

Psikolojik Danışman Adaylarının Ölüm Kaygılarının Psikolojik Dayanıklılık ve Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi

Burcu DOK¹, Fidan KORKUT OWEN²

¹, Yeditepe University, burcu.dok@yeditepe.edu.tr,

¹ORCID: 0000-0001-8920-6192

²Prof. Dr., Bahcesehir University, fidan.korkut@es.bau.edu.tr,

²ORCID: 0000-0003-0144-1521

Geliş Tarihi/Received:
23.05.2021

Kabul Tarihi/Accepted:
04.06.2021

e-Yayım/e-Printed:
30.06.2021

ÖZ

Bu araştırmanın ana amacı psikolojik danışman adaylarının ölüm kaygılarının psikolojik dayanıklılıklarına, cinsiyetlerine, sınıf düzeylerine, kayıp deneyimine sahip olma durumlarına göre değişip değişmediğini ortaya koymaktır. Veriler toplam 256 (211 Kadın, 45 Erkek) üniversite öğrencisinden Ölüm Kaygısı Ölçeği, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve kişisel bilgi formu aracılığı ile toplanmıştır. Araştırmanın bulguları psikolojik danışman adayları arasında cinsiyetlerine göre ölüm kaygısının maruz kalma alt boyutunda kadın öğrencileri lehine ve farklı psikolojik dayanıklılık düzeylerine göre, psikolojik dayanıklılığı düşük olan grup lehine farklılaştığını göstermektedir. Elde edilen diğer bulgular, farklı sınıf düzeylerine ve kayıp yaşama değişkenine göre ölüm kaygılarının farklılaşmadığı doğrultusundadır. Bulgular alanyazına göre tartışılmış ve bazı öneriler sunulmuştur.

Anahtar sözcükler: Psikolojik danışman adayı, ölüm kaygısı, psikolojik dayanıklılık

Investigation on Death Anxiety of Counselor Trainees in Terms of Psychological Hardiness and Various Variables

ABSTRACT

The main purpose of this study is to reveal whether the death anxiety of counselor candidates varies according to their hardiness , gender, class level, and experience of loss. The data were collected from a total of 256 (211 women, 45 men) university students by means of Death Anxiety Scale, Psychological Hardiness Scale and personal information form. The findings of the study show that among the counselor candidates, death anxiety differs according to their gender in favor of female students in the exposure sub-dimension, and according to different psychological hardiness levels, in favor of the group with low psychological hardiness. Other findings obtained are in the direction that death anxiety does not differ according to different class levels and the variable of experiencing loss. The findings were discussed according to the literature and some suggestions were presented.

Keywords: Counselor trainees, death anxiety, psychological hardiness

1. GİRİŞ

İnsanların çağlar boyunca en çok merak ettiği ve ilgisini çeken konular arasında yaşamdan ayrı tutulmayan ölüm konusu da yer almaktadır. İnsanoğlu varlığı boyunca ölüm üzerine düşünmüş ve onun hakkında bilgi edinmeye çalışmıştır. Bunun sebebi ölüm hakkındaki sorgulamaların insanın yaşamını anlamlı kılmasında önemli bir role sahip olmasıdır (Kübler-Ross, 1997). Bilinçli bir varlık olan insan, yeryüzündeki varoluşunu devam ettirme ihtiyacından dolayı hayatını anlamlı kılma çabası içine girmiştir. Bu durumda, bilinçli bir canlı olarak insanın yaşamla uyumlu olan en geçerli durumunun “varlığını devam ettirmesi” olduğu söylenebilir. Bu yüzden ki bilincin sonlu oluşu yani insanın yok olacak olması kabul edilmesi zor bir durum haline gelmesine sebep olmaktadır (Aksu & Okçay, 2015). Kabul edilmesinin zor olması ölümün deneyimlenemeyen, gerçekleştiğinde ise insanın yok oluşuyla son bulan, bu yüzden de bu deneyimi aktarma fırsatı olmayan belirsiz bir olgu olmasından kaynaklanmaktadır (Tanhan, 2007). Diğer bir yandan da yaşamın içinde başımıza gelebileceğinden emin olabileceğimiz tek belirli yanı ölümün kaçınılmazlığıdır. Bu tanımlardan yola çıkarak Varoluşçu yaklaşımın ana kavramlarından biri olan ölüm kavramı, bu yaklaşımın temsilcileri tarafından, “insanların içinde bulunduğu en büyük ikilem” olduğunu öne sürmüştür. Heidegger insanın “ölüme-yönelik-olan” bir varlık olmasına, var olmanın ölümü de kapsadığına, hayatın doğum ve ölüm de dahil olmak üzere bir bütün olduğuna vurgu yaparken Kierkegaard, ölümü yaşamdaki en belirli yan olmasına ve ölümün öğreticiliğine odaklanmaktadır (Çüçen, 2017). Ölümün farkında olmayı yaşamak, hem insanın hayatına anlam katan hem de insanların çevresini değerlendirirken farklı bir bakış açısı sağlayan daha anlamlı ve derin ilişkiler kurmasına zemin hazırlar (Yalom, 2001). Birey için otantik aynı zamanda otantik bir yaşam için güdüleyici olabilen ölümlü olmanın farkındalığı bireyin içinde yaşadığı zamanda aşırı kaygı yaratmasına da neden olabilir. Ölüm ve ölüm kaygısı felsefecilerin yanında psikoloji alanındaki kuramcılarının da ele aldığı kavramlardır. Bireyin deneyimlediği ve içinde bulunduğu hayatı anlamlandırmak için daha belirli hale getirmeye çalıştığı ölüm ve ölüm hakkındaki düşünceleri, kaygıları ve korkuları ölüm kaygısı olarak kavramsallaştırılmaktadır (Singh, Singh & Nizamie, 2003). Psikanalitik yaklaşıma göre ölüm korkusunun, deneyimlenebilen diğer korkulardan ve bu korkuların kişide yarattığı içsel çatışmalardan oluşmaktadır (Eyüboğlu, 2009). Psikodinamik görüş, ölüm kaygısını üstbenlikteki önemli konulardan biri olarak tanımlayarak ölüm kaygısının

