve çevrenin yas tutanlara yönelik tutumları, çevreye ilişkin hayal kırıklıkları ve çevrenin yaşlı bireylere ilgilerinin azalması dışsal faktörler alt teması altında kodlanmıştır. Yas sürecinde katılımcıların bu tema altında toplanan olumsuz tutum ve yaklaşımlardan rahatsızlık oldukları, olumsuz etkilendikleri ve dolayısıyla güçsüzleştikleri belirlenmiştir. Toplum ve sosyal çevrenin bazen geride kalanların sosyal etkinliklere katılımlarını bekleme/sınırlama, mutsuzluklarını bekleme, değişim yapmalarını eleştirme, yastan çıkmaya izin vermeme, acıyı-yası yaşama hakkı tanımama ve geride kalanlara acıma gibi yaklaşımları yas tutan bireyleri ciddi derecede güçsüzleştirmekte ve dayanıklılıklarını olumsuz yönde etkilemektedir.

Güçsüzleştirici değişimler: sorumlulukları üstlenme durumunda kalma yas tutan bireyleri güçsüzleştirebilmektedir. Ailelerde, bazı bireylerin sorumluluk bilinci daha yüksek olabilmektedir. Ya da bazı aile üyelerinin ailedeki diğer bireylerin sorunları çözebileceklerine dair güven ve inançları daha yüksektir. Bu güven ve inanç ise söz konusu bireyleri sorumluluk almaya, ailenin yükünü üstlenmeye teşvik etmekte ve neticede yas yaşayan bireylerden bazıları daha çok sorumluluk üstlenme durumunda kalabilmektedir. Özellikle bir aile üyesinin kaybı sebebiyle boşalan rollerin üstlenilmesi gerektiği durumlarda bu bireylerin yaslarını yaşamaktan ziyade kendilerinden beklenen görevleri yerine getirmeye odaklandıkları görülmektedir. Böylece sağlıklı olarak nitelendirilen yaşanmamış/ertelenmiş yas durumu ortaya çıkabilmektedir (Düzgün ve diğ., 2016, s. 255). Parkes ve Prigerson'a (2013) göre sorumlulukların geride kalan bireylere yüklenmesi kaybın ardından yaşanan stresin de sebepleri arasındadır. Dolayısıyla sorumluluğun yas yaşayan bireylere yüklenmesi de yas sürecini zorlaştırmakta ve bireyleri güçsüzleştirmektedir.

Güçsüzleştirici değişimler kategorisinde kodlanan bir diğer veri ise yarım kalan planlar/işler'e ilişkindir. Geride kalan bireyin ölen kişi ile tamamlanmamış/çözülmemiş olarak değerlendirdiği ilişki durumları da bu kapsamda ele alınabilmektedir (Holland, Thompson, Rozalski ve Lichtenthal, 2013). Bazı bireyler açısından ölen kişiden eksik kalan rolleri tamamlamak, onun kişilik özelliklerini benimseyerek ve onunla özdeşim kurarak onun eksik bıraktığı işleri tamamlamak gerekli görülmektedir (Keser, 2021, s. 28).

Güçsüzleştirici değişimler arasında ele alınabilecek bir diğer kod ise yalnızlık ve yalnız kalmaya ilişkindir. Hablemitoğlu (2021, s. 118), "yas yalnızlıktır, yol belirsizdir..." deyimiyle yas ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi/bağı açıkça ifade etmektedir. Bireyler birlikte plan yaptıkları, yaşamlarını paylaştıkları yakınlarından birini kaybettikleri zaman derin bir yalnızlık hissine kapılabilmektedirler.

Güçsüzleştirici değişimlerin altında ele alınabilecek bir diğer durum ise ölenle birlikte kaybedilenlerle ilgilidir. Kayıp sonrasında bazı bireyler kendi kimliğini kaybettiğini; ölenle ilişkinin bitmesi sebebiyle bir şeylerin eksildiğini, varoluşsal bütünlüklerinden bir parçanın koptuğunu hissedebilmektedir (Yavuz ve Dölek, 2019, s. 886). Örneğin bu kategoride yaşam kaynağını kaybetme, umudunu kaybetme, mutluluğunu yitirme, güvenini kaybetme vb. durumlar değerlendirilebilir.

Bireysel faktörler: yakınıni kaybeden bireylerden bazıları kayıp üzerinden uzun bir zaman geçmesine rağmen ölenin odasına girememekte, fotoğraflarına bakmamakta ve ölenin geçtiği yerlerden geçmemektedir. Ölenin yokluğuyla yüzleşmekten kaçınma olarak değerlendirilebilecek bu durumlar geride kalan bireylerde bir tür korku kaynağı olmaktadır. Bazı durumlarda ise âdeta ölen kişiler yaşıyormuşçasına hareket edilmektedir. "Ölümlerin yaşamaya devam ettiği" (Volkan ve Zintl, 2020, s. 77) bu gibi durumlarda geride kalanlar ölen kişinin yaşadığını/orada olduğunu düşünür/hisseder. Örneğin "odadan çıkıp geleceğim gibi düşünmek" hem ölümünü kabullenmeyi, inkârı işaret etmekte hem de onun yokluğuyla yüzleşmekten kaçınmayı çok açık bir şekilde ifade etmektedir.

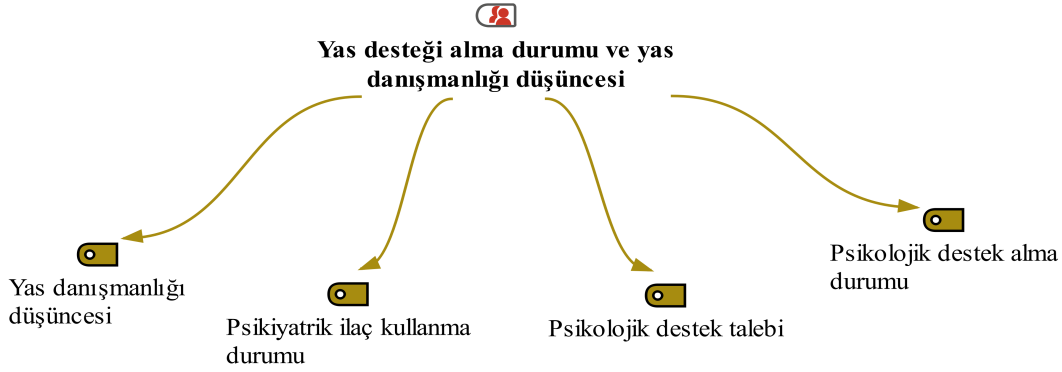
Bireysel faktörler altında ele alınabilecek bir diğer konu ise ölüm sohbetleri-konularından kaçınmaya ilişkindir. Kayıp sonrasında görülen üzüntü, acı, keder, öfke, suçluluk vb. duyguların bireyi aşırı derecede zorlaması sonucu bireyler söz konusu duyguları harekete geçiren uyarıcılara karşı kaçınma davranışı sergilemektedir. Bu nedenle bireyin ölen kişiyi hatırlatan mekânlardan, kişilerden ve konuşmalarından kendini geri çekmesi söz konusu olabilmektedir (Keser, 2021, s. 20).

