

YAS ÖLÇEĞİ: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Seher Balcı Çelik *

ÖZET

Bu çalışma, Yas Ölçeği'nin geçerlik ve güvenirliğini incelemek üzere yapılmıştır. Çalışma 2000-2003 tarihleri arasında birinci derecede yakını kaybetmiş üniversite düzeyindeki öğrenci gruplarından elde edilen veriler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Yas Ölçeği 35 maddelik beşli Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin iç tutarlılığını saptamak amacıyla hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .96'dır. Testin tekrarı yöntemi ile elde edilen güvenirlik kat sayısı .84 olarak bulunmuştur. Beck Umutsuzluk Ölçeği ile yapılan benzer ölçekler geçerliği'in incelenmesinde iki ölçeğin toplam puanları arasında bulunan ilişki katsayısı $r = .80$ 'dir. Yapı geçerli amacıyla yapılan faktör analizi sonucunda dört faktör elde edilmiştir. Bunlar yas karşısında gösterilen fiziksel, bilişsel, davranışsal ve duygusal tepkilerdir. Elde edilen bulgular, ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu göstermektedir.

ANAHTAR SÖZCÜKLER: Yas, Yas Ölçeği.

ABSTRACT: The Mourning Scale: Studies on the Validity and Reliability

This study, has been conducted to examine the validity and reliability analysis of Mourning Scale. Data-we obtained from the adolescents aged between 18-24 and lost their close relatives in the years between 2000-2003. Mourning Scale which was devised by researcher consist in 35 items Likert-type scale format. The Cronbach alpha coefficient is .96. Stability coefficient is .84. The Beck Hopelessness Scale has been used to obtain homogenous scale validity ($r = .80$).

The result of factor analysis showed instrument four factors which are physiological, cognitive, behavioral and emotional responds towards mourning. This findings indicate that the mourning scale is reliable and valid.

KEY WORDS: Mourning, The Mourning Scale.

Yaşamın ayrılmaz bir parçası olan kayıplar bireyleri farklı şekillerde etkilemektedir. Bu etkilenme şekli kayıp'ın bireye yakınlığına göre değişmektedir (Bonanno ve Kaltman, 2001). Birinci derecede yakının kaybeden bireyler kayıptan sonra psikolojik sorunlar yaşamakta bu nedenle de psikolojik bir yardıma ihtiyaç duymaktadırlar.

Yas, sevilen birinin kaybı karşısında bireylerin vermiş oldukları psiko-biyolojik tepkidir (Lewis, 1979). Bu tepki doğal ve evrensel bir tepkidir. Yas, dışarıdaki bir kayba karşı iç dünyada oluşturulan bir adaptasyon ve olgunlaşmadır. Kayıplar dayanılmayacak kadar önemli ise, yas tutma süreci aksayabilir ve patolojik yasa dönüşebilir. İntihar, kaza, terör gibi şiddet unsuru içeren kayıplarda yasin patolojik olma riski vardır. Bu durum sadece birey bazında değil toplumsal boyutta da görülebilir (Çevik, 2000).

Volkan (1970) yas tutma sürecinin önceden tahmin edilebilen veya düşünülebilen ardışık iki ana döneme ayırmıştır. Birinci dönem başlangıç dönemi olup ölümün algılanmasıyla ilgili ego işlevlerinin ayrılması dönemidir. Yaslı kişi ölümün meydana geldiğini algılar, bilir fakat böyle olmamış gibi davranır. Bu süreç birkaç hafta ile birkaç ay arasında değişir. İkinci dönemde ise, yasin yaşanıp gözden geçirilme sürecidir. Gözden geçirme sürecinde kaybedilen kişiyle olan bağlarını koruma ya da inkar etme, kaybedilen kişinin artık onun ihtiyaçlarını karşılayamayacağını farkına varma, değişik çocuksu duyguların yaşanması gibi duyguları beraberinde getirir ve yaklaşık iki yıl kadar sürebilir.

Yas tepkisi sırasında; şok ve inanmama, üzüntü, öfke, özlem, çaresizlik, korku, kızgınlık, kaygı, hissizlik ve donup kalma, suçluluk, yalnızlık, yorgunluk ve çaresizlik duyguları, kendini kınama ve utanç, psikosomatik hastalıklar, her zamanki etkinliklere devam edememe, arkadaş ve akraba ilişkilerinde değişiklik, belirli kişilere karşı düşmanlık, duygusal kütlük, dikkat dağınıklığı, sosyal etkileşimde gerileme, iş ve sosyal hayatta başarısızlık, akademik başarı da düşüş, sürekli hasta kalma isteği, uykusuzluk, iştahsızlık, konsantrasyon eksikliği, enerji

*Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü - Kurupelit-Samsun

kayıbı, fiziksel bazı şikayetler ve normal yas sürecinin abartılı yaşanması gibi duygusal, fiziksel, düşünsel ve davranışsal tepkiler görülmektedir (Marrone, 1999; Çevik, 2000; Dyregrov, 2000, Çev.Güvenç, 2000; Willis, 2002).

