

ÇOCUKLARDA ÖLÜM VE YAS ÜZERİNE BİR İNCELEME

Emre ÜRER*

Öz

Yas, kişinin bir yakınının ya da sevdiği bir nesnenin kaybına karşı verdiği tepkilerin bütününi içeren düşünce, duygu ve davranış sürecidir. Çocuklarda yas reaksiyonlarının görülüş şekli yaştan ya da çocuğun bilişsel gelişim kapasitesinden bağımsız düşünülemez. Çocukta zamanla ölüm, kayıp kavramları oturmakta, soyut algı geliştikçe de erişkin tipi yas reaksiyonundan söz edilebilmektedir. Çocuklar ölüm ya da kayıp karşısında çok çeşitli tepkiler verir. Erişkinlerde olduğu gibi çocuklarda da yas sürecini komplike eden faktörler bulunmaktadır. Bu faktörler arasında kişi ya da nesnenin kaybediliş şeklinden, kayıp sonrasındaki psikososyal destek sistemlerinin yeterliliği gibi çok çeşitli nedenler sayılabilir. Hayatta kalan ebeveyn ya da bakım verenin yas sürecini sağlıklı geçirmesi çocuğun yas sürecini de doğrudan etkileyecektir. Yas süreci komplike olduğunda ya da aile içi destek sistemlerinde eksiklikler hissedildiğinde, bu konuda çocuk ruh sağlığı profesyonellerinden destek istenmelidir. Bu yazıda çocuklardaki yas kavramını ve ölüm ya da nesne kaybıyla karşılaşan çocuğa nasıl yaklaşılması gerektiği konusunda bilgiler vermeyi amaçladık.

Anahtar Kelimeler: Ölüm, Yas, Çocuklarda Ölüm Kavramı, Çocuklarda Yas, Komplike Yas.

* Dr., Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi.
Eposta: emreurer@yahoo.com.

A Review of Death and Mourning in Children

Abstract

Mourning is the process of thought, emotion, and behavior that includes the whole of the reactions of a person to the loss of a close relative or a loved object. For the health of Psyche, the mourning period must be healthy, that is, conflicts must be resolved, but it will be possible to separate from the person or object that has been lost. In the past, it was assumed that children did not show mourning. As far as we know, we can find similar behaviors in the mourning reaction even in the infancy, especially when the caregiver suffers from loss. Over time, the concepts of death and disappearance are in the child, and as the abstract perception develops, it can be said of the adult type mourning reaction. Children give a wide variety of reactions to death or loss. These reactions may be similar to those of adults, as well as giving them playfulness, pretending to be "not in place". Although the child gives them this reaction, it can not be said that the inner world has suffered the pain and sorrow. There are factors complicating mourning in children as well as in adults. These include a wide variety of causes, such as the loss of the person or object, the adequacy of the psychosocial support system after the loss. When the mourning process is complicated or when there are shortcomings in the family support systems, support from child mental health professionals should be requested. In this article we discussed the mourning reactions of children who have suffered death or object loss after explaining the meaning of grief and bereavement and the factors that complicate these grief reactions. We aimed to give information about how to approach the child who is experiencing death or loss of object.

Keywords: Death, Mourning, The Death Concept in Children, Mourn in Children, Complicated Mourning.

Ölüm, organların iş göremez hale gelmesiyle birlikte biyolojik varlığın son bulmasıdır. Ölen kişi için biyolojik varlık son bulurken, geride kalan yakınları için yas, matem ve elem gibi birçok farklı düşünce ya da duyguyu beraberinde getirmektedir. Psikoloji literatüründe elem ve yas genellikle birbirinden farklı ele alınmaz. Elem ve buna eşlik eden kederin yaşanması, yasa göre daha çok bir geçiş durumudur. Yas kavramı ise kayıp yaşayan kişilerde bu kayba karşı verilen uyum tepkilerini ifade eder (Bildik 2013) ve yas tutmak, sonuna kadar tamamlanması gereken ve ancak sonuna gelindiğinde ve-fat edenden ayrılabilmeyi mümkün kılan bir süreçtir. Elem, yas tutan bireyin kendisi için psikolojik olarak önemli olan kişinin ya da şeyin kaybı için hazır