Geride kalan bireyleri kaygılandıran güçsüzleştirici faktörlerden bir diğeri de diğer sevdiklerini de kaybetme korkusuyla ilgilidir. Ölüm korkusunun farklı boyutları bulunmakta ve bunlar arasında sevdiği, değer verdiği insanları kaybetme korkusu önemli yer tutmaktadır (Kızılkaya ve Koştu, 2006). Ölüm gerçekliğiyle yüzleşen, yakınlarından birini kaybeden birey diğerlerini de kaybetme ihtimaline odaklanarak "ya diğer sevdiklerimi de kaybedersem?" gibi bir kaygı, korku yaşayabilmektedir. Bu durum, yas sürecini zorlaştırmakta ve yası travmatik hale getirebilmektedir.

Yakınıni kaybeden bireyler yas süreciyle nasıl baş edebileceğinin yollarını arar, sorgulamalar yapar, anlamlar yükler ve neticede ya normale dönebileceğine dair bir umut taşır ya da bu işin üstesinden gelemeyeceğini düşünerek kayıp acısı içerisinde çaresiz ve güçsüz olduğu hissine kapılır. Yakınıni kaybeden bireylerin yas deneyimlerinin güçlendirme yaklaşımı temelinde analizini yapmaya odaklanan bu çalışma, bireylerin bu süreçte daha güçlü, dayanıklı ve baş etme becerisi yüksek bir duruma gelebilmeleri için hangi faktörlerin belirleyici olduğunu keşfetme çabası içinde olmuştur. Bu amaçla çalışmada geride kalanları güçsüzleştiren, onları çaresiz bırakan ve yas sürecini zorlaştıran tema ve kodlara ulaşmaya çalışılmış ve yukarıda tek tek açıklanan güçsüzleştirici (zorlaştırıcı) faktörler belirlenmiştir.

Yas Sürecinde Bireylerin Yas Danışmanlığı Gereksinimleri

Hayat döngüsünün farklı aşamalarında bireyler kayıplar yaşar. Hayat yolculuğundaki bu kayıplar neticesinde her bireyin yardım almadan sağlıklı bir şekilde bu süreci tamamlaması mümkün olamamaktadır. Haliyle bu tür zorlu yolculuklarda bireylerin destek ihtiyacı ortaya çıkabilmektedir. Bu desteğin nereden ve nasıl karşılanacağı, profesyonellerden mi yoksa çevreden mi olacağı/olması gerektiği gibi konuları daha sağlıklı değerlendirmek amacıyla kayıp yaşayanlardan bu hususta veriler toplanmıştır.



Şekil 4. Yakınıını Kaybeden Bireylerin Yas Desteği Alma Durumu ve Yas Danışmanlığı Düşüncesi

Yukarıdaki şekilde aktarıldığı üzere alandan toplanan veriler yas desteği alma durumu ve yas danışmanlığı düşüncesi teması altında verilmiştir. Söz konusu temaya ilişkin bilgiler ve doğrudan alıntılar aşağıda yorumlanmıştır.

Tablo 5

Yas Desteği Alma Durumu ve Yas Danışmanlığı Düşüncesine İlişkin Katılımcı Görüşleri Özet Tablosu

Tema: Yas desteği alma durumu ve yas danışmanlığı düşüncesi

Yas danışmanlığı düşüncesi: "Başka bir bakış açısı var mıdır, başka bir yol var mıdır? Bunu yaşamının daha güzel bir yolu var mıdır?" diye düşünürüm yani. O yüzden isterdim. (G10-K-28-Kardeş-31)

Psikiyatrik ilaç kullanma durumu: Tabii dünyamız değişti bizim. Yok hastaneler, iğneler, haplar bilmem ne. Uyusturdular bizi, geçti gitti. O yaklaşık bir hafta sürdü. Zaten ilk 2 gün o ilaçlar milaçlar böyle robot gibi duruyorsun. Zaten kimse bir şey yapmaz. Mecalin, şeyin yok. (G2-E-54-Çocuk-20)

Psikolojik destek talebi

Kesinlikle olmalı, kesinlikle olması gerektiğini hani şiddetle ben de destekliyorum. Olmalı yani, her zaman kliniğe hani doktora psikiyatriye, hani psikiyatrilik bir durum da olmayabilir. Herkes psikiyatrik ilaç kullanacak durumda değil. Yani bu hani bence kesinlikle olmalı. Çok faydalı olur, ulaşım hani herkes açısından size ulaşım yani daha hani kolay olduğu için kesinlikle hani karşılıklı çok faydalı olur. (G17-K-36-Baba-66)

He istiyorum. Halen de diyorum acaba gitsem mi? Evet, konuşunca rahathyor. Beni bıkmadan usanmadan, dinleyecek birilerini isterdim. (G1-K-50-Eş-55).