Normal veya akut yas tepkilerinin yanında yas sürecinde anormal tepkilerde görülmektedir. Bunlar;

Kronik yas tepkileri: Yas süreci çok uzun sürerken; kaybın hiç geri gelmeyeceği duygusunu hep inkar edilir.

Gecikmiş yas tepkileri: Yas tepkileri gösterilir ama gösterilen bu tepkiler yeterli değildir. Yaşam sürecinde karşılaştığı uyarıcılara bağlı olarak çok ağır ve uzun süren yas tepkileri gösterilir.

Abartılmış yas tepkileri: Yas tepkilerine psikiatrik bozukluklar (depresyon, kaygı, fobik tepkiler, kendine zarar verme, madde bağımlılığı, travmatik stres) eşlik eder.

Maskeli yas tepkileri: Yasa izin verilmez ve dolayısıyla yas tepkileri fiziksel şikayetler ve uyumsuz davranışlar şeklinde kendini gösterir.

Çevik (2000)'e göre, yas süreci inanmama ve inkar, şok ve uyuşma, arzu etme, çaresizlik ve davranışları ve hayatı düzenleme sürecinden geçmektedir. Yas süreci boyunca ve sonucunda kaybedilen kişinin seçilmiş bir yönü ile özdeşim kurulur. Kaybedilen kişinin fiziksel varlığı yerine onun fonksiyonları yası yaşayan kişinin ruhsal dünyasının bir parçası haline gelmesi, kayba katlanılabilmesi için gerekli bir yaşantıdır. Yas sürecinin yaşanması başarıyla sonuçlanırsa, yas tutan bireyin ego-sunun zenginleşmesi ve ilişkilerine yansıtması beklenir. Bunun nedeni ölen kişinin bazı fonksiyonlarını içselleştirerek kendine mal etmesidir. Çünkü yas dışarıdaki bir kayba karşı iç dünyada oluşturulan bir adaptasyon ve olgunlaşmayla sonuçlanır.

Yas sürecinin başlaması için mutlaka gerçek bir ölüm gerekmez. Bazı durumlarda bir beklenti ya da ölüm fan-tezisi de yası başlatabilir (Marwit ve Carusa, 1998, Pector ve Smith-Levitin, 2002). Yaslı kişi kendi düşünceleriyle kaybı önceden yaşamaya başladığı için gerçek kayıpla yüz yüze geldiğinde, gerçek kaybı daha hafif olarak yaşar. Kayıpla ani ve beklenmedik bir anda karşılaşma ise, tam tersi bir durum ortaya çıkarır. Yas tutan kişinin psikolojik yapısı hazırlıklı değil ise, bu ani kayıp post travmatik stres bozukluğu benzeri bir durumu ortaya çıkarabilir. Ayrıca yas tutan ile kayıp arasındaki bitirilmemiş işler ve bunların yas tutan kişi için niceliksel ve niteliksel anlamda önemi de yas sürecini etkilemektedir.

Yasla ilgili olarak özellikle çocukların yaşadıkları yasla ilgili çok sayıda araştırma olmasına rağmen literatürde konuyla ilgili herhangi bir bulguya rastlanılmamıştır. Bu nedenle giriş kısmı tamamen kuramsal açıklamalara ayrılmıştır. Ülkemizde de kayıp'a karşı tutumu ölçmeye yönelik bir ölçme aracına rastlanmamıştır. Bu araştırmanın amacı, bu alanda yapılacak çalışmalara katkıda bulunmak ve kayıp yaşayan bireylerin kayıplar karşısında gösterdikleri tepki düzeylerini belirlemede kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir Tutum Ölçeği geliştirmektir.

