



**ŞEHİT AİLELERİNİN YAS SÜRECİYLE BAŞ ETME
DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ**

Leyla Özdemir

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
TÜRKÇE VE SOSYAL BİLİMLER EĞİTİMİ ANABİLİM DALI**

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

ARALIK, 2019

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren... (...) ay sonra tezden fotokopi çekilebilir.

YAZARIN

Adı: Leyla

Soyadı: ÖZDEMİR

Bölümü: Felsefe Grubu Öğretmenliği

İmza:

Teslim tarihi:

TEZİN

Türkçe Adı: Şehit Ailelerinin Yas Süreciyle Baş Etme Davranışlarının İncelenmesi

İngilizce Adı: Examination of The Mourning Behavior of Martyr Families

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazar Adı Soyadı: Leyla ÖZDEMİR

İmza:

JÜRİ ONAY SAYFASI

Leyla Özdemir tarafından hazırlanan “Şehit Ailelerinin Yas Süreciyle Baş Etme Davranışlarının İncelenmesi” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği / oy çokluğu ile Gazi Üniversitesi Türkçe ve Sosyal Bilimler Eğitimi Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Prof. Dr. İbrahim Kısac

Türkçe ve Sosyal Bilimler Eğitimi Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Üye: Doç. Dr. Safiye Sarıcı Bulut

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Üye: Dr. Öğr. Üyesi Davut Aydın

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Tez Savunma Tarihi: 10/12/2019

Bu tezin Türkçe ve Sosyal Bilimler Eğitimi Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olması için şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Selma Yel

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

ŞEHİT AİLELERİNİN YAS SÜRECİYLE BAŞ ETME DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ

(Yüksek Lisans Tezi)

Leyla Özdemir

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
Aralık, 2019**

ÖZ

Bu araştırmanın amacı şehit ailelerinin yasla baş etme davranışlarını incelemektir. Araştırmanın çalışma grubunu araştırmaya destek vermeyi kabul eden gönüllü şehit anne, baba ve eşleri oluşturmuştur. Araştırmaya 11 şehit annesi, 10 şehit babası ve 5 şehit eşi katılmıştır. Araştırmada, şehit ailelerinin yas süreciyle nasıl baş ettiklerini ve bu süreci kolaylaştıran / zorlaştıran faktörleri belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan görüşme formu kullanılmıştır. Bu görüşme formunun geçerlilik düzeyini belirlemek için 5 uzmandan görüş alınmıştır. Araştırma tarama modeline göre yapılan nitel bir çalışmadır. Araştırmada yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır ve elde edilen veriler içerik analizi yapılarak incelenmiştir. Araştırmanın bulgularına göre, ailelerin büyük çoğunluğunun yakınlarının şehit olduğunu öğrendikleri ilk anda şok olma tepkisini verdikleri ortaya çıkmıştır. Şehit ailelerinin çoğunluğu yas sürecinde yaşadıkları hisleri anlatmayı tercih etmişler ve hislerini anlatmanın kendilerini rahatlattığını belirtmişlerdir. . Aileler yas sürecinde kendilerini en çok dini inançlarının ve milli duygularının ayakta tuttuğunu, kayıptan sonra günlük işlerinde aksama olmadığını belirtmişlerdir. Şehit aileleri kaybettikleri yakınları ile vedalaşmanın kendilerini rahatlattığını, ancak yakınlarını şehit eden kişilerin emniyet kuvvetlerince yakalanmasının acılarını hafifletmediğini söylemişlerdir. Yas sürecinde diğer şehit aileleri ile görüşmek ve mezar ziyaretleri yapmak şehit ailelerini rahatlatmaktadır. Şehit aileleri kayıptan sonra şehidi düşünmeye ve şehide odaklanmaya fırsat bulamamaları nedeniyle günlük işleri aksatmamaktadır. Kayıptan sonra ailelerin en fazla değişim yaşadıkları konu uyku düzenidir. Yas sürecini en çok “torunun varlığı” kolaylaştırmakta, şehide duyulan hasret ise zorlaştırmaktadır. Ailelerin çoğunluğu şehide ait eşyaların acıyı tazelemeye neden olduğunu belirtmişlerdir. Şehit ailelerinin çoğunluğu psikolojik destek almayı tercih etmediklerini ifade etmişlerdir. Şehit ailelerine şehidin yok olmadığını düşündüren faktörler yas sürecini kolaylaştırmakta, şehidin geri gelmeyeceğini hatırlatan faktörler ve şehide duyulan hasret süreci zorlaştırmaktadır. Şehidin yok olmadığı hissini veren faktörler, şehidin torunları, dini inançlar, şehidin

eşyaları, şehidin adını taşıyan yapılar (park, bahçe, çeşme, okul vs.) ve şehidin mezarı (şehidin mezarını, şehidin evi gibi gören aileler için) olarak saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Şehit Aileleri, Yas, Baş Etme, Şehit

Sayfa Adedi: 71

Danışman: Prof. Dr. İbrahim Kısaç

EXAMINATION OF THE MOURNING BEHAVIOR OF MARTYR FAMILIES

(M.S. Thesis)

Leyla Özdemir

GAZI UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES

December, 2019

ABSTRACT

The purpose of this research is to examine the behavior of families of martyrs in coping with bereavement. The study group consisted of volunteer martyrs' parents and wives who agreed to support the study. 11 mothers of martyrs, 10 fathers of martyrs and 5 wives of martyrs participated in the research. In the study, the interview form created by the researcher was used to determine how the families of martyrs cope with the mourning process and the factors that facilitate / complicate this process. To determine the validity level of this interview Form, 5 experts were consulted. Research is a qualitative study based on the screening model. Semi-structured interview technique was used in the research and the data obtained were analyzed by content analysis. The findings of the study revealed that the vast majority of families reacted to being shocked at the first time they learned that their relatives had been killed. The majority of the families of the martyrs preferred to describe their feelings during the mourning process and stated that their feelings were comforted. . The families have stated that their religious beliefs and national feelings are the most enduring during the mourning process, and that there is no disruption to their daily work after the loss. After the loss, families experience the most changes in sleep patterns. The “presence of grandchildren” facilitates the mourning process the most, while the longing for the martyr makes it difficult. The majority of the families stated that the items belonging to the martyr caused the pain to be renewed. The majority of families of martyrs have stated that they do not prefer to receive psychological support. The families of the martyrs do not disrupt daily work because they do not have the opportunity to think about the martyr and focus on the martyr after the loss. The families of the martyrs said that they felt relieved to say goodbye to the relatives they had lost, but that the arrest of those who had killed their relatives by the police did not alleviate their suffering. During the mourning process, meeting with other families of martyrs and making grave visits comfort the families of martyrs. The factors that suggest to the families of the martyrs that the martyr is not destroyed facilitate the mourning process, the factors that remind the martyr that he will not come back and the longing for the martyr complicates the process.

Factors that give the feeling that the martyr is not destroyed, the descendants of the martyr, religious beliefs, the items of the martyr, the buildings bearing the martyr's name (park, garden, fountain, school, etc.)) and the martyr's grave (for families who see the martyr's grave as the martyr's House).

Key Words: Families of Martyrs, Mourning, Coping, Martyr

Page Number: 71

Advisor: Prof. Dr. İbrahim Kısaç

İÇİNDEKİLER

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU	i
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI.....	ii
JÜRİ ONAY SAYFASI.....	iii
ÖZ	iv
ABSTRACT	vi
TABLolar LİSTESİ.....	x
BÖLÜM I	1
GİRİŞ.....	1
Problem Durumu.....	1
Araştırmanın Amacı	3
Araştırmanın Önemi	3
Varsayımlar	4
Sınırlılıklar	4
BÖLÜM II.....	5
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	5
Yas Kavramı	5
Yas Sürecinin Aşamaları	7
Yas Sürecini Etkileyen Faktörler.....	9
Yas Türleri.....	10
Patolojik Yas	10
Travmatik Yas.....	11
Yas Kavramına İlişkin Görüşler.....	12
Şehitlik Kavramı	14
Türklerde Şehitlik Kavramı	15
İlgili Araştırmalar	16
BÖLÜM III	21

YÖNTEM.....	21
Araştırmanın Deseni	21
Çalışma Grubu	22
Verilerin Toplanması	22
Verilerin Analizi	23
BÖLÜM IV	24
BULGULAR VE YORUM	24
Ailelerin Yakınlarının Şehit Olduğunu Öğrendikleri Anda Verdikleri Tepkiler	24
Şehit Ailelerinin Hislerini Anlatma- Anlatmama Durumu	26
Hisleri Anlatmanın Yas Sürecine Etkisi.....	27
Şehit Ailelerinin Kayıptan Sonraki İlk Bir Yıl İçinde Yaşadığı Değişiklikler	29
Şehit Ailelerinin Yasla Baş Etmesini Kolaylaştıran Faktörler	30
Şehit Ailelerinin Yasla Baş Etmesini Zorlaştıran Faktörler	32
Dini İnançların ve Milli Duyguların Yas Sürecine Etkisi.....	34
Şehit Ailelerinin Günlük İşlerinde Aksama Olup Olmaması Durumu ve Yas Sürecine Etkisi	35
Şehide Ait Eşyaların Yas Sürecine Etkisi	37
Şehitle Vedalaşıp Vedalaşmama Durumunun Yas Sürecine Etki	38
Şehit Eden Kişilerin Emniyet Kuvvetlerince Yakalanmasının Yas Sürecine Etkisi	40
Diğer Şehit Aileleri ile Görüşmenin Yas Sürecine Etkisi	41
Kabir Ziyaretlerinin Yas Sürecine Etkisi	42
Şehit Ailelerinin Psikolojik Destek Alıp Almama Durumları.....	44
BÖLÜM V	47
SONUÇ VE TARTIŞMA.....	47
Öneriler	49
KAYNAKLAR.....	50
EKLER.....	53
EK 1. Kişisel Bilgi Formu	54
EK 2. Yas Süreci İle Baş Etme Davranışları Görüşme Formu.....	55

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. <i>Kayıp Karşısında Verilen Ortak Tepkiler</i>	7
Tablo 2. <i>Katılımcıların Demografik Verilere Göre Dağılımları</i>	22
Tablo 3. <i>Ailelerin Şehit Haberini Aldıkları İlk Anda Verdikleri Tepkiler</i>	24
Tablo 4. <i>Şehit Ailelerinin Hislerini Anlatıp Anlatmama Durumu</i>	26
Tablo 5. <i>Hisleri Anlatmanın Yas Sürecine Etkisi</i>	27
Tablo 6. <i>Kayıptan Sonraki İlk Bir Yıl İçinde Yaşanan Değişiklikler ve Değişikliklerin Türü</i>	29
Tablo 7. <i>Yasla Baş Etmeyi Kolaylaştıran Faktörler</i>	31
Tablo 8. <i>Yasla Baş Etmeyi Zorlaştıran Faktörler</i>	33
Tablo 9. <i>Dini İnançların ve Milli Duyguların Yas Sürecine Etkisi</i>	34
Tablo 10. <i>Günlük İşlerde Aksama Olup Olmaması Durumu ve Yas Sürecine Etkisi</i>	36
Tablo 11. <i>Şehide Ait Eşyaların Yas Sürecine Etkisi</i>	37
Tablo 12. <i>Şehitle Vedalaşıp-Vedalaşamama Durumu ve Yas Sürecine Etkisi</i>	39
Tablo 13. <i>Şehit Eden Kişilerin Emniyet Kuvvetlerince Yakalanmasının Yas Sürecine Etkisi</i>	40
Tablo 14. <i>Diğer Şehit Aileleriyle Görüşmenin Yas Sürecine Etkisi</i>	41
Tablo 15. <i>Kabir Ziyaretlerinin Yas Sürecine Etkisi</i>	43
Tablo 16. <i>Şehit Ailelerinin Psikolojik Destek Alıp Almama Durumları</i>	44

BÖLÜM I

GİRİŞ

Problem Durumu

Her insan hayatının herhangi bir döneminde kayıp yaşayabilmekte ve bu kayıplar, kayıp yaşayan kişinin hayatında bir takım değişikliklere neden olabilmektedir. Bazı bireyler bu değişikliklere kolayca uyum sağlayabilirken, bazı bireyler uyum sağlamakta çeşitli zorluklar yaşayabilmektedir. Bireyin uyum sağlamakta en çok zorlandığı ve hayatında köklü değişikliklere neden olabilen kayıp durumlarından biri, sevilen birinin yaşamını yitirmesi durumudur. Çünkü ölüm, kaybedilen kişinin geri gelmesini imkânsız kılmaktadır. Bu imkânsızlık düşüncesi bireyi yas tutmaya itebilmektedir.

Yas kavramı ilk olarak Freud tarafından incelenmiştir. Freud (1917)'a göre yas; bir kişinin ya da değerın kaybedilmesi sonucu verilen tepkilerdir. Zorlu (2018)'ya göre yas; vefat, boşanma gibi durumlar karşısında verilen ve kendiliğinden oluşan tepkilerden oluşan bir süreçtir. Yas, genel olarak insanların kayıp karşısında verdikleri doğal tepkilerden oluşan bir süreç olarak tanımlanabilmektedir.

Yas sürecinde hayatını boş hisseden birey, duygusal olarak bu kaybını ya da ölümü protesto eder. Kişisel bakım, çalışma, aile ve sosyal ilişkiler gibi durumlarda aksamalar görülür. Bazı ruhsal sorunlar yaşar. Yas sürecinde insan yaşadığı kaybı yaşamının bir parçası haline getirir. Bununla yaşamayı öğrenir. Yas tutmak, kaybedilen kişiyi unutmak, sevmemek değil, kaybı ve kayıpla ilgili duyguları kabullenmek, başa çıkabilmek ve bu duygularla yaşamayı öğrenmek demektir (Zara, 2011, s. 74).

Yas sürecinde bireylerin verdikleri tepkiler kendilerine özgüdür. Bazı kişiler ağlama, bağırma tepkisi verirken, bazı kişiler bayılma, şok olma gibi tepkiler vermektedir. Ancak birçok insanın verdiği ortak duygusal, fiziksel, bilişsel ve davranışsal tepkiler de vardır.

Ortak fiziksel tepkiler; boğazında düğümlenme, kaslarda uyuşukluk, ağız kuruluğu gibi tepkilerdir. Ortak bilişsel tepkiler konsantrasyon güçlüğü, ölen kişiyle ilgili konularda sürekli zihinsel uğraşı, depresif düşünce gibi tepkilerdir. Ortak duygusal tepkiler; kendini kötü hissetme, ölen kişiye öfke duyma, kendini eleştirme, anksiyete, yalnızlık, özlem, özgürlük, rahatlama gibi tepkilerdir. Ortak davranışsal tepkiler; iç çekme, aşırı hareketlilik, ölen kişinin eşyalarına aşırı kıymet verme, gibi tepkilerdir (Özçetin, 2000, s. 13). Bu tepkiler normal yas tepkileri olarak kabul edilmektedir.

Bireyin normal yas aşamalarından birinde takılıp kalması nedeniyle yas sürecini tamamlayamaması sonucu patolojik yas ortaya çıkmaktadır. Patolojik yas; kaybın ardından en az altı ay geçmesine rağmen bireyin sosyal ve mesleki hayatındaki işlevselliğinin giderek bozulmasını ifade etmektedir. Çözümlememiş yas, anormal yas, komplike yas gibi başka isimler de almıştır (Bildik, 2013, s. 227).

Sevdiği bir kişiyi ani ve şiddet içeren bir biçimde kaybeden bireylerde travmatik yas görülmektedir. Travmatik yasta kayıp ve travma eş zamanlı bir etki oluşturmaktadır. Bunun sonucunda ise kayıp yaşayan bireyin dünyayı algılama biçimi ve baş etme mekanizması örselenmektedir. Bu yas türündeki travmatik etki fiziksel ve ruhsal hastalıklar için risk oluşturmaktadır (Bildik, 2013, s. 227).