olmadığı durumlarda yaşadığı bir “şokta olma” halini içerir. Şokta olma haline nefes darlığı, boğazı sıkışmış gibi hissetme, iç geçirme ihtiyacı, kaslarda güçsüzlük ve iştah kaybı gibi bazı fiziksel tepkiler eşlik eder. Elem aynı zamanda yas tutan kişinin “Tanrı”, “Kader”, kendisi veya diğerleri ile ölümü veya yanan evini geri döndürmek için yaptığı pazarlığı da içerir. Bu pazarlığa, “Eğer trafikte sıkışmasaydım ve evde erken olsaydım, karımın ölümüne neden olan kazayı veya evimin yanmasını önleyebilirdim” gibi yaşanan trajediyi geri döndürmek için kurulan hayaller de eşlik edebilir. Ancak gerçekte yitirilen kişi ya da şey geri döndürülemez. Yas tutan kişi bundan dolayı suçluluk hissedebilir, yine aynı kişi kendisinde narsistik yaralanmaya yol açan bu kaybedilen kişi ya da şeylere öfkeli olduğu için yas tutan kişinin suçluluğu yine farklı derecelerde komplike bir hal de alabilir. Eleme, acı ve keder eşlik eder. Yas tutan kişi bir anlamda kafasını ölen kişi ya da yitirilen şeyi geri getirmeyecek bir duvara vurup durur. Bu acı ve kederin süresi, ya da tipik bir acı veya keder tepkisinden bahsedilemez. Çünkü bir kaybın yaşanmış olduğu şartlar çeşitlilik gösterir ve her birey önemli olan kayıplarla yüzleşmek için kendine göre belli derecelerde içsel hazırlığa sahiptir. Ayrıca yas ya da elem tepkisi yaşanmış ve bitmiş olsalar da yitimin yaşanmış olduğu yıl dönümlerinde bir süreliğine ortaya çıkabilir.

Sigmund Freud’un 1917 yılındaki “Yas ve Melankoli” yazısı halen daha yas sürecinin en iyi tariflerinden birisidir. Freud’un bu yazdıkları, bazı eklemelerle birlikte günümüz psikanalitik terminolojisi ile şu şekilde ifade edilebilir: Aslında bir kişinin ya da şeyin fiziksel kaybı, bu yitirilen kişinin ya da şeyin nesne temsiline zihinsel olarak da “gömülmesine” paralel gitmez. Yetişkin yas tutma sürecinin yas tutan kişinin yitirilen nesnenin temsilini tekrar gözden geçirdiği ve ele aldığı zihinsel etkinliklerin toplamı olduğu söylenebilir (Freud 1917). Yaşadığımız sürece bizim için önemli olan kişilerin ya da şeylerin nesne temsillerini-Onlar fiziksel dünyada kaybedilmiş olsa bile-hiçbir zaman kaybetmeyiz. Yas süreci tamamlandığında pratik amaçlar için kayıp kişi ya da şeyin nesne temsilini “geleceksiz” hale getiririz (Tähkä 1984). Yas süreci boyunca yas tutan kişi kademeli bir şekilde kaybın nesne temsillerini gözden geçirir. Yas tutan kişi bunu yaparak, yitirilen kişi ya da şeyin belli başlı nesne imajlarını kendilik temsiline içinde tutabilmeyi başarmış olur. Böylece yas tutan kişinin yitirilen nesne temsiline belli başlı özellikleri ile özdeşim kurması mümkün olur. Özdeşimlerin tamamlandığı anda yası tutulan kişi ya da nesne ile artık vedalaşmaya hazırdır, yas süreci de bu noktada tamamlanmış sayılır. Psikanalitik literatürde sağlıklı özdeşimlerin, melankoli ve intiharla ilişkisi vurgulanmıştır (Smith 1975).

Çocuklarda yas süreci yetişkinlere göre üzerinde oldukça az çalışılmış konulardan biridir. Literatür incelendiğinde, özellikle bebeklik döneminde ego işlevlerinin yeterli olmadığı düşüncesiyle yas tutamadıkları görüşü hakimken, bu görüşlerin aksine günümüzde 0-3 yaş grubu için de yas reaksiyonu bir tanı olarak kabul edilmektedir (Bildik 2013).