psikopatoloji ve psikosomatik hastalıklarda rol oynadığını öne sürmektedir (Freud, 1992). Bilişsel kurama göre kaygı, koşullandırma ve genellemeler sonucu ortaya çıkmaktadır. Buna bağlı olarak, bireyin kaygısı, olumsuz duygu ve düşüncelerin sonucudur. Birey korkutucu, kontrolsüz ve kontrol edilemez olarak gördüğü onu tehdit edici durum hakkında kaygı duymaktadır (Akt., Tanhan, 2007). Buna göre birey ölümü varlığına karşı bir tehdit olarak algılamakta ve ölümle ilgili olumsuz düşünceleri ölüm kaygısına yol açabilmektedir. Varoluşçu bakış açısından bakıldığında ölümün kaçınılmaz gerçekliği karşısında insan yaşadığı hayatı anlamlı hale getirmekte zorlanabilmekte ve korku duyabilmektedir (Alkan, 1999; Kübler, 1997). Ölüm kaygısının ve altındaki dinamiklerin insanın hayatındaki inançları, seçimleri ve kararları etkilediği vurgulayan Yalom'a göre ise ölüm ilk kaygı sebebidir (Yalom, 2013). İnsan kendi yaşamını devam ettirmek istediği, bunun için kendini korumak zorunda hissettiğinden bu duruma uygun davranışlar sergilemektedir. Bu yüzden varoluşunun yokluğu kişide kaygı ve korku yaratmaktadır (Gedik, 2007). Ölüm kaygısı neredeyse tüm korkuların nedenlerinden biridir ve bir çok korkuyla ilişkilidir (Erdoğan & Özkan, 2007). Genel olarak korku ve kaygı arasındaki en temel fark duyguyu ortaya çıkaran kaynak olması nedeniyle bu iki kavram birbirleriyle ilişkili ancak farklıdır. Korkunun kaynağı somut ve belirli, olabilirken kaygının kaynağı ise genelde belirsizdir. Öte yandan ölüm korkusu ve ölüm kaygısının kaynağı ise ortak ve belirsizdir, bundan dolayı ayırım yapmak zordur (Karaca, 2000). Nyatanga ve Vocht (2006) ise ölüm kaygısını; bireyin kendisinin veya çevresindekilerin ölümünü düşünmenin getirdiği rahatsızlık verici, varoluşsal köke sahip ve çok boyutlu kaygılardan oluşan bir duygu olarak niteler. Lehto ve Stein'in (2009) Çok boyutlu olarak ele aldıkları ölüm kaygısını "duygusal, bilişsel ve motivasyonel unsurları olan ölüm gerçeğinin öngörülmesi ve farkındalığı ile ilgili korku ve endişe uyandıran, gelişim aşamasına ve sosyokültürel yaşam oluşumlarına göre değişen çok boyutlu bir yapı" olarak tanımlamaktadırlar. Bu çok boyutlu yapıya bakıldığında, insanların ölüm ile ilgili olan korkularının üzerinde rol oynayan belirsizlik korkusu, yok olma, acı çekme ve öldükten sonra cezalandırılma korkusu en önemli boyutlardandır (Hökelekli, 2008; Öztürk, 2010). Bu boyutlardan olan belirsizlik korkusu ölümün ve sonrasında deneyimlenen bir durum olmayışından. yok olma korkusu ise kişinin ölümüyle birlikte yok olacağını bilmesinden dolayı yaşadığı olağan korku ve kaygıdır. Acı çekme korkusunda, kanser, AIDS gibi kronik bazı hastalıkların ölümcül sonuçları olabileceği için bu gibi çeşitli hastalıkların tedavi süresince duyulan acıyla ilişkili olarak ölümün de acı verici olacağını düşündürmektedir. Son boyut olan ölüm sonrası cezalandırılma korkusu, inanç sisteminden kaynaklı ölüm sonrasında

insanların cezalandırılması korkusundan doğan kaygıdır. Bu bağlamda, ölümle ilgili en az dört temel boyutun bu kaygıyı yaratabileceği öne sürülmüştür. nedeni olabileceği öne sürülmüştür. Bunlar; hastalık ve kaza gibi durumlarda ölümle yüzyüze gelme, tüm dünyanın ve kendi bedeninin ortadan kaybolmasının büyük kaybı, ne zaman olacağını tahmin edilemezliği, ölümün ne olacağını bilinmemesidir (Popovic, 2002). Ölüm fikrinin karşısında insanların psikolojik olarak dengesi bozulabilmekte, kaygı seviyesi yükselebilmekte ve dolayısıyla bununla baş etmeleri ve çevreye uyum sağlamaları güçleşebilmektedir (Akt., Tanhan, 2007).

Ölüm kaygısını yaşamamanın farklı değişkenlere göre değişebildiğini gösteren araştırmalar bulunmaktadır. Bireylerin yaşlarının, cinsiyetlerinin, yakınlarından birinin ölümünü yaşamış olmalarının ölüm kaygısını farklı yaşamlarına yol açtığı görülmektedir. Toplumlarda yaşlı bireylerin ölüme daha yakın olduğu düşünülmektedir. Toplumda bu düşünceye "sıralı ölüm" kavramı kullanılmaktadır. Bu yüzden yaşlı bireylerin ölüm kaygılarının daha fazla olacağı düşünülmektedir (Hökelekli, 2008) Oysa alanyazında ölüm kaygısının yaşla olan ilişkisine bakıldığında, Erdoğan ve Özkan (2007) 'ın yürüttüğü çalışmada, hem 60 yaş üstü bireylerin hem de 16-22 yaş grubunun en yüksek ölüm kaygısı oranlarına sahip olduklarını ortaya çıkarmışlardır. Diğer yandan, Russac, Gatliff, Reece, ve Spottswood, (2007) ölüm kaygısının her iki cinsiyette de yirmili yaş grubunda daha yüksek olduğunu ve sonra yaş aldıkça azaldığını gösteren bulgulara ulaşmışlardır. Ölüm kaygısı ve yaş arasındaki ilişkiye bakıldığında, ortaya koyulan sonuçlar farklılık göstermektedir Araştırmanın bulgularına göre farklı yaş gruplarının farklı düzeylerde ölüm kaygısı yaşadıkları görülmektedir.

Aile fertlerinden birinin ölümü ve kişinin ölümü yakından deneyimlediği olaylar da ölüm kaygısını arttıran önemli değişkenlerden biri olabilir. Yukay-Yüksel, Güneş ve Akdağ, (2017) yaptıkları çalışmada, yakınının ölümüne tanık olan bireylerin ölüme tanıklık etmeyenlere göre ölüm kaygısı düzeylerinin daha yüksek olduğunu rapor etmişlerdir. Ölüm deneyimi olan öğrencilerin ölüm kaygısı puan ortalamaları anlamlı düzeyde yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Diğer yandan ise, Eke (2003) ölüm riski yüksek olan ve düşük olan iki grup meslek çalışanlarıyla yaptığı çalışmada, ölüme tanık olmanın ölüm kaygısı üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmadığını ortaya çıkarmıştır. Son bir yılda bir yakın kaybı yaşamamanın ölüm kaygısı puanları üzerinde anlamlı bir rol oynamadığını saptamıştır. Başka bir çalışmada da yakın kaybı yaşayan ve bireylerin ölüm kaygıları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır. (Arslan, 2019). Bu durumda bu konuda birbiriyle çelişen bulguların olduğu görülmektedir.

Cinsiyet değişkeninin ölüm kaygısı üzerindeki etkisini inceleyen araştırmalarda kadınların, erkeklere göre daha fazla ölüm kaygısı yaşadığı sonucuna ulaşan araştırmaların (Acehan & Eker, 2013; Akça & Köse, 2008; Arslan, 2019; Ertufan, 2008; Kıraç, 2007; Özen, 2008) yanısıra, ölüm kaygısını erkeklerin kadınlara göre daha fazla taşıdığı sonucunun elde edildiği araştırma bulgusu da bulunmaktadır (Turgay, 2003). Örsal vd., (2012) ise yaptıkları çalışmada cinsiyet ve ölüm kaygısı arasında anlamlı bir ilişki saptamamışlardır. Ülkemiz literatürüne bakıldığında ise yine yaş ve bir yakını kaybetme değişkeninde olduğu gibi ortak bir bulgu olmadığı söylenebilir.