Dini kökenli bir kavram olan şehitlik, kökenini aşarak önemini devam ettiren bir kavramdır. Şehitlik kavramı birçok dinde benzer ve farklı yönleriyle yer almaktadır. Eski çağlarda ortaya çıkmış olan şehitlik kavramı, zaman içerisinde dini anlamından “vatan için ölmek” anlamına doğru bir değişim geçirmiştir (Işık, 2014).

Şehitliğin İslamiyet’te de Türk toplumunda da önemli bir yere sahip olduğu kabul edilmektedir. İslamiyet’te şehitlik yüksek bir statüüdür. Şehit olanların ölmediğine inanılmaktadır. Türk Toplumunda ise “vatan” uğruna ölmek bir şeref sayılmaktadır. Vatan ve milletin bekası her şeyin önündedir. Ancak vatan savunulurken birçok asker, polis şehit olmaktadır ve bu nedenle birçok aile yas süreci yaşamaktadır. Şehit aileleri bir yandan yas süreci geçirirken bir yandan da yakınlarının şehit olmasının gururunu taşımaktadır. Hissettikleri gurur ailelerin kayıp acısıyla baş etmelerini kolaylaştırmaktadır. Ancak ailelerin kaybettikleri yakınlarının olmadığı hayata uyum sağlamaları için yeterli değildir. Çünkü yas sürecini etkileyen birçok değişken bulunmaktadır ve yas sürecini her birey kendine özgü yaşamaktadır. Bu nedenle şehit ailelerinin yas sürecini de bireysel değerlendirmek gerekmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı şehit ailelerinin yasla baş etme süreçlerinin incelenmesidir. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

1. Şehit annesi, babası ve eşinin yas süreci ile baş etmesini kolaylaştıran faktörler nelerdir?
2. Şehit annesi, babası ve eşinin yas süreci ile baş etmesini zorlaştıran faktörler nelerdir?
3. Şehit annesi, babası ve eşinin yakınlarının şehit olduğu haberini aldıktan sonraki ilk bir yıl içerisinde duygu, düşünce ve davranışlarında nasıl bir değişim olmuştur?
4. Şehit annesi, babası, eşinin yakınlarının şehit olduğunu öğrendikleri ilk anda verdikleri tepkiler nelerdir?

Araştırmanın Önemi

Her insan hayatının bir döneminde kayıp yaşayabilmektedir. Yaşanan kayıp, kayıp yaşayan kişinin hayatında değişikliklere neden olabilmektedir. Bazı insanlar kaybın neden olduğu değişikliklere kısa sürede uyum sağlayabilirken bazı insanlar bu değişikliklere uyum sağlamakta zorlanmaktadır.

Yas süreci kişisel bir süreçtir ve bu sürecin içeriği bireyin hissettiği acı ve üzüntü, geçmişte yaşadığı kayıplar, ilişkilerinin doğası tarafından belirlenmektedir. Aynı ortamda ve aynı cinsiyette olan kardeşlerin bile yas süreci birbirinden farklılık göstermektedir (Işık, 2013, s. 25).

Kayıp karşısında verilen tepkiler kişiden kişiye değişmektedir. Bu durum da yas süresini ve sürecini etkileyen faktörlerin neler olduğunun bilinmesi gerektiğini göstermektedir. Yas sürecinin daha sağlıklı geçirilmesi, yas süresinin kısaltılması ve olumsuz etkilerinin ortadan kaldırılması için bu faktörlerin farkında olunması gerekmektedir. Bu çalışma da yas sürecini etkileyen faktörleri ortaya koyması bakımından önemlidir. Ayrıca konuyla ilgili çalışma yapmak isteyen kişilere, kurumlara vs. yol göstermesi, yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Çünkü şehit ailelerine ancak onların yas süreci, bu süreci etkileyen faktörler bilindiği takdirde yardımcı olunabilmektedir.

Varsayımlar

Araştırmada yer alan varsayımlar şu şekildedir:

1. Bu araştırmada kullanılan görüşme formunun amaca hizmet eder niteliklere sahip olduğu varsayılmıştır.
2. Ulaşılabilen şehit ailelerinin yas sürecinin kendine özgü özelliklere sahip olduğu varsayılmıştır.

Sınırlılıklar

Yapılan çalışma ulaşılabilen ve görüşmeyi kabul eden şehit anneleri, babaları, eşleri ve çocuklarından elde edilen verilerle sınırlıdır. Veri toplama yerleri ise Adana, Ankara, Gaziantep ve Konya ili ile sınırlandırılmıştır.

Tanımlar

Kayıp: Bireyin hayatında kendisi için önemli olan nesnelerin, kişilerin, organların, işlevlerin, hayvanların vs. yitirmesidir (Okyayuz, 1995, s. 167).

Şehit: Allah yolunda öldürülen mümin kişiyi ifade etmektedir (Kurt, 2012, s. 191).

Yas: “Bireylerin yitim, kayıp, ayrılık, hayati değişiklik gibi durumlar karşısında sergiledikleri fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal tepkilerin toplamıdır.” (Ünlütürk, 2010).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Yas Kavramı

Ölüm her insanı derinden etkileyebilir ve yaşamında köklü değişimlere neden olabilir. Ölüm karşısında her insan farklı tepki verir. Bu tepkilerden bazıları reddetme, şoka girme, ağlama gibi tepkilerdir. Bu tepkiler yas sürecinin yapısını oluşturabilir. Yas sürecindeki bazı kişiler ölümü daha sakin karşılayarak kabullenebilirken bazı kişiler de kabullenmede oldukça zorlanabilirler. Bu zorlanmanın nedeninin kaybedilen kişiyle kurulan ilişki olduğu söylenebilir.

Bireylerin kendileri dışındaki insanlarla kurdukları, sevgiye, güvene dayanan ilişkileri vardır ve bireyler kendilerini mutlu ya da üzgün hissettiklerinde bu derin bağları kurdukları insanlara giderler. Ancak bu insanlar öldüklerinde bireylerin hissettiği kaygı, keder, üzüntü gibi yoğun duygular yas tepkisi olarak görülür. Bu yas tepkileri de kişinin sanki kendisinin bir parçası ölmüş hissine kapılmasına, hayatın bir anlamı olmadığını düşünmesine neden olur. Yas tutan kişi çoğu zaman hayatını boş ve yoksul hisseder (Zara, 2011, s. 74).

Birinin kaybının ardından yaşanan süreci bireysel, toplumsal ve duruma özgü olmak üzere farklı düzeylerde yansıtan ve sıklıkla birbirinin yerine kullanıldığı halde kavramsal olarak birbirinden farklı olan üç kavram vardır: kayıp yaşama, matem, yas (Bildik, 2013, s. 224).

Kayıp yaşama; bireyin sevdiği kişiyi kaybetmiş olması nedeniyle içinde bulunduğu durumun nesnel ismidir ve sürecin toplumsal veya dışsal bileşenini yansıtmaktadır. Matem; ölümden dolayı yaşanan üzüntüyü veya üzüntüyle geçirilen zamanı tanımlamaktadır. Bireyin duygularından bağımsızdır. Kaybın kültürel yanını temsil eder. Bilinçli veya bilinçsiz kültürel tepkileri içerir. Kaybedilen kişiye yeniden ulaşmaya çalışma, üzüntü ve yeniden yapılanma süreçlerinden oluşur. Yas ise; ölüm nedeniyle kayıp yaşayan kişilerde kayıp karşısında verilen uyum tepkilerini yansıtır ve yas tepkileri

fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal alanda çeşitli tepki biçimleri ile kendini gösterebilmektedir. Yas, ölen bireyle tamamlanmamış planları, istekleri, hayalleri ve fantazileri içermektedir. Bu üç kavramın ortak noktası ise yasin bireyin kişisel tepkileri olduğudur (Bildik, 2013, s. 224).

Yas sürecinin normal hayattan kopmak, fiziksel ve ruhsal rahatsızlıklara neden olmak, bireyin çevresindeki kişilerle ilişkisini olumsuz etkilemek gibi olumsuz yönleri varsa da ruhsal ve fiziksel sağlığı korumak açısından faydaları da vardır. Tanhan (2012)'a göre yas tutmak,

- ✓ Kayıpla bozulan psikolojik bütünlüğün yeniden kazanılması için gerekli süreyi sağlar.
- ✓ Hem en yakın kaybın oluşturduğu psikolojik sarsıntıyı atlatmak hem de geçmiş kayıplarla ilişkili yeniden yapılandırma yapmak için gereklidir.
- ✓ Kayıp yaşayan kişinin, yaşam karşısında olgunlaşmasını sağlayacak psikolojik yeniden yapılanma için gerekli zamanı sağlar.

Yas tutmaktan bilinçli olarak kaçınılırsa fiziksel ve ruhsal rahatsızlıklar oluşabilir. Bu da normal yaşam işlevlerinde aksaklıklara neden olur. Yas süreci normal ve doğal bir süreçtir ancak bazen çok zor olabilir. Yası atlatmak için zaman, cesaret ve destek gerekir (Zara, 2011, s. 75).

Yas, kaybın ardından gelişen doğal, zorlayıcı, stresli bir süreçtir ancak hastalık değildir. Kayıp karşısında verilen tepkiler bireyseldir. Bu tepkiler sakın bir kabulden ciddi bir kriz tepkisine kadar değişiklik gösterebilir. Yas tepkileri her kişi de farklı olsa da ortak bedensel (fiziksel), bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkiler görülmektedir. Bu tepkiler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1

Kayıp Karşısında Verilen Ortak Tepkiler

Kayıp Karşısında Verilen Ortak Tepkiler	
Fiziksel	Nefes Alamama
	İştah Artması/ Azalması
	Midede Boşluk Hissi
	Seslere Aşırı Duyarlılık
	Enerjisizlik ve Çabuk Yorulma
Bilişsel	İnanamama ve İnkâr
	Ölen Kişinin Yaşadığı Düşüncesi
	Görsel ve İşitsel Halüsinasyonlar
Duygusal	Şaşkınlık ve Şok
	Öfke
	Üzüntü
	Suçluluk
	Yalnızlık
	Umutsuzluk
Davranışsal	Ağlama
	Dalgınlık
	Ölen Kişiyi Çağırma ve Arama
	Sosyal Çekilme
	Uyku Bozukluğu

Bildik, T. (2013). Ölüm, kayıp, yas, patolojik yas. *Ege Tıp Dergisi*, 52(4), 223-229.

Tablo 1’deki tepkilere ek olarak kayıp yaşayan bireylerde boğazda düğümlenme, midede kazanma, kaslarda uyuşukluk, ağız kuruluğu (fiziksel tepkiler), konsantrasyon güçlüğü, ölen kişiyle ilgili konularda sürekli zihinsel uğraşı, mistisizm, depresif düşünce, depersonalizasyon (bilişsel tepkiler), kendini kötü hissetme, ölen kişiye öfke duyma, kendini eleştirme, anksiyete, halsizlik, özlem, özgürlük, duygusal küntlük ve rahatlama (duygusal tepkiler), rüyada ölen kişiyi görme, iç çekme, aşırı hareketlilik, ölen kişinin eşyalarına aşırı kıymet verme, özdeşleşme (davranışsal tepkiler) gibi tepkiler de görülebilmektedir (Özçetin, 2000, s. 13).

Yas Sürecinin Aşamaları

Yas süreci belli aşamalardan oluşmaktadır. Bu aşamalar bireyden bireye farklılık gösterir. Aşamalar yer değiştirebilir veya bazı aşamalar hiç yaşanmayabilir. Ancak genel olarak yas süreci beş aşamadan oluşur: şok ve uyuşma, inanmama ve inkâr, arzu etme, çaresizlik,

kabullenme. Şok ve uyuşma aşaması, kaybın öğrenildiği ilk zamanlar yaşanır. Kişi, ölüm gerçeğiyle kısa bir süre hissizlik yaşar (Zara, 2011, s. 79).

İnanmamak ve inkar aşamasında, uyuşukluk da yaşanır. En yoğun duygu şok ve uyuşukluktur. Şok ve uyuşukluk genellikle bir hafta sürer. Ancak inkar (yadsıma, inanmama) durumu ise günlerce hatta aylarca sürebilmektedir (Onur, 2014, s. 397).

Arzu etme aşamasında yas tutan kişi kaybının geri gelmesini bekler. Yalnızlık ve öfke gibi duygular bu aşamanın bir parçasıdır. Birey neden ben diye sorguladığı için öfke duyar. Bu aşamadaki öfke çevredekiler tarafından kişisel olarak algılanmamalıdır. Duruma uyum sağlama çabası olarak nitelendirilmelidir (Zara, 2011, s. 80).

Arzu etme evresi özleme, hasretini çekme ve depresyon evresi olarak da adlandırılır. Bu evrede depresyon genellikle beş-on dört gün doruk noktasına ulaşır. Bazı kişilerde iki haftadan daha uzun sürebilir. Birey bu evrede ağlama, insanlardan uzak durma, ölenin anısına bağlanma, uykusuzluk, iştahsızlık gibi davranışlar sergiler (Onur, 2014, 397).

Çaresizlik aşamasının en belirgin parçası kayıp gerçeğini kabullenme, kaybın sonucunun anlaşılmasıyla hissedilen çaresizlik duygusudur. Birey yoğun bir kaygı duyar ve bu kaygı sonucu iş hayatında ve sosyal ilişkilerde zorluklar yaşayabilir (Zara, 2011, s. 80).

Kabullenme ve hayatı düzenleme aşamasında birey kaybı kabullenmiştir. Yas tepkilerinin çeşitliliğini ve yoğunluğunu azaltır. Normal yaşam fonksiyonlarını düzenler. Yeni ilişkiler ve projeler için yatırım yapar (Zara, 2011, s. 80).

Bowlby'nin (1980) klasik gözlemlerine göre aile üyelerinden birini veya eşi kaybetme sonucunda sergilenen normal yas tepkileri dört aşamadan oluşmaktadır:

- 1) Hissizleşme ve inanmama durumu: Yoğun ıstırap, öfke patlamaları veya panik ile bölünebilen bir aşamadır. Birkaç saatten bir haftaya kadar sürebilmektedir.
- 2) Ölen kişiye hasret duyma ve arama durumu: Kaygıyı andıran aşamadır. Haftalar ya da aylar boyunca sürebilir. Huzursuzluk, düşüncelerin ölen kişiyle meşgul olması yada duyulan öfke bu aşamanın tipik belirtileridir.
- 3) Düzensizlik ve ümitsizlik durumu: Bu aşamada kaybın sürekli olduğu kabullenilir. Yeni bir kimlik oluşturulmaya çalışılır. Bu aşamada majör depresif bozukluk ölçütleri gözlemlenebilir.
- 4) Belirli bir düzeyde yeniden düzen kurma: Bu aşamada üzüntü çekilmeye, yaşama arzusu ise geri dönmeye başlar. Yeni bir düzen kurulur (Bowlby'den aktaran Butcher, Mineka & Hooley, 2013).

Worden (2003)'a göre yas sürecinde gerçekleştirilmesi gereken dört yas görevi vardır: kayıp gerçeğini kabullenmek, yas acısı üzerine çalışabilmek kaybedilen kişinin bulunmadığı bir yaşama uyum sağlamak ve duygusal anlamda ölen kişi ile ilişkileri yeniden düzenlemek ve yaşama devam etmek (Worden'dan aktaran Tanhan, 2012, s. 545) Birinci görev kayıp gerçeğini kabullenmektir. O kişinin öldüğü ve bir daha geri dönmeyeceği gerçeğiyle yüz yüze gelmektir. Kayıp kabullenilmezse inkar ortaya çıkar. İnkâr en çok kaybın anlamı ya da geri dönmezliği konusunda yaşanır (Tanhan, 2012, s. 545). Kayıp gerçeğini kabullenmek hem bilişsel hem de duygusal kabullenmeyi gerektirdiği için belli bir zamana ihtiyaç vardır. Cenaze ritüelleri bu süreci kolaylaştırıcı ya da hızlandırıcı etki yapabilir. Bu nedenle kayıp yaşayan bireyin cenaze ve defin sürecine katılması önemlidir (Tanhan, 2012, s. 546).