Şüphesiz ki sevilen birinin, özellikle ebeveyn kaybı çocuk ve ergenler için en stresli yaşam olaylarından biri olarak kabul edilmektedir. Ebeveyn çocuk için “güvenli üs”, birincil bakım veren ve bağlanılan kişi niteliği taşımaktadır (Bowlby 2008). Bu nitelikleri taşıyan ebeveynin kaybı çocuk için oldukça travmatik bir durumdur. Gelişme süreci devam eden çocukların ebeveyn kaybı sonrası destek sistemlerinin azalması ve biyopsikososyal ihtiyaçlarının karşılanamaması durumunda gelişimleri sekteye uğrayacaktır. Ayrıca ölüm kavramının geri dönülmezlik ve son bulma öğeleri ile beraber anlamlandırmakta güçlük çekildiği çocukluk dönemindeki yas süreci, erişkinlerde görülen süreçten daha farklı olarak gerçekleşmekte ve daha zorlu bir deneyim olarak kabul edilmektedir (Kaufman & Kaufman 2005).

Çocukların içinde buldukları gelişimsel dönemle paralel şekilde sözel ifade ve dili kullanma şekilleri değişmektedir. Daha küçük yaşlarda, bu yetilerin daha kısıtlı olması nedeniyle, yas tepkileri sözelleştirilememekte, daha çok davranışlarla ifade etme yoluna gidilmektedir. Bu davranışlar, bazen yetişkinlerce kabul edilemeyen davranışlar şeklinde olabilir. Bu kendisini yeterince ifade edememe durumunun, çocuğun kafasının karışık olmasından ve nasıl yas tepkisi verileceği konusunda tecrübesiz olmasından kaynaklanabileceği unutulmamalıdır. Çocuklarda görülen yas genellikle döngüseldir. Her yeni gelişim dönemiyle beraber çocuk ölüme ilişkin duygu ve davranışlarını tekrar edebilir. Erken çocukluk döneminde ebeveyn kaybı yaşayan bir çocuk, ergenlik döneminde üzerinden zaman geçmiş olmasına rağmen tekrar yas tepkileri gösterebilir (Willis 2002). Çocuklarda zaman algısı ve zamana yapılan atıf erişkinlerden farklıdır. Erişkinler zamanla bir şeylerin değişeceğine ve işlerin düzeleceğine dair yaşam deneyimlerine sahipken, çocukların bu konudaki deneyimleri oldukça sınırlı kalmaktadır.

Çocuklarda yas sürecini etkileyen birçok faktör vardır. Bu faktörler yas yaşayan kişinin kişilik özellikleri, kaybedilen kişi ile olan ilişkisi, baş etme biçimi, kültürel inancı, ruhsal hastalık varlığı, sosyal destek sistemlerinin düzeyi, ailenin sosyoekonomik durumu, ölümü algılama şekli, yas süreci esnasındaki sorunlar olarak ifade edilmektedir (Bildik 2013; Worden 2008). Ölümün oluş şekli de yas sürecini etkilemektedir. Beklenmedik, ani ve doğal yolla

olmayan, travmatik şekilde gerçekleşen kayıplarda yas süreci komplike olabilmekte ve çocukta travma sonrası stres bozukluğu gibi ek psikopatolojiler ortaya çıkabilmektedir (Raphael & Martinek 1997). Çocuğun geçmiş kayıp deneyimleri, psikoseksüel gelişim evresi, çocuğun kayıp karşısında nasıl bilgilendirildiği çocuk ve ergenin yaşadığı yas sürecinin nasıl olacağını belirleyen diğer faktörlerdir (Fitzgerald 2013).

Çocuklarda yas tepkileri bireyseldir ve çok çeşitli şekillerde bedensel, bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilerle ortaya çıkabilmektedir. Çocuğun yasını nasıl yaşadığı ölümü nasıl anladığına bağlı olarak değişmektedir. Çocukların ölüm kavramını anlama ve kabullenme kapasiteleri, bilişsel ve duygusal açıdan maturasyon(olgunlaşma) seviyeleri ile ilişkilidir. Çocukların ölüm kavramını algılamasına ilişkin dört öge tanımlanmıştır ve bu aşamaların çocuklar tarafından nasıl anlaşılıp ne düzeyde kabul gördüğü, ölümü nasıl kavramlaştırdıklarını gösterir (Slaughter 2005). Bu dört öge: Geri dönülmezlik, ölen kişinin geri gelmeyeceği, bedenin tekrar canlandırılmayacağı; Son bulma, tüm bedensel işlevlerin ölümle beraber sonra ereceği; Kaçınılmazlık, tüm canlıların bir gün öleceği; Nedensellik, fiziksel ve biyolojik etmenlerin ölümüne neden olacağı'nın kavranmasıdır (Lewis & Schonfeld 2002).