Psikolojik destek alma durumu

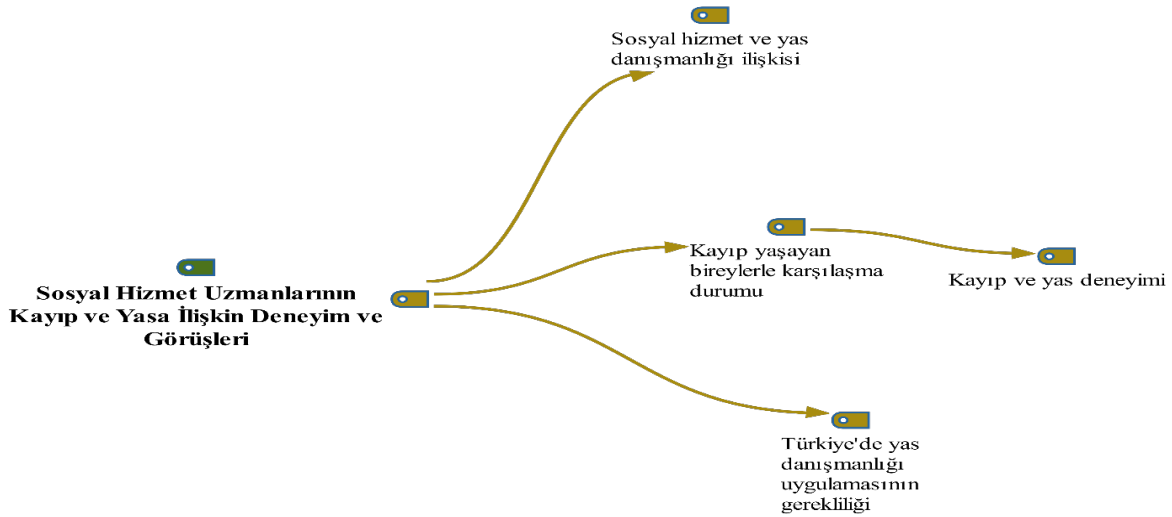
Kendi kendime psikoloğa da gittim, ilaç verdi mesela. İyiydi yani ama duyarsızlaştım. Ve sadece iyiyim dedim yani. Benim yapmam gerekeni yaptırmıyor bu ilaçlar, boş verdiriyor. (G13-K-57-Eş-64)

Tablo 4’te aktarılan katılımcı görüşlerine bakıldığında bireylerin yas danışmanlığına olumlu baktıkları, yasin şiddetli belirtileri karşısında psikiyatrik ilaç kullanma durumunda kaldıkları, bu yüzden psikolojik destek talep ettikleri ve destek arayışında oldukları görülmektedir.

Sosyal Çalışmacılardan Toplanan Verilerin Yorumlanması

Sosyal Çalışmacıların Kayıp ve Yasa İlişkin Deneyim ve Görüşleri

Sosyal çalışmacıların kayıp ve yas ile ilgili deneyim ve görüşleri yas tutan bireylerin yas danışmanlığı gereksinimleri açısından önem taşımaktadır. Sosyal çalışmacıların kayıp ve yas ile ilgili deneyim ve görüşlerine ilişkin temalar aşağıdaki gibi kodlanmıştır.



Şekil 5. Sosyal Çalışmacıların Kayıp ve Yasa İlişkin Deneyim ve Görüşlerinin Hiyerarşik Kod-Alt Kod Modeli ile Gösterimi

Sosyal hizmet ve yas danışmanlığı ilişkisi

Yas danışmanlığı, genellikle sosyal çalışmacıların çalıştığı diğer alanlardan farklılıklar göstermekte ve özel bir alan olarak görülmektedir (Thieleman ve Cacciatore, 2019). Sosyal hizmetin ölüm ve yasa ilişkin müdahalede bulunması çok aşına olunan bir durum olmasa da sosyal çalışmacıların müdahale ettikleri bazı vakalarda kayıp hikâyesinin olması ve bu durumdaki müracaatçılarla karşılaşmaları onları kaçınılmaz olarak yas ile çalışmaya yöneltmektedir (Drenth ve diğ., 2013).

Sosyal hizmet uygulama alanlarında bulunan sosyal çalışmacıların, yas danışmanlığı ile sosyal hizmet bağıni nasıl değerlendirdiklerine ilişkin düşüncelerini öğrenmek amacıyla “Sizce yas danışmanlığının sosyal hizmet mesleğiyle nasıl bir ilgisi-ilişkisi var?” sorusu yöneltilmiştir. Böylece öncelikle bu alanın sosyal hizmetin bir alanı olarak değerlendirilip değerlendirilmediği tespit edilmeye çalışılmıştır. Katılımcıların bu konudaki paylaşımlarına aşağıda yer verilmiştir:

Sosyal hizmet uzmanı “abi ne iş olursa yaparım.” mantığından biraz kopuk. Hani bunu söylemek belki: “Onunla mı çalışıyor ya sosyal hizmet uzmanı? Yasla mı çalışır? Çocukla mı çalışır, kadımla mı çalışır?” diye bazen tepkiler alıyoruz. Sosyal hizmet uzmanı yas çalışır. Örneğin bir mülteci aile vardı ve çadır alanında kalıyordu. Kayıp yaşamışlardı. (SÇ8-SB-Bağımlılık Danışma Merkezi).

Çalıştığımız alana bağlı olarak mesleğimizi icra ettiğimiz yerde yakınıni kaybeden kişilerle birebir çalıştığımız durumlar oluyor. Örneğin endüstriyel sosyal hizmet alanında çalışan bir meslektaşımız belki yas süreci ile ilgili çok sık karşılaşmıyordur. Ancak ben çalıştığım alan itibariyle yakınıni kaybeden kişilerle çok sık karşılaşıyorum. Bir sosyal hizmet uzmanı olarak bu kişilerle de psikososyal destek çalışmaları yürütmem gerekiyor. O yüzden yas danışmanlığı mesleğimizle de ilgili bir konu... (SÇ7-AFAD).

Yukarıda ifade edildiği üzere çalışılan alanlarda yas yaşayan bireylerle karşılaştığını belirten ve müdahale edilen vakaların bazen bir şekilde ölüm ve yaşla ilişkili olduğunu aktaran sosyal çalışmacılar, yas olgusunun sosyal hizmetle bağını buradan kurmaktadır. Bazı sosyal çalışmacılar ise yas konusunun ruh sağlığı alanında çalışan meslekleri ilgilendirdiğini ve sosyal hizmetin de ruh sağlığı mesleği olduğunu hatırlatmaktadır.

Şimdi yas süreci travmatik bir durumdur ve ruh sağlığı alanına giriyor. Yani travmatik ve ruh sağlığına girdiği için, yani biz de ruh sağlığı elemanları olarak bundan uzak kalamayız. (SÇ4-SB-Palyatif bakım).