İkinci görev olan yas acısı üzerine çalışmak, kişinin acısını fark etmesi, kabullenmesi ve üzerinde çalışması demektir. Acı üzerinde çalışılmazsa acı bastırılabilir ya da engellenebilir. Bu da yas sürecinin uzamasına neden olur. Acının normalleştirilmesi ve yaşanması yas sürecinin sağlıklı geçilmesi için gereklidir. Ancak çevreyle kurulan ilişkiler bu görevlerin gerçekleşmesini engelleyebilir. Çevre bireyin yasından rahatsız olarak ona acısını olumsuzlaştıran olumsuz mesajlar iletebilir (Tanhan, 2012, s. 546).

Üçüncü görev kaybedilen kişinin bulunmadığı bir yaşama uyum sağlamaktır. Bu görev bireyin kaybedilen kişiyle kurduğu ilişkiye, kaybın hayatındaki rolüne göre farklılık gösterir (Tanhan, 2012, s. 547). Yas tutan kişi kaybettiği varlığın daha önce onun hayatında oynadığı rolün kaybına uyum sağlamalıdır. Ayrıca benlik duygusundaki değişiklikleri fark edip uyum sağlamasıdır (Tanhan, 2012, s. 548).

Dördüncü görev olan duygusal anlamda ölen kişi ile ilişkileri yeniden düzenlemek ve yaşama devam etmek görevinin gerçekleşmesi, kişinin enerjisini kaybına değil diğer ilişkilere verebilmesine bağlıdır (Tanhan, 2012, s. 548).

Yas Sürecini Etkileyen Faktörler

Yas süreci birçok faktörden etkilenmektedir. Worden (2001) yas sürecini etkileyen yedi faktör belirlemiştir.

- ✓ **Ölen Kişinin Kimliği:** Yas tutan birey ile ölen kişi arasındaki akrabalık düzeyi (eş, anne, baba vs.) ve aralarındaki ilişkinin niteliği yas sürecini etkiler. Yaşlı ve normal bir nedenle ölen büyükanne ile trafik kazası sonucu aniden ölen bir çocuğa verilen yas tepkileri farklılık gösterebilir.

- ✓ Geçmiş Kayıpların Varlığı: Bireyin önceki kayıplara gösterdiği yas tepkileri, önceki kaybın yas sürecinin tamamlanıp tamamlanmaması da yas sürecini etkileyen faktörlerdendir.
- ✓ Kişilik Özellikleri: Bireyin cinsiyeti, yaşı, zorluklarla mücadele biçimi, inançları, değerleri vs. yas sürecini etkilemektedir.
- ✓ Sosyal Destek: Yas sürecini kayba uyumu önemli derecede etkiler. Desteğin kendisi kadar, yas tutan kişinin algıladığı destek düzeyi de önemlidir.
- ✓ Yas Sürecinde Oluşan Sıkıntılar: Kayıptan hemen sonra gelen yaşam olayları, ani değişiklikler ve krizler yas sürecini etkiler. Ayrıca ekonomik sorunlar gibi ikincil kayıplar da ailelerde önemli sorunlara neden olmaktadır (Worden'den aktaran Gizir, 2006, s. 199).
- ✓ Ölen Kişi İle İlişkinin Doğası: Bireyin yas tepkilerini anlayabilmek için ölen kişiyle olan ilişkisinin niteliğini bilmek gerekmektedir. Bu ilişki eğer çatışmalıysa kayıp yaşayan kişi kendini suçlu hissedebilir. Bu nedenle de yas sürecine son vermeyebilir. Ölen kişi kayıp yaşayan kişiye güven üssü olmuş ya da kayıp yaşayan kişinin benlik değerinin korunması için ihtiyaç duyulan kişi durumunda olabilir. Bu durumda kayıp yaşayan kişi kaçınma davranışları sergileyebilir. Kendini yalnız, çaresiz hissedebilir. Kaybettiği kişinin olmadığı hayatına uyum sağlamakta zorlanabilir.
- ✓ Ölüm Biçimi: kaybedilen kişinin ölüm biçimi yas sürecini etkilemektedir. Travmatik ya da beklenmedik ölüm ile doğal ölüme, kaza veya intihar sonucu gerçekleşen ölüme verilen tepkiler farklıdır (Worden'den aktaran Bildik, 2013, s. 225).

Yas Türleri

Patolojik Yas

Patolojik yasin tanımı şu şekilde yapılmıştır: “Kaybın ardından en az altı ay geçmesine rağmen bireyin sosyal ve mesleki yaşam alanlarındaki işlevselliğinin giderek bozulması. Bireyin normal yas sürecindeki evrelerden birinde takılıp kalması nedeniyle yas sürecini tamamlayamaması ile ortaya çıkan psikolojik tepkilerdir. Anormal yas, komplike yas, çözümlenmemiş yas, maskelenmiş yas, kronik yas, gecikmiş yas patolojik yasin diğer isimleridir. Yas tutma sürecinin bir noktada kalıp sürekli yas tutma halini almasıdır ve

uyuma yönelik ilerlemeler görülmez. Bunun yerine stereotipik tekrarlamalar ve iyileşmenin duraklaması görülür. Kaybın neden olduğu acı derinleşerek yoğunlaşır (Bildik, 2013, s. 227).

Yas süresinin şiddet ve süre bakımından farklılık göstermesi yasin anormalleştiğini göstermektedir. Yas şekillerinden kronik tip, gecikmiş tip ve maskeli tip patolojik olarak kabul edilmiştir (Özçetin, 2000, s. 13).

Normal yas süreci; kaybın ardından gelişen yoğun suçluluk duygusu, yalnızlık, geçmişteki kayıpların işlenememesi gibi nedenlerle engellenmişse bireyde normal yas tepkileri yerine beklenmedik, abartılmış, çok fazla uzamış tepkiler ya da tepkisizlik gelişebilmektedir. Belirtiler genellikle yadsımayla ilgilidir. Bireyler kaybın gerçekliğini kabul etmekten kaçınmaktadır ve bu belirtiler psikotik bir doğada da olabilmektedir (Bildik, 2013, s. 227).

Patolojik yas belirtilerinden bazıları aşağıda verilmiştir:

- ✓ Yitim duygusu olmaksızın aşırı hareketlilik, zevk alma, kendini iyi hissetme.
- ✓ Ölen kişinin son hastalığına ait belirtilerin görülmesi.
- ✓ Mide rahatsızlıkları, astım gibi psikosomatik belirtiler.
- ✓ Sosyal uyum bozuklukları; arkadaş ve akrabalarla ilişkilerde değişikliklerin ortaya çıkması.
- ✓ Belli kişilere karşı düşmanlık hissi
- ✓ Duygusal küntlük, düşmanca duygularla baş etmek için yoğun çaba
- ✓ Kendi başına karar verememe ve etkinlik başlatamama; kişi isteklidir ancak kendi başına etkinlik başlatmakta ya da karar almakta zorlanır.
- ✓ İş ve sosyal yaşamda başarısız, zarar verici kararlar alma ve etkinliklere girişme
- ✓ Ajite depresyon belirtileri; gerginlik, ajitasyon, uykusuzluk, değersizlik duygusu, kendini suçlama ve cezalandırma isteği (Şenelmiş, 2006, s. 4).

Travmatik Yas

Sevdiği bir kişiyi ani ve şiddet içeren bir biçimde kaybeden bireylerde gelişen belirtiler, tepkilerdir. Kaybetme şeklinin beklenmedik olması ve şiddet içermesi doğal olan süreci etkilemektedir. Bu yas türündeki travmatik etki fiziksel ve ruhsal hastalıklar için bir risk kaynağıdır. Travma ve kayıp eş zamanlı olarak ikili etki oluşturur. Bunun sonucunda ise

bireyin dünyayı algılama biçimi ve baş etme mekanizması örselenmektedir. Bu örselenme ise bireyin yas tepkilerinin çözömlenme sürecini uzatmaktadır. Travmatik kayıp yaşayan bireylerde travma sonrası stres bozukluğu gelişebilmektedir (Bildik, 2013, s. 227).

Travmatik yasta birey özlem hissi nedeniyle kaybını ve kaybıyla ilgili yaşantılarını hatırlama isteğı ile travmanın verdiği sıkıntı nedeniyle de bu anılarından kaçma isteğı arasında sıkışmaktadır. Bu sıkışma nedeniyle de yas sürecini tamamlayamamaktadır. Tehlikeden kaçınma davranışları ve tehlike anksiyetesi görölmektedir (Aydın & Kimsesiz, 2018, s. 20).

Beklenmedik zamanda gerçekleşen kayıpların yasını tutmak, ölümün yakın olduğıyla ilgili bir belirtinin olduğı durumlara göre daha güçtür. Bu yas türünde birey kaybettiğı kişiyle aşırı uğraşlar içine girmektedir ve ayrılık kaygısı işlevselliğı etkileyecek düzeyde tekrarlayıcı ve rahatsız edici olmaktadır (Bildik, 2013, s. 228).

Yas tutan bireye yaklaşımdaki temel ilkeler aşağıda verilmiştir:

- ✓ Yas tutan bireyin kaybın gerçek olduğunu anlaması sağlanmalıdır.
- ✓ Yas tutan kişinin duygularını tanıması ve ifade etmesi kolaylaştırılmalıdır.
- ✓ Yas tutan kişinin, kaybettiğı kişiye yönelik uygun bir anı formasyonu oluşturması sağlanmalıdır.
- ✓ Yas tutan kişinin kaybettiğı kişi olmadan yaşamını devam ettirmesi desteklenmelidir.
- ✓ Yas sürecinin gelecekle ilgili planlarının olumsuz etkilenmesi önlenmelidir (Bildik, 2013, s. 228).

Yas Kavramına İlişkin Görüşler

Yas kavramını ilk kez Freud 1917 yılında tanımlamıştır. Yas sevilen bir kişinin ya da düşünsel/soyut bazı değerlerin kaybına karşı gelişen bir reaksiyondur. Yas sürecinin depresyon belirtilerinden farkı; yas sürecinde özsaygıda bozulma olmamasıdır. Freud'a göre yas tutan kişinin yas sürecinde tamamlaması gereken görevler vardır; kaybın birey için anlamını değerlendirmek, ilişkiyi gözden geçirmek ve onu hatıraya çevirmek (Şenelmiş, 2006, s. 9).

Freud nesne kaybının sonuçlarından olan yas ve melankoliyi birbirinden ayırmıştır. Ancak yası patolojik bir durum olarak görmemiştir. Freud’a göre yas ve melankolinin bilinçdışı merkezi duygusu öfkedir. Öfke melankolide bireyin kendisine yönelik iken yas sürecinde dışarıya yöneliktir. Melankoli yasin normal gidişatından sapmasıdır. Kişinin özgüvenini ve benlik değerini düşürür. Yas tutan kişide ise özsaygıda bozulma ve suçluluk duygusu yaşanmaz (Düzgün vd.2016, s. 251).

Freud yası bir süreç olarak değerlendirmiştir. Bireylerin kayıptan sonra libidinal enerjilerini kaybedilen nesneden ayırarak başka bir nesneye yönlendirme sürecini ‘Yas Çalışması’ olarak adlandırmıştır. Yas Çalışması bireyin kaybı kabullenmesini ve yas sürecinin tamamlanmasını sağlamaktadır. (Düzgün vd. 2016, s. 251).

İnsanların yas tepkilerini inceleyen Lindemann yası, belirli semptomatolojiye ve seyre sahip olan bir sendrom olarak ele almıştır. Ona göre yas kayıpla başlayan, duygusal, bilişsel, davranışsal, bedensel ve sosyal alanlarda değişimlerle belirlenen bir durumdur. Dikkatle izlenmesi gereken karmaşık bir yaşantıdır (Lindemann’dan aktaran Şenelmiş, 2006, s. 10).

Bir gece kulübü yangınında yakınlarını kaybeden Boston’lu ailelerin yas tepkilerini inceleyen Lindemann, normal yas tepkilerinin belirtilerini sıralamıştır:

1. Bedensel sorunlar
2. Kaybın hayaliyle meşgul olma
3. Suçluluk duygusu
4. Düşmanca davranışlar
5. Alışlagelmiş davranış örüntülerinin kaybedilmesi (Lindemann’dan aktaran Düzgün vd. 2016, s. 252).

Lindemann’a göre yas çalışması; bireyin ölen kişiyle bağlarının azat olmasını, çevreye yeniden uyum sağlama ve bireyler arası yeni ilişkiler kurmasını amaçlayan bir süreçtir. Bu süreçte sorun yaşanması durumuna Lindemann “Çarpık Yas Tepkileri” adını vermiştir (Lindemann’dan aktaran Düzgün vd. 2016, s. 252).

Lindemann “Beklentisel Yas Tutma/ Beklentisel Keder” kavramını ortaya atmıştır. Ölümcül hastalık tanısı konulduğu andan itibaren hastanın yakınları onun ölümünü düşünmektedir ve bu durum hasta yakınlarını psikolojik olarak kayba hazırlamaktadır.

Hastanın öleceği fikri kayıp gerçekleşmeden önce kaybetme duygusunu yaşattığı için yas süresini uzatabilmektedir (Lindemann'dan aktaran Işık, 2013, s. 26).

Kaybedilen kişinin nasıl öldüğü bireylerin yas sürecini etkilemektedir. İntihar ederek ölen bir kişiye verilen tepki ile ölümcül hastalık nedeniyle ölen kişiye verilen tepki birbirinden farklıdır. Ayrıca bazı ölüm şekilleri yas sürecine kolaylaştırıcı bir şekilde etki etmektedir. Yas sürecini kolaylaştırıcı şekilde etki eden ölüm şekillerinden biri vatan, din ve milletin bekası için ölmek anlamını taşıyan şehitliktir.

Şehitlik Kavramı

Şehid kelimesi Arapça kökenli bir sıfattır. Şehid kelimesinin Türkçe karşılığı ise şehittir. Şehid kelimesi çok iyi bilip şahitlik eden, çok iyi görüp hazır bulunan manalarına gelmektedir. Terim olarak ise Allah yolunda öldürülen mümin kişiyi ifade etmektedir (Kurt, 2012, s. 191).

İslam inancına göre şehitlik diğer ölüm türlerinden üstün tutulmuştur. Bu nedenle Müslümanlar için şehitlik yüce bir mertebeyi ifade etmektedir. İslam inancında, ahirette en yüksek mertebe peygamberlikten sonra şehitlik mertebesidir ve şehitlik Allah'a yaklaşma biçimini ifade etmektedir. Allah ile kulu birbirine yaklaştıran en önemli vesilelerden biri inancı için mücadele etmektir (Sümer, 2015, s. 165).

Kur'an'da geçen şehit kavramı genellikle "tanıklık eden" anlamına gelmektedir. Kur'an-ı Kerimdeki ifadelerle bakılarak şehidin tanıklığı şu şekilde yapılmaktadır: "Sırf Allah yolunda öldürülen ve aslında O'nun katında diri olan, çeşitli rızıklarla rızıklanan, rahmet ve mağfirete kavuşan, Allah'ın kendisine yaptığı ihsandan dolayı mutlu bir hayat yaşayan kimsedir." (Geçit, 2017, s. 124).

Kur'an-ı Kerim'de şehit kelimesi Allah yolunda öldürülme anlamında ifade edilmiştir. Bu bakımdan şehitlikle ilgili ayetler iki konuda sınıflandırılabilir: şehitlerin ölümsüzlüğü, şehitlerin mükâfatı (Kurt, 2012, s. 195).

Şehitler ahirette birçok ödül elde edeceklerdir. Bu ödüller güzel rızıklar, cennete girme, rahmet ve mağfirete neden olma, amellerin boşa gitmemesi gibi ödüllerdir. Ancak Allah Kur'an-ı Kerimde Nisa suresi 74. ayette şehitler için büyük ödül bahsetmiştir: "O halde, geçici dünya hayatını, ebedi ahiret hayatı karşılığında satacak olanlar, Allah yolunda

savaşsınlar. Her kim Allah yolunda savaşır da öldürülür veya galip gelirse, her iki durumda da biz ona yarın pek büyük bir mükâfat vereceğiz.”(Yazır, 2010). Ayette bahsedilen büyük mükafatın ne olduğu ve miktarı bilinmemektedir. Ancak büyük ödül şehitlerin Allah katındaki makamı oranında olacaktır (Geçit, 2017, s. 127).