Çocuk ve ergenlerde ölüm kavramının gelişimi, normal ve komplike yas tepkileri gelişimsel dönemlere göre farklılık göstermektedir. Çocuklar kayıp karşısında ilk olarak şok, inkar, korku, itiraz, dona kalma, aldırış etmeme gibi tepkiler gösterebilirler. Konuşma bozukluğu, yeme, uyku, davranış sorunları, idrar kaçırma, dışkı kaçırma, regresyon(gerileme), okul başarısında düşme, huzursuzluk, kaygı ve korku, hırçınlık, hareketlilik, sinirlilik, bedeniyle aşırı uğraşma, hayatta kalan ebeveyne ya da bakım verene aşırı yapışma davranışı ve ayrılık kaygısı gibi belirtiler sıkça görülebilmektedir (Dowdney 2000). Yetişkinlerde daha açık şekilde görülmekle birlikte çocuklarda da yas süreci inkar, öfke, pazarlık, depresyon ve kabullenme evrelerinden oluşur (Kübler-Ross & Kessler 2014). Çocuklarda yaşla birlikte ölüm kavramının anlamlandırılması farklılaşır, kademeli olarak yetişkinlere benzer (O'Halloran & Altmaier 1996). Çocuğun bilişsel gelişim evresi ile ölümü anlama konusundaki farkındalığı arasında ilişki vardır. Piaget' in duyu-devinim evresindeki çocuğun ebeveyn kaybı, emme davranışı, dokunma, oyun gibi farklı alanlardaki ihtiyaçlarının yeterince karşılanamamasına yol açar. Bu durum da temel güven duygusunu ve bağlanmayı olumsuz etkiler. 0-3 yaş arası bebeklik döneminde ölüm kavramı gelişmemiştir, bebek ölümü ayrılıkla özdeşleştirir. Bakım verenin yokluğu ciddi bir sorundur ve bebek bakım verenin yokluğuna tepki verir

(Willis 2002). Bu dönemdeki yas tepkileri, kaybettiği bakım verenini arama davranışı, ağlama, diğer kişiler tarafından rahatlatılmayı reddetme, kayıtsızlık, uyuşukluk, huzursuzluk, sinirlilik, içe çekilme, eskiden zevk aldığı oyun aktivitelerine isteksizlik, yeme ve uyku sorunları şeklinde olabilir. Bazen de bakım vereni hatırlatan her türlü olaya karşı aşırı duyarlılık, tuvalet eğitimi gibi daha önceden kazandığı yeteneklerin kaybı şeklinde daha komplike yas tepkileri de sergileyebilirler. Piaget' e göre işlem öncesi dönemde olan 2-6 yaş arası çocukta neden sonuç ilişkisi ve genelleme gelişmemiştir ve daha çok benmerkezcidirler. 3-6 yaş arası bir çocukta ölüm geçici ve geri dönüşümlü olarak algılanır, hayatın tüm işlevleriyle durabileceği kavranmaz. Bu dönemde büyüsel düşünce hâkimdir ve her şey canlıdır (animistik düşünce). Ölen kişinin başka bir yerde olduğu, kendisini görebileceği ve duyabileceği düşünülür. Bazen ölüm ile ilgili kendilerini suçlayabilirler. Bu dönemde ölüm ile ilgili sorular sormak, oyunlarda ölüm temasını işlenmesi de nadir değildir (Lewis & Schonfeld 2002). 5-6 yaşlarında ölümün biyolojik bir olgu olduğu kavramı gelişmeye başlar. Somut işlem döneminde bulunan 7-11 yaş arası, okul çağı çocuklarında kontrolü kaybetme ve ölüm korkusu gelişmeye başlar. Bu gelişimsel dönemde ölümün “geri dönülmezlik”, “son bulma” ve “kaçınılmazlık” gibi üç önemli öğesini kavrayabilirler. Ölümün bir kaza, yaralanma, hastalık ya da yaşlılık gibi nedenlerden kaynaklanacağına ilişkin fiziksel, biyolojik öngörüleridir. 9 yaşına kadar olgun bir ölüm kavramına ulaşamadıkları düşünülen çocuklar, 10 yaş ve üzerinde kendilerinin de ölebileceğini düşünmeye başlarlar. Ruh, melek, hayalet gibi kavramlarla uğraş halinde olunması yine bu dönemde görülebilen normal yas tepkilerindedir. 12-18 yaş arasındaki soyut işlemler döneminde ölüm kavramı artık geri dönüşümsüz bir süreç olarak algılanır. Ölüm, geçmiş deneyimlerden de yararlanılarak dini, felsefi düşünce sistemi ile ilişkilendirilir ve soyut anlamda ölümü anlama başlar. Hızlı biyolojik, psikolojik, sosyal gelişim ve değişimle uyumlu olarak ergenler kayıplara yoğun, şiddetli tepkiler verebilirler. Şüphesiz ki ebeveyn kaybı, ergenlik dönemindeki “ikinci ayrılma-bireyselleşmeyi” baltalar (Mahler 1965). Ergenlik döneminde kayıp sonrasında artan sorumlulukları karşısında erişkin gibi davranmak zorunda kalma ve rol değişimi olabilir. Kızlarda akranlarından daha çok destek arama davranışına rastlanırken, erkeklerde agresif davranışlar ve alkol madde kullanımı görülebilir. Duygudurumda dalgalanmalar, yoğun agresyon, sosyal izolasyon, okul reddi, şiddetli depresyon, intihar davranışları, madde kötüye kullanımı ve cinsel davranışlar komplike yas belirtileri arasında sayılabilir.