Kayıp ve yasin bir kriz durumunu işaret ettiğini, sosyal hizmet mesleğinin de krize müdahalede aktif rol oynadığını belirten bir sosyal çalışmacı ise sözlerini şöyle aktarmaktadır:

Krize müdahale, o krize müdahale yöntemi sosyal hizmetin kuramsal yaklaşımlarından birisi. Dolayısıyla burada bir kriz durumu var. Yas, ölüm bir kriz anı. Bir an önce bu durumdan bireyin çıkarılması ve en az zararla o süreci atlatması lazım. (SÇ3-AB-Engelsiz Yaşam Merkezi).

Farklı alan ve kurumlarda görev yapan sosyal çalışmacılar, yas danışmanlığı gibi bir uygulamanın sosyal hizmetle güçlü bir bağa sahip olduğunu belirten düşüncelerini aktarmıştır. Sosyal hizmet mesleği bireyi merkeze alan, onu özgürleştiren ve onun işlevselliğini artırmaya çalışan bir meslek ve disiplindir. Bu bakımdan bireylerin kayıp sonrasında güçlendirilmesi ve sorunlarının çözülmesi sosyal hizmet mesleğinin kapsamında değerlendirilmektedir. Hem yas sürecinin ortaya çıkardığı güçlükler ve değişim, hem sahip olunan diğer sorunların varlığı bu sürecin en azından her birey için kendi başına atlabileceği düşüncesini zayıflatmaktadır. Sosyal çalışmacıların yas danışmanlığı ve sosyal hizmet ilişkisine atfen aktarılan ifadelerinden sonra sosyal hizmet alanında çalışan sosyal çalışmacıların kayıp ve yas yaşayan bireylerle karşılaşma durumlarına ilişkin aktarımlarına değinmekte yarar vardır.

Sosyal çalışmacıların kayıp ve yas yaşayan bireylerle karşılaşma durumu

Sosyal hizmet mesleğinde vakaların çok yönlü ve karmaşık olduğu bilinen bir durumdur. Nitekim bu durum kayıp ve yas alanında da kendini göstermektedir. Araştırmaya dâhil olan sosyal çalışmacılar yakınıni kaybeden bireylerle karşılaştıklarını belirtmiştir. Bu mesleki karşılaşmalar bazen doğrudan kayıp ve yas vakaları olduğu gibi bazen de başka bir vakanın içerisinde kayıp ve yaşla ilintili olabilmektedir. Thompson (2002:2), sosyal hizmet ve hemşirelik gibi mesleklerin içinde yası barındıran bireylerle zaten çalıştığını ifade etmektedir. Örneğin madde bağımlılığı alanında çalışan iki sosyal çalışmacı bu duruma ilişkin şu ifadeleri paylaşmıştır:

Diyarbakır Bağımlılık Danışma Eğitim Merkezi, Türkiye'nin ilk ve tek A tipi danışmanlık merkezimiz. Buranın da kurucu koordinatörü olarak çalışıyorum. Madde bağımlısı bireyler ve ailelere yönelik psikososyal destek ve terapi programlarında çalışmaktayım. Gelen danışanların içerisinde de yas sürecini yaşayan, hatta yas süreci sonrasında maddeye başlayan bireyler de mevcut. (SÇ8-SB-Bağımlılık Danışma Merkezi).

Şimdiye kadar 8-9 aydır burada çalışıyorum. Yaklaşık 250 hasta falan -tam sayısı şu an hatırlamıyorum- ama benim doğrudan görüştüğüm hastalar. Yani bunlar içerisinde rahatlıkla en az 5 tane sayabilirim, en az. Yani maddeye yönelim sebebinin kayıptan sonra olduğunu söyleyenler var. (SÇ6-SB-AMATEM).

Clark (2021), insani hizmet çalışanları olarak sosyal çalışmacıların görev yaptığı huzur evleri, palyatif birimler, cezaevleri gibi kurumlar başta olmak üzere neredeyse tüm ortamlarda kayıp ve yas alanında uzmanlığa gereksinim olduğunu ifade etmektedir. Örneğin palyatif bakım ve AMATEM'de çalışan sosyal çalışmacıların kayıp yaşayan bireylerle karşılaşma durumlarına ilişkin paylaşımları şöyledir:

Şimdi evet, çalıştığım birimlere göre hani kıyaslarsak tabii ki palyatif servisinde yani daha çok kayıplar yaşanıyor... Maalesef hani palyatif süreçleri gördüm, evet yani yemek yerken bile ögle arasında yani hayatını kaybedeni de

gördüm. Şu an benim abim de palyatifte yatıyor. Yani tedavi görüyor. Yani orada bile hani hep gidip geliyorum. Mesela orada da mesela bunu babam dedi: “Bu hafta içinde 3 tane yani ölen vardı.” dedi. (SÇ4-SB-Palyatif bakım).

Evet yani bugüne kadar yaklaşık 200 hastaya kendim danışmanlık hizmeti verdim. Yakın zamanda hatta dün bir hastamla görüşme yaparken bir yas sürecindeydi kendisi. Yakın zamanda kardeşini kaybetmişti. Kardeşte de madde kullanım öyküsü vardı. (SÇ5-SB-AMATEM).

Yukarıdaki aktarımlardan anlaşıldığı üzere sosyal çalışmacıların yakınını kaybeden bireylerle karşılaştıkları ve bu tür vakalarla çalışmak durumunda kaldıkları ortaya çıkmıştır. Bu tespitten sonra sosyal çalışmacıların yas danışmanlığı uygulamasının gerekliliğine ilişkin görüşlerine bakmakta yarar vardır.

Türkiye’de yas danışmanlığı uygulamasının gerekliliğine ilişkin görüşler

Alanda çalışan sosyal çalışmacılara “Sizce Türkiye’de yas danışmanlığı uygulaması gerekli midir?” sorusu yöneltilecek meslek elemanlarının söz konusu uygulamayı hangi nedenlere dayandırarak savunduklarına odaklanılmıştır. Sosyal çalışmacıların karşılaştıkları olgu ve vakalara istinaden yas danışmanlığı uygulamasına ilişkin görüşleri şöyledir:

Kişi illa yas sürecinde çalışmak zorunda değildir. Aile Bakanlığı’nda çalışsa dahi -örneğin sosyoekonomik destekte çalışıyordur- yas süreciyle karşı karşıya kalmış bir haneye ziyaret gerçekleştirebilir. Temel müdahalenin ne olduğunu bilmek zorunda. Kişinin bir kere kendine yardım ve ailesine yardım gibi görevi de var. Kişi kendisini iyileştirmese -ki sosyal hizmet uzmanları da kayıp yaşar- başkasına yardımcı olamaz. (SÇ8-SB-Bağımlılık Danışma Merkezi).