Alanyazına bakıldığında ölüm kaygısıyla bağı olan bir diğer değişkenin psikolojik dayanıklılık olduğunu gösteren araştırmalar bulunmaktadır (Bonanno, 2004, Bonanno ve diğerleri, 2002) Bireyin yaşamındaki kaygıya ve kaygıyı yaratan koşullara uyum sağlama süreci alanyazında psikolojik dayanıklılık olarak tanımlanmaktadır (Luthar, Cicchetti & Becker 2000). Başka bir tanıma göre psikolojik dayanıklılık; travma, tehdit, trajedi ya da ailevi ve ilişkişel zorluklar, ciddi sağlık sorunları, işyeri ve mali sorunlar gibi stres kaynaklarıyla başarılı bir şekilde baş edebilme ve uyum sağlama sürecidir (Basım, 2011). Aynı zamanda, psikolojik dayanıklılık, hızlı iyileşme gücü, zorlukların üstesinden gelme, esneklik ve güç açısından kişilik özelliği olarak da kullanılmaktadır. Psikolojik olarak dayanıklı olan bireyler tüm olumsuz, stresli olaylara karşı daha çözümlü odaklı, daha kolay baş edebilen ve uyum sağlamada başarılı olan kişiler olmaktadır (Luthar, Cicchetti & Becker 2000). Ölüm ve ölüm kaygısının bireylerin hayatında duygusal, bilişsel ve davranışsal olarak önemli bir rol oynadığı ve bununla nasıl baş edebileceklerine ilişkin birçok araştırmacı çalışmalar yapmıştır (Abdel-Khalek, 2004; Erdoğan, 2008; Schumaker, Barraclough & Vagg, 1988; Yıldız, 1998). Dolayısıyla bireyin psikolojik dayanıklılığı ölüm kaygısıyla başa çıkmada fark yaratıcı bir değişken olabilir.

Psikolojik dayanıklılığın oluşabilmesi için kişinin yaşamında risk faktörlerini deneyimlemesi ön koşul olarak görülmektedir. Bir problemin ortaya çıkmasına veya daha büyümesine sebep olacak durum ya da deneyimlere risk denir. Risklerin olumsuz etkilerini azaltan veya sonlandıran etkenler de koruyucu faktörlerdir (Gürkan, 2006). Bireylerin, mesleklerindeki olası riskli durumlar ve koruyucu faktörler de psikolojik dayanıklılıklarını etkilemektedir. Özellikle kronik hastalıklar, ebeveynlerin hastalığı veya ölümü, toplumsal şiddet, olumsuz yaşam olayları, ihmal ve istismar ve doğal afetler gibi travmalara yol açabilen risk faktörleriyle karşılaşılan, aynı zamanda mesleki rolünde ve davranışında profesyonel tutum sergilemek için mücadele eden meslekler için psikolojik dayanıklılık önemli bir

kavramdır (Harrawood, Doughty & Wilde, 2011). Hemşirelik, tıp, psikoloji, psikolojik danışma ve rehberlik gibi alanların eğitimi verilirken öğrencilerin deneyimleyebilecekleri bu zorlukların onlar üzerinde psikolojik olarak etkileri olabilir. Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünde öğrenim gören öğrencilerin, uygulamalı derslerde, karşılaştıkları ve onlar için zorlayıcı olabilen, gerçek ya da sanal danışanların yakınlarını kaybetmiş olmaları gibi deneyimlerden etkilenebileceklerinden söz edilebilir. Bu nedenle psikolojik danışman adaylarının, ölüm kaygılarının çalışılması anlamlı görünmektedir.

Bu amaçla bu çalışmada psikolojik danışman adaylarının ölüm kaygılarının; cinsiyetlerine, sınıflarına, kayıp deneyimi yaşamalarına ve psikolojik dayanıklılık düzeylerine göre farklılaşp farklılaşmadığı sorusuna yanıt aranmaktadır. Böylece elde edilen bulguların bireyle psikolojik danışma uygulamalarında, psikolojik danışman adaylarının ölüm kaygılarını, psikolojik dayanıklılık ve çeşitli değişkenler açısından anlamlandırabilmesinde bilgi sağlayacağı ve bireyle psikolojik danışma oturumlarının daha verimli hale gelebileceği düşünülmektedir.

2. YÖNTEM

Bu araştırmada, niceliksel araştırma yaklaşımlarından ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Ayrıntılı bilgiler aşağıda sunulmuştur.

2.1. Araştırmanın Katılımcıları

Katılımcılara ulaşmak için elverişli uygun örneklem (convenience sampling) tekniğinden (Teddlie & Yu, 2007) yararlanılmıştır. Bu amaçla araştırma kapsamında 2018-2019 öğretim yılı güz döneminde İstanbul'daki bir vakıf üniversitesi'nde Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünde öğrenim gören 45 (% 17.6) erkek, 211 (% 82,4) kadın olmak üzere toplam 256 öğrenciye ulaşılmıştır. Katılımcıların sınıflara göre dağılımına göre birinci sınıfta 51 (% 19.9), ikinci sınıfta 44 (% 17.2), üçüncü sınıfta 70 (% 27.3) ve son sınıfta 91 (% 35.5) öğrenci bulunmaktadır. Katılımcıların 108'si (% 42.2) yakınları arasında kayıp yaşadıklarını, 148'si ise (% 57.8) kayıp yaşamadıklarını ifade etmişlerdir.

2.2. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada, veri toplamak amacıyla Ölüm Kaygısı Ölçeği, Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ile araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Ölçekler için geliştirenlere e-posta atılarak izin alınmıştır.

2.2.1. Ölüm Kaygısı Ölçeği (ÖKÖ)

Sarıkaya ve Baloğlu (2013) tarafından bilinçli (açık) ölüm kaygısını geçerli ve güvenilir şekilde ölçmek amacıyla Ölüm Kaygısı Ölçeği geliştirilmiştir. ÖKÖ maddeleri beşli likertten oluşmaktadır. 20 maddeden oluşan ölçeğin açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam varyansın % 67.27'sini açıklayan üç faktörlü bir yapı göstermektedir. Ölçekte, ölümün belirsizliği faktörü ; 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 maruz kalma faktörü; 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17 ve acı çekme faktörü; 18, 19, 20 maddelerinden oluşmaktadır. Ölüm kaygısı ölçeğinin ölçüt geçerliği için Ölüm Kaygısı Ölçeğinin toplam puanları ile Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri puanları ($r=.28$), Beck Depresyon Envanteri puanları ($r=.24$), Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği puanları ($r=.76$) ve Beck Umutsuzluk Ölçeği ($r=.11$) puanları arasındaki korelasyonlar da incelenmiş bu değişkenler arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık değeri .95 olarak hesaplanmıştır. Alt faktörlerin iç tutarlılık değerleri ise ölümün belirsizliği faktörü için .94, maruz Kalma faktörü için .92 ve acı çekme faktörü için .76 bulunmuştur. Ayrıca iki hafta aralıklarla yapılan test – tekrar test korelasyonu .82 bulunmuştur. Tersine puanlanan maddenin olmadığı ölçekten 0-80 arasında puan alınabilmektedir ve yüksek puanlar yüksek ölüm kaygısına işaret etmektedir. Bu araştırmada, veri toplanan grup için yeniden hesaplanan toplam puanın iç tutarlık katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Alt boyutlar için elde edilen iç tutarlık katsayıları ise ölümün belirsizliği .91, maruz kalma .91 ve acı çekme .79 biçimindedir.