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın örnekleme, veri toplama araçları, verilerin analizi ve ölçeğin geliştirilmesiyle ilgili çalışmalara yer verilmiştir

Örnekleme

Bu araştırmanın örneklemini 2000-2003 yılları arasında birinci derecede yakını (anne, baba, eş, çocuk, kardeş, amca, hala, dayı, teyze, dede, nine gibi) iki yıl içinde kaybetmiş (Bunun nedeni yasin başlangıç döneminde kaybın inkarı ile birlikte şok ve uyuşma dönemi birkaç hafta ile birkaç ay arasında sürmektedir. Yasin ikinci dönemi olan yasin yaşanıp işleme süreci ise, bir ile iki yıl arasında sürmektedir) üniversite düzeyindeki öğrenci gruplarından elde edilen veriler üzerinde gerçekleştirilmiştir (N= 285). Bu sayı ölçeği geliştirme amacıyla yapılan üç aşamanın toplam örneklemidir. Bu bireylerin 155'i kadın 130'u erkektir. Yaş ranjları ise, 18-24 arasında değişmektedir.

Ölçeğin geliştirilmesiyle ilgili çalışmalar

Yas ölçeği geliştirilmesi amaçlandığında konuyla ilgili gerekli literatür taranmış, kayıp karşısında bireyin gösterdiği tepkilere dayalı olarak yakını kaybetmiş 85 kişilik bir öğrenci grubuna 'kendilerde kayıp karşısında meydana gelen fizyolojik değişikliklerin neler olduğu, kendilerini nasıl hissettikleri, nasıl davrandıkları ve neler düşündüklerine' ilişkin açık uçlu bir soru sorulmuş ve alınan cevaplar literatürdeki kayıp karşısında bireylerin verdikleri tepkilere bağlı olarak 102 maddelik bir liste oluşturulmuştur. İkinci aşamada, 97 kişilik bir gruba 102 maddelik liste uygulanarak testin iç tutarlılık katsayısı ve madde-test korelasyonu bulunmuştur. Madde-test korelasyonunda, korelasyon katsayısı .30'un altında kalan maddeler elenerek ölçek 45 maddeye düşmüştür.

Son aşamada ise, 45 maddelik ölçek 1 ile 5 arasında derecelendirilerek Likert tipi bir ölçek hazırlanmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması 103 kişilik bir grupta gerçekleştirilmiştir. Geçerlik çalışmasında benzer ölçek geçerliliğine ve faktör analizine bakılmıştır. Güvenirlik için, test tekrar test ve Cronbach alfa katsayısı hesaplanmıştır.

Veri toplama araçları

Geçerlik ve güvenilirlik özellikleri araştırılan Yas Ölçeği'nin yanı sıra, bu ölçeğin geçerlik çalışmasında eşdeğer form olarak Seber (1991) ve Durak (1993) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan Beck Umutsuzluk Ölçeğinden yararlanılmıştır.

Yas Ölçeği

Yas Ölçeği, sevilen bir kişinin ya da kişilerin kaybının ardından bireyde meydana gelen fiziksel, duygusal, düşünsel ve davranışsal değişiklikleri belirlemek amacıyla geliştirilmiştir.

Ölçek toplam 35 madde ve dört alt boyuttan oluşmaktadır. Bireylere kayıp karşısında yaşayabilecekleri durumlara ilişkin ifadeler verilip, bunları ne kadar sıklıkla yaşadıklarına dair 1-5 arasında, (5) Her zaman, (4) Sık sık, (3) Arasıra, (2), Nadiren, (1) Hiçbir zaman şeklinde derecelendirmeleri istenmektedir. Ölçeğin tamamından alınabilecek en yüksek puan 175, en düşük puan ise 35'dir.

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

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

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

3. Bilişsel: İnanama, düşüncede dağınıklık/karışıklık, çarpık/hatalı düşünceler, halisünasyonlar, dikkat dağınıklığı, unutmama, rahatsız edici durumlar veya rüyalar şeklinde görülür. Bu alt boyuttan alınabilecek en yüksek puan 50, en düşük puan ise, 10'dur. Bu alt boyut ise, 10 maddeden oluşmaktadır.

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

Beck Umutsuzluk Ölçeği

Beck, Lester ve Trexler in geliştirdiği, Seber (1991) ve Durak'ın (1993) Türkçe'ye uyarladığı ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçek bireyin geleceğe yönelik olumsuz beklentilerini ölçmekte ergen ve yetişkinlere uygulanmaktadır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları psikiyatrik hastalık tanısı almış ve normal bireylerden toplanan veriler üzerinde yapılmıştır. 37 depresif hasta üzerinde yapılan Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .86, test yarılama yöntemi ile yapılan güvenilirlik katsayısı .85, test-tekrar test güvenirliliği .74 olarak hesaplanmıştır. (Akt: Savaşır ve Şahin, 1997). Beck Depresyon Envanteri ölçüt alınarak hasta ve normal bireyler üzerinde ayrı ayrı ve karşılaştırmalı olarak gerçekleştirilen ölçüt bağıntı geçerliliğini ise sırasıyla .69, .71 ve .68 olarak bulmuşlardır. Ölçekten alınan puanlar, kişinin umutsuzluk düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

İşlem Yolu

Yas Ölçeği, üniversite düzeyinde birinci derecede yakını kaydeden bireylerden araştırmacı ve öğrencileri tarafından uygulanmıştır. Birinci derecede yakının kaybetmiş uygulamaya katılmaya istekli olan bireylere, uygulamalar yapılmadan önce araştırmanın amacı ve sorulara nasıl cevap verecekleri açıklanmıştır.