Şehitlere verilen nimetlerden bahseden bir diğer ayet Ali İmran suresinin 195. ayetidir: “... Göç edenler, yurtlarından çıkarılanlar, yolumda eziyet edilenler, savaşanlar ve öldürülenler... Onların günahlarını elbette örteceğim ve Allah katından bir mükâfat olmak üzere, onları altından ırmaklar akan cennetlere de koyacağım...” (Yazır, 2010).

Şehitlerin ölümsüzlüğüyle ilgili ilk ayet Bakara suresinin 154. ayetidir: “Allah yolunda öldürülenlere “ölüler” demeyin. Hayır, onlar diridirler, fakat siz bunu sezeceksiniz.” ayetidir. Ali İmran suresinin 169. Ayeti de ayeti de şehitlerin ölümsüzlüğünden bahsetmektedir: “Allah yolunda öldürülenleri sakın ölümler sanma. Onlar Rableri katında diridirler ve rızıklanmaktadırlar.” (Yazır, 2010).

Hadis-i şeriflerde ilk aşamada şehit, Allah adının en yüce olması için savaşan veya sadece Allah yolunda savaşırken öldürülen kişi olarak tanımlanmıştır. Ancak sonradan gerçekten Allah rızası için şehit olmak isteyen fakat savaş dışında hastalık veya musibet gibi nedenlerle ölen kişiler de “şehit” tanımına dahil edilmiştir. Kalbinde şehitlik niyeti olmayan kişilerin ise Allah yolunda öldürülmüş görünseler de şehit olmadıkları bildirilmiştir. Örnek hadisler aşağıda verilmiştir:

- ✓ Kim samimi olarak Allah’tan şehit olmayı isterse yatağında ölse bile Allah onu şehitlik mertebesine ulaştırır.
- ✓ Kim Allah yolunda evinden ayrılır, sonra da öldürülür, atı ve devesi tarafında boynu kırılır, herhangi bir zehirli tarafından ısırılır veya Allah’ın dilediği başka herhangi bir musibetle yatağında ölse bile şehit sayılır.
- ✓ Kim samimi olarak şehit olmayı isterse öldürülmese bile şehitlik yine de kendisine verilir (Kurt, 2012).

Türklerde Şehitlik Kavramı

Vatan kavramı Türk Milletinde iman ve namus kavramlarıyla bütünleşen büyük bir öneme sahiptir. Bu bağlamda Türk Milletindeki en üstün duygu vatan sevgisi, en ağır suç vatana

ihamet olmaktadır. Türkler vatanın korunmasını en önemli görev olarak nitelendirmekte ve vatani korurken ölen kişinin şehitlik mertebesine yükseleceğine inanmaktadır (Taşcıoğlu, 2018, s. 228). Bu nedenle askerlik, toplum için önemli meslekler arasında yer almaktadır. Türk töresine göre asker olmak, vatan uğruna ölümü kabullenmeyi gerektirmektedir ve askerliğin bazı işlevleri bulunmaktadır. Bu işlevler; ülke savunmasına hazır gücün olması, milli değerleri nesilden nesile aktarması, bireylerin eğitilmesi ve vatan borçlarını ödeme aracı olmasıdır (Çetin, 2018, s. 167).

Türk toplumunda askerliğin önemli bir yeri olduğu ve askerliğe verilen bu önemin temelinin İslamiyet öncesine dayandığı bilinmektedir. İslamiyet öncesinde Türkler Gök Tanrı'nın savaş emriyle savaşmıştır. Cihan hâkimiyeti ülküsüyle topraklar fethetmiştir. Fethettiği toprakları vatan ruhuyla inşa etmiştir. Türkler İslamiyet sonrasında cihan hâkimiyeti ülküsünü, İslamiyet'teki cihat anlayışı ile beslemeye devam etmiştir. Savaş sırasında ölmek, İslamiyet öncesi Türk toplumunda onurlu ölüm olarak kabul edilmiştir ve onurlu ölüm İslamiyet'ten sonra yerini "şehit olma" isteğine bırakmıştır. Zamanla şehit olma durumu, toplumun ayakta kalması şehidin yaşamasına bağlıyken; şehidin yaşamasının da toplumun yaşamasına bağlı olduğu bir döngüye dönüşmüştür (Türksever, 20014, s. 51).

Sonuç olarak Türk toplumunda şehitliğin önemli bir yeri vardır. Şehitliğin önemli olmasının nedenleri arasında İslamiyet öncesi Türk toplumunda askerliğin, vatanın ve milletin bekasını korumak için savaşılmasının önemli bir payı bulunmaktadır. Ayrıca savaş sırasında ölmenin en kutsal ölüm olarak nitelendirilmesinin de önemli bir katkısı olmuştur (Türksever, 20014, s. 76).

İlgili Araştırmalar

Yas süreci ile ilgili çalışmalar incelendiğinde, yas konusunun daha çok RPD alanı ve psikoloji bilimi dışında sağlık alanında da ele alındığı görülmüştür.

Özçetin (2000), Diyarbakır bölgesinde çalışan imam ve hatiplerin halkın yas tepkileri ve cenaze ritüelleri ile ilgili görüşlerini belirleyerek, bu görüşleri modern yas kuramıyla karşılaştırmayı amaçlayan bir çalışma yapmıştır. Çalışmada görüşme yöntemi kullanılmıştır. Görüşmelerin teybe kaydedilmesi ile elde edilen veriler yorumlanarak modern yas kavramıyla karşılaştırılmıştır. Çalışmanın örneklemini Diyarbakır'da en az 5

yıl çalışmış olan, hala çalışmaya devam eden ve tarama yöntemiyle belirlenen 10 imam/hatip oluşturmaktadır. Çalışma sonucunda ani, beklenmedik ölümler sonucunda gösterilen yas tepkilerinin daha ağır olduğu bulunmuştur. Trafik kazası sonucu gerçekleşen ölümlerin, kazaların kadere bağlı olduğuna inanılmasından dolayı daha kolay kabullenildiği sonucuna ulaşılmıştır.

Balcı-Çelik (2011) ergenlerin yasa karşı tutumunu cinsiyet ve depresyon düzeyleri açısından karşılaştırmak amacıyla bir çalışma yapmıştır. Çalışma grubunu son bir yıl içinde birinci derece yakınıni kaybetmiş, Samsun merkezdeki 8. ve 9. Sınıfta okumakta olan 100 (47 kız, 53 erkek) öğrenci oluşturmaktadır. Veriler Balcı Çelik (2008) tarafından geliştirilen Yasa Karşı Tutum Ölçeği ve Öy (1991) tarafından uyarlanan Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği (ÇDÖ) ile toplanmıştır. Çalışma sonucunda kızların erkeklere göre daha yoğun yas tuttuğu ve depresyon ile yas arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Işık (2013), ebeveyn kaybı sonrası dini başa çıkmanın yetişkinlere psikolojik anlamda yardımcı olup olmadığını araştırmak amacıyla bir çalışma yapmıştır. Çalışmanın bir diğer amacı ebeveyn ölümü sonrası, yetişkinlerin ahlaki olgunlaşmalarında ve dindarlıklarında meydana gelen değişimi incelemektir. Çalışmada görüşme yöntemi kullanılmış ve görüşmeler katılımcıların izni alınarak kaydedilmiştir. Görüşmeden sonra kayıtlar yazıya aktarılmıştır. Çalışma grubu İstanbul ve Konya’da ikamet eden, görüşme tarihi itibarıyla son beş yıl içinde ebeveynlerinden birini ya da her ikisini kaybetmiş olan yirmi altı yetişkinden oluşmaktadır. Araştırma sonucunda yas sürecinde dini başa çıkma etkinliklerini kullanmanın ruhsal ve fiziksel sağlığı olumlu yönde etkilediği bulunmuştur. Yetişkinlerin dini inançlar ve ibadetlerin etkisiyle patolojik yas tepkileri vermedikleri ve yas terapisini gerekli görmedikleri saptanmıştır.

Arıcı (2014) Travmatik Yas Sorununda Aile Dayanıklılığı Programı’nın kadınların travma sonrası stres, yas ve aile dayanıklılığı üzerine etkisini araştırmak amacıyla deneysel bir çalışma yapmıştır. Çalışma grubu 2012-2013 yılları arasında bir sivil toplum kuruluşuna başvuran, eşini travmatik olaylarla en az altı ay önce kaybeden 24 kadından oluşmaktadır. Çalışmada Kişisel Bilgi Toplama Formu, Post Travmatik Stres Bozukluğu (PTSB) Soru Listesi Sivil Versiyonu, Yas Ölçeği (YÖ) ve Aile Yılmazlığı Ölçeği (AYÖ) kullanılmıştır. Çalışma sonucunda programın travma sonrası stres ve yas düzeylerini azaltmada, aile dayanıklılığını artırmada etkili olduğu bulunmuştur. Programın etkisinin kalıcı olduğu saptanmıştır.

Duran ve Ünsal (2014) şehit ailelerinin ve malul gazilerin depresyon ve psikolojik dayanıklılık düzeylerini belirlemek amacıyla tanımlayıcı bir çalışma yapmıştır. Çalışmanın örneklemini Çankırı ilinde ikamet eden ve Çankırı Gazi ve Şehitler Derneği üyesi olan 75 kişi oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak “Kişisel Bilgi Formu”, “Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)” ve “Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda şehit ailelerinde depresyon puanının daha yüksek olduğu, psikolojik dayanıklılık ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Ayrıca dayanıklılık düzeylerinin orta düzeyde olduğu bulunmuştur.

Düzgün ve arkadaşları (2016) tarafından dahiliye yoğun bakım ve palyatif bakım hizmeti almış hastaların yakınlarının yas süreçlerini karşılaştırmayı amaçlayan bir çalışma yapılmıştır. Çalışmada görüşme yöntemi kullanılmıştır. Çalışma grubunu İzmir Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Dahiliye Yoğun Bakım ve Palyatif Dahiliye kliniklerinde yatmakta olan yakınlarını kaybeden yirmi hasta yakını oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Birey Tanılama Formu, İki Boyutlu Yas Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve Beck Anksiyete Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmanın sonucunda palyatif bakım almış hastaların yakınlarının depresyon ve anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Gören (2016), doğumla beraber zihinsel engelli bir çocuğa sahip olduklarını öğrenen annelerin yaşadığı yas sürecini araştırmayı amaçlayan bir çalışma yapmıştır. Çalışmada zihinsel engelli çocuğa sahip olduğunu öğrenen annelerin yas tepkileri ve aşamaları Kübler- Ross’un aşama modeli bağlamında incelenmiştir ve yarı yapılandırılmış açık uçlu mülakat yöntemi kullanılmıştır. Katılımcılarla yapılan görüşmeler katılımcılardan izin alınarak kayda alınmıştır. Kayda alınan veriler görüşme sonrasında yazıya dökülerek diğer uzmanların görüşleri alınmıştır ve verilerin sistematik ve betimsel analizi yapılmıştır. Çalışma grubunu çocuğunun zihinsel engelli olduğunu doğumdan sonra öğrenen, Ankara ilinde yaşayan ve kartopu yöntemiyle ulaşılan 20 anne oluşturmaktadır. Çalışma sonucunda annelerin inkar aşaması sonunda çocuklarının engelli olduğunun inkar edilemeyeceğini, isyan ve pazarlık aşamaları sonunda çocuklarının engelli olduğu gerçeğini hiçbir çabanın değiştiremeyeceğini öğrendikleri tespit edilmiştir. Çocuklarının engelli olduğunu kabullenen annelerin depresyon belirtileri yaşamadığı ve bu evreyi inanç, sosyal destek, anlam mekanizmaları, başa çıkma stilleri ya da uzman yardımıyla atlattıkları bulunmuştur. Kabullenme aşamasında annelerin eşleriyle yaşadıkları sorunların aile içi parçalanmalara yol açtığı tespit edilmiştir.

Kara (2017), üniversite öğrencilerinin yas sürecini dini yaklaşımları bağlamında incelemek amacıyla fenomenoloji deseniyle bir çalışma yapmıştır. Çalışmanın, çalışma grubunu Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim, Fen- Edebiyat ve İlahiyat Fakültelerinden seçilen 15 katılımcı oluşturmaktadır. Veriler yarı yapılandırılmış görüşme formu ile toplanmış olup elde edilen verilerin içerik analizi yapılmıştır. Çalışma sonucunda öğrencilerin duygu ve davranışlarının kayıplarıyla olan yakınlık derecesine göre değiştiği, öğrencilerin temel dini inançlara sahip olduğu ancak kayba ve kayıp sonrası hayata uyum sağlama sürecinde manevi desteğe ihtiyaç duydukları saptanmıştır. Ayrıca birinci derece akrabasının kaybedildiği durumlarda öğrencilerde öfke, isyan gibi olumsuz duyguların baskın olduğu tespit edilmiştir.

Ateş (2019), imtihan inancının travmayı anlamlandırmada etkili olma-olmama durumunu, etkisi varsa bu etkinin niteliğini ortaya koymak amacıyla nitel bir çalışma yapmıştır. Veriler görüşme ve gözlem teknikleri kullanılarak toplanmıştır ve görüşmelerde yarı yapılandırılmış formlar kullanılmıştır. Görüşmeler ses kaydına alınarak görüşme sonrasında çözümlenmiştir. Elde edilen verilerin içerik ve betimsel analizi yapılmıştır. Örneklem, kartopu yöntemiyle belirlenen ve Adana ilinde ikamet eden 7 gazi, 7 gazi yakını (3 eş, 2 çocuk, 1 anne, 1 kardeş) ve 17 şehit yakınından (10 ebeveyn, 5 kardeş, 2 eş) oluşmaktadır. Çalışma sonucunda imtihan inancının ailelerin ve gazilerin travmayla başa çıkma olumunu olumlu yönde etkilediği bulunmuştur. Gaziler ve gazi yakınlarının şehit yakınlarından daha çok imtihan inancına atıf yaptığı ve bunu başa çıkma amacıyla kullandıkları saptanmıştır.

Ateş ve Kayıklık (2019), şehit ailelerinin, gazilerin ve gazi ailelerinin başa çıkma süreçlerinde sabrın algılanışını, niteliğini ve işlevini ortaya koymak amacıyla nitel yöntemi, mülakat ve gözlem tekniklerini kullanarak bir çalışma yapmışlardır. Çalışma grubunu Adana il merkezinde görüşülen 7 gazi yakını (3 gazi eşi, 2 gazi çocuğu, 1 gazi annesi, 1 gazi kardeşi) ve 17 şehit yakını (5 şehit kardeşi, 2 şehit eşi, 10 şehit ebeveyni) oluşturmaktadır. Çalışma grubuyla yapılan görüşmeler katılımcıların izinleri alınarak ses kaydına alınmıştır ve görüşmeden sonra raporlaştırılmıştır. Veriler anlam ve içerik analizi yapılarak yorumlanmıştır. Çalışma sonucunda şehit yakınlarının yaşadıklarının metanet ve dayanma anlamında sabır olduğu bulunmuştur. Gazi yakınlarının yaşadıklarının ise hem sabır hem de tahammül olduğu saptanmıştır. Şehit ailelerinin sabır kaynağının Allah, gazi yakınlarının sabır kaynağının ise kendilerinden daha kötü durumda olan kişiler olduğu bulunmuştur.