2.2.2. Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (PDÖ)

Terzi (2016) tarafından geliştirilen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği meydan okuma, kendini adama ve kontrol olmak üzere üç alt boyuta sahiptir. PDÖ' nin geliştirilmesinde varoluşçu kişilik kuramı temelinde psikolojik dayanıklılığın kendini adama, kontrol ve meydan okuma boyutlarına ilişkin ifadeler yer verilmiştir. Öncelikle 60 maddelik madde havuzu oluşturulmuş, toplanan verilere uygulanan açımlayıcı faktör analizi ile ölçeğin 21 maddeden ve üç alt boyuttan oluşan son haline ulaşılmıştır. Ölçek Likert tipi ölçek olup, beş dereceli olarak puanlanmaktadır. (0=hiç katılmıyorum, 4=kesinlikle katılıyorum). Ölçeğin meydan

okuma alt boyutu 7, 8, 9, 13, 14, 16 ve 17. maddelerden, kendini adama alt boyutu 1, 2, 3, 5, 6, 18 ve 21. maddelerden ve kontrol boyutu ise 4, 10, 11, 12, 15, 19 ve 20. Maddelerden oluşmaktadır. Ölçeğin 2. ve 15. maddeleri ters puanlanmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliğinin belirlenmesinde yapılacak faktör analizi için ilk önce verilerin faktör çözümlemesine uygunluğu Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Barlett testi ile sınıanmıştır. Örneklem uygunluğu için hesaplanan KMO değeri .85 bulunmuştur. Ayrıca Barlett testi ile elde edilen Ki-Kare ($\chi^2=2082.187$, $p<.00$) puanı anlamlı bulunmuştur. Ölçeğin toplam güvenilirlik katsayısı $r=.76$ olarak bulunmuştur. Kendini adama alt boyutu için .62, kontrol alt boyutu için .69, meydan okuma alt boyutu için ise .74 olarak hesaplanmıştır. İki hafta aralıklarla test-tekrar test güvenilirliği .81 bulunmuştur. Ölçekten alınacak toplam puanın yüksek olması psikolojik dayanıklılık düzeyinin de yüksek olduğuna işaret etmektedir.

2.2.3.Kişisel bilgi formu

Formda, katılımcıların sınıf düzeyleri, cinsiyetleri, son beş yılda birinci dereceden yakın kaybedip kaybetmediklerine yönelik sorular sorulmuştur. Katılımcılara istediklerinde ölçeği doldurmaktan vazgeçebileceklerine dair bilgi verilmiştir.

2.3. Veri toplama süreci

Bu araştırma ilgili üniversitenin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünde öğrenim gören öğrencilere araştırmanın amacına ve problemlerine uygun olarak hazırlanan kişisel bilgi formu araştırmacılar tarafından sınıflarda ders öncesinde ilgili öğretim üyesinden izin alarak yüz yüze uygulanmıştır. Uygulamada katılımcıların gönüllü olmaları koşulu gözetilmiş olup, uygulama esnasında gerekli açıklamalar yapılmıştır.

2.4. Verilerin analizi

Çalışmada kullanılan ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları hesaplanarak güvenilirlik çalışmaları yapılmış ve orijinal versiyonları ile tutarlı sonuçlar verdikleri belirlenmiştir. Puanların basıklık-çarpıklık katsayılarının -1 ile +1 değerleri arasında yer alması dağılımın normalliğine işaret etmektedir (Büyüköztürk, 2015). Araştırma kapsamında ölçeklerden elde edilen puanların basıklık-çarpıklık katsayıları incelendiğinde, bu değerlerin -1 ile +1 arasında olduğu görülmüş ve normallik varsayımı karşılanmıştır. Ölüm kaygısı puanlarının, cinsiyet ve kayıp yaşama değişkenine ilişkin analizde bağımsız gruplar t-testinden, sınıf düzeyi ve psikolojik dayanıklılık için tek yönlü varyans analizi yararlanılmıştır.. ANOVA testi

sonucunda gruplar arasında beliren anlamlı farkın kaynağını belirlemek amacıyla, post-hoc testi uygulanmıştır. Bu çalışma, gruplar arasında ortaya çıkan farkın kaynağına bakmada yaygın olarak kullanılan LSD testiyle yapılmıştır.

3. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmaya ilişkin yapılan istatistiksel analizlerin sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Bulgular araştırma problemlerindeki sıraya göre sunulmuştur. Cinsiyete göre ölüm kaygısının farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin yapılan t-testi sonuçları Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1: Cinsiyete göre ÖKÖ’den alınan puanlara uygulanan t-testi sonuçları

Ölçekler	Değişken	N	\bar{x}	SS	Sd	t	p
Ölüm Kaygısı	Kadın	211	37,00	3,07			
Toplam	Erkek	45	32,55	3,36	254	1,782	0,076
Ölümün	Kadın	211	18,23	8,80			
Belirsizliği	Erkek	45	16,62	9,37	254	1,10	0,271
Maruz Kalma	Kadın	211	11,84	7,13			
	Erkek	45	9,26	6,72	254	2,22	0,027*
Acı Çekme	Kadın	211	6,92	3,07			
	Erkek	45	6,66	3,36	254	0,51	0,610

p<.05

Tablo 1’den de anlaşıldığı gibi kadın ve erkek öğrencilerin sadece maruz kalma alt ölçeği puanları arasında anlamlı fark bulunmaktadır ($t_{(254)} : 2,22; p < .05$). Ortalamalara bakıldığında kadınların maruz kalma puanları erkeklerin maruz kalma puanlarından daha yüksek olduğu görülmektedir. Ölüm Kaygısı Ölçeğinden alınan toplam puan ($t_{(254)} : 1,78; p > .05$) ile ölümün belirsizliği ($t_{(254)} : 1,10; p > .05$) ve acı çekme alt ölçeklerinden ($t_{(254)} : 0,51; p > .05$) alınan puanlar açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Sınıf düzeyi değişkenine göre ölüm kaygısının değişip değişmediği tek yönlü varyans analizi ile sınınanmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre farklı sınıf düzeylerinde olan psikolojik danışman adaylarının, ÖKÖ’den aldıkları toplam puan ($F_{(3,252)} : ,38; p > .05$ ve ölümün belirsizliği ($F_{(3,252)} : ,33; p > .05$), maruz kalma ($F_{(3,252)} : ,731; p > .05$) ve acı çekme ($F_{(3,252)} : ,811; p > .05$) alt ölçeklerinden aldıkları puanlar farklılık göstermemektedir.

Kayıp durumu değişkenine göre ölüm kaygısının değişip değişmediği t testi ile sınanmıştır. Yapılan t testi sonuçlarına göre, kayıp yaşamış ve yaşamamış olmaya göre katılımcıların toplam ölüm kaygısı ($t_{(254)}: 0,864; p>.05$), ölümün belirsizliği ($t_{(254)}: -0,280; p>.05$), maruz kalma ($t_{(254)}: 0,28; p>.05$) ve acı çekme alt ölçeklerinden ($t_{(254)}: ,1,230; p>.05$) aldıkları puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. *Psikolojik dayanıklılık* düzeyleri farklı olan psikolojik danışman adaylarının ölüm kaygısı ölçeğinin alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arasında anlamlı fark olup olmadığına ilişkin yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2: Farklı psikolojik dayanıklılık düzeyindeki katılımcıların ÖKÖ’den aldıkları puanlarına uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları

Ölçekler	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Toplam	Gruplararası	844,316	2	422,158			
Ölüm Kaygısı	Gruplariçi	58752,543	253	232,223	1,818	,164	
	Toplam	59596,859	255				
Ölümün Belirsizliği	Gruplararası	123,766	2	61,883			
	Gruplariçi	20127,672	253	79,556	,778	,460	
	Toplam	20251,438	255				
Maruz Kalma	Gruplararası	328,614	2	164,307			
	Gruplariçi	12604,323	253	46,819	3,298	,039	1-2,1-3
	Toplam	12932,937	255				
Acı Çekme	Gruplararası	2,791	2	1,396			
	Gruplariçi	2489,693	253	9,841	,142	,868	
	Toplam	2492,484	255				