Verilerin Analizi

Yas Ölçeğinin güvenirliliği, test-tekrar test ve iç tutarlık katsayısı hesaplanarak yapılmıştır. Geçerlik çalışmasında ise, benzer ölçekler yöntemi kullanılmış, yapı geçerliliği için de temel bileşenler faktör analizi uygulanmıştır. Ayrıca kayıp

karşısında cinsiyete göre bireylerin verecekleri tepkiler farklı olacağı düşünüldüğü için t-testi ile karşılaştırılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 11.5 paket programı kullanılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde Yas Ölçeği'nin madde-toplam puan korelasyonları, güvenilirlik ve geçerlik çalışmalarına ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

Yas Ölçeği'nin madde-toplam puan korelasyonlarına ilişkin çalışmalar

Yas Ölçeği'nin 102 maddelik deneme formu (Ölçüyor, Ölçmüyor, Kararsızın) uygulanması sonunda madde-toplam puanları arasındaki korelasyon katsayısı .30 un altında olan maddeler elenmiş ve ölçek 45 maddeye düşmüştür. 45 maddelik Ölçeğin madde-ölçek korelasyonları .30 ile .87 arasında değişmektedir.

Yas Ölçeğinin toplam puanları ile alt ölçeklerin toplam puanları arasındaki ilişki ve alt ölçeklerin kendi aralarındaki ilişki Tablo 1'de verilmiştir. Yas Ölçeğinin toplam puanları ile alt ölçeklerin toplam puanları ve alt ölçeklerin kendi aralarındaki korelasyonun .01 ve .001 düzeyinde anlamlı olması ölçeğin homojen olduğunu göstermektedir.

Yas Ölçeğinin güvenilirliğine ilişkin bulgular

Ölçeğin iç tutarlık güvenilirliği için Cronbach alfa katsayısı hesaplanmıştır. 35 maddelik ölçeğin iç tutarlık katsayısı .96, dört hafta arayla test-tekrar test yöntemi ile belirlenen kararlılık katsayısı .84 bulunmuştur. Bulunan bu değerler Yas Tablo 1. Yas Ölçeğinin toplam puanı ile alt ölçeklerin toplam puanları, alt ölçeklerin kendi aralarındaki ilişki

Alt Boyutlar	Fiziksel	Duygusal	Bilişsel	Davranışsal	Toplam
Fiziksel		.510**	.301*	.587**	.657**
Duygusal			.419**	.415**	.837**
Düşünsel				.682**	.724**
Davranışsal					.758**

* p< .01, **p<.001

Ölçeği'nin güvenilirlik düzeyi için yeterli olarak görülmektedir. Ölçeğin alt ölçeklere ilişkin iç tutarlık katsayıları ise, Fiziksel alt ölçeği için .65, Duygusal alt ölçek için .90, Bilişsel alt boyut için .81 ve Davranışsal alt boyut için ise, .62 olarak bulunmuştur. Bulunan bu değerler Yas Ölçeği'nin güvenilirlik düzeyi için yeterli olduğu görülmektedir.

Yas Ölçeği'nin geçerliğine ilişkin bulgular

Benzer ölçekler geçerliği için Yas Ölçeğinden alınan toplam puanlar ile paralel formdan alınan toplam puanlar arasındaki ilişki, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ile hesaplanarak bulunmuştur. Ölçeğin benzer ölçek geçerliliğinde Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılmıştır. Beck Umutsuzluk Ölçeği ile arasındaki korelasyon .80 (p< .001) olarak hesaplanmıştır.