Türkiye’nin çeşitli doğa olayları ve afet riskleriyle karşı karşıya kaldığını, toplu-travmatik ölümlerin çok yaygın olduğunu ve toplumsal sorunlardan bazılarının bu ana sorunlardan kaynaklanabileceğine ilişkin görüşler de sosyal hizmetin yas danışmanlığı yapma gerekliliğini destekler niteliktedir:

Hocam birincisi Türkiye afet ülkesi. Geçtiğimiz yaz içerisinde deprem yaşadık son 1,5-2 sene içerisinde. Sel felaketi yaşadık, yangınlar yaşadık, terör olaylarıyla karşı karşıya kalıyoruz. Var olan doğal ölümlerden ziyade ne yazık ki bu tür müdahalelere travmatik süreci doğuran ağır ölümlerle de karşılaşabiliyoruz. Ya da ne yazık ki kansere bağlı ölümler ya da palyatif süreçlerde çalışıyoruz sosyal hizmet uzmanı olarak. Bu süreçlerde çalışırken yas danışmanlığı özellikle olmazsa olmaz. Biz temel müdahaleyi, yas danışmanlığını sağlayabilirsek birçok toplumsal sorunun da yine önüne geçeceğine düşünüyorum. (SÇ8-SB-Bağımlılık Danışma Merkezi).

Yine zorlu yas yolculuğunun profesyonel bir ekip refakatinde sürmesi gerektiğini belirten ve bu desteğin bireyin normal hayatına dönmesinde etkili olacağını savunan bir başka sosyal çalışmacı düşüncelerini şöyle aktarmaktadır:

Yani bence yakınımı kaybeden birine yas sürecinde kesinlikle danışmanlık hizmeti verilmeli. Ölümü kabullenmesi için, ölümün doğal bir durum olduğunu anlaması için. Yas sürecinin belli aralıklarla işte en azından sonlanmasını, kişinin normal hayata sağlık anlamında dönmesinde çok etkili olur. (SÇ5-SB-AMATEM).

Kayıptan sonra çaresizlik içinde zorlu bir süreç geçiren ve kendi kaynaklarını kullanamayan veya kaynakları yetersiz kalan, çevre desteğini alamayan ve herhangi başka bir nedenle bu süreci olağan şekilde yaşayamayan bazı bireylerin intihara varacak derecede çaresiz kaldıklarını belirten sosyal çalışmacılar ise görüşlerini aşağıdaki şekilde aktarmaktadır:

Bu tür kayıplar (yakın kaybı) nedeniyle bireylerin bu süreci yönetememelerinden ve gerekli desteği almamalarından kendi yaşamlarına son verdiğini de biliyoruz. Özellikle ölümden yas sonrası bu tür vakalar oldukça fazla. Bunları en aza indirmek sadece bir ruh sağlığı hizmetlerinde işte psikiyatri alanının hâkim olduğu bir durum değil. Ekip çalışmasıyla bireyin ihtiyaçlarının karşılanacağı bir kurumsal hizmetle ancak bunu sağlayabiliriz. (SÇ3-AB-Engelsiz Yaşam Merkezi).

Yani insanların kayıpları özellikle yakın çevresindeki kayıpları insan için ağır bir yük, bir travmadır. Bu, tabii ki insan için beklenmedik bir şeydir. Yani her zaman karşılaştığı bir durum değil. Bu da insana ağır geliyor yani. Dolayısıyla bu ağırlığı, bu travmayı, bu sorunu çözmek için çoğu insan belki desteğe ihtiyaç duyuyordur. Ama belki bunu sözel olarak ifade etmiyordur. (SÇ2-AB-SHM).

Türkiye’de sosyal hizmetin yas danışmanlığı görevine sağlam bir zemin oluşturmak için görüşlerine başvurulmuş sosyal çalışmacıların bu uygulamayı gerekli gördükleri ve destekledikleri anlaşılmaktadır.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada, yakını kaybeden bireylerin yas deneyimleri güçlendirme yaklaşımı temelinde analiz edilmiş ve sosyal çalışmacıların kayıp ve yas ile ilgili alan deneyimleri irdelenmiştir. Araştırma sonucunda yakını kaybeden bireyleri *güçlendirici-güçsüzleştirici faktörler* ile *yas desteği alma durumu ve yas danışmanlığı düşüncesine* ilişkin tema-alt temaların betimleyici bir resmine ulaşılmıştır. Sosyal çalışmacılarla yapılan görüşmelerde ise sosyal hizmet mesleğinde *yas danışmanlığı* uygulamasının gerekliliğini öne süren ve bu konuyu tartışmaya açan bilgilere ulaşılmıştır.

Yakını kaybeden bireylerin yas görevlerini yerine getirmeleri, tinselliği bir kaynak olarak görmeleri/kullanmaları, sosyal destek mekanizmalarının işlevsel olması, yaşama yeniden bağ kurmaları, taziyelerin yapılması ve kalabalık olması, dışsal ve bireysel diğer bazı *güçlendirici faktörler* yas sürecinde bireyleri güçlendirmektedir.

Yas sürecinde karşılaşılan sorunlar, güçsüzleştirici dışsal faktörler, toplum ve çevrenin tutumu, sosyal çevreden beklenen ilginin gösterilmemesi veya zamanla azalması, kayıptan sonra karşılaşılan güçsüzleştirici değişimler, bazı kişisel özellikler, ailenin dağılma riski ve diğer sevdiklerini de kaybetme korkusu gibi *güçsüzleştirici faktörler* bireyleri yas sürecinde bilişsel, davranışsal, ruhsal ve sosyal açıdan güçsüzleştirmekte ve sağlıklı yas tutmayı engelleyebilmektedir.