Çocuklarda komplike-travmatik ve ertelenmiş yas olarak iki ana patolojik

yas süreci tanımlanmaktadır. Cinayet, cinayete tanıklık, intihar, canlı bomba eylemleri gibi toplumsal travmalardan sonra komplike yas görülebilir (Dyregrov & Dyregrov 2013). Çocuklarda sınırları net olarak çizilmese de komplike yas süreci normal yas sürecinden farklı özelliklere sahiptir. Travmatik anılarla aşırı bir uğraş hali ile uzamış ve işlevsiz bir yas süreci söz konusudur. Kaybın ya da olayın üzerinden en az altı ay geçmiş olmasına rağmen kişinin bilişsel, duygusal, sosyal ve fiziksel alanlardaki işlevselliği gittikçe bozulmaktadır. Dikkat sorunları, akademik başarısızlık, sosyal izolasyon, uyku bozuklukları gibi sorunlar sık görülür. Normal yasta mevcut olan “ölümün kabullenildiği”, “kaybedilenle vedalaşılan” noktaya komplike yasta ulaşılamaz. Yası komplike hale getiren birçok etmen vardır. Ebeveyn kaybının ardından, yaşayan ebeveynin depresyonunun, çocuklardaki komplike yas tepkisinin oluşumunda en önemli etmen olduğu bilinmektedir (Melhem vd. 2011). Çoklu travma ve kayıplar, çocuğun ölüme tanıklık etmesi, çocuğun hayatının tehlikede olması, sosyal desteğin zayıf olması, ailede veya çocuğun kendisinde psikopatoloji varlığı diğer etmenlerdir.

Bir diğer önemli konu da kayıp ile karşılan çocuk ya da ergene nasıl yaklaşılması gerektiğidir. Çocuklara kayıplara ilişkin gerçekler olduğu gibi ve doğrudan, yaşlarına ve gelişimsel dönemlerine uygun şekilde somutlaştırılarak ve olabildiğince soyut kavramlardan uzak durularak, basit, anlaşılır şekilde ve çocuğun hazır olduğu zamanda, yakın ilişkide olduğu kişilerce anlatılmalıdır. Çocuk tarafından beklenmedik sorularla karşılaşıldığında düşünmek için zaman istenebilir. Böylece soyut, dolambaçlı ve gereksiz ayrıntılardan kaçınılmış olur. Özellikle küçük çocuklara bilişsel gelişimlerine uygun şekilde somut kavramlarla ölümün bedende nasıl gerçekleştiği anlatılmalı, duygularını ifade etmelerine, soru sormalarına, ağlamalarına izin verilmeli, özellikle ölen kişi ile ilgili olarak o kişinin uykuda olması ya da uzaklara gitmesi gibi anlatımlardan kaçınılmalıdır. Çocuklar yetişkinleri model aldığından erişkinin kendi yas süreçlerini bastırmaması, duygularını çocuk ile paylaşması önerilmektedir. Çocukların olayla ilgili hatalı algıları ve uygun olmayan yorumları doğru şekilde düzeltilmelidir (Diler & Avcı 1997).