Yas Ölçeği'nin faktör yapısını incelemek ve alt boyutlarını belirleyebilmek amacıyla temel bileşenler analizi ve varimax dik döndürme tekniği uygulanmıştır. Varimax dik döndürme tekniğinde faktör yükü .30'un üzerinde olan maddelerin faktörlere dağılması sağlanmıştır. Faktör analizi uygulandığında, maddelerin özdeğeri 1'in üzerinde çok sayıda faktöre dağıldığı gözlenmiştir. Böyle durumlarda Scree test yapılarak faktör sayısının azaltılması ve grafik eğrisinin eğiminde oluşan ilk ani değişikliğe kadar olan faktörlerin seçilmesi önerilmektedir(Kline, 1994). Scree test sonucu elde edilen grafikte ilk ani değişiklik dördüncü faktörde olmuştur. Scree test sonuçlarına dayalı dört faktörde toplanması yönünde varimax dik döndürme tekniği uygulanmıştır. İşleme tabi tutulan 45 maddeden 35'inin yukarıdaki ölçütleri yansıttığı saptanmıştır. Ölçekte kalmasına karar verilen 35 maddenin özellikleri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2'de görüldüğü gibi tüm faktörler toplam varyansın % 53.192 açıklamaktadır. Maddelerin faktör yükleri .311 ile .845 arasında değişmektedir.

Yas Ölçeğinin dört faktörünün açıkladıkları toplam varyans % 53.192'dir. Fiziksel tepkileri yansıtan ve 5 maddeden

oluşan birinci faktör toplam varyansın, % 21.560'ı, duygusal tepkileri yansıtan ve 10 maddeden oluşan ikinci faktör toplam varyansın % 12.570'ini, bilişsel tepkileri yansıtan ve 10 maddeden oluşan üçüncü faktör toplam varyansın % 12.007'sini ve davranışsal tepkileri yansıtan ve 10 maddeden oluşan dördüncü faktör toplam varyansın % 7.055'i açıklamaktadır.

Ölçeğin cinsiyete göre yas düzeylerinin farklılaşp

Yas, Yas Ölçeği.

farklılaşmadığını belirlemek amacıyla t-testi yapılmış ve kız ve erkek öğrencilerin yas ölçeği puan ortalamaları ile farkın t değeri Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3. Cinsiyete göre yas düzeylerine ait t-testi sonuçları

Cinsiyet	N	\bar{X}	SS	t
Erkek	53	111.6981	34.11721	4.807
Kız	65	136.1538	20.58764	

P < .001

Tablo 2, Yaş Ölçeğinin Faktör Analiz Sonuçları

İfadeler	Faktör 1	Faktör 2	Faktör 3	Faktör 4
	Öz Değeri: 25.855 Açıklanan Varyans % 21.560	Öz Değeri: 12.497 Açıklanan Varyans % 12.570	Öz Değeri: 8.900 Açıklanan Varyans % 12.007	Öz Değeri: 5.941 Açıklanan Varyans % 7.055
	Fiziksel	Duygusal	Bilişsel	Davranışsal
1. Aklıma geldikçe ağlıyorum	.524			
2. Sabırsız ve hoşgörtüsüz biri oldum.	.419			
3. Uyku düzenim bozuldu.	.732			
4. Geceleri aklıma gelince kabuslar görüyorum.	.605			
5. Kendimi yorgun ve güçsüz hissediyorum.	.825			
6. Sigara, alkol vb. kullanmaya başladım.		.818		
7. Onu kaybetmemiş gibi davranıyorum.		.770		
8. Boşluğunu dolduracak kişiler arıyorum.		.590		
9. İçine kapanık biri oldum.		.845		
10. Eşyaları ve hatıraları ile teselli buluyorum.		.665		
11. Hayatıma kaldığım yerden devam ediyorum.		.748		
12. Kendimi ölüme hazırlıyorum.		.808		
13. Kendi ayakların üzerinde durmaya başladım.		.732		
14. Onun sevdiği şeyleri yapıyorum.		.635		
15. Psikolojik tedavi görüyorum.		.429		
16. Hayatın sadece yaşamdan ibaret olmadığını, Ölümünde yaşam kadar gerçek olduğunu anladım.			.565	
17. Yas tutarak onu geri getiremeyeceğimi biliyorum.			.335	
18. Onun her zaman benimle birlikte olduğuna inanıyorum.			.594	
19. Sürekli onu düşünmekten günlük işlerimi aksatıyorum.			.377	
20. Sanki bir gün gelecekmiş gibi hissediyorum.			.817	
21. Kimseyi incitmemeye çalışıyorum.			.343	
22. Hayatın anlamsız olduğunu düşünüyorum.			.614	
23. Yaşadıklarımın sonra aynı olayla karşı karşıya kalan kişileri daha iyi anlıyorum.			.508	
24. Hayata bakış açım değişti.			.648	
25. Bir daha mutlu olamayacağımı hissediyorum.			.736	
26. Beni aniden bırakıp gitmesini hazmediyorum.				.359
27. Duygularımı ifade etmek te zorluk çekiyorum.				.695
28. Kendimi yalnız hissediyorum.				.311
29. Ne zaman eğlenmek istesem kendimi huzursuz hissediyorum.				.630
30. Onsuz daha fazla yaşamak istemiyorum..				.456
31. Bu acıya daha fazla dayanacağımı zannetmiyorum.				.550
32. Kaybıyla tüm umutlarım söndü.				.349
33. Onu unutmak için eğlenceli şeyler yapıyorum.				.375
34. Güven duygumu kaybettim.				.372
35. Kendimi ona karşı suçlu hissediyorum.				.452