Farklı alanlarda görev yapan sosyal çalışmacılarla yapılan görüşmelerde sosyal çalışmacıların yakını kaybeden birey ve ailelerle karşılaştıkları, vakaların bazen doğrudan ölüm ve yaşla ilgili olduğu, bu nedenle yas olgusuyla sosyal hizmetin güçlü bir bağa sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlara istinaden sosyal hizmet mesleğinin insanı merkeze alan, insan haklarına dayalı sağlıklı gelişim ve değişimi destekleyen bir ruh sağlığı mesleği olarak yas tutan bireylere danışmanlık yapması gerektiği vurgulanmıştır. Yakını kaybeden bireylerin de kendilerine destek verecek profesyonel meslek elemanlarına ihtiyaç duydukları ve böyle bir hizmeti olumlu karşıladıkları anlaşılmıştır. Dolayısıyla yakını kaybeden bireylerin yas deneyimleri ve sosyal çalışmacıların alan deneyimleri sosyal hizmetin yas danışmanlığı görevini daha aktif bir şekilde üstlenmesi gerektiğini göstermektedir.

Sonuç olarak betimlenen bu güçlendirici kaynaklar kullanılarak ve güçsüzleştirici/zorlaştırıcı kaynakların etkisi hafifletilerek kayıp deneyimleyen bireylerin psikososyal esenlikleri yas danışmanlığı ile artırılabilir. Güçlendirme yaklaşımının özünde sahip olduğu niteliklere bu araştırmanın yas özelinde ortaya çıkardığı diğer boyutlar da eklenildiğinde bireylerin yeni yaşama uyum sağlamaları, güçlenmeleri ve sağlıklı bir yas süreci geçirmeleri kolaylaşabilecektir.

Araştırma neticesinde aşağıda sıralanan bazı önerilere yer verilmiştir.

- Bu çalışmada yakını kaybeden bireylerin yas deneyimleri, güçlendirme yaklaşımı temelinde incelenmiş ve güçlendirmenin temel nitelikleri dışında araştırma sonucunda güçlendirici bazı faktörler ortaya çıkmıştır. Bu faktörler, kayıp ve yas vakalarında güçlendirme araçları olarak kabul edilebilir.
- Kayıp ve yas, sosyal hizmetin bir alanı olarak değerlendirilmeli ve bu konuda araştırma ve yayın sayısı artırılmalıdır.

- Sosyal hizmetin ruh sağlığı mesleği olduğu hatırlanarak mesleğin yas danışmanlığı uygulamasında aktif sorumluluk üstlenmesi için çaba gösterilmelidir.

Uygulayıcılar için öneriler

- Çalışmada, sosyal çalışmacıların kayıp ve yas yaşayan bireylerle karşılaştıkları anlaşılmıştır. Sosyal çalışmacılar, sorunların karmaşık olabileceğinin farkındadır ve bireylerin yüksek yararı ilkesine sadık kalarak bu vakalara kayıtsız kalmamalıdır.
- Yas tutanların yas destek ihtiyacını karşılamak için çevrimiçi yas destek grupları oluşturularak çevrimiçi yas desteği aktif olarak sunulmalıdır.
- Sosyal hizmet kurumlarında çalışan, kayıp ve yas vakalarıyla karşılaşan sosyal çalışmacılar bu alanı görünür kılmak için gerekli yerlere bildirimde bulunmalıdır.
- Kayıp ve yasla ilgili hizmet içi eğitimler verilmelidir.
- Sosyal hizmet kurumlarında bu alanda yetişmiş sosyal çalışmacı ihtiyacını karşılamak için bir havuz sistemi oluşturulmalı ve bu alanda çalışacak meslek elemanlarından yas danışmanlığı ekibi kurulmalıdır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın en önemli kısıtlarından biri örnekleme yöntemine ilişkindir. Çalışmada amaçlı örneklem türlerinden maksimum çeşitlilik yöntemi tercih edildiğinden farkı kayıp deneyimi olan bireylere ulaşılmaya çalışılmıştır. Diğer bir kısıtlılık araştırmacı ile özneler arasında kurulan iletişim ile ilgilidir. Araştırmanın konusu derin bir kavrayışı gerektirmektedir ve bunun sağlanması için nitel yöntem tercih edilmiştir. Araştırmacı bu hususu göz önünde bulundurarak öznelerin yas deneyimlerinin ayrıntılı kavrayışı için özen göstermiş ancak yine de veriler öznelerin aktarımlarıyla sınırlı kalmıştır. Dolayısıyla özneler, yas deneyimlerini paylaşma eğiliminde olmalarına rağmen burada belirleyici olanın özneler olduğu düşünüldüğünde bunun bir sınırlılık arz edebileceği söylenebilir. Çalışmanın sınırlılıklarından biri de kadın katılımcılara erişmeye ilişkindir. Toplumdaki ataerkil ve geleneksel bazı tutumlar hem kadın katılımcılara erişmeyi hem de onlarla görüşme yapmayı zorlaştırmıştır. Bu nedenle hem güven ortamı oluşturmak hem de bazı katılımcılara erişimi kolaylaştırmak için öncelikle katılımcıların yakınlarına erişilmiş ve gerekli görüldüğünde bazı görüşmelere bir kadınla gidilmiştir. Bu durumun kadın katılımcıların kendilerini rahatça ifade etmelerini kısmen engellediği de söylenebilir.

Kaynakça

- Afyonoğlu, M. F., Kesen, N. F., Özcan, M. ve Yavuz, M. (2021). Bireylerin çocuk kaybı ve yas sürecinin aile sistem teorisi temelinde sosyal hizmet perspektifiyle değerlendirilmesi. *Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi*, 0(14), 59-81. <https://doi.org/10.46218/tshd.908201>
- Apak, H. (2018). Güçlendirme ve maneviyata duyarlı sosyal hizmet. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 3(67), 339-411. <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS7573>
- Apaydın, S. (2017). *Yas danışmanlığı*. (Ö. Erdur-Baker ve İ. Aksöz-Efe, Ed.) (1. bs.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Barker, R. L. (1995). *The social work dictionary* (3. bs.). Washington: NASW.
- Barthes, R. (2016). *Yas günlüğü* (2. bs.). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Baş, T. ve Akturan, U. (2017). *Sosyal bilimlerde bilgisayar destekli nitel araştırma yöntemleri* (3. bs.). Ankara: Seçkin Yayıncılık.