$p<.05$; 1. Grup: ortalaması düşük olan; 2. Grup; ortalaması ortada olan, 3. Grup ortalaması yüksek olan

Tablo 2’den de anlaşıldığı gibi psikolojik danışman adaylarının ölüm kaygısı ölçeğinden aldıkları toplam puanlar ile ($F_{(2,253)}: 1,818; p>.05$) ölümün belirsizliği ($F_{(2,253)}: ,460; p>.05$) ve acı çekme alt ölçeğinden ($F_{(2,253)}: ,868; p>.05$) aldıkları puanlar açısından psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ancak psikolojik dayanıklılık düzeyleri

farklı olan öğrencilerin maruz kalma alt ölçeği puanları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($F_{(2,253),039}$; $p<.05$). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu anlamak amacıyla kullanılan post hoc LSD testine göre birinci (\bar{x} : 13,02) ve ikinci (\bar{x} : 10,54); birinci (\bar{x} : 13,02) ve üçüncü grupların (\bar{x} : 10,68) psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmaktadır. Buna göre; psikolojik dayanıklılığı düşük olan katılımcılar ile orta ve yüksek olan katılımcıların maruz kalma alt ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki farklılıktan kaynaklandığı belirlenmiştir. Puan ortalamalarına bakıldığında düşük psikolojik dayanıklılığa sahip olan gruptakilerin, yüksek ve orta psikolojik dayanıklılığa sahip olan gruplardan daha çok maruz kalma puanı aldıkları görülmektedir.

4. TARTIŞMA VE YORUM

Psikolojik danışman adaylarının ölüm kaygılarının cinsiyet, sınıf düzeyi, kayıp durumu ve psikolojik dayanıklılık düzeylerine göre anlamlı farklılık olup olmadığına bakılan bu çalışmadan elde edilen bulgular, bağımsız değişken sırasına göre tartışılmıştır. Bulgulara göre katılımcıların ölüm kaygısı ölçeğinin sadece maruz kalma alt ölçeğiyle cinsiyetler arasında kadın öğrencilerin lehine istatistiksel olarak anlamlı fark olduğunu göstermiştir. Bu durum kadın öğrencilerin maruz kalma açısından daha yüksek puana sahip olduklarını göstermektedir. Maruz kalma alt boyutu geleneksel uygulamalara, sosyal baskılara karşı maruz kalma gibi çevresel faktörlerden ve ayrıca ölen kişiyle arasındaki bağ, ölen kişinin yaşı ve ölüm şekli, ölüm sonrasında geride kalan kişinin bu süreçlere olan katılımı gibi durumsal faktörler de yer almaktadır (Morris, 2002).

Alanyazında, kadınların ölüm kaygılarının erkeklere göre daha fazla olduğunu gösteren başka araştırma bulguları bulunmaktadır (Arslan, 2019; Ayten, 2014; Chow, 2017; Khoshi, Nia, & Tokmandi, 2017; Yukay-Yüksel, Güneş & Akdağ, 2017). Ölüm kaygısının alt boyutlarından olan acı çekme ve ölümün belirsizliğinin aksine, bu çalışmada sadece maruz kalma alt boyutunun kadınlarda farklılaşıp erkeklerde farklılaşmaması, kadınların toplumsal baskılar gibi çevresel faktörlere daha fazla maruz kaldıklarını ve buna bağlı olarak da daha fazla etkilendikleri sonucuna ulaşılabilir. Türkiye'nin sosyal ve toplumsal yapısı değerlendirildiğinde, kadın cinayetlerinin sayısının yüksek seviyelere ulaşması, kadınların davranışlarının toplum tarafından kısıtlanması, kendilerine atfedilen rollerin içerisinde kalmaya zorlanması maruz kalma puanının yüksek olmasının sebebi olabilir. Psikolojik danışmanlık mesleği toplumsal olaylarla yakından ilişkili mesleklerden olduğu düşünülürse,

bu durumun kadın psikolojik danışman adayları üzerinde etkisi olabileceği söylenebilir. Ülkemizdeki toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin yaşamın bir çok alanında yıkıcı etkisi olduğu gibi kadın psikolojik danışman adaylarının mesleki kimlikleri üzerinde etkisinin olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda, çok kültürlülük perspektifinden bakıldığında, psikolojik danışman adaylarının mesleki kimliklerinin, içinde yaşanan kültürden bağımsız gelişemeyeceği değerlendirilmektedir.

Bu araştırmada katılımcıların farklı *sınıf düzeyleri* arasında ölüm kaygısı ölçeği ile alt ölçeğinden aldıkları puanlar açısından anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu bağlamda psikolojik danışman adaylarının farklı sınıf düzeylerinde olmalarına göre yaşadıkları ölüm kaygılarını değiştirmemektedir. Sınıf düzeylerinin farklı olması, katılımcıların farklı yaş düzeylerinde olduklarını göstermektedir. Bu araştırma sonucuna benzer bir araştırma yaş değişkeni biçiminde Yukay-Yüksel, Güneş ve Akdağ, (2017) tarafından gerçekleştirilmiştir. Söz konusu çalışmada ölüm kaygısının yaş ile arasında anlamlı düzeyde bir ilişkisinin olmadığı saptanmıştır. Benzer sonuç olarak, Fortner ve Neimeyer (1999) tarafından yapılan meta analizde de yaş ile ölüm kaygısı arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Bond (1998) tarafından yapılan çalışmada, ölüm kaygısı din, yaş ve cinsiyet değişkenleriyle ilişkisinin incelenmiştir. Bu araştırmanın sonucunda 18–25 yaş grubu ile 55 yaş ve üstü katılımcıların ölüm kaygı puanları açısından anlamlı bir fark görülmemiştir (Akt., Tanhan, 2007). Türkiye’de yapılan bir araştırmada da, hemşirelik öğrencilerinin sınıf düzeyleri ile ölüm kaygıları arasında anlamlı fark bulunamamıştır (Öz, İnci & Bahadır, 2018). Sözü edilen çalışmaların tersine farklı bir çalışmada, gençlerin ve yaşlıların ölüm kaygı düzeyleri karşılaştırılmış ve üniversite öğrencilerinin ölüm kaygısı puanlarının yaşlılara göre daha yüksek olduğuna rastanmıştır (Reyes ve diğerleri, 2017). Bu çalışmada ise psikolojik danışman adaylarının her dönemde aldıkları derslerin farklı olması ve son yıllarda ise aldıkları uygulamalı derslerin ölüm kaygılarında farklılaşmaya yol açacağı düşünülmüştür. Bu çalışmada ölüm kaygısının yaş değişkeni tarafından farklılaşmaması, ölümün çok boyutlu olduğunu, ölümün karmaşık ve öznel bir konu olduğunu düşündürmektedir. Ayrıca psikolojik danışman adaylarının yaşlarının birbirlerine yakın olması ölüm kaygısını farklılaşmamasında diğer bir etken olabilir. Alanyazında farklı bulguların olması yaş ile ölüm kaygısının farklılaşması üzerine daha fazla çalışma yapılması gerektiğini gösteriyor olabilir.