Belen, Özhavzalı, Selimoğlu ve Yağız(2019) Tasavvuf Müziği ve El Sanatı ile yapılandırılmış Manevi Bakım Uygulamasının şehit annelerinin Tanrı algısı ve yas düzeyi üzerindeki etkisini incelenmeyi amaçlayan deneysel bir çalışma yapmıştır. Çalışma grubunu 10 şehit annesi oluşturmaktadır; ancak 7 şehit annesinin verdiği bilgiler analize uygun bulunmuştur. Çalışma sonucunda sevgi yönelimli Tanrı algısının ve yasin düşünsel alt boyutlarında anlamlı bir değişim bulunmuştur. Uygulama öncesinde ve sonrasında toplam yas puanlarında ve yasin fiziksel, duygusal, davranışsal boyutlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Alanyazındaki bu çalışmalar genel olarak incelendiğinde çalışmaların daha çok yas sürecini betimlemeye ve yas sürecine etki eden faktörleri, bu faktörlerin yas sürecini nasıl etkilediğini belirlemeye yönelik olduğu görülmektedir. Bu çalışmada da şehit ailelerinin yas süreci ve bu süreci kolaylaştıran-zorlaştıran faktörler betimlenmeye çalışılmıştır.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeline, çalışma grubuna, tekniğine, veri toplama aracına, verilerin çözümlenmesinde kullanılan tekniğe ve araştırmada izlenen sürece yer verilmiştir.

Araştırmanın Deseni

Araştırma olgubilim desenine ve tarama modeline göre yapılan nitel bir çalışmadır. Olgubilim deseni, günlük hayatta karşılaştığımız ama tam olarak anlayamadığımız olguları konu edinen araştırmalara uygun olan bir desendir. Olgubilim deseninde yapılan çalışmaların veri kaynakları, çalışmanın odaklandığı olguyu yansıtabilecek kişiler veya gruplardır. Veri toplama aracı ise görüşme ve gözlemdir. Olgubilim çalışmalarında kesin, genellenebilir sonuçlar elde edilmeyebilir ancak, ele alınan olgunun tanınmasını ve anlaşılmasını kolaylaştıracak açıklamalar, örnekler ortaya koyabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2013).

Tarama modeli Karasar (2016) tarafından “Geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle tespit etmeyi amaçlayan araştırma modelidir.” şeklinde tanımlanmıştır. Araştırma konusu kendi koşulları içerisinde ve olduğu gibi ortaya konulur. Önemli olan araştırma konusunu iyi gözleyerek belgeleyebilmektir. Bu modelde amaçlar daha çok soru cümleleri şeklinde ifade edilir. Bu sorular ‘ne idi? Nedir?’ gibi sorulardır. Bu modelin sınırlılıkları kontrol ve veri bulma güçlüğüdür. Bu araştırmada şehit ailelerinin yas süreci incelenmiştir. Yas süreci ile baş etmeyi kolaylaştıran- zorlaştıran faktörler tespit edilmeye çalışılmıştır.

Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu ulaşılabilen 11 şehit annesi, 10 şehit babası ve 5 şehit eşi oluşturmaktadır. Toplamda 20 şehit ailesiyle görüşülmüştür. Bu çalışma grubu kartopu örneklem yöntemine göre belirlenmiştir. Görüşülen şehit ailelerinin, tanıdıkları diğer şehit ailelerine yönlendirmesi ile çalışma grubu oluşturulmuştur.

Kartopu örneklem; her katılımcının birbiriyle doğrudan veya dolaylı olarak bağlantılı olduğu örneklem belirleme yöntemidir. Bu yöntemde araştırılacak grubun küçük bir parçasından başlanmaktadır. Küçük parçanın grubun diğer üyeleriyle bağlantısı sayesinde grubun tümüne ulaşılabilmektedir. Seçimi kolay olmayan kapalı gruplarda tercih edilmektedir (Arslanoğlu, 2016, s. 91).

Tablo 2

Katılımcıların Demografik Verilere Göre Dağılımları

Çalışma Grubu		
Cinsiyet	Kadın	16
	Erkek	10
Şehide Yakınlık Derecesi	Anne	11
	Baba	10
	Eş	5
Öğrenim Durumu	Okuryazar Değil	3
	İlkokul	13
	Ortaokul	5
	Lise	4
	Üniversite	1

Verilerin Toplanması

Bu araştırmanın verileri 2019 yılında yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile toplanmıştır. Görüşme sırasında Kişisel Bilgi Formu ve Görüşme Formu kullanılmıştır. Görüşme Formunun kapsam geçerliliğini belirlemek için beş uzman belirlenerek görüşleri alınmıştır. Alınan görüşlere göre görüşme formundaki soru sayısı on beş sorudan on üç soruya düşürülmüştür. Dördüncü sorunun seçenekleri katılımcıyı yönlendirmemek amacıyla kaldırılmıştır. Dördüncü ve beşinci soruların yeri değiştirilmiştir.

Yarı yapılandırılmış görüşme tekniğinde araştırmacı katılımcıya soracağı soruları önceden hazırlamaktadır. Ancak araştırmacı, görüşmenin seyrine göre başka sorular da

sorabilmektedir. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği belirli bir standartlık ve esneklik içermektedir (Türnükü, 2000).

Verilerin Analizi

Katılımcıların görüşme formunda yer alan sorulara verdikleri cevapların içerik analizi yapılmıştır. Verilen cevaplar, ait oldukları sorulara ve aynı cevabın verilme sıklığına göre sınıflandırılarak tablolaştırılmıştır. Tablolar aynı cevabın verilme sıklığı baz alınarak yorumlanmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde yapılan araştırmada toplanan verileri içerik analizinden elde edilen bulgular yer almaktadır. İçerik analizi sonuçları görüşme formunda yer alan soruların sırası dikkate alınarak tablolarda verilmiştir.

Ailelerin Yakınlarının Şehit Olduğunu Öğrendikleri Anda Verdikleri Tepkiler

Şehit ailelerinin, yakınlarının şehit olduğunu öğrendikleri ilk anda verdikleri tepkiler ve aynı tepkiyi belirten aile sayısı Tablo 3'te verilmiştir. Tablo 3 görüşme formunda yer alan “Yakınınızın şehit olduğunu ilk duyduğunuzda neler hissettiniz, neler düşündünüz, nasıl davrandınız?” sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 3

Ailelerin Şehit Haberini Aldıkları İlk Anda Verdikleri Tepkiler

Tepkiler	Aile Sayısı
Şok	10
İnanamama	6
Kendini Kaybetme	4
Ağlama	3
Dik Durmaya Çalışma	3
Bağırma/ Feryat Etme	3
Üzüntü ve Çok Acı Çekme	2
Hamd Etme/ Şükretme	2

Ailelerin en çok sergiledikleri tepki (s=10) “şok olma” tepkisidir. En az gösterilen tepki ise “Hamd etme/ Şükretme” tepkisidir. Katılımcıların bu konudaki cevaplarından bazıları aşağıda verilmiştir.

“Küçük oğluma “Hangi abin?” diye sordum. Şehit haberini alınca bağırdım.” (K1a)

Hamdettim. Çünkü hep şehit olmayı isterdi. O beni hazırlamıştı.” (K2a)

“Çok acı oldu. Şok oldum, bir şey düşünemedim. Cenaze töreninin organizasyonunu yapmaya başladık.” (K4a)

“Elhamdülillah, çok şükür şehit oldu, dedim. Cenaze töreni organizasyonuna başladık. Çevreye haber verdim.” (K4b)

“Şok geçirdim. Her şeyin yok olduğunu düşündüm.” (K5a)

“Çok üzüldüm, ağladım.”(K6e)

“Kendimi sıktım. Dik durmaya çalıştım. Çok üzüldüm ama vatani düşündüm. Vatan deyince her şey biter.” (K8b)

“Dünya başıma yıkıldı. Şok oldum.” (K9b)

“Dünyam yıkıldı, bittim. Şok oldum. Yaşayamayacağımı hayatın anlamsız olduğunu düşündüm.” (K10a)

“Dünyam yıkıldı. Önce kabullenemedim. Şok oldum.” (K12b)

“Sabırlı ve hoşgörülü olmayı düşündüm. Dik durdum. Şehit olduğuna inanamadım. Çünkü haberi aldığım günden önceki akşam görüşmüştük.” (K16b)

“Olma, dedim. Onsuz bir dünya düşünemiyorum. Sonra sabrettim, ağlamadım.” (K17a)

“Şok oldum. Kendimden geçtim. Öldüğüne inanamadım. Yavaş yavaş ağladım ve onunla konuştum.” (K20e)

Şehit ailelerinin kayba yönelik verdikleri tepkilerin savunma mekanizmalarıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Yakınlarının şehit olduğunu öğrenen bireylerin bilişsel ve duygusal dengesi bozulmaktadır. Bu dengeyi tekrar kurmak ve bu acıyla baş etmek için ilk etapta savunma mekanizmalarını kullanmaktadırlar. Kullandıkları savunma mekanizmalarının gerileme ve inkar savunma mekanizmasıdır. Ağlama tepkisinin

gerileme, inanamama tepkisinin inkar savunma mekanizmasıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir.

Gerileme savunma mekanizması bireyin olması gereken olgunluk düzeyinden daha basit bir olgunluk düzeyine inmesidir. Temel istek ve ihtiyaçların karşılanamaması sonucu oluşan kaygı durumlarında ortaya çıkabilmektedir. İnkâr savunma mekanizması ise kabullenilmesi çok zor yaşantılarla karşılaşıldığında bu olayların varlığını yok saymaktır. Birey bu savunma mekanizmasını karşılaştığı ya da yaptığı kötü olayların, davranışların neden olduğu kaygıdan kurtulmaya çalışmasıdır (Bölücek, 2018, s. 50- 47).

Şehit Ailelerinin Hislerini Anlatma- Anlatmama Durumu

Şehit ailelerinin hislerini anlatma- anlatmama durumu ve aynı durumu belirten ailelerin sayısı Tablo 4’te verilmiştir. Tablo 4, görüşme formunda yer alan “Bu hislerinizi birilerine anlattınız mı? Evet ise hislerinizi birilerine anlatmak sizi nasıl etkiledi? Hayır ise anlatmanızı neler engelledi?” sorusunun hisleri anlatma- anlatmama ve hisleri anlatmayı engelleyen faktörler kısmına verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 4

Şehit Ailelerinin Hislerini Anlatıp Anlatmama Durumu

Durum	Aile Sayısı
Evet	17
Hayır	7
Toplam	24

Tablo 4’te yer alan bulgulara göre şehit aileleri en çok (s=17) hislerini anlatmayı tercih etmişlerdir. Bazı aileler hislerini anlattıkça acısı tazelenmediği, kimsenin anlamadığını ve yapabilecekleri bir şey olmadığını düşündükleri, Allah’a sığındıkları için hislerini anlatmamışlardır. Hislerini anlatan ailelerin açıklamaları Tablo 5’te, anlatmayan ailelerin anlatmamalarına ilişkin açıklamaları aşağıda verilmiştir:

“Anlatmadım. Anlattıkça acım tazeleniyor, kötü oluyorum.” (K4b)

“Paylaştıkça acım tazeleniyor.” (K5a)

“Sadece Allah’la konuştum. İnsanların yapabilecekleri bir şey yoktu.” (K8b)

“Anlatmadım. Çünkü herkes bize sırtını döndü.” (K9b)

“Hayır. Çünkü kimse anlamadı.” (K10a)

“Anlatmadım. Çünkü herkes biliyor zaten ne hissedeceğimi.” (K13b)

“Hayır. Aklıma geldikçe Allah’a sığınıyorum.” (16b)

Şehit ailelerinin hislerini anlatmamalarına ilişkin açıklamaları incelendiğinde, hisleri anlatma- anlatmama durumunun ailelerin kişisel tercihlerine bağlı olduğu söylenebilmektedir. Ayrıca ailelerin, yas sürecinde yaşadıkları olaylar ve diğer insanlardan aldıkları tepkiler nedeniyle hislerini anlatmamayı tercih ettikleri düşünülmektedir.

Hisleri Anlatmanın Yas Sürecine Etkisi

Hisleri anlatmanın şehit ailelerinin yas sürecine etkisi ve aynı etkiyi belirten aile sayısı Tablo 5’te verilmiştir. Tablo 5, görüşme formunda yer alan “Bu hislerinizi birilerine anlattınız mı? Evet ise hislerinizi birilerine anlatmak sizi nasıl etkiledi? Hayır ise anlatmanızı neler engelledi?” sorusunun hisleri anlatmanın yas sürecine etkisinin nasıl olduğu kısmına verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 5

Hisleri Anlatmanın Yas Sürecine Etkisi

Etki	Aile Sayısı
Rahatlatıyor	12
Rahatlatmıyor	4
Toplam	16

Tablo 5'e göre hisleri anlatmanın en çok belirtilen etkisi (s=12) psikolojik olarak bir rahatlama sağlamasıdır. Hisleri başka birilerine anlatmanın etkisi konusunda şehit ailelerinin bazı cevapları aşağıda verilmiştir:

“Anlattım. Yoksa duramam. Rahatlatıyor beni.” (K1a)

“Herkes anlatmadım. Sadece kader arkadaşlarımla konuştum. Konuştukça rahatlıyorsun” (K3e)

“Karşıdaki kişiye göre bazen paylaştım bazen paylaşmadım. Acı hafifletmedi.” (K6e)

“Gelenlerle paylaştım. O anı yaşıyorum. İyileştirmiyor.” (K11a)

“Gelen herkesle paylaştık, rahatladık.” (12b)

“Konuşunca rahatlıyorum.” (K12a)

“Evet rahatlıyoruz.” (14a)

“O anlık rahatlatıyor. Yalnız kalınca acı devam ediyor.” (K17b)

“Akrabalarla paylaştık. Rahatlıyorum.” (K17a)

“Evet, ama acımı hafifletmiyor.” (K19a)

“Sadece yakın arkadaşlarımla ve psikologla paylaştım. Rahatlatıyor beni. Bazen hiçbir şey olmamış gibi hissediyorum.” (K20e)

“Anlattıkça rahatlardım. Rahatlardım derken; konuşa konuşa alıştım.” (K21e)

Hislerini anlatmak şehit ailelerini rahatlatmaktadır. Bu rahatlamanın nedeninin, duyguları anlatmanın duygu yoğunluğunu azaltıcı etkisi olduğu düşünülmektedir. Bu anlamda grup terapisinin de benzer olayları yaşayan insanların birbirlerinin deneyimlerinden faydalanmaları ve yalnız olmadıkları hissini yaşamaları nedeniyle rahatlatıcı etkisi vardır. Grup terapisi şehit ailelerinin yaşadıkları duyguların anlaşılmasına ve yeni başa çıkma stratejilerini öğrenmelerine yardımcı olmaktadır. Çünkü aileler kayıp nedeniyle yoğun acı hissetmektedir. Hisleri anlatmanın bu acının yoğunluğunu azalttığı düşünülmektedir.