- Bonanno, G. A., Wortman, C. B. ve Nesse, R. M. (2004). Prospective patterns of resilience and maladjustment during widowhood. *Psychology and Aging, 19*(2), 260–271. doi:10.1037/0882-7974.19.2.260
- Bonsu, S. K. ve Deberry-Spence, B. (2008). Consuming the dead identity and community building practices in death rituals. *Journal of Contemporary Ethnography, 37*(6), 694–719. doi:10.1177/0891241607310631
- Braun, V. ve Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77–101. doi:10.1191/1478088706qp063oa
- Çelik, F. ve Gündüz, N. (2020). Covid 19 pandemisinde yas. *Klinik Psikiyatri Dergisi, 23* (Ek Sayı 1), 99–102. doi:10.5505/kpd.2020.15807
- Charles-Edwards, D. (2005). *Handling death and bereavement at work*. London: Routledge.
- Çıldam, S. Y. (2020). Yas coğrafyası kapsamında köklü bir kültür örneği : Siirt taziye evleri. *Electronic Turkish Studies, 15*(3), 2093–2114. <https://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.42988>
- Clark, E. J. (2021). Loss and suffering: the role of social work - SocialWorker.com. Erişim adresi: <https://www.socialworker.com/feature-articles/practice/loss-and-suffering-the-role-of-social-work/>
- Creswell, J. (2016). *30 Essential skills for the qualitative researcher*. London: SAGE Publications.
- Creswell, J. (2009). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (3. Ed.). London: SAGE Publications.
- Creswell, J. ve Miller, D. (2000). Determining validity in qualitative inquiry. *Theory Into Practice, 39*(3), 124–130. doi: 10.16990/SOBIDER.4656
- Drenth, C. M., Herbst, A. G. ve Strydom, H. (2013). Complicated grief in the South African context: A social work perspective. *British Journal of Social Work, 43*(2), 355–372. doi:10.1093/bjsw/bct025
- Düzgün, G., Uzun, M., Topaloğlu, Ö., Taşkıran, E., Köse, T. ve Akar, H. (2016). Dahiliye yoğun bakım ve palyatif bakım hizmeti almış hastaların yakınlarının yas süreçlerinin karşılaştırılması. *FNG & Bilim Tıp Dergisi, 2*(4), 250–255. doi:10.5606/fng.btd.2016.045
- Dyregrov, K. (2004). Strategies of professional assistance after traumatic deaths: Empowerment or disempowerment? *Scandinavian Journal of Psychology, 45*(2), 181–189. doi:10.1111/J.1467-9450.2004.00393.X
- Güçlü, İ. (2019). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (1. bs.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Gutiérrez, L. M. (1990). Working with women of color: An empowerment perspective. *National Association of Social Workers, 35*(2), 149–153. doi:10.1093/sw/35.2.149
- Hablemitoğlu, Ş. (2021). *Yas uzun bir veda*. İstanbul: Doğan Kitap.
- Holland, J. M., Thompson, K. L., Rozalski, V. ve Lichtenthal, W. G. (2013). Bereavement-related regret trajectories among widowed older adults. *Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 69*(1), 40–47. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbt050>
- Humphrey, K. M. (2017). *Kayıp ve yas için danışmanlık becerileri*. F. Tanhan (Çev. Ed.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

- Kellehear, A. (2012). *Ölümün toplumsal tarihi*. (Çev.: Tuğçe Kılınç). (G. Salman, Ed.). Ankara: Phoenix Yayınevi.
- Keser, E. (2021). Kayıp, yas ve belirtileri. Emrah Keser (Ed.). *Kayıp ve yas psikolojisi*. (1. bs.) içinde (1-47). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kızılkaya, M. ve Koştu, N. (2006). Yaşlılıkta ölüm kavramı ve hemşirelik yaklaşımı. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 9(4), 69-74. <https://hdl.handle.net/11499/41059>
- Korkut-Owen, F., Demirbaş-Çelik, N. ve Doğan, T. (2017). Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(Ek Sayı 62), 1461-1479. doi:10.17755/esosder.300405
- Krysik, J. L. ve Finn, J. (2015). *Etkili uygulama için sosyal hizmet araştırması* (Çev. Ed.: E. Erbay). (1. bs.). Ankara: Nika Yayınevi.
- Kübler-Ross, E. ve Kessler, D. (2000). *Life lessons: two experts on death and dying teach us about the mysteries of life and living*. New York: Scribner.
- Kübler-Ross, E. ve Kessler, D. (2004). *On grief and grieving: finding the meaning of grief through the five stages of loss*. New York: Scribner - Simon and Schuster.
- Neumann, W. L. (2008). *Toplumsal araştırma yöntemleri nitel ve nicel yaklaşımlar* (S. Özge, Çev.). İstanbul: Yayınodası
- Özuygun, A. R. ve Şimşek, S. (2018). Öskemen Şehri'nde (kazakistan) ölüm ile ilgili inanış ve adetler. *The Journal of Social Science*, 5(31), 502-519. doi: 10.16990/SOBIDER.4656
- Parkes, Colin Murray, H. G. P. (2013). *Bereavement: studies of grief in adult life* (4. bs.). New York: Routledge.
- Spilka, B. (2005). Religious practice, ritual, and prayer. R. F. Paloutzian, C. L. Park (Ed.). *Handbook of the psychology of religion and spirituality* içinde (s. 365-377). New York: The Guilford Press.
- Sulmasy, D. P. (2002). A biopsychosocial-spiritual model for the care of patients at the end of life. *Gerontologist*, 42(3), 24-33. doi:10.1093/geront/42.suppl_3.24
- Thieleman, K. ve Cacciatore, J. (2019). 'Experiencing life for the first time': The effects of a traumatic death course on social work student mindfulness and empathy. *Social Work Education*, 38(4), 470-484. doi:10.1080/02615479.2018.1548588
- Thompson, N. (2002). *Loss and grief: A guide for human services practitioners*. N. Thompson (Ed.) (2. bs.). New York: Palgrave.
- Thompson, N. (2016). *Güç ve güçlendirme*. Ö. Cankurtaran (Çev. Ed.) (1. bs.). Ankara: Nika Yayınevi.
- Thursby, J. S. (2006). *Funeral festivals in America: Rituals for the living*. *Journal of chemical information and modeling*. Kentucky: The University Press of Kentucky.
- Tuncay, T. ve Tekin, H. H. (2021). *Sosyal hizmet mesleğinin abc'si: temel kavramlar, sosyal sorunlar, çalışma alanları, müdahale ölçekleri* (1. bs.). Ankara: Nika Yayınevi.
- Utz, A. (2011). *Psychology from the Islamic perspective*. Riyadh: International Islamic Publishing House.