Tablo 3'de görüldüğü gibi aradaki fark önemlidir. Kız öğrencilerin yas düzeyleri erkek öğrencilerin yas düzeylerinden daha yüksek olup bu bulgu, ölçeğin farklı cinsiyetlerin yas düzeyleri puan ortalamaları arasındaki farkı ölçebileceğini göstermiştir.

SONUÇ VE TARTIŞMA

Ölümünden hem çocuklar hem de yetişkinler etkilenmektedir. Fakat çocukların daha fazla etkilendikleri bir gerçektir. Sevilen aile üyelerinden ya da yakınlarından herhangi birinin kaybı durumunda ölüm gerçeği ya tamamen red edilmekte ya da farklı tarzlarda yorumlara gidilmekte ya da kabul edilmektedir. Hangisi olursa olsun psikolog ve psikiyatriştlere göre çocuklar ölüm olayından daha derin bir şekilde etkilenir ve bazı durumlarda bu etkiler yaşam boyu devam edebilir (Adams ve diğerleri, 1999, McGovern ve Barry, 2000). Son zamanlarda yapılan araştırmalarda ergenlik dönemindeki bazı psikolojik rahatsızlıkların, özellikle de intihar olaylarının ilk çocukluk yıllarındaki ayrılıklardan kaynaklandığını ortaya konulmuştur (Noppe ve Noppe, 1997).

Yas Ölçeği, dört boyutlu beş'li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin güvenilirliği için iç tutarlılık katsayısı, test tekrar test yöntemiyle güvenilirlik katsayısı hesaplanmış, geçerliğini belirlemede benzer ölçekler geçerliği ve yapı geçerliği kullanılmıştır.

Yas Ölçeği ile Beck Umutsuzluk Ölçeği ile arasındaki korelasyon .80 ($p < .001$) olarak bulunmuştur. Ölçeğin yapı geçerliğini faktör analizi ile bakılmış ve ölçek üzerinde yürütülen faktör analizi sonuçları, ölçeğin dört boyutlu bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Birinci faktör toplam varyansın % 21.56' sını, ikinci faktör % 12.57'sini, üçüncü faktör % 12.00'sini ve dördüncü faktör toplam varyansın % 7.05'ini açıklamaktadır. Faktör analizi sonucunda elde edilen bu dört faktör fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal olarak isimlendirilmiştir. Kayıp yaşayan bireylerde, bu dört alt ölçekteki yas belirtileri görülebilir. Fakat belirtilerin yoğunluğu yas yaşayan bireye ve kayba göre değişecektir.

Ölçeğin cinsiyete göre yas düzeylerinin farklılaşp farklılaşmadığını saptamak için t-testi yapılmış, kız ve erkek öğrencilerinin yas'akarşıttutumlarının farklılaşp farklılaşmadığının anlamlılığı incelenmiştir. Kız öğrencilerinin yas düzeylerinin, erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Çocuklarda yas sürecine ilişkin kaynaklar incelendiğinde cin-

siyet farklılıklarına çok az değinildiği görülmüştür. Dyregrov (1988a)ergenlik döneminde öğretmenlerini kaybeden çocukların gösterdikleri tepkilere dair yaptıkları araştırmada, kızların yas ve kriz tepkilerini erkeklere kıyasla daha fazla gösterdikleri bulunmuştur. Lane ve arkadaşları (1987) yas karşısında erkekler ve bayanların prolaktin düzeyleri arasında bayanlarda pozitif, erkeklerde ise negatif bir ilişki olduğunu bulmuşlardır. Prolaktin değişiminin psikolojik ilişkileri etkilediği, yas'taki psikolojik değişikliklerde ise, erkekler ve bayanlar arasında fark olduğunu bulmuşlardır. Bayanların prolaktin düzeyleri erkeklere göre daha yüksek çıkmıştır.