Şehit Ailelerinin Kayıptan Sonraki İlk Bir Yıl İçinde Yaşadığı Değişiklikler

Şehit ailelerinin kayıptan sonraki ilk bir yıl içerisinde yaşadığı değişiklikler, bu değişikliklerin türü ve aynı değişikliği belirten aile sayısı Tablo 6’da verilmiştir. Tablo 6, görüşme formuna yer alan “Kaybınızdan sonraki ilk bir yıl içinde duygularınızda, davranışlarınızda, düşüncelerinizde ne gibi değişiklikler oldu?” sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 6

Kayıptan Sonraki İlk Bir Yıl İçinde Yaşanan Değişiklikler ve Değişikliklerin Türü

Değişiklik Türü	Değişiklik	Aile Sayısı
Fiziksel	Uyku Düzeninde Değişiklik	18
	Fiziksel Rahatsızlık	9
	Kiloda Değişiklik	3
Bilişsel	Hayatın Anlamsız Olduğunu Düşünme/ Hayattan Umudunu Kesme	8
	Evden Çıkmayı İstememe	2
	İntiharı Düşünme	2
	Yalnız Hissetme	3
Duygusal	Mutlu Olamama	5
	Yeme-içme Düzeninde Değişiklik	15
Davranışsal	Yeni Bir Başlangıç Yapma	2
	Ağlama	2
	Taşınma	4

Tablo 6’ya göre şehit ailelerinin en çok yaşadığı değişim ($s=18$) uyku düzeninde değişikliktir. En az yaşanan değişimler ise ($s=2$) evden çıkmak istememe, intiharı düşünme, yeni bir başlangıç yapma, buruk yaşama, ağlama ve iştahsızlıktır. Bu değişimlerle ilgili şehit ailelerinin bazı cevapları aşağıda verilmiştir:

“Uyuyamadım, daha da uyuyamıyorum. Güvencim, hayata dair bir beklentim yok.” (K1a)

“Doğduğum yeri bıraktım, tüm düzenimi bıraktım. Uyku düzenim bozuldu.” (K2a)

“İştahsızlık, uykusuzluk, ağlama yaşadım. Hiçbir şeyin anlamı yok. Mutlu olunca onu unuttuğumuzu düşünmesinden korkuyorum.” (K4a)

“Şeker/tansiyon hastası oldum. Hastalanınca köye taşındık. Uyuyamadım, ağladım.”
(K4b)

“Yedi ay yemek yemedim. İlaçla ayakta duruyorum.” (K5a)

“Neşemi kaybettim. Akrabalarla aram bozuldu. Yalnızlık hissediliyorum.” (K5b)

“Üzüntüden hastalandım. Unutkan oldum. Hala yanımda olduğunu hissediyordum. Kendimi yalnız hissettim. Uyku düzenim bozuldu. İntiharı düşündüm ama yapmadım. Önce inanamadım. Sigaraya başladım.” (K6e)

“yaşam şevkim kırıldı. Hiçbir şey mutlu etmiyor. Buruk yaşıyorum. Uyku düzenim bozuldu. Yeme- içme- giyinme hepsi etkileniyor.” (K7b)

“Yeme- içmeden kesildim.” (K8b)

“Dünyada yaşayamam sandım. 3-4 gün yemek yemedim. Sonra; hayat devam ediyor, diye düşündüm.” (K10a)

“Çok kilo aldım. Uyku ve yeme- içme bozuldu.”(K11a)

“Allah’a daha çok yakınlaştım. İbadete düştüm. Uyku düzeni, yeme-içme düzeni bozuldu. Evden çıkasım gelmiyor. Ruh gibi yaşıyorsun.” (17a)

“ Çocuklarıma daha çok bağlandım. Yeni bir başlangıç oldu. On sekiz kilo verdim. İştah yoktu ama yeme düzeni çocuklar için aynıydı.” (21e)

Şehit aileleri kayıptan sonra fiziksel, bilişsel, duygusal ve davranışsal alanlarda değişiklikler yaşamaktadır. Yaşanılan bu değişiklikler, ailelerin uyum sağlaması gereken durumları arttırmaktadır. Aileler aynı anda hem yakınlarının olmadığı hayata hem de yaşadıkları değişikliklere uyum sağlamak zorunda kalmaktadır. Bu zorunluluğun da yas sürecini zorlaştırdığı düşünülmektedir.

Şehit Ailelerinin Yasla Baş Etmesini Kolaylaştıran Faktörler

Şehit ailelerinin yasla baş etmesini kolaylaştıran faktörler ve aynı faktörleri belirten aile sayısı Tablo 7’de verilmiştir. Tablo 7, “Kaybı kabullenmenizi ve acıyla baş etmenizi neler kolaylaştırdı?” sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 7

Yasla Baş Etmeyi Kolaylaştıran Faktörler

Faktörler	Aile Sayısı
Torun	9
Şehit Olarak Vefat Etmesi/ Ölüm Şekli	8
Mertebesinin Yüksek Olması	7
Şehidin Kardeşlerinin Olması	5
Çalışmak	5
Ziyaretler	4
Şehidin Adına Park –Çeşme Yapılması	3
Aile Desteği	2

Şehit ailelerinin yas sürecini kolaylaştıran unsur olarak en çok belirttikleri faktör (s=9) şehidin çocuklarıdır. En az belirtilen faktör ise (s=2) aile desteğidir. Bu konuda şehit ailelerinin verdikleri bazı cevaplar aşağıda verilmiştir:

“Park ve çeşme yaptırdım. O rahatlattı. Çocuğum için bir şey yapınca mutlu oluyorum. Kaymakamın destek olması rahatlattı. Torunlarımın varlığı rahatlatıyor, başka bir şey rahatlatmıyor.” (K1a)

“ Şehit olarak vefat etmesi ve onun emaneti torunum rahatlatıyor.” (K2a)

“Hem eşimin ailesi hem de benim ailem bana destek oldu. Onların desteğiyle ayakta durdum.” (K3e)

“Şehit olarak ölmesi en büyük tesellidir. Başka şekilde ölseydi daha çok üzülürdüm. Bağ-bahçe işleriyle ilgilenmek de kafamı dağıttı. Torunlarımız bizi hayata bağlıyor.” (K4b)

“Çalışmak, kendimi işe vermek kolaylaştırdı.” (K5b)

“Kabullenilmiyor. Bir çocuğunun olması ve şehitliğin en yüksek merteye olması biraz rahatlatıyor.” (K7a)

“Torunlarım ve üç çocuğumun olması kolaylaştırdı.” (K10a)

“Şehit aileleri ve ziyarete gelenlerle konuşmak, şehitliğin, yüksek bir merteye olduğunu öğrenmek, hocaları dinlemek kolaylaştırdı.” (K12a)

“Oğlumuzun adını torunumuza verdik. Oğlumuzun ismi anıldıkça mutlu oluyoruz ama kolaylaştırmıyor. Bu acıyı hiçbir şey hafifletmez.” (K13b)

“Allah sabrını veriyor. Kolaylaştıran bir şey yok.” (K19a)

“İki evladım var. Onlar için yaşamalıyım, diyorum. İşe girmem iyi geldi. Düşünmeye fırsat kalmıyor çünkü.” (K20e)

“Yalnız kalmamak kolaylaştırdı. Ailem ve arkadaşlarım destek oldu.” (K21e)

Tablo 7’de verilen ‘Torun’ ve ‘Şehidin Adına Park- Çeşme Yapılması’ faktörlerinin kolaylaştırıcı etkisinin ailelerde şehidin yok olmadığı, adının ve neslinin devam ettiği hissini oluşturmamasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Ayrıca bazı ailelerin kolaylaştıran bir şeyin olmadığını, kaybı kabullenemediğini belirtmesi yas sürecinin ve yas sürecini kolaylaştıran unsurların kişiden kişiye değiştiğini göstermektedir.

Şehit Ailelerinin Yasla Baş Etmesini Zorlaştıran Faktörler

Şehit ailelerinin yasla baş etmesini zorlaştıran faktörler ve aynı faktörleri belirten aile sayısı Tablo 8’de verilmiştir. Tablo 8, görüşme formunda yer alan “Kaybı kabullenmenizi ve acıyla baş etmenizi neler zorlaştırdı?” sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 8

Yasla Baş Etmeyi Zorlaştıran Faktörler

Faktörler	Aile Sayısı
Diğer İnsanların Olumsuz Tutumları	7
Zorlaştıran Bir şey Yok	6
Hasret	4
Özel Günler	3
Hayallerin Gerçekleşmemesi/ Yarım Kalması	3
Yadigarının Olmaması	2
Toplam	25

Şehit ailelerinin yas sürecini zorlaştırdığını en çok belirttikleri faktör (s=4) şehide duyulan hasret ve kardeşlerin, diğer insanların sırt dönmesi olarak belirtmişlerdir. Bazı şehit aileleri (s=6) zorlaştıran bir durumun olmadığını belirtmiştir. Bu konuda şehit ailelerinin verdikleri cevaplar aşağıda verilmiştir:

“Gerçekleşmeyen hayaller, onun yokluğunu hissettiren durumlar zorlaştırıyor. Örneğin; oğlum okula başladığında, sünnet olduğunda, ben ameliyat olduğumda o yoktu.” (K3e)

“Allah’tan geldiğini bildiğim için, şehit olduğu için hiçbir şey zorlaştırmadı. Tek zorlaştıran hasreti oldu.” (K4b)

“Her şey zorlaştırıyor. Millet çocuğuyla geziyor, senin gelinin dul. Bir de kimsenin gelmemesi, insanların terk etmesi zorlaştırıyor.” (K5a)

“Arkadaşları evleniyor, o evlenseydi diye düşünüyorum. Eserinin (çocuğunun) olmaması zorlaştırıyor.” (K12a)

“Zorlaştıran bir şey yok ama milletin jandarma gelince “Ne getirdi?” demesi zorlaştırıyor. Bu sözleri de duymazdan geliyorum.” (13b)

“Gittiğin bir düğünde gelin- damat var. Senin de hayallerin vardı, diyorsun. Bu zorlaştırıyor. Hayallerimizin yarım kalması zorlaştırıyor.” (K17b)

“Etrafın sözleri zorlaştırıyor. Ama kendimi kapattım.” (K17a)

“Hayalleri gerçekleştirememek zorlaştırıyor. Arkadaşlarının gelmesi, evlenmesi...” (K19a)

“Kendi ailemden uzakta olmam, bayram ve özel günlerde çocuklarımın baba, benim eşimi aramam zorlaştırıyor.” (K20e)

Tablo 8’de verilen “Yadigârının Olmaması” faktörü, ailelerde şehidin neslinin devam etmediği, yok olduğu hissini oluşturduğu için yas sürecini zorlaştırdığı düşünülmektedir. Ayrıca hayallerin gerçekleşmemesi / yarım kalması durumunda aileler hem yakınlarını hem de hayallerini kaybettiklerini düşünebilmektedir. Bu düşünce, ailelerin acılarının yoğunluğunu arttırdığı için yas sürecini zorlaştırdığı söylenebilmektedir.

Dini İnançların ve Milli Duyguların Yas Sürecine Etkisi

Dini inançların ve milli duyguların yas sürecine etkisi ve aynı etkiyi belirten aile sayısı Tablo 9’da verilmiştir. Tablo 9 görüşme formunda yer alan “Kayıp acısıyla baş etmede, kendinizi rahatlatmada inançlarınızın ve milli duygularınızın nasıl bir etkisi oldu?” sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 9

Dini İnançların ve Milli Duyguların Yas Sürecine Etkisi

Etki	Aile Sayısı
Ayakta tutuyor	14
Gurur Veriyor	9
Toplam	23

Şehit aileleri en çok ($s=14$) dini inanç ve milli duygularının kendilerini ayakta tuttuğunu belirtmişlerdir. Genel olarak dini inançların ve milli duyguların yas sürecinde bireylere destek olduğu, rahatlatıcı bir etkisinin olduğu saptanmıştır. Bu konuda şehit ailelerinin verdiği bazı cevaplar aşağıda verilmiştir:

“Dini inançlarımız ve vatan sevgisi ayakta tutuyor.” (K1a)

“Namaz, dua, Kur’an’ın tesiri, vatan ve millet sevgim beni ayakta tutuyor. Ama şehit ailelerinin bitmeyen istekleri uygun değil.” (K3e)

“-Ölmedi, şehit oldu, inancı teselli ediyor, gurur duyuyorum. Vatan ve millet sevgim de rahatlatıyor.” (K4a)

“Dini inancım, şehitlik mertebesi acımı ferahlattı. Oğlumun temelinde vatan- millet sevgisi vardı. Biz bu sevgimizin, inancımızın sayesinde ayaktayiz.” (K4b)

“Teselli eden şey dini ve milli duygular. Başka şekilde ölmemesinin gururu bize yetiyor.” (K13b)

“Allah’a olan inancım ve vatan- millet sevgim ayakta tuttu. Vatan olmazsa biz de olmayız.” (K21e)

Şehitliğin İslam dininde yüksek bir mertebe olması ve toplumumuzda da şehitlere önemli derecede değer verilmesi, şehit ailelerini gururlandırmaktadır. Bu gururdan dolayı şehit olarak ölmenin aileleri rahatlatığı düşünülmektedir. Çünkü kayıp bu durumda acı veren değil, gurur veren bir durum haline dönüşmektedir. Ayrıca İslam dinindeki şehitlerin ölmediği, cennette çeşitli nimetlerle rızıklandıkları inancının da ailelerde şehidin yok olmadığı hissini oluşturduğu ve bu nedenle yasla baş etmeyi kolaylaştırdığı düşünülmektedir.

Şehit Ailelerinin Günlük İşlerinde Aksama Olup Olmaması Durumu ve Yas Sürecine Etkisi

Şehit ailelerinin günlük işlerinde aksama olup olmaması durumu, bu durumun yas sürecine etkisi ve aynı etkiyi belirten aile sayısı Tablo 10’da verilmiştir. Tablo 10, görüşme formunda yer alan “Kayıptan sonra günlük işlerinizi yapabildiniz mi? Evet ise günlük işlerle ilgilenmek sizi nasıl etkiledi?” sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 10

Günlük İşlerde Aksama Olup Olmaması Durumu ve Yas Sürecine Etkisi

Durum	Aile Sayısı
Aksama Olmadı	13
Aksama Oldu	12
Rahatlatmadı	11
Rahatlattı/ Kafamı Dağıttı	9

Tablo 10’a göre şehit aileleri en çok ($s=13$) günlük işlerini aksatmamayı tercih etmişlerdir. Günlük işleri yapmanın yas sürecine etkisi konusunda ise en çok ($s=11$) günlük işlerin kendilerini rahatlatmadığını belirtmişlerdir. Şehit ailelerinin günlük işleri yapabilme durumları ile ilgili bazı cevaplar aşağıda verilmiştir:

“Aksama olmadı. Sorumluluğunu bilmek ayakta durmamı sağladı, kafamı dağıttı.” (K2a)

“Beş yıl kadar dışarıya çıkmadım. Günlük işlerde aksama oldu. Günlük işlerimi yapmaya başladığımda da acım hafiflemedi. Çünkü o hep aklımda.” (K3e)

“Günlük işlerime devam ettim. Kafamı dağıtıyordu çünkü.” (K4b)

“Aksama olmadı ama kafamı da dağıtmadı.” (K5a)

“İşler eskisi gibi olmadı. Bir yere gitmek istemedim. İş bırakmayı düşünüyorum. Çünkü hayali gözümün önünden gitmiyor.” (K7b)

“Aksama olmadı. Mecburen devam ettim.” (K9b)

“Aksattım. İşleri birileri yaptı. Ben yapmadım. İşlere dönünce de acım hafiflemedi. Yangın bitmiyor ama külleniyor.” (K10a)

“Altı ay çok zorlandım. İşlere dönünce kendimi daha iyi hissettim.” (K11a)

“Aksama olmadı, aksine arttırdım. Kafam dağıldı. Düşünmeye vakit bulmak istemedim.” (K12b)

“ Son iki yıldır toparlandım. Uzun yıllar iş yapamadım. Bitkisel hayattaydım. Tek olmadığımı gördükçe günlük işlere döndüm. Rahatlattı, beynimi meşgul ediyor.” (K12a)

“ Mesleğime iki yıl devam edebildim. Sonra bıraktım. Günlük işler kafamı dağıtmadı. Günlük işlerim aksamadı ama aklımda hep o var. Rahatlatmıyor.” (K13b)

“ Yemek yapamadım. Hala da yapamıyorum. Ama günlük işlerle uğraşmak kafamı dağıttı.” (K18e)

“ İlk başlarda bir- iki ay yapamadım. Sonra yapmak zorundayım, dedim ve yaptım. Acıyla baş etmemi çok etkilemedi. Acım hala aynı.” (K20e)

Şehit aileleri kayıptan sonra günlük işlerini aksatmadıklarını, günlük işlerin kafalarını dağıttığını, kayıplarını düşünmeye fırsat kalmadığını belirtmişlerdir. Bu bulgunun ailelerin, yoğun acıyla baş etmek için bastırma savunma mekanizmasını kullandıklarını gösterdiği düşünülmektedir.