Bu araştırmadan edinilen bir diğer bulgu ise katılımcıların son beş yılda kayıp yaşamış ve yaşamamış olmalarına göre ölüm kaygılarının arasında anlamlı farkın bulunamamış olmasıdır. Bu durumda psikolojik danışman adaylarının kayıp yaşamış ve yaşamamış

olmalarının ölüm kaygılarında değişiklik yaratmadığı söylenebilir. Ancak bu bulgunun aksini söyleyen çalışmalar mevcuttur. Bu konuyla ilgili Öz, İnci ve Bahadır (2012) üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada ölüm deneyimi yaşayanların yaşamayanlara göre ölüm kaygılarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu araştırmada yakınını kaybeden psikolojik danışman adaylarının ölüm kaygısı düzeyi ile kayıp yaşamayanların ölüm kaygısı düzeyi arasında anlamlı fark görülmemektedir. Psikolojik danışman adaylarının, yakınlarının ölümünü ve yas yaşantısını deneyimlemenin ölüm kaygılarını nasıl etkilediği ve dolaylı olarakta uygulamalı derslerde karşı karşıya gelecekleri danışanlarında bu konuları nasıl karşılayacakları araştırılmak istenmiştir. Yaşanan kaybın kişiyi etkilemesinde rolü olan ölen kişiye olan yakınlık, ölen kişinin ölüm şekli ve yaşı, ölümden sonra geçen zaman ve destek kaynakları gibi değişkenlerin (Aksöz, 2014) bu çalışmada araştırılmaması iki grup arasında anlamlı farklılık olmamasının sebebi olabilir. Araştırmada son beş yıl içinde kayıp yaşayan ile yaşamayan psikolojik danışman adaylarının, ölüm kaygıları arasında anlamlı bir fark bulunamamasının sebebi ölümden sonra geçen zaman etkisi ve olayın şiddeti gibi faktörlerin çalışmada göz önüne alınmamasından dolayı olabilir. Aynı zamanda ölüm deneyiminin uygun şekilde baş edildiğinde olumlu bir yaşantıya dönüştürüldüğünü ve yaşamı anlamlandırıldığını gösteren çalışmalar da mevcuttur (Mallory 2003; Román, Sorribes & Ezquerro, 2001). Bu nedenle de ilgili bölümü okumaktan ve aldıkları derslerin içeriğinden kaynaklı ölüm deneyimini olumlu yaşantılara dönüştürebilme becerilerini arttırmış olabileceği düşünülebilir.

Araştırmada farklı psikolojik dayanıklılık düzeyleri olan katılımcıların ölüm kaygısı ölçeğinin maruz kalma alt ölçeğinden aldıkları puanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Bu bağlamda, psikolojik dayanıklılığı düşük olan grup ile orta derecede olan grup arasında, dayanıklılık düzeyi düşük olan grup lehine; psikolojik dayanıklılığı düşük olan grup ile yüksek olan grup arasında dayanıklılık puanı düşük olan grup lehine anlamlı farklılaşma bulunmuştur. Bu kapsamda farklı düzeyde psikolojik dayanıklılığa sahip üç grubun maruz kalma ortalamalarına göre psikolojik dayanıklılığı düşük olan gruptakilerin maruz kalma puanı, psikolojik dayanıklılığı orta ve yüksek olanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Alanyazında psikolojik dayanıklılık düzeylerine göre ölüm kaygısı ve alt boyutlarını inceleyen araştıran çalışmaya rastlanmamıştır. Alanyazın incelendiğinde psikolojik sağlamlık ve psikolojik dayanıklılık kavramlarının bireylerin uyum bozucu olumsuz yaşam olaylarına karşı baş edebilme gücü ve uyum sağlama süreci gibi ortak kavramlara odaklandığını görülmektedir (Basım & Çetin, 2011; Hunter, 2001; Luthar, Cicchetti

& Becker, 2000; Masten & Reed, 2002) Ölüm ve kayıp gibi travmatik olaylar ile psikolojik sağlamlık arasında ilişki olduğu, psikolojik sağlamlığın yaşanan travmatik ya da stresli olaylara karşı kişinin gösterdiği bir tepki olduğundan söz edilmektedir (Bonanno, 2004, Bonanno ve diğerleri, 2002) Bu bilgiler ışığında, bu çalışmada düşük psikolojik dayanıklılığı olan bireyler, daha fazla maruz kalma puanı aldığı sonucuna ulaşılmıştır. İçinde yaşadığımız toplumda bireylerin travmatik durumlara (fiziksel, cinsel istismar, kronik hastalık, yakınların ölümü gibi) fazla maruz kalması, düşük psikolojik dayanıklılığa sahip psikolojik danışman adaylarının maruz kalma boyutundan yüksek puan almalarını açıklar nitelikte olabilir. Terzi (2008) çalışmasında, psikolojik dayanıklılık düzeyi düşük olan bireylerin sosyal destek eksikliği hissettiğini ve kaçınma başa çıkma stratejilerini kullanabildiğini ortaya koymuştur. Bu nedenle psikolojik dayanıklılığı düşük olan psikolojik danışman adaylarının, maruz kaldıkları toplumsal veya bireysel olaylar karşısında baş edebilme gücü bulabilmeleri ve sosyal destek kaynaklarını kullanabilmeleri, dayanıklılıklarını yükseltmek için önemli görünmektedir.

Araştırma bulgularına göre psikolojik danışman adaylarının farklı psikolojik dayanıklılık düzeyleri açısından, ölüm kaygısı ölçeğinin alt ölçeği olan ölümün belirsizliği ve acı çekme puanları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır. Bu çalışmaya paralel olarak Öz, İnci ve Bahadır da (2018) psikolojik sağlamlık ile ölüm kaygısı arasındaki ilişkide istatistiksel olarak fark bulamamışlardır. Tanhan ve Arı (2006)'nın Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi ile Rehberlik ve Psikolojik Danışma Programında öğrenim gören üniversite son sınıf öğrencileri ile yaptığı çalışmada iki programın da ölüm kaygısı ile ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri programa göre ölüm kaygısında bir anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bu bulgulara benzer olarak bu araştırmada; psikolojik danışman adaylarının, ölümün bilinmezliğine ve acı verici bir deneyim olabileceğine ilişkin düşüncelerinde, sahip oldukları farklı psikolojik dayanıklılık düzeylerinin rol oynamadığı bulunmuştur. Psikolojik danışmanlık mesleğinin gereklilikleri olan duyguları anlamlandırabilme ve ayırt edebilme, yönetebilme, yaşamın getirdiği kontrol edilemeyen belirsizlikleri kabul edebilme gibi becerileri kazandırmayı amaçlayan program çıktılarının ve ders kazanımlarının katılımcılar üzerindeki etkileri rol oynamış olabilir. Ayrıca, ölüm deneyimi ile yaşanan olumsuz duygularla başa çıkmada birçok farklı değişken de rol oynamış olabilir. Ölüm deneyimi gibi olumsuz yaşam olayının ölüme verilen anlam gibi daha spiritüel değerlerin psikolojik sağlamlık düzeylerini arttıran faktörler olduğunu gösteren araştırmalar mevcuttur (Greeff & Joubert 2007; Lothe & Heggen 2003). Bu doğrultuda