Çocuğun cenaze törenine katılması çocuğun yaşı ve gelişimsel düzeyine göre, bireysel özellikler göz önünde bulundurularak karar verilmesi gereken bir konudur (Kaufman & Kaufman 2005). İlgili literatürde törenlere katılmanın faydalı olabileceğine dair görüşler vardır. Özellikle 7 yaş ve sonrası dönemde farklı bir bakış açısı kazanmaya başlayan çocukların, hayatın temel gerçeklerinden birini öğrenmeleri için bir fırsat olacağından dolayı, cenaze tö-

renine katılması önerilmektedir (Bildik 2013; Black 1998; Demaso vd. 1997). Çocukların cenaze töreni sırasında kendi evinden ya da mezarlıktan “kaçırılması”, o sırada yetişkinlerce abartılı oyun ya da eğlenceye teşvik edilmesi, çocuğun ebeveyninin ölümü ile ilgili suçluluk duygusu geliştirmesine ve yasın komplike hale gelmesine sebep olabilir. Çocuğa zorla cenazeyi göstermek ya da kendisini hazır hissetmediğini sözel ya da sözel olmayan yollarla ifade etmesine rağmen çocuğu cenaze törenine götürmek de uygunsuz bir tutum olacaktır.

Çocuk doğal olarak ebeveynlerden birinin ya da her ikisinin kaybı sonrasında günlük yaşamının nasıl etkileneceğine dair kaygılar duyabilir, hatta bazen bu kaygılarını sözlerle ifade edebilir. Bu ifadeler karşısında çocuk eleştirilmemelidir. Kaybın çocuğun günlük yaşamına nasıl etki edeceğine, ihtiyaçlarının ve bakımının kimler tarafından karşılanacağı konusunda bilgi verilmesi, çocuğun kayıp sonrası yaşantısını düzenlemesine ve kaybı kabullenip yas sürecini daha sağlıklı yaşamasına olanak sağlayacaktır (Bildik 2013). Ölüm sonrası aile çevresi ve çocuğun gelişimine, iyileşmesine destek olan ebeveyn yardımı, çocuklardaki sağlıklı yas sürecinin yaşanması için kilit role sahiptir (Schmiege vd. 2006). Çocukların yas sürecindeyken evden ya da yas tutan ebeveyninden uzaklaştırılması, yaslarını yaşamalarına engel teşkil etmektedir. Ayrıca bu durum, yaşayan ebeveynin kaybı konusunda kaygılı olan çocuğun korku ve kaygısını arttıracaktır. Bu dönemde eve ve çocuğa destek olabilecek kişilerden yardım alınabilir. Çocuğun tekrar tekrar kayıp nesnesi ile ilgili sorular sormasına kızılmamalı, sabırla cevap verilmelidir. Ölen ebeveyninin hatırasına çiçek ya da ağaç dikilmesi, düzenli mezar ziyaretleri, anı kitabı ya da albümü oluşturulması çocuk için olumlu olduğu düşünülen davranışlardır (Willis 2002).

Bakım veren kişilerin, öğretmenlerin, sağlık alanında çalışan kişilerin çocuk ve ergenlerde sıklıkla görülen yas tepkileri hakkında bilgi sahibi olması önemlidir. Bu sayede çocuk ve ergenlere daha nitelikli destek verebilmek mümkün olur. Normal yas sürecinde yetişkinlerin çocukları için profesyonel yardım alması çoğunlukla gerekmezken, travmatik ya da çoklu kayıplar, çözülmemiş yas ve ıstıraplı ölüm gibi komplike yas durumlarında psikiyatrik destek önerilmektedir (Bildik 2013). Yas tedavisi yas sürecinin normale döndürülmesini, kaybı anlama ve kabul etmeyi, kaybedilen kişi olmadan hayatı sürdürebilmeyi, duygularını tanıma ve ifade edebilmeyi kapsar (Allumbaugh & Hoyt 1999; Cook & Dworkin 1992).