- Volkan, V. D. ve Zintl, E. (2020). *Kayıptan sonra yaşam: komplike yas ve tedavisi*. S. Yağcı (Ed.) (5. bs.). Ankara: Pusula Yayınevi.
- Worden, J. W. (2008). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. (3. bs.). New York: Springer Publishing.
- Yağar, F. ve Sema, D. (2018). Niteliksel araştırmaların planlanması: araştırma soruları, örneklem seçimi, geçerlik ve güvenilirlik. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(3), 1-9. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/gsbdergi/issue/39953/474327>
- Yaşar, M. (2018). Nitel araştırmalarda nitelik sorunu. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 55-73. doi: <https://doi.org/10.21666/muefd.426318>
- Yavuz, Y. ve Dölek, N. (2019). "Ordinary people" filminin yas teması açısından analizi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(62), 884-902. <http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2019.3105>
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (10. bs.). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Zorlu, M. (2018). *Sosyal hizmet perspektifinde taziye kültürünün yas sürecine etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi SBE, İstanbul.

Extended Abstract

Purpose

The aim of this study is to reveal the grief experiences of individuals who have lost their loved ones from the perspective of empowerment approach and to determine the grief support needs of grieving individuals. For this purpose, some themes were reached by analyzing the physical, behavioral, emotional and psychological symptoms experienced by individuals who experienced loss during the mourning process and the socio-cultural dimensions of the society and environment after the death event. In addition, by referring to the experiences of social workers, who are practitioners of the social work profession, an attempt has been made to emphasize the role of social work in grief support and grief counseling.

Design and Methodology

This study is a field research and aims to describe the grief experiences of individuals who have lost their relatives, to reveal the grief counseling needs of grieving individuals, and to reach the situations of social workers encountering/working with mourning cases. For this purpose, it was deemed appropriate to conduct the study with a qualitative method. In this study, designed as a qualitative research, phenomenological design was used. Because in phenomenological studies, the aim is to reach the meaning that the participants attribute to a phenomenon, to get to the essence of the lived experience and to describe them. Thus, the phoneme or phenomenon being examined is clarified in detail.

In qualitative research, it is important that the participants represent the phenomenon being researched and that they have rich experience and knowledge. In this regard, purposeful sampling technique was used when determining the research participants. The participants of the research are people between the ages of 18-65

who lost a first-degree relative at least six months ago and at most 10 years ago, and social workers working in different fields. In this research, in which qualitative method was used, in-depth interviews were conducted with 20 people who lost their relatives (9 men, 11 women) and 9 social workers from the field.

In-depth interviews were conducted as a data collection technique. Personal information form and semi-structured interview form were used as data collection tools. During the research process, which was carried out by participant observation and in-depth interviews, notes were taken during the interviews and the interviews were recorded with permission.

After collecting the research data, the records were deciphered and meanings were extracted by examining the notes using the content analysis technique. Maxqda Analytics 20 package program was also used for data analysis. Afterwards, themes and sub-themes were created by interpreting the data using the content analysis method. The determined themes and sub-themes were interpreted and discussed in accordance with the research purpose.

Findings

In this research, the participants of the study consist of two groups. Therefore, in the first stage, findings for individuals who lost their relatives were presented, and in the second stage, findings for social workers working in the field were presented.

Three main themes emerged by reading the interview data with the bereaved individuals and coding them through the Maxqda program. These themes are "Strengthening Factors", "Weakening Factors" and "Receiving Grief Support and the Thought of Grief Counseling". Depending on the theme of strengthening factors, sub-themes consisting of mourning duties, spirituality, social support mechanism, connecting with life, external factors, individual factors and factors facilitating the process emerged.

Under the theme of Debilitating Factors, debilitating sub-themes such as problems encountered after the loss, external factors, problems in the pre-death process, debilitating changes, pandemic effect, things that complicate the mourning process and individual factors were reached.

Within the scope of the theme of Receiving Grief Support and Thoughts of Grief Counseling, the sub-themes of grief counseling idea, psychiatric medication use, psychological support request and psychological support receiving status emerged.

From the analysis of interview data with social workers, sub-themes emerged: the relationship between social work and grief counseling, encountering individuals who have experienced loss, and the necessity of grief counseling in Turkey.

Individuals who have lost their loved ones must fulfill their mourning duties, use spirituality as a resource, ensure that social support mechanisms are functional, reconnect with life, offer condolences and be crowded, and some other external and individual factors strengthen individuals during the mourning process, as well as the problems encountered during the mourning process, the society and society. Factors such as the attitude of the environment, the lack of attention expected from the social environment, some personal characteristics, the risk of family disintegration and the fear of losing other loved ones weaken individuals cognitively, behaviorally, spiritually and socially during the mourning process and prevent them from grieving in a healthy way. It is clearly seen that social work should undertake the task of grief counseling, considering that social work has a strong connection with the phenomenon of mourning.

Research Limitations

This research was conducted with qualitative research method and represents a small sample group. Therefore, this situation can be evaluated within the scope of the limitations of the research in terms of generalizability.

Implications

As a result of the research, some suggestions are given below.

- In this research, the grief experiences of individuals who lost their relatives were examined on the basis of the empowerment approach, and some empowering factors emerged as a result of the research, apart from the basic qualities of empowerment. These factors can be used as empowerment tools in cases of loss and grief.
- Loss and mourning should be considered as a field of social work and the number of research and publications on this subject should be increased.
- Keeping in mind that social work is a mental health profession, efforts should be made to ensure that the profession assumes active responsibility in the practice of grief counseling.
- In future studies, the field of grief can be examined within the context of family and from the perspective of the system approach.

Originality/Value

The social work profession is among the mental health professions and has a mission in this direction. However, in our country, there is not enough focus on some professional areas, loss and mourning being one of these areas. Therefore, the fact that this study focuses on the area of loss and grief on the basis of a strengthening approach makes it unique. On the other hand, it is important to consult the opinions and experiences of social workers as field practitioners as well as individuals who have lost their relatives.

Araştırmacı Katkısı: Nurullah YELBOĞA (%70), Ali Rıza ABAY (%30).