bakıldığında, katılımcıların farklı psikolojik dayanıklılık düzeyleri açısından ölümün belirsiz ve acı veren bir deneyim olabilme değişmemesinde; öğrencilerin kişisel koruyucu faktörlere sahip olmaları, okudukları bölümden ve aldıkları derslerden elde ettikleri kazanımlar, kültürel ve spiritüel değerler ışığında ölüme verdikleri anlam gibi faktörlerin de rol oynadığı söylenebilir.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada, psikolojik danışman adaylarının ölüm kaygılarının cinsiyet, sınıf düzeyi, kayıp durumu ve psikolojik dayanıklılıklarına göre farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılmıştır. Sonuçlara genel olarak bakıldığında kadınların lehine göre ölüm kaygısının maruz kalma alt boyutunun farklılaştığı buna göre kadınların erkeklerden daha fazla maruz kalma puanına sahip olduğu, farklı sınıf düzeyine bağlı olarak yaş değişkeninin ölüm kaygısını ve alt boyutlarını değiştirmedeğini, psikolojik danışman adaylarının kayıp yaşamış olma ve olmama açısından ölüm kaygılarında ve alt boyutlarında bir değişiklik yaratmadığı, psikolojik dayanıklılığı düşük olan grubun maruz kalma düzeyleri psikolojik dayanıklılığı orta ve yüksek olan gruplara göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bu sonuçlara göre kadınların ölüme maruz kalma konusunda daha kaygılı olabilecekleri; ölüm ve ölüme tanık olma, ölüm şekli gibi faktörlerden daha fazla etkilenebileceği düşünülebilir. Aynı zamanda kadınların bu kaygıyı erkeklerden daha çok yansıttıkları düşünülebilecek durumlardandır. Bireylerin, ölüme tanıklık etme veya maruz kalma gibi faktörlerle daha sağlıklı başa çıkabilme becerileri edinebilmeleri ve ifade edebilmeleri için ölüm kaygısı ile başa çıkma psiko-eğitim programlarının yararlı olabileceği düşünülmektedir. Ölüm kaygısı ve alt boyutları cinsiyetle beraber algıladıkları sosyal destek, bağlanma stilleri, ölüme yükledikleri anlam gibi değişkenlerle araştırılabilir. Araştırmaların da ortaya koyduğu gibi psikolojik danışman adaylarının yaşları tek başına bir değişken olarak değerlendirildiğinde farklı sonuçlar görülebilmektedir. Ölüm kaygısı ve alt boyutlarının yaş değişkeni dışında inanç, ölüme verilen anlam gibi birçok değişkenle birlikte incelenmesinin yararlı olabileceği düşünülmektedir. Yaşın, inancın ve ölüme verilen anlamın ölüm kaygısını yordayıp yordamadığına dair bir regresyon çalışması yapılabilir. Katılımcıların kayıp yaşamış olma ve olmamalarının ölüm kaygısını ve alt boyutlarını farklılaştırmamasında psikolojik danışma alanında okumalarının da katkısı olabilir. Öğrencilerin meslek eğitimi sürecindeki derslerin gereği olarak uygulamalı derslerde çeşitli vakalarla karşılaşmaları kayıp yaşama

süreçlerinde yaşadıkları duygularla nasıl başedebileceklerini öğrenmelerinden kaynaklanmış olabileceği söylenebilir. Bu yüzden daha büyük PDR gruplarıyla benzeri çalışmaların yapılması iyi olabilir. Psikolojik dayanıklılık düzeylerine göre ölüm kaygısını incelerken maruz kalma boyutunun faktörlerinden olan, ölen kişiyle aradaki bağ, ölen kişinin nasıl öldüğü ve kaç yaşında olduğu, ölüm sonrası geride kalan kişinin cenaze gibi ritüellere olan katılımı incelenebilir. Bunun yanı sıra ölüm kaygısı gibi çok boyutlu bir kavramı araştırırken, ölümün anlamının subjektif olduğu ve ölüm kaygısıyla ilgili subjektif dünyalarındaki duygu ve düşüncelere ulaşabilmede anket yetersiz kalabilmektedir. Bundan dolayı ölüm kaygısına ilişkin araştırmalarda görüşme ya da odak grup yapılarak veri toplamanın da yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Tüm araştırmalar gibi bu araştırmanın da sınırlılıkları bulunmaktadır. Bu çalışmada ulaşılan katılımcı sayısının kısıtlı olması bir sınırlama olarak görülebilir. Dolayısıyla daha büyük bir örnekleme bu çalışmanın yapılmasının daha faydalı olabileceği söylenebilir. İkinci olarak, bu çalışmanın değişkenleri daha kapsayıcı olabilir. Bunun nedeni ölüm kaygısı gibi bir faktörün üzerinde daha fazla demografik değişkenlerin açıklayıcı olması muhtemeldir. Bu açıdan bakıldığında ileride ölüm kaygısı ile yapılacak çalışmalara ölüm kaygısı ve alt boyutları olan maruz kalma, acı çekme ve ölümün belirsizliğini etkileyebilecek daha fazla değişkenin dahil edilmesi sağlanabilir. Üçüncüsü, veriler sadece tek bir şehirdeki bir vakıf üniversitesinden toplandığından dolayı, sonuçlar üniversite öğrencileri için bir genelleme yapılmasını güçleştirmektedir. Ölüm kaygısını açıklayan diğer değişkenler ile yapılacak güncel çalışmaların birden fazla şehirde ve farklı üniversitelerin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programlarında yapılması önerilebilir. Diğer sınırlılık olarak çalışmanın sadece nicel yöntemler kullanılarak çalışılması sayılabilir. Ölüm kaygısının daha karmaşık ve öznel yapısını dikkate alan nitel veya karma yöntemle sonraki çalışmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Abdel-Khalek, A. M., & Tomas-Sabado, J. (2005). Anxiety and death ain Egyptian and Spain nursing student. *Death Studies*, 29(2), 157-169.
- Acehan, G., & Eker, F. (2003). Acil tıp hizmeti veren sağlık personelinin ölüm kaygısı, ölüme ilişkin depresyon düzeyleri ve kullandıkları başa çıkma yolları. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi* 4(1), 27-35.
- Akça, F., & Köse, A. (2008). Ölüm Kaygısı Ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması, *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 11,7-16.
- Aksöz, İ. (2014). Kayıp ve yas. Erdur-Baker, Ö. ve Doğan, T. (Ed.). *Afetler, krizler, travmalar ve psikolojik yardım içinde* (s. 43-61). Ankara: Türk PDR-Der.
- Aksu, T., & Okçay, H. (2010). Yaşam dönemlerine göre ölüm algısı ve hemşirelik yaklaşımı. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 5(14), 113- 126.
- Alkan, A. T. (1999). Bir düğün gecesi denemesi. *Düşünen Siyaset*, 4, 25-32.
- Arslan, A . (2019). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ile ölüm kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi . *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi* , 6 (1) , 113-129
- Ayten, A. (2014). Üniversite öğrencilerinde ölüm kaygısı: Türk ve Ürdünlü öğrenciler üzerinde karşılaştırmalı bir araştırma. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 9(1), 85-108.
- Basım, H. N., & Çetin, F. (2011). Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(2), 104-114.
- Bonanno, G. A., Wortman, C. B., Lehman, D. R., Tweed, R. G., Haring, M., Sonnega, J., & Nesse, R. M. (2002). Resilience to loss and chronic grief: a prospective study from preloss to 18-months postloss. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(5), 1150.

- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events. *American Psychologist*, 59(1), 20.
- Bond, C. W. (1998). *Religiosity, age, gender, and death anxiety*. Unpublished Doctoral dissertation, Indiana State University. <http://dunamai.com/survey/fddyq/fddy.htm>.
- Chow, H. P. H. (2017). A time to be born and a time to die: Exploring the determinants of death anxiety among university students in a western Canadian city. *Death Studies*, 41(6), 345-352. doi:10.1080/07481187.2017.1279240.
- Çüçen, A. (2017). *Yaşam ve ölüm felsefesi*. Sentez Yayıncılık, Bursa.
- Eke, S. (2003). *Farklı mesleklerde çalışanların ölüm kaygılarının karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Erdoğan, M. Y., & Özkan, M. (2007). Farklı dini inanışlardaki bireylerin ölüm kaygıları ile ruhsal belirtiler ve sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 14 (3), 171-179.
- Ertufan, H. (2008). *Hekimlik uygulamalarında ölümle sık karşılaşmanın ölüm kaygısı üzerine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Fortner, B. V., & Neimeyer, R. A. (1999); Death anxiety in older adults: a quantitative review, *Death Studies*, 22(5), 387-411.
- Gedik, Z. (2007). *Ölüm kaygısı ve kendini gerçekleştirme*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Gürkan, U. (2006). Yılmazlık Ölçeği (YÖ): Ölçek geliştirme, Güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39(2), 47-62.

- Greeff, A.P., & Joubert, A.M. (2007) Spirituality and resilience in families in which a parent has died. *Psychological Reports, 100*(3 Pt 1), 897-900.
- Harrawood, L. K., Doughty, E. A., & Wilde, B. (2011). Death Education and Attitudes of Counselors-In-Training Toward Death: An Exploratory Study. *Counseling and Values, 56*(1-2), 83-95.
- Hökelekli, H. (2008). *Ölüm, Ölüm Ötesi Psikolojisi ve Din*. Dem Yayınları.
- Karaca, F. (2000). *Ölüm psikolojisi*. İstanbul: Beyan Yayınları.
- Kelly, M. D., & Corriveau, D. P. (1985). The Corriveau-Kelly Death Anxiety Scale. *Omega: Journal of Death and Dying, 31*(4), 311-315.
- Khoshi, A., Nia, H. S., & Tokmandi, H. (2017). Investigation into the factors affecting death anxiety in Iranian students. *Journal of Clinical and Diagnostic Research, 11*(12), 24- 27. doi:10.7860/JCDR/2017/27856.10996.
- Kıraç, F. (2007). *Dindarlık eğilimi, varoluşsal kaygı ve psikolojik sağlık*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi.
- Kübler, R.E. (1997). *Ölüm ve ölmek üzerine*. (B. Büyükal, Çev.). İstanbul: Boyner Holding Yayınları.
- Lehto, R., & Stein, K. (2009). Death Anxiety: an analysis of an evolving concept. *Research and Theory for Nursing Practice: An International Journal, 23*(1), 23-41
- Lothe, E.A., & Heggen, K. (2003) A study of resilience in young Ethiopian famine survivors. *J Transcult Nursing, 14*, 313-320.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development, 71*(3), 543-562.

- Mallory, J. L. (2003). The impact of a palliative care educational component on attitudes toward care of the dying in undergraduate nursing students. *Journal of Professional Nursing, 19*(5), 305-312.
- Morris, G. C. (2002). *Psikolojiyi anlamak (Psikolojiye Giriş)*. Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Örsal, Ö., Yenilmez, Ç., Çelik, N. & Işıklı, B. (2012). Huzurevinde ve evinde yaşayan yaşlılarda ölüm anksiyetesi ve sosyal destek arasındaki ilişki. *Turkish Journal of Geriatrics, 15*(3), 332-338.
- Öz, F., İnci, F., & Bahadır-Yılmaz, E. (2012). Hemşirelik öğrencilerinin ölüm kaygısı ile psikolojik sağlamlık düzeyleri ve aralarındaki ilişki. *Yeni Sempozyum, 50*(4), 229-236
- Özen, D. (2008). *Huzurevinde yaşayan yaşlılarda ölüm kaygısının günlük yaşam işlevlerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Haliç Üniversitesi.
- Öztürk, Z.K. (2010). *Yaşlı bireylerde ölüm kaygısı*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi, Adana.
- Popovic, N. (2002). Existential anxiety and existential joy. *Practical Philosophy, 5*(2), 32-40.
- Reyes, M. E. S., Amistoso, M. N. G., Babaran, C. A. C., Bulaong, G. B. M., Reyes, V. D. M., & Tubig, N. N. (2017). Death anxiety and self-esteem of Filipino youths and older adults. *North American Journal of Psychology, 19*(2), 435-450.
- Román, E. M., Sorribes, E., & Ezquerro, O. (2001). Nurses' attitudes to terminally ill patients. - *Journal of Advanced Nursing, 34*(3), 338-345.
- Russac, R. J., Gatliff, C., Reece, M., & Spottswood, D. (2007). Death anxiety across the adult years: an examination of age and gender effects. *Death Studies, 31*(6), 549-561. doi: 10.1080/07481180701356936.

- Sarıkaya, Y. (2013). *Ölüm Kaygısı Ölçeği geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması*. .
Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri
Enstitüsü, Eskişehir.
- Schumaker, J. F., Barraclough, R. A., & Vagg, L. M. (1988). Death anxiety in Malaysian and
Australian university students. *The Journal of social psychology*, 128(1), 41-47.
- Singh, A., Singh, D., & Nizamie., S.H. (2003). Death and dying. *Mental Health Reviews*. 5(2), 22-
47.
- Tanhan, F., & Arı, F . (2006). Üniversite öğrencilerinin ölüme verdikleri anlam ve öğrenim
gördükleri program açısından ölüm kaygısı düzeyleri. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim
Fakültesi Dergisi* , 3 (2), 34-43
- Tanhan, F. (2007). *Ölüm kaygısıyla baş etme eğitiminin ölüm kaygısı ve psikolojik iyi olma düzeyine
etkisi*. Yayınlanmamış Doktora tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü,
Ankara.
- Teddlie, C., & Yu, F. (2007). Mixed methods sampling: A typology with examples. *Journal of
mixed methods research*,1(1), 77-100.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal
destek arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 3 (29), 1-9.
- Terzi, Ş. (2016). Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği' nin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik
çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 4(2), 165-182.
- Thorson, J. A. & Powell, F. C. (1984). *Revision and factor analysis of a Death Anxiety Scale*.
[Washington, D.C.] : Distributed by ERIC Clearinghouse, <https://eric.ed.gov/?id=ED253803>
- Tomas-Sabado, J. & Gomez-Benito, J. (2005). Construction and validation of the Death Anxiety
Inventory (DAI). *European Journal of Psychological Assessment*, 21(2), 108-114.

Turgay, M. (2003). *Ölüm korkusu ve kişilik yapısı arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı, İstanbul.

Yalom, I. (2013). *Varoluşçu psikoterapi*. (Z. Babayiğit, Çev.) İstanbul: Kabalıcı Yayıncılık.

Yıldız, M. (1998). *Dini hayat ile ölüm kaygısı arasındaki ilişki üzerine bir araştırma*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, D.E.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Yukay Yüksel, M., Güneş, F., & Akdağ, C. (2017). Investigation of the death anxiety and meaning in life levels among middle-aged adults. *Spiritual Psychology and Counseling*, 2, 165–181. <http://dx.doi.org/10.12738/spc.2017.2.0024>