Ergenlik dönemindeki bireylere uygulanan ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .96 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test yöntemi ile yapılan güvenilirlik çalışmasında ise güvenilirlik katsayısı .84 bulunmuştur. Ölçeğin alt ölçeklerine ilişkin iç tutarlılık katsayıları ise şu şekildedir: Fiziksel alt ölçeği için .65, Duygusal alt ölçek için .90, Düşünsel alt boyut için .81 ve Davranışsal alt boyut için ise, .62 olarak bulunmuştur. Bulunan bu değerler Yas Ölçeği'nin güvenilirlik düzeyi için yeterli olduğu görülmektedir.

Genel olarak geçerli ve güvenilir bir ölçek olan Yas Ölçeği, yas yaşayan bireylerin yas'ı nasıl anlamlandırdıklarını incelemek, tutumlarını belirlemek ve verilecek psikolojik yardımın (Bilişsel, Birey Merkezli ya da Psikodinamik Yaklaşım) niteliğinin kararlaştırılmasına yardımcı olacağı söylenebilir.

Kayıp sonrası bireylerde özellikle dış etkenlerden kaynaklanan Post travmatik stres bozukluğu görülmektedir. Post travmatik stres bozukluklarında travmayı tekrar tekrar yaşıyor olma, sürekli tekrarlanan davranışların ortaya çıkması, travma odaklı korkuların oluşması, hayatla ilgili tutum ve tavırlarında değişiklikler olmak üzere 4 karakteristiği bulunmaktadır (Şenkaya-Dildar, 2000). Bu karakteristikler dikkate alınarak kayıp sonrası bireyde hangilerinin daha yoğun yaşandığı yas ölçeği ile belirlenerek, bireylere ermp terapileri (kızlar ve...

erkekler için ayrı ayrı), bireysel olarak ise bilişsel davranışçı terapiler temel alınarak bireyin kaygı ve acizlik duygularını kontrol etmesine, kendilik değerini yükseltmesine yardımcı olunmalıdır. Ayrıca, bilişsel karmaşıklığı yok edip, aktif baş etmeyi güçlendirilmelidir. Travma yaşayan bireyler üzerinde travma sonrası aile, birey üzerinde daha fazla etkili olduğu için aile terapisi yapılmalıdır. Yas tutan ile kayıp arasındaki 'tamamlanmamış yaşantıların ve olayların' varlığı ve bunların

yas tutan kişi için niteliksel ve niceliksel anlamda önemi yas süresini etkilediği için bu bireylere gestalt terapi tekniklerinden yararlanarak bitirilmemiş işlerini bitirmeleri sağlanmalıdır.

KAYNAKLAR

Adams, D.W., ve diğerleri, (1999). Children, adolescent and death: Myths, realities and challenges, *Death Studies*, 23, 5, 445-247.

Bonanno, G. A., ve Koltman, S., (2001). The varieties of grief experience. *Clinical Psychology Review*. 21,5, 705-734.

Büyüköztürk, Ş., (2002). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Pegem Yayıncılık, Ankara.

Çevik A., (2000). Yas ve Biyopsikososyal sonuçlar, 13-17 Haziran 2000 tarihinde Edirne’de yapılan 9. Anadolu Psikiyatri Günlerinde sunulan bildiri.

Dyregrov, A., (2000). Çocuk kayıplar ve yas, yetişkinler için el kitabı, Çev.,Gülden Güvenç, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, No:20, Ankara.

Kline, P., (1994). An easy guide to factor analysis. UK: Routledge.

Lane, R. D., Jacobs, S. C., Mason, J. W., Wahby, V. S., Kasl, V. ve Ostfeld, A. M., (1987). Sex differences in prolactin change during mourning. *Journal of Psychosomatic Research*, 31, 3, 375-383.

Lewis, E., (1979). Two hidden predisposing factors in child abuse. *Child Abuse and Neglect*, 3, 327-330.

Marrone, R., (1999). Dying, Mourning and Spirituality: A Psychological perspective, *Death Studies*, 23, 6, 495-499.

Marwit S. J., ve Carusa, S.S., (1998). Communicated support following loss: Examining the experiences of parental death and parental divorce in adolence. *Death Studies*, Apr/ May; 22, 3, 237-255.

McGovern, M., ve Barry, M. M., (2000). Death education: Knowledge, attitudes, and perspectives of irish parents and teachers. *Death Studies*, 24, 325-333.

Noppe, I. C., ve Noppe, L. D., (1997). Evolving meanings of death during early, middle and late adolescence. *Death Studies*. 21, 3, 254.

Pector, E. A., ve Smith-Levitin, M., (2002). Mourning and psychological issues in multiple birth loss. *Semin Neonatal*, 7, 247-256.