Sonuç olarak, çocuk ve ergenlerde görülen yas tepkileri çocuğun yaşına ve bilişsel gelişim seviyesine bağlı olarak değişim gösterebilmektedir. Çocuklarda bu konuda yapılan çalışmaların çoğu dönemsel özelliği nedeniyle ebeveyn kaybına odaklanmıştır. Çocuklara ölüm kavramı hakkında ya da bir yakının kaybı ile ilgili bilgi verilirken, yaş ve gelişim döneminin özelliklerine göre yaklaşmak önemlidir. Bu yaş gurubunda yas tepkilerinin sağlıklı yaşanabilmesi için, kayıp sonrası içinde bulunulan ortamın ve geride kalan ebeveyn ile diğer bakım verenlerin desteği gerekmektedir. Yası komplike eden durumlar söz konusu olduğunda ya da yasa eşlik eden psikiyatrik durumların varlığında, profesyonel destek almaktan kaçınılmamalıdır.

Kaynaklar/References

- Allumbaugh, D. L., & Hoyt, W. T. (1999). Effectiveness of grief therapy: A meta-analysis. In: American Psychological Association.
- Bildik, T. (2013). Ölüm, kayıp, yas ve patolojik yas. *Ege Tıp Dergisi*, 52(4).
- Black, D. (1998). Coping with loss: Bereavement in childhood. *BMJ: British Medical Journal*, 316(7135), 931.
- Bowlby, J. (2008). *Attachment: Basic books*.
- Cook, A. S., & Dworkin, D. S. (1992). *Helping the bereaved: Therapeutic interventions for children, adolescents, and adults: Basic Books (AZ)*.
- Demaso, D. R., Meyer, E. C., Beasley, P. J., Jellinek, M. S., & Biederman, J. (1997). What do I say to my surviving children? *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 36(9), 1299-1302.
- Diler, R. S., & Avci, A. (1997). Çocuk ve Yas: Bir Gözden Geçirme.
- Dowdney, L. (2000). Annotation: Childhood bereavement following parental death. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 41(7), 819-830.
- Dyregrov, A., & Dyregrov, K. (2013). Complicated grief in children—the perspectives of experienced professionals. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 67(3), 291-303.
- Fitzgerald, H. (2013). *The grieving child: A parent's guide: Simon and Schuster*.
- Freud, S. (1917). Mourning and melancholia. Standard edition of the works of Sigmund Freud, 14. In: London.
- Kaufman, K. R., & Kaufman, N. D. (2005). Childhood mourning: Prospective case analysis of multiple losses. *Death studies*, 29(3), 237-249.
- Kübler-Ross, E., & Kessler, D. (2014). *On grief and grieving: Finding the meaning of grief through the five stages of loss: Simon and Schuster*.
- Lewis, M., & Schonfeld, D. (2002). Dying and death in childhood and adolescence. *Child and Adolescent Psychiatry: A Comprehensive Textbook. 3rd ed. New York, NY: Lippincott Williams & Wilkins*, 1239-1245.
- Mahler, M. S. (1965). On the significance of the normal separation-individuation phase: With reference to research in symbiotic child psychosis.

- Melhem, N. M., Porta, G., Shamseddeen, W., Payne, M. W., & Brent, D. A. (2011). Grief in children and adolescents bereaved by sudden parental death. *Archives of general psychiatry*, 68(9), 911-919.
- O'Halloran, C. M., & Altmaier, E. M. (1996). Awareness of Death Among Children: Does a Life-Threatening Illness Alter the Process of Discovery? *Journal of Counseling & Development*, 74(3), 259-262.
- Raphael, B., & Martinek, N. (1997). Assessing traumatic bereavement and posttraumatic stress disorder.
- Schmiege, S. J., Khoo, S. T., Sandler, I. N., Ayers, T. S., & Wolchik, S. A. (2006). Symptoms of internalizing and externalizing problems: Modeling recovery curves after the death of a parent. *American Journal of Preventive Medicine*, 31(6), 152-160.
- Slaughter, V. (2005). Young children's understanding of death. *Australian psychologist*, 40(3), 179-186.
- Smith, J. H. (1975). On the work of mourning. *Bereavement: Its Psychological Aspects*, 18-25.
- Tähkä, V. (1984). Dealing with object loss. *The Scandinavian Psychoanalytic Review*, 7(1), 13-33.
- 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.
- Worden, J. W. (2008). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*: Springer Publishing Company.