Şehide Ait Eşyaların Yas Sürecine Etkisi

Şehide ait eşyaların yas sürecine etkisi ve aynı etkiyi belirten aile sayısı Tablo 11’de verilmiştir. Tablo 11, görüşme formunda yer alan “Size yakınınızı hatırlatan bir eşya var mı? Evet ise bu eşyalar sizde neler hissettiriyor?” sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 11

Şehide Ait Eşyaların Yas Sürecine Etkisi

Etki	Aile Sayısı
Acımı Tazeliyor	14
Rahatlatıyor	6
Yanımızda gibi Hissettiriyor	4
Hem Acımı Tazeliyor Hem de Rahatlatıyor	3

Tablo 11'e göre şehide ait eşyaların yas sürecine etkisi, en çok (s=14) acıyı tazelemek şeklinde olmaktadır. Şehit aileleri, şehide ait eşyaların yas sürecine diğer etkilerini, rahatlatıyor, yanımda gibi hissettiriyor, hem acımı tazeliyor hem de rahatlatıyor şeklinde belirtmişlerdir. Ailelerin bu konuda verdikleri bazı cevaplar aşağıda verilmiştir:

“ Acımı hatırlatıyor. Ama eşyalarını nesilden nesile aktarmak istiyorum. Böylece yaşatmış olacağım ve şehit ailesi olduğumuz unutulmayacak. ” (K4b)

“ Eşyaları görmek acımı arttırıyor. Bir elbise kadar ömrü olmadı diyorsun. ” (K5a)

“ Acıyı tazeliyor. Eşya sağlam, adam yok, diye düşünüyorum. ” (K6e)

“ Aşırı duygulandırıyor, acımı tazeliyor. Ama kendisi varmış gibi de devam ettiriyorum, kullanıyorum. Psikolojik olarak rahatlatıyor. ” (K7b)

“ Bana arkadaş oluyor. Yanımda gibi hissediyorum, kolaylaştırıyor. ” (K9b)

“ Eşyalarıyla konuşuyorum. Biraz rahatlatıyor. ” (K10a)

“ Eşyalar acımı tazeliyor ama resimler rahatlatıyor. Yanımda hissediyorum. ” (K11a)

“ Onu hatırlamak beni mutlu ediyor. ” (K17a)

“ Acımı tazeliyor. Odasına giremiyorum. ” (K19a)

“ Acımı tazeliyor ama rahatlatıyor da. ” (K20e)

“ Anılar canlanıyor, rahatlatıyor. ” (K21e)

Bazı şehit aileleri, şehide ait eşyaların acılarını tazelediğini, bazı şehit aileleri rahatlattığını, bazı şehit aileleri ise hem acılarını tazelediğini hem de rahatlattığını belirtmiştir. Bu bulgular, şehide ait eşyaların yas sürecine etkisinin kişiye göre değiştiğini göstermektedir.

Şehitle Vedalaşıp Vedalaşmama Durumunun Yas Sürecine Etki

Şehitle vedalaşıp vedalaşmama durumunun yas sürecine etkisi ve aynı etkiyi belirten aile sayısı Tablo 12'de verilmiştir. Tablo 12, görüşme formunda yer alan “Yakınınızla

vedalaşma şansınız oldu mu? Evet ise bu durum kayıp acısıyla baş etmeniz size nasıl bir etki yaptı?” sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 12

Şehitle Vedalaşıp-Vedalaşamama Durumu ve Yas Sürecine Etkisi

	Vedalaştık	Vedalaşamadık
Vedalaşmak Rahatlatır	5	7
Vedalaşmak Rahatlatmaz	3	3
Vedalaşmak Etkilemez	-	5

Tablo 12’ye göre şehit aileleri en çok (s=18) vedalaşamadıklarını ve en çok (s=9) vedalaşmanın rahatlattığını belirtmişlerdir. Bu konuda şehit ailelerinin verdikleri bazı cevaplar aşağıda verilmiştir:

“Afganistan’a giderken vedalaştık. Aklıma şehit olacağı gelmediği için rahatlatmadı.” (K1a)

“ Vedalaşamadım. Son konuşmada daha çok konuşsaydım diyorum ama çok da etkilemedi.” (K2a)

“ Vedalaşmış olmak acımı hafifletmiyor.” (K3e)

“ Vedalaşamadım. Keşke vedalaşsaydım. Acım hafiflerdi.” (K4a)

“ Vedalaşamadık. Çok ani oldu. Öleceğini bilemiyorsun. Acımı artırıyor.” (K7b)

“ Vedalaşamadım. Vedalaşsam da etkisi olmazdı.” (K9b)

“ Vedalaşamadım. Vedalaşsaydım daha iyi hissederdim. En son göreve gönderirken vedalaştım.” (K10a)

“ Vedalaşamadık. Her zaman helalleşirdi zaten. Vedalaşmak acı anlamında fark ettirmiyor.” (K12b)

“Vedalaşamadık. Vedalaşsaydık kendimizi hazırlardık. Yine de acısı hafiflemezdi.” (K13b)

“ *Vedalaştık. Vedalaşmasaydım daha zor olurdu acıyla baş etmem. İyi ki onun yanındaydım, iyiki vedalaştım.*” (K20e)

Aileler yakınlarının şehit olacağını öngöremedikleri için genellikle vedalaşma gerçekleşmemektedir. Bazı aileler vedalaşmanın kendilerini olumlu etkilediğini, bazı aileler vedalaşmanın kendilerini rahatlatmadığını, bazı aileler ise vedalaşmanın kayıp acısını etkilemediğini belirtmiştir. Bu bulgular vedalaşmanın yas sürecine etkisinin kişiden kişiye değiştiğini göstermektedir.

Şehit Eden Kişilerin Emniyet Kuvvetlerince Yakalanmasının Yas Sürecine Etkisi

Şehit eden kişilerin emniyet kuvvetlerince yakalanmasının yas sürecine etkisi ve aynı etkiyi belirten aile sayısı Tablo 13’te verilmiştir. Tablo 13,görüşme formunda yer alan “Yakınınızın vefatına sebep olan kişi emniyet kuvvetlerince yakalandı mı? Evet ise neler hissettiniz?” sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 13

Şehit Eden Kişilerin Emniyet Kuvvetlerince Yakalanmasının Yas Sürecine Etkisi

Etki	Aile Sayısı
Acımı Hafifletmiyor	14
Rahatlattı	7

Şehit aileleri en çok (s=15) olayın faillerinin yakalandığını ve faillerin yakalanmasının acılarını hafifletmediğini (s=14) belirtmişlerdir. Şehit ailelerinin verdiği bazı cevaplar aşağıda verilmiştir:

“ *Evet. Onu duyunca biraz rahatladım. Ama hiçbir zaman beddua etmedim.*” (K2a)

“ *Evet, ama acımı hafifletmiyor.*” (K3e)

“ *Bilmiyorum. Saldırıyı düzenleyenlerin başı yakalansaydı acım hafiflerdi.*” (K4a)

“*Faillerin hepsi öldü, ama acımda değişiklik yok.*” (K5a)

“ Katiller şunlardır, diye bir kesinlik yok. O yüzden yakalandığından emin olamıyoruz. Öldürenlere kin besliyoruz. Bu da acımızı taze tutuyor. İçimizi rahatlatmıyor.” (K7b)

“Evet, biraz rahatlattı. Yanlarına kalmadı.” (K9b)

“ Bilmiyoruz. Yakalansa, ölse rahatlarız.” (K15b)

“ Yakalansaydı acım değişmezdi ama başka şehit vermezdik.” (K16b)

“ Evet, mahkeme devam ediyor. Ceza almaları acımı hafifletmez ama mutlu olurum.” (K18e)

Şehit eden kişilerin emniyet kuvvetlerince yakalanmasının şehit ailelerini çoğunlukla rahatlatmadığı bulunmuştur. Bu durumun ailelerin yakınlarını geri getirmeyeceği düşüncesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Diğer Şehit Aileleri ile Görüşmenin Yas Sürecine Etkisi

Diğer şehit aileleri ile görüşmenin yas sürecine etkisi ve aynı etkiyi belirten aile sayısı Tablo 14’te verilmiştir. Tablo 14, görüşme formunda yer alan “Diğer şehit aileleriyle görüşüyor musunuz? Görüşüyorsanız bir araya gelince neler yapıyorsunuz? Ne sıklıkla görüşüyorsunuz? Bu paylaşımlar sizi nasıl etkiliyor?” sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 14

Diğer Şehit Aileleriyle Görüşmenin Yas Sürecine Etkisi

Etki	Aile Sayısı
Rahatlatıyor	21
Acımı tazeliyor	3
Toplam	24

Şehit aileleri en çok (s=21) diğer şehit aileleri ile görüşmenin kendilerini rahatlatıldığını belirtmiştir. Bu konuda şehit ailelerinin verdiği cevaplar aşağıda verilmiştir:

“Denk geldikçe görüşüyorum. Acım tazeleniyor.” (K1a)

“Haftada bir ya da iki haftada bir görüşüyoruz. Şehitlerimizden bahsediyoruz. Birbirimizi teselli ediyoruz. Biraz daha rahatlatıyor.” (K2a)

“Evet. Rahatlıyorum, çünkü içimizi döküyoruz.” (K3e)

“Evet, arada sırada görüşüyoruz. Yasin, mevlüt okurduk. İnsan kendinden ağır derdi olanı görünce kendi acısını hafif hissediyor.” (K4a)

“Evet. Hatıraları konuşuyoruz. Kabir ziyareti yapıyoruz. Kur'an okuyoruz. Devlet dairelerini, ziyaret edilecek yerleri ziyaret ediyoruz. Bunlar bizi rahatlatıyor.” (K4b)

“Görüşüyoruz. Acımı etkilemiyor.”(K5a)

“Sadece şehitlikte görüşüyoruz. Acılar paylaşıyor. Yalnız olmadığımızı hissediyoruz. Bir nebze rahatlatıyor.” (K7b)

“Sadece programlarda görüşüyoruz. Gurur duyduğum için rahatlatıyor.” (K8b)

“Denk geldikçe görüşüyoruz. Bizi anlıyorlar, o yüzden rahatlıyorum.” (K9b)

“Evet, denk geldikçe görüşüyoruz. Bizi en iyi onlar anlıyor, rahatlıyoruz.” (K12b)

“Hemen hemen her gün görüşüyoruz. Mevlüt okuyoruz. Acıyı tazeliyor.” (K17b)

“Programlarda, denk geldikçe görüşüyoruz. Acımı tazeliyor.” (K19a)

Diğer şehit aileleri ile görüşmek şehit ailelerini çoğunlukla rahatlatmaktadır. Bu durumun ailelerin anlaşıldığını, yalnız olmadığını hissetmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Ayrıca şehit aileleri bir araya geldiklerine hislerini de paylaşmaktadır. His paylaşımının duygu yoğunluğunu azaltarak aileleri rahatlatıldığı düşünülmektedir.

Kabir Ziyaretlerinin Yas Sürecine Etkisi

Kabir ziyaretlerinin yas sürecine etkisi ve aynı etkiyi belirten aile sayısı Tablo 15'te verilmiştir. Tablo 15, görüşme formunda yer alan “Yakınınızın kabrini ne sıklıkla ziyaret

ediyorsunuz? Bu ziyaretler kayıp acınızda nasıl bir etki yapıyor?” sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 15

Kabir Ziyaretlerinin Yas Sürecine Etkisi

Etki	Aile Sayısı
Rahatlatıyor	18
Acım Tazeleniyor	5
Kabirde Evim Var Gibi Hissediyorum	3
Toplam	26

Şehit aileleri en çok ($s=18$) kabir ziyaretlerinin kendilerini rahatlattığını belirtmişlerdir. Ayrıca kabir ziyaretleri ailelerde acıyı tazeleme ve kabirde evleri varmış gibi hissetme etkisi de oluşturmaktadır. Ailelerin bu konuyla ilgili bazı cevapları aşağıda verilmiştir:

“2004’ten 2017’ye kadar her gün giderdim. Son iki yıldır ayda bir gidiyorum. Acım tazeleniyor.” (K1a)

“Her gün geliyorum. Onunla sohbet etmek rahatlatıyor.” (K2a)

“Genel olarak her Cuma (özellikle yazın) gidiyorum. Acımı hafifletiyor.” (K4a)

“Haftada iki-üç kere gidiyorum. Acımı hafifletmiyor, aksine tazeliyor.” (K5a)

“Bir gün gitmesem ikinci gün gidiyorum. Gitmesem çağırıyor gibi hissediyorum. Biraz rahatlatıyor.” (K9b)

“Kabirde rahatlıyorum, ağlamıyorum. Canlı olduğunu hissediyorum.” (K11a)

“ Üç- dört günde bir ve her Cuma ziyaret ediyoruz. Kabirde evim var gibi hissediyorum. Ölümden korkmuyorum. Zaten o diri.” (K12b)

“Kabirde evimiz var gibi hissediyorum. Rahatlıyorum. Genelde Cuma ve kandil günlerinde ve oradan geçtikçe mutlaka uğrarız. Uğramazsak bize kırılır gibi hissedirim.” (K12a)

“ Acım tazeleniyor. Yaz döneminde haftalık gideriz.” (K16b)

“ Günde iki defa gidiyordum. Ankara’ya gidince artık gidemiyorum kabrine. Kabrine gittiğimde onunla konuşuyorum, yanımda hissediyorum. Acıyla baş etmemi sağlıyor.” (K17a)

“Önceleri her hafta gidiyordum. Psikolog ara verin deyince ayda bir gitmeye başladım. Gidince onunla konuşuyorum. Acım tazeleniyor. Kendimi suçlu hissediyorum. Acımı hafifleten bir durum yok.” (K20e)

Şehit aileleri çoğunlukla kabir ziyaretlerinin kendilerini rahatlattığını ifade etmiştir. Bu rahatlamanın şehidin kabrini şehidin evi gibi görmekten, şehidin yaşadığı hissine kapılmaktan kaynaklandığı düşünülmektedir.

Şehit Ailelerinin Psikolojik Destek Alıp Almama Durumları

Şehit ailelerinin psikolojik destek alıp almama durumu ve aynı durumu belirten aile sayısı Tablo 16’da verilmiştir. Tablo 16, görüşme formunda yer alan “Kayıp acısıyla baş etmek için uzman birinden (psikolog/psikiyatrist) yardım aldınız mı? Yardım aldıysanız nerede, ne kadar süre aldınız? Yardım almadıysanız almanızı engelleyen durumlar nelerdi?” sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Tablo 16

Şehit Ailelerinin Psikolojik Destek Alıp Almama Durumları

Durum	Aile Sayısı
Hayır	18
Evet	8
Toplam	26

Şehit aileleri en çok (s=18) destek almamayı tercih etmişlerdir. Bu konuda şehit ailelerinin verdiği bazı cevaplar aşağıda verilmiştir:

“İlaçlar çok fazla uyuttuğu için yardım almadım.” (K1a)

“Hayır. Gerek duymadım.” (K3e)

“Hayır, aklıma gelmedi. Yönlendiren de olmadı.” (K4a)

“ İki yıl özel bir psikologdan yardım aldım. Yardımın faydası bir yere gidip gelirken yanlış yola gitmemem, acıktığımı bilmem yönünde oldu ” (K5a)

“ Hastanede en az beş yıl yardım aldım. Yardım alınca sakinleştim.” (K6e)

“Hayır. Çünkü biz kendimizi kontrol etmeye çalıştık. Asıl güç kaynağı Allah. Allah güç veriyor.” (K7b)

“Almadım, gerek görmedim.” (K10a)

“ Küçük oğlumun kızı bana teselli oldu. O yüzden destek almadım. En büyük teselli ailem oldu.” (K11a)

“Özel hastaneden destek aldım. Beş- altı sene ilaç kullandım. Hala da devam ediyorum. İlaç sayesinde biraz unuttur gibi oldum, hafifledim.” (K12a)

“Almadım. O desteği ben kendi kendime ve eşime yaptım.” (K13b)

“Herkes teselli verince yardım almadım.” (K14a)

“Evet, özel bir pedagogdan bir yıl aldım. İnsanlara tavrım değişti.” (K18e)

“Hayır, faydalı olacağına inanmıyorum.” (K19a)

“Evet, iki yıl özel hastaneden yardım aldım. Biraz açıldım. Doktorla konuştuğumda rahatlıyorum. Konuşma bitince acım aynı.” (K20e)

“Dernek psikoloğundan iki- üç seans destek aldım ama acıyla baş etmemi etkilemedi.” (K21e)

Şehit aileleri çoğunlukla bir uzmandan psikolojik destek almamışlardır. Psikolojik desteğe ihtiyaç duymamalarının nedenini ise dini inançları ve milli duygularının etkisi ve sosyal çevrenin desteği olarak belirtmişlerdir. Bu bulgulardan hareketle psikolojik destek ile dini

inanç/ milli duyguların ve sosyal çevre desteğinin yas sürecine etkisinin eşdeğer olabileceği düşünülmektedir.