Şavaşır, I., ve Şahin, N. H., (1997). Bilişsel davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan ölçekler. Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.

Şenkaya-Dildar, Feriha., (2000). Çocuklarda post travmatik stres bozukluğu, 13-17 Haziran 2000 tarihinde Edirne’de yapılan 9. Anadolu Psikiyatri Günlerinde sunulan bildiri.

Tavşancıl, E., (2002). Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi. Nobel Yayınları, Ankara.

Volkan, V.D. (1970), Typical findings in pathological grief. *Psychiatric Quarterly*, 44:231-250.

Willis, C. A., (2002). The grieving process in children: Strategies for understanding, educating, and reconciling children’s perceptions of death. *Early Childhood Education Journal*, 29, 4, 221-226

SUMMARY

THE DEVELOPMENT OF MOURNING SCALE

Seher Balcı Çelik*

Mourning is an individual psycho-biological respond occurring when the beloved are lost. Mourning is a kind of adaptation and development process which is formed inside the individual to outside loses. As one of the indispensable fact of live, the loss of the beloved affects individual in a different way. The pattern of this effect is dependent upon the relationship between the individual and lost loved one. The individuals who lose their first close relatives usually have various psychological problems. Therefore, they need psychological help.

During the mourning respond period; in some persons, some emotional, physical, cognitive and behavioral responds are seen such as shock, unbelief, distress, rage, missing, helplessness, fear, anger, anxiety, numbing and dullness, guiltiness, loneliness, fatigue, blame oneself and shame, psychosomatic illness, unwillingness to participate in routine activities, variation in the relationship with relatives and friends, showing hostility to certain persons, emotional numbness, withdrawal in social interactions, failure in business and social lives, decrease in academic success, willingness to stay sick continually, insomnia, lack of appetite, lack of concentration, lack of energy, various physical complaints, exaggeration of mourning period.

During mourning, behaviors such as disbelief, denial, shock and dullness, desire, helplessness pass through a new processing period. It is not necessary for the beloved to be dead to start a mourning period. In some cases, an event occurring unexpectedly or a dead fantasy could trigger a mourning period. But, losing a loved one suddenly and unexpectedly may cause a reverse situation. If the psychological structure of mourning person is not ready to have such a sudden lost, it may be possible to face a situation similar to that of post traumatic stress syndrome. In addition to these, unfinished business between the mourning person and the lost person, and qualitatively and quantitatively importance of meaning of these relations to the mourning person may affect the period of mourning.

The aim of this research is the development of a reliable and validity measurement instrument to determine the response levels displayed by persons who face loved ones lost.

METHODS

The subjects of this research were college students (N=285) who have lost their close relatives (such as mother, father, spouse, child, brother, sister, uncle, aunt etc.) in the last two years. There were 155 females and 130 males among the subjects interviewed; their range of age was between 18 to 24 years of age.

RESULTS AND CONCLUSION

Mourning Scale which was devised by researcher consists of 35 items' in Likert-type scale format. The Cronbach alpha coefficient is .96. Stability coefficient is .84. The Beck Hopelessness Scale has been used to obtained homogenous scale validity ($r = .80$). There are four factors obtain by the factor analysis in order to determine the structural validity. These factors are: when one faces with mourning (1) physiological (-five items- for example: 'I cry when I remember it'), (2) cognitive (-ten items- for example: 'my point of view to life has changed') behavioral (-ten items- for example: I do amusing things to forget him or her"), emotional responds (-ten items- for example: I became an unsociable person'), In conclusion, the results of this study provide evidence for continued development of the Mourning Scale as a psychometrically sound measure of available mourning in lose.

Following the loss, post-traumatic stress disorder is detected, especially arising from external factors. Post-traumatic disorders have four characteristic, such as re experiencing the trauma, the outcome of the repetitive behaviors, the formation of trauma based fears, the change in the attitude and behavior,

*Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü - Kurupelit-Samsun

towards life itself. Taking all these characteristic in order to find out from which of these the individual is affected most a mourning scale can be used. Besides that, girls and boys can be given a separate group therapy. Taking cognitive-behavioral therapy as the basis, the feelings of anxiety and helplessness can be controlled. Moreover, they can be helped to raise their self worth.

Yazar Notu: Verilerin toplanmasında yardımcı olan lisans öğrencilerim Şafak UZUN ve Adnan DEMİRCİ ile Yüksek Lisans öğrencim Eray DEMİRDİŞ'e teşekkür ederim.

Yazışma Adresi:

Yrd.Doç.Dr. Seher BALCI ÇELİK
Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü
Kurupelit-SAMSUN
E-mail: balseher@yahoo.com