BÖLÜM V

SONUÇ VE TARTIŞMA

Bu bölümde şehit ailelerinin yasla baş etme sürecinin incelenmesi sonucu elde edilen sonuçlara, bulgulara ve bu bulguların alanyazında yer alan diğer çalışmaların bulgularıyla karşılaştırılmasına yer verilmiştir.

Şehit ailelerinin, şehit haberini aldıkları ilk anda verdiği ağlama, bağırma ve feryat etme tepkilerinin gerileme, inanamama tepkisinin yadsıma, hamd etme ve dik durmaya çalışma tepkilerinin karşıt tepki geliştirme savunma mekanizmaları ile ilişkili tepkilerdir. Bu ilişkiden hareketle şehit ailelerinin şehit haberini aldıkları ilk anda verdikleri tepkilerin kullandıkları savunma mekanizmaları ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Şehit aileleri diğer insanların kendilerini anlamayacaklarını ve ellerinden bir şey gelmeyeceğini düşündükleri için yas sürecindeki hislerini paylaşmamaktadır. Ancak hislerini paylaşan ve bu paylaşımların kendilerini rahatlatıldığını belirten şehit aileleri çoğunluktadır. Yas sürecinde hislerini paylaşan aileler arasında hisleri paylaşmanın kendilerini rahatlatmadığını belirten aileler de bulunmaktadır. Bu bulgulardan hareketle hisleri paylaşıp paylaşmamanın yas sürecine etkisi kişiden kişiye değiştiği sonucuna ulaşılmıştır.

Şehit ailelerinin yas sürecini kolaylaştıran unsurlar incelendiğinde bu unsurların şehidin yok olmadığı hissini oluşturan unsurlar olduğu görülmektedir. Şehidin adına park/ bahçe, okul, çeşme vs. yapma, mezarı şehidin evi olarak düşünme, şehidin eşyalarını saklama gibi davranışlar ailelerde şehidin ölmediği, hala yanlarında olduğu hissi oluşturmaktadır. Bu bulgulardan hareketle yas sürecini kolaylaştıran unsurların temelinde, ailelerde şehidin hala yaşadığı hissini oluşturmalarının yattığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bir uzmandan psikolojik yardım alıp almama konusunda aileler çoğunlukla psikolojik destek almamayı tercih etmektedir ve bu tercihlerinin nedenini dini inançları, akraba-aile-arkadaş desteği ile açıklamaktadır. Özellikle diğer şehit aileleri ile konuşmak aileleri rahatlatıcı bir etkiye sahiptir. Bu bulgulardan hareketle sosyal çevre desteğinin psikolojik destekle eşdeğer etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazında da yasla baş etmek için dini inançları ön plana alan bireylerin uzman yardımına ihtiyaç duymadıklarına dair bulgular mevcuttur. Işık (2013), yetişkinlerle yaptığı çalışmada yetişkinlerin dini inançlar ve ibadetlerin etkisiyle yas terapisine ihtiyaç duymadıklarını saptamıştır. Bu saptamanın yapılan çalışmayı desteklediği görülmektedir

Araştırmada elde edilen bulgular dini inançların yas sürecini kolaylaştırdığını, bireylere psikolojik destek sağladığını göstermektedir. Özellikle İslam dininde şehitlik mertebesinin yüksek olduğu ve şehitlerin diri olduğu inancı şehit ailelerinin teselli kaynağı olmaktadır.

Alanyazında da dini inançların kaybı kabullenmeyi ve yas sürecini kolaylaştırdığına dair bulgular mevcuttur. Özçetin (2000)'in Diyarbakır bölgesinde çalışan imam/hatiplerin bölge halkının yas tepkileri ve cenaze ritüellerine dair görüşlerini modern yas kuramıyla karşılaştırmayı amaçlayan çalışmasında trafik kazası sonucu gerçekleşen ölümlerin diğer ölüm şekillerine göre kazaların kadere bağlı olduğuna inanılmasından dolayı daha kolay kabullenildiği bulunmuştur. Işık (2013), ebeveyn kaybı sonrası dini başa çıkmanın yetişkinlere psikolojik anlamda yardımcı olup olmadığını belirlemek ve yetişkinlerin ebeveyn kaybı sonrası ahlaki olgunlaşmalarında ve dindarlıklarında meydana gelen değişimi incelemek amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırma sonucunda yas sürecinde dini başa çıkma etkinliklerini kullanmanın ruhsal ve fiziksel sağlığı olumlu yönde etkilediği bulunmuştur. Ayrıca yetişkinlerin dini inançların ve ibadetlerin etkisiyle patolojik yas tepkileri vermedikleri saptanmıştır. Yukarıda belirtilen araştırmaların çalışmanın, dini inançların yas sürecini kolaylaştırdığı sonucunu desteklediği görülmektedir.

.

Öneriler

1. Yapılan çalışmada şehit ailelerinin birbirleriyle görüşmesinin yas sürecini kolaylaştırıcı etkisi olduğu bulunmuştur. Bu bulgudan yola çıkılarak, şehit ailelerinin birbirleriyle vakit geçirebilecekleri aktiviteler düzenlenebilir.
2. Sosyal çevrenin desteği yas sürecini kolaylaştırmaktadır. Ancak bazı şehit aileleri için sosyal çevrenin desteği yeterli olmamaktadır. Bu durumda olan ailelerin tespit edildiği durumlarda, bu ailelere ziyaretler düzenlenebilir.
3. Çalışma sonucunda bazı şehit ailelerinin kayıp sonucunda yaşadıkları hisleri başka kişilerle paylaşmadıkları tespit edilmiştir. Hisleri paylaşmak, yas sürecini ve kaybı kabullenmeyi kolaylaştıran bir faktördür. Bu nedenle hislerini anlatmayan aileler için grup danışmaları yapılabilir.
4. Yapılan çalışmada günlük işleri yapmanın ailelerin kayıplarını düşünmelerini engellediği bulunmuştur. Bu bulgudan hareket edilerek şehit aileleri ilgilerini çeken bir konularda kursa yönlendirilebilir.

KAYNAKLAR

- Arıcı, N. (2014). *Travmatik yas sorununda aile dayanıklılığı programının kadınlardaki travma sonrası stres, yas ve aile dayanıklılığı düzeylerine etkisi*. (Doktora Tezi). www.neslihanarici.com sayfasından erişilmiştir.
- Arslanoğlu, İ. (2016). *Bilimsel yöntem ve araştırma teknikleri*. Ankara: Gazi.
- Ateş, N. E. (2019). Travmayı anlamlandırması açısından imtihan ve başa çıkma: şehit aileleri, gaziler ve gazi aileleri örneği. *Trabzon İlahiyat Dergisi*, 6 (1) 429-455. Doi: 10.33718/tid.546770
- Ateş, N. E., & Kayıklık, H. (2019). Şehit ailelerinde, gazilerde ve gazi ailelerinde sabır ve dini başa çıkma ilişkisi. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 19 (1), 225-235.
- Aydın, R., & Kimsesiz, K. N. (2018). Okul ortamı: çocuk, travma ve yas. *Okul Psikolojik Danışmanı E-Bülteni* (8)
- Balcı, Ç. S. (2011). Ergenlerin yasa karşı tutumlarının cinsiyet ve depresyon düzeyleri açısından karşılaştırılması. *İlköğretim Online*, 10 (2), 735-742.
- Belen, Z. F., Özhanlı, M., Selimoğlu, Ö., & Yağız, F. T. (2019). Türk tasavvuf müziği ve el sanatı ile yapılandırılmış manevi bakım uygulaması: Kırıkkale şehit anneleri örneği. *Harran Üniversitesi İlahiyat Dergisi*, 41, 99-134. Doi: 10.30623/harranilahiyatdergisi.550377
- Bildik, T. (2013). Ölüm, kayıp, yas, patolojik yas. *Ege Tıp Dergisi*, 52 (4), 223-229.
- Bölücek, Ö.U., *Eğitim bilimleri pasaport konu anlatımı: gelişim psikolojisi*. Ankara: Beyaz Kalem.
- Butcher, J. N., Mineka, S., & Hooley, J. M. (2013). *Anormal Psikoloji* (O. Gündüz, Çev.). İstanbul: Kaknüs.
- Duran, S., & Ünsal, G. (2014). Çankırı ilindeki şehit aileleri ve malul gazilerin psikolojik dayanıklılık ve depresif durumlarının belirlenmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5 (2), 158- 163.

- Düzgün, G., Uzun, M., Topaloğlu, Ö., Taşkiran, E., Köse, T., & Akar, H. (2016). Dahiliye yoğun bakım ve palyatif bakım hizmeti almış hastaların yakınlarının yas süreçlerinin karşılaştırılması. *FNG & Bilim Tıp Dergisi*, 2 (4), 250-255.
- Geçit, M.S. (2017). Kur'an'da şehitlik. *İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (9), 121-144
- 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.
- Gören, A.B. (2016). Engelli çocuğa sahip annelerde yas süreci. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, (1), 225-244. Doi: <http://dx.doi.org/10.18505/cuifd.64549>
- Işık, H. (2014). Bir sözlü tarih örneği: ürdün salt türk şehitliği. *History Studies*, 6 (3), 179-198.
- Işık, Z. (2013). *Ebeveyni ölen yetişkinlerde dini başa çıkma*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Kara, E. (2017). Üniversite öğrencilerinin yas sürecindeki dini yaklaşımları üzerine nitel bir çalışma. *Spiritual Psychology And Counseling*, 2 (2), 203-223.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar-ilkeler-teknikler*. Ankara: Nobel.
- Kurt, H. (2012). İslam inancına göre şehitlik. *C.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 16 (1), 189-220
- Okyayuz, U. (1995). Ölüm ve ölümcül hastalık. *Kriz Dergisi*, 3 (1-2), 167-171.
- Onur, B. (2014). *Gelişim psikolojisi: yetişkinlik, yaşlılık, ölüm*. Ankara: İmge.
- Örnek, S. V. (1979). *Anadolu folklorunda ölüm*. Ankara: Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi.
- Özçetin, A. (2000). Diyarbakır bölgesinde yas ve din ilişkisi. *Düşünen Adam Dergisi*, 13 (1), 12-18.
- Sümer, N. (2015). *Dinlerde intihar şehitlik ve ötenazi*. Ankara: Ankara Okulu Yayınları.
- Şenelmiş, H. (2006). *Ankara üniversitesi kriz merkezine başvuran yas olguları üzerine bir çalışma*. (Yüksek Lisans Tezi). acikarsiv.ankara.edu.tr sayfasından erişilmiştir.
- Tanhan, F. (2012). Yaşlılık, ölüm ve yas danışmanlığı. H. Bacanlı & Ş.I. Terzi (Eds.). *Yetişkinlik ve yaşlılık: gelişimi ve psikolojisi içinde* (s. 517-565). İstanbul: Açılım.
- Türksever, Z. (2014). *Türk halk inançlarında şehitlik üzerine halk bilimsel bir inceleme: Edirnekapı örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.

- Türnükü, A. (2000). Eğitimbilim araştırmalarında etkin olarak kullanılabilecek nitel bir araştırma tekniği: görüşme. *Eğitim Yönetimi Dergisi*, 6 (4), 543-559.
- Ünlütürk, Z. (2010). *Psikolojide yas (ayrılık, kayıp)*. tavsiyee diyorum.com/makale_5990.htm sayfasından erişilmiştir.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2013) *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin.
- Zara, A. (2011). *Kayıplar, yas tepkileri ve yas süreci*. <http://www.aytenzara.com/wp-content/uploads/2012/02/Kayıplar-Yas-Tepkileri-ve-Yas-Sureci.pdf> sayfasından erişilmiştir.
- Zorlu, M. (2018). *Sosyal hizmet perspektifinde taziye kültürünün yas sürecine etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.

EKLER

EK 1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu

Değerli katılımcılar;

Bu araştırma Gazi Üniversitesi –Eğitim Bilimleri Enstitüsü /Felsefe Grubu Eğitimi Bilim Dalı’nda “Şehit Ailelerinin Yasla Baş Etme Davranışlarının İncelenmesi” konulu yüksek lisans tez çalışması için yapılmaktadır.

Sorulara verdiğiniz cevaplar sadece bilimsel araştırma kapsamında kullanılacaktır. Araştırmadan güvenilir bir sonuç elde edilebilmesi için sorulara doğru ve samimi cevaplar vermeniz önemlidir. Katılımınız için teşekkür ederim.

Leyla ÖZDEMİR

(Gazi Üniversitesi Yüksek Lisans Öğrencisi)

Şehide Yakınlık Dereceniz

☐ Anne ☐ Baba ☐ Eş ☐ Çocuk

Cinsiyetiniz

☐ Kadın ☐ Erkek

Yaş:

Çocuk sayısı:

Öğrenim Durumunuz

☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ 2 yıllık yüksekokul ☐ Üniversite

EK 2. Yas Süreci İle Baş Etme Davranışları Görüşme Formu

Yas Süreci İle Baş Etme Davranışları Görüşme Formu

- 1) Yakınınızın şehit olduğunu ilk duyduğunuzda neler hissettiniz, neler düşündünüz, nasıl davrandınız?
- 2) Bu hislerinizi birilerine anlattınız mı? Evet ise hislerinizi birilerine anlatmak sizi nasıl etkiledi? Hayır ise anlatmanızı neler engelledi?
- 3) Kaybınızdan sonraki ilk bir yıl içinde duygularınızda, davranışlarınızda, düşüncelerinizde ne gibi değişiklikler oldu?
- 4) Kaybı kabullenmenizi ve acıyla baş etmenizi neler kolaylaştırdı?
- 5) Kaybı kabullenmenizi ve acıyla baş etmenizi neler zorlaştırdı?
- 6) Kayıp acısıyla baş etmede, kendinizi rahatlatmada inançlarınızın ve milli duygularınızın nasıl bir etkisi oldu?
- 7) Kayıptan sonra günlük işlerinizi yapabildiniz mi? Evet ise günlük işlerle ilgilenmek sizi nasıl etkiledi?

- 8) Size yakınınızı hatırlatan bir eşya var mı? Evet ise bu eşyalar sizde neler hissettiriyor?
- 9) Yakınınızla vedalaşma şansınız oldu mu? Evet ise bu durum kayıp acısıyla baş etmeniz size nasıl bir etki yaptı?
- 10) Yakınınızın vefatına sebep olan kişi emniyet kuvvetlerince yakalandı mı? Evet ise neler hissettiniz?
- 11) Diğer şehit aileleriyle görüşüyor musunuz? Görüşüyorsanız bir araya gelince neler yapıyorsunuz? Ne sıklıkla görüşüyorsunuz? Bu paylaşımlar sizi nasıl etkiliyor?
- 12) Yakınınızın mezarını ne sıklıkla ziyaret ediyorsunuz? Bu ziyaretler kayıp acınızda nasıl bir etki yapıyor?
- 13) Kayıp acısıyla baş etmek için uzman birinden (psikolog/psikiyatrist) yardım aldınız mı? Yardım aldıysanız;
Ne kadar süre aldınız?
Nerede aldınız?
Yardım almadıysanız almanızı engelleyen durumlar nelerdi?



GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR.