

# Anne Baba Kaybının Çocuklar Üzerindeki Etkileri

**Arş. Gör. Seda ATTEPE\***

## Öz

Ölüm, bireylerin yaşamlarında kaçınılmaz olarak yer alan bir olgudur. Her birey yaşamının bir evresinde mutlaka ölüm ile karşı karşıya kalmaktadır. Aile özelinde ise anne baba kaybı önemli bir yaşam olayı olarak yer almaktadır. Bu bağlamda, çocukların ölümü anlamlandırmaları ve kayıptan doğan yas duyguları ile baş etmeleri çocuklar için zorlu bir süreç oluşturmaktadır.

Bu çalışmada öncelikle gelişim dönemlerine göre çocukların, ölümü nasıl algıladığına yer verilecektir. Daha sonra, anne baba kaybının çocuklar üzerindeki etkileri anlatılacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Anne baba kaybı, yas, çocuk.

## Abstract

### The Effects of Parental Lost on Children

Death is an inevitable phenomenon in the lives of individuals. Every person exposures death in any stage of life. Especially in family, parental loss take place as an important life event. In this context, the meaning of parental lost and how to cope with grief experiences becomes a challenge for children.

In this study, firstly the children's perception of death according to different developmental stages will be presented. Then, by explaining the impact of parental lost on children, how to deal with children who lost his/her parents will be emphasized.

**Key Words:** Parental lost, grief, child.

(\*) Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü.

## Giriş

Anne baba kaybı, çocuklar için zorlu bir yaşamı beraberinde getiren bir yaşam olayıdır. Anne baba kaybı yaşayan çocuklar pek çok sorunla karşı karşıya kalmaktadır. Anne baba kaybı yaşayan çocuklar fiziksel, duygusal ve sosyal açıdan zarar görmektedir. Bu sorunlar, çocukların tüm yaşamlarını etkileyebilecek boyutlara ulaşabilmektedir.

Anne baba, çocuklar için güven ve destek sağlayan, bakan, büyüten kişilerdir. Bu kişilerin kaybı durumunda çocuğun hayatı birçok açıdan etkilenmektedir. Çocukların anne ya da baba kaybıyla yaşamlarında meydana gelen değişikliklere uyum sağlaması her zaman çok kolay olmamaktadır. Çocukların bireysel özellikleri, içinde yaşadıkları çevre ve bu çevreye ilişkin kültürel örüntüler, kaybın nasıl gerçekleştiği de bu noktada çocuğun uygun biçimde ele alınması açısından önemlidir.

Ölüm, çocuklar için anlaşılması zor bir kavramdır. Çocukların anne ya da babasının kaybı çocuğun yaşamına yeni zorluklar getirmektedir. Kaybı izleyen süreçte çocuklar bir yandan ölüm olayını anlamlandırmaya çalışırken, diğer yandan da anne ya da babanın kaybını kabullenmeye ve değişen yaşam durumlarına uyum sağlamaya çalışmaktadırlar.

Çocukların anne baba kaybı ile baş etmelerinde, çevrelerinde bulunan yetişkinlerin kayıp karşısında sergiledikleri tepkiler çocuğun yeni yaşam durumuna uyumu açısından önemlidir. Yetişkinlerin, çocukların ölümü büyüklerden farklı olarak algıladıklarını bilmeleri ve çocukların kendileri ile benzer şekilde yas tutamayacaklarının farkında olmaları gerekmektedir. Bu noktada yetişkinlerin bir yandan kendi yas süreçleri ile ilgilenirken diğer yandan da çocukların duygularının farkında olmaları ve bunu önemsemeleri beklenmektedir. Görüldüğü gibi anne baba kaybı sadece çocukları etki-

lemekle kalmamakta, aynı zamanda yetişkinlerin yaşamını da büyük ölçüde etkilemektedir.

Çocukların ölümü algılamaları yaşlarına ve gelişim dönemlerine göre farklılık göstermektedir. Bu farklılıklar çocukların anne baba kaybını anlamlandırmalarında ve anne baba kaybı ile başa çıkma süreçlerinde etkili olmaktadır. Çocukların bireysel ve gelişimsel özelliklerine göre kayba nasıl tepki vereceklerinin bilinmesi, yas sürecinde çocuklara nasıl davranılacağına ilişkin bilinmesi açısından önem taşımaktadır.

## Gelişim Dönemlerine Göre Çocukların Ölümü Algılayışı

Çocukların ölümü algılayışı, çocukluk çağı boyunca gelişen bilişsel olgunlukları ile paralel gelişmektedir. Çocukların kayba vereceği tepki, buldukları duygusal ve bilişsel gelişim dönemiyle bağlantılıdır (Dyregrov, 2008: 15). Anne babanın kaybına bebeklerin bile tepki gösterdiği bilinmektedir. Ancak bebeklerin algılama düzeyleri sınırlı olduğu için ölüm ve geçici ayrılıklar onlar için aynı anlama gelmektedir (Wolff, 1986). Bakım veren kişinin bebeğin yanından ayrılması, bebek için o kişinin gittiği anlamına gelmektedir. Bu nedenle bebekler için annenin kaybı ile annenin kısa süreli yanından ayrılması eşdeğer olmaktadır.

Doğumdan sonraki ilk yıllarda bebeğin temel ihtiyaçları -yeme, içme, fiziksel koruma, sevgi ve sıcaklık- anne ve baba tarafından karşılanmaktadır. Bu ihtiyaçlarının karşılanması halinde bebek, güven duygusu geliştirmekte ve kendisine bakım verenlere güvenmektedir. Bakım veren kişinin yokluğu durumunda bebeğin bu temel güven duygusu sarsılmakta ve çocuğun zihinsel ve fiziksel gelişimi sekteye uğramaktadır (Granot, 2005). Bu dönemde özellikle annenin kaybı, çocuğun tüm yaşantısını etkileyebilecektir, babanın kaybını ise bebek annesinin yaşantıları aracılığıyla yaşayacaktır.

Bebeğin dünyayla ilk ve en önemli ilişkisi anne baba aracılığı ile kurulmaktadır. Bu ilişki, bir kayıp ile kesildiğinde, bebeğin daha sonraki ilişkilerini de etkileyecektir (Granot, 2005). İlk 6–9 ay arasında bebek annesini tanır ve annenin kaybindan sonra yerine geçerek kendisine bakan kişiyi kabullenebilir. Ancak 9 aydan sonra bebek eğer ölen anneyle çok iyi bağlar oluşturmuşsa yerine geçecek kişiyi çok çabuk protesto edebilir veya kabullenmeyebilir (Yıldız, 2004: 133). Görülmektedir ki, bebeklerin yaşadıkları kayıp yaşamlarının ilk 9 ayından sonra, tüm yaşamlarını etkileyecek boyutlara ulaşabilmektedir.

Bowlby (2005), annesinden ayrıldığında küçük çocukların tepkilerini üç evrede gözlemlemiştir. Bu tepkiler altı ay ile üç yaş arasında gözlemlenebilir. İlk evre karşı çıkma dönemidir. Bu dönemde çocuk annesinden ayrıldığında acı ve öfke gösterir, haykırarak ağlayabilir ve annesinin dönmesini ister. Başkaları tarafından avutulamaz. Bu dönemde eğer anne geri dönerse çocuk önce öfkesini sürdürür ve belirli bir süre geçtikten sonra rahatlayabilir. İkinci evre umutsuzluk evresidir. Bu evrede çocuk annenin döneceğinden umudunu kesmiştir, bekleyişi sona ermiştir. Annenin yokluğunda başka insanlarla iletişim kurmaya başlamıştır. Annenin bu dönemde ortaya çıkması durumunda, onu eskisi gibi kabullenebilmesi için zamana ihtiyacı olur, önce öfke gösterip sonra aşırı sokulgan olabilir, anne nereye gitse ardından gitmek isteyebilir. Üçüncü ve son dönem kopma dönemidir. Çocuk annesini unutmuş görünür, başka şeylerle ilgilenmeye başlar. Annesi geri dönerse anneyi tanımaz. Bowlby bu döneme ulaştığında çocuğun savunmasız ve incinebilir bir duruma geldiğini söylemektedir.

Annenin uzun süreli yokluğu ya da ölümü sonucunda, bebekte ağlamalar, tedirginlik, uyku bozuklukları görülebilmektedir. Anne yoksunluğu denilen

bu durum çocuğun annenin yokluğuna karşı çocukların geliştirdiği tepkileri ve yas tutma sürecini ifade etmektedir. Anne yoksunluğunun en belirgin ortaya çıktığı yerler yatılı kurumlar olmaktadır. Yatılı kurumlarda kalan çocuklarda gelişim gerilikleri gözlenmektedir. Öztürk (2001)'e göre uzun süreli anne yoksunluğu (hospitalizm ya da yuva hastalığı olarak da adlandırılabilir), ilk yaşlarda ailelerinden ayrıлып çocuk yuvasına verilen ya da uzun süre hastanede kalan çocuklarda görülen bir sendromdur. Anne ya da anne yerine geçen bir yetişkin ile teke tek ilişkiden yoksun olan çocuklar, duygusal ve duyuşal beslenmeden de yoksun kalarak, gelişim gerilikleri göstermektedir. Özellikle hem anne hem baba kaybı yaşayan çocukların yuvaya bırakılması durumunda çocuklar bu sendromu gösterebilmektedir.

Beş yaş öncesi dönemde çocukların düşüncesi benmerkezcidir, bu nedenle olayların insanlar tarafından kontrol edildiğine inanma eğilimi göstermektedirler. Ölüm olayını da insanların kontrolünde olan bir olay gibi algılayarak ölümü uykuya, yolculuğa benzetebilirler ve ölen insanların geri dönebileceğine inanabilirler. Beş yaşından önce ölümün sürekli ve geri dönmez bir olgu olduğu çocuklar tarafından kavranamaz (Yörükoğlu, 1986; Worden, 2001). Bu yaştaki çocuklar ölümün bir son olduğunu anlamazlar. “Babamın mezardan gelmesine yardım edemez miyiz?” ya da “Benim kız kardeşim ne zaman geri gelecek?” tarzında sorular sorarlar. Vücudun ve vücut parçalarının nasıl çalıştığını anlamazlar, ölüm onlar için geri dönülebilir bir süreçtir, bir kişinin sonsuza dek gittiğini kavrayamazlar (Dyregrov, 2008: 15). Çocuklar beş yaşına kadar bir kişinin sonsuza dek yok olduğunu, geri gelmeyeceğini düşünemez. Onun başka bir yerde yaşamını devam ettirdiğine inanabilir.

Yapılan çalışmalar, normal zeka seviyesindeki çocukların beş yaş civarında ölümü geri dönüle-

mez, evrensel, bir nedeni olan ve kalıcı ayrılıklara yol açan bir olay olduğunu anladıklarını göstermektedir. Yine bu yaşlardaki çocuklar ölen bir kişinin artık hareket edemeyeceğini, hissedemeyeceğini, göremeyeceğini, koklayamayacağını, tat alamayacağını, konuşamayacağını ve tüm diğer vücut fonksiyonlarının son bulduğunu anlayabilmektedir (Rutter ve Taylor, 2002).

Okul dönemine gelindiğinde çocuklar zaman kavramını öğrenmiştir. Soyut düşünme yeteneği kazandıklarından ölüm kavramını algılayabilirler. Ölümün geri dönülmez bir şey olduğunu anlayabilir ancak kendinin ölebileceğini kavrayamazlar. Bu dönemde çocuklar yetişkinlere benzer şekillerde yas tutabilir, üzüntü yaşayabilir. Aileden birisinin kaybının, üzüntü veren zorlu bir süreç olduğunu bilir. Ağlama, uyku ve yemek alışkanlıklarında değişiklikler meydana gelebilir. İçer çekilme, saldırganlık, alt ıslatma gibi davranış problemleri görülebilir. Anne ya da babanın ya da çocuğun çevresindeki yetişkinlerin onun tepkilerinin geçici olduğunu bilmesi gerekmektedir (Dyregrov, 2008; Granot, 2005; Yıldız, 2003). Okul çağı çocukları, ölümün bir son olduğunu bilmekle birlikte, ölüm kavramını kişiselleştirmemiştir. Bir başka deyişle, ölümün ne olduğu bilirler fakat kendilerinin ölebileceğini kavrayamadıkları için hayaletlerin, yaratıkların, meleklerin ölümle ilişkili olduğunu düşünürler. Ölümün nasıl gerçekleştiği ile ilgilenmeye başlarlar. Somut göstergelere ihtiyaç duyarlar.

Okul çağında anne baba kaybı yaşayan çocuklarda görülen sorunlar; okul başarısında değişiklik, çok çabalmasına karşın düşük başarı, okula gitmeyi, uyumayı, akranlarıyla oynamayı şiddetle reddetme gibi sorunlar olabilmektedir. Ayrıca, aşırı hareketlilik, düzenli oyunlarda sürekli hareket etme, huzursuzluk, anksiyete ve fobiler ortaya çıkabilir.

Ergenlik döneminde ölüm kavramı soyut biçimde kavranır. Ergenler, tehlikeli durumlar sonucu ölebileceklerini bilirler. Ölüm kavramı daha somut bir hal alır, bir kaybın uzun dönemli etkilerini anlamaya başlarlar (Dyregrov, 2008). Ergenlik döneminde gençler, yaşamın anlamını sorgulamaya başladıklarından, anne baba kaybı ile karşılaştıklarında bu kaybın ne olduğu, nasıl gerçekleştiği ve bu kaybın hayatını nasıl şekillendireceği konusunda tam bir anlayışa sahip olmaktadır (Granot, 2005).

Ergenlik döneminde anne baba kaybı yaşayan gençler bir yandan ergenlik döneminin özellikleri ile baş etmeye çalışırken diğer yandan da kayıpla başa çıkmak zorunda kalmaktadır. Granot (2005)'a göre ergenler bir kayıpla karşılaştıklarında bunu önemsemiyormuş gibi görünebilirler, bunun nedeni ergenlerin güçlü görünmek istemeleridir. Böyle bir durumda ergenler genellikle iki paralel düzeyde yaşarlar: Görünen düzeyde normal hayatlarına devam ederler; gizli kalan düzeyde ise kayıpla ilgili yoğun duygular yaşarlar.

### **Anne Baba Kaybının Çocuklar Üzerindeki Etkileri**

Kayıp, bireylerin yaşamında önemli yer tutan bir yaşam olayı olarak değerlendirilmektedir. Olumsuz bir yaşam olayı olarak değerlendirilen kayıp, özellikle kaybedilen kişi anne ya da baba olduğunda çocukların ruh sağlığını etkilemektedir. Çocukluk çağındaki yakın kaybının depresyon ile ilişkili olabileceği saptanmıştır. Ebeveyn kaybı ruhsal bir travma olarak ele alınmaktadır. Ebeveyn kaybı yaşayan çocukların psikolojik, davranışsal ve duygusal açıdan savunmasız hale geldiği söylenmektedir (Uluğ, 2008).

Anne baba kaybının çocuklar üzerindeki etkileri büyük ölçüde çocuğun yaşı ile ilintilidir. Küçük bir çocukken anne baba kaybı yaşamak öncelikle bakım veren kişinin ve bağlanma figürünün kaybı

demektir. Ayrıca anne baba kaybı yaşayan çocukların gündelik yaşamları da değişmektedir, belki bir akraba yanına yerleşme ya da üvey anne baba, üvey kardeşler ile yaşamaya başlanmaktadır (Nolen-Hoeksema ve Larson, 1999).

Bir ebeveynin kaybı ile kalan ebeveynin de evin düzeni ile ilgili tüm sorumluluklar kendisine kalmış olduğundan bunlarla fazla meşgul olacağı için ya da belki de sadece kendi yası ile meşgul olacağı için aslında çocuk, her iki ebeveynini birden kaybetmiş sayılabilir (Uluğ, 2008). Ebeveynlerin bu dönemde çocuklarının ihtiyaçlarını karşılayabilmeleri için çocukların tepkilerini bilmeleri ve sorularına hazırlıklı olmaları gerekmektedir. Eğer ebeveynlerden biri kaybedilmişse çocuğa verilen bakım ve ilgi de genellikle daha az olmaktadır.

Çocukların ve yetişkinlerin yas duyguları birbirinden farklı olmaktadır. Granot (2005)'a göre eğer ebeveynlerden biri ölmüşse kalan ebeveyn çocuğun da kendisi ile benzer bir yas süreci yaşayamayacağını bilmelidir. Yetişkinler yası daha yoğun yaşarken, çocuklar daha kısa sürede ilk şoku atlatabilmektedir. Bu farklılıklardan dolayı yetişkin ile çocuk arasında "uyumsuzluk" doğabilmektedir. Yetişkinin çocuktan kendi tepkilerine benzer tepkiler vermesini beklememesi gerekmektedir. Çocuğun kayıpla baş ederken birincil örneği ve desteği de kalan ebeveynidir. Kalan ebeveyn, kendi duygularını tanıyıp ve acısını ifade ederse, çocuğa da duygularını ifade etmede örnek oluşturur.

Ölüm olayı çocuğa aktarılırken bunu çocuğun anne ya da babası ya da çocuğa duygusal olarak yakınlığı olan biri olmasına özen gösterilmelidir. Söylenen yer çocuk için önemli olmaktadır, bu nedenle sakın bir odanın bulunması, çocuğun oturtulması önerilmektedir. Çocuğa ölenin kim olduğu ve nasıl öldüğü doğrudan söylenmemelidir, bilinen gerçekleri içermelidir ve en önemlisi çocuğun verece-

ği tepkilere hazırlıklı olunmalıdır. Çocuk birden bire ağlamaya, bağırmağa başlayabilir ya da sadece oturarak anlam vermeye çalışabilir (Granot, 2005; Dyregov, 2008).

Çocukla konuşurken ölen kişi hakkında "uyuyor", "yolculuğa çıktı", "başka bir dünyaya gitti", "cennette", "bize yukarıdan bakıyor" gibi ifadeler kullanılmamalıdır, ruh gibi soyut kavramlara yer verilmemelidir. Bu, yolcululuğa çıkan ya da uyuyan herkesin öldüğü gibi bir his yaratabilir ya da karmaşıklık getirir. Ölüm çocuk için uzağa gitmek, hasta olmak, yaşlı olmakla karıştırılmamalıdır (Granot, 2005: 30).

Çocuğun cenazeye götürülmesinde bir sakınca bulunmadığı söylenmekle birlikte bu olaya çocuğun hazırlanması gerekmektedir (Granot, 2005). Güvendiği bir yetişkinin yanında olması ve duyguların ifade edilmesine izin verilmesi bu aşamada önemli olmaktadır.

Anne baba kaybının çocuklar için doğurduğu önemli sonuçlardan biri de, çocukların kurum bakımına alınmasıdır. Böyle bir durumda kurumda çalışan profesyonellerin de çocuğun ihtiyaçlarını karşılayabilmesi için çocukların bireysel ve gelişimsel özelliklerini dikkate alarak, çocuklarda yas tepkilerine duyarlı olması gerekmektedir. Çocukların kayıpla baş etmesinde iki önemli nokta bulunmaktadır. Birincisi, çocuğun duygularını dile getirmesine yardımcı olunmasıdır. İkincisi ise çocuğun bulunduğu gelişim dönemine uygun açıklamalar yapılmasıdır.

## **Sonuç**

Önemli bir yaşam olayı olan anne baba kaybı, bireylerin yaşamında her zaman karşılaşılabilecekleri bir durum olmakla birlikte, çocuklar için daha kritik bir hal almaktadır. Anne baba kaybı yaşamış ve yas sürecindeki çocukların doğru bir şekilde ele

alınması gerekmektedir. Bunun için yaşına ve gelişim dönemine uygun açıklamalar yapılması gerekli olmaktadır. Bu süreçte çocuğun kendini ifade etmesinin sağlanması, duygularının açığa çıkarılması, yaşına uygun açıklamalar yapılması şarttır.

Çocuğun çevresindeki yetişkinlerin yas belirtilerine duyarlı olması ve gerekli görüldüğü takdirde profesyonel meslek elemanlarından yardım alınması yararlı olacaktır.

## KAYNAKLAR

Bowlby, John. (2005). *A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory*, Routledge, USA.

Dyregrov, Atle. (2008). *Grief in Children A Handbook for Adults*, Jessica Kingley Publishers, USA.

Granot, Tamar. (2005). *Without You : Children And Young People Growing Up With Loss And Its Effects*, Jessica Kingley Publishers, USA.

Nolen-Hoeksema, S. ve Larson, J. (1999) *Coping with Loss*, Lawrence Erlbaum Associates, New Jersey.

Rutter, M. ve Taylor, E.A. (2002). *Child and Adolescent Psychiatry*, Blackwell Publishing, USA.

Öztürk, Mualla. (2001). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları içinde "Çocukluk Çağı Ruhsal Sorunları ve Bozuklukları"*, Yenilenmiş 8.Basım, Nobel Tıp Kitapevleri, Ankara.

Uluğ, Özlem Şeyda. (2008). *Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Düzeyine Ebeveyn Kaybının ve Anne Baba Ayrılığının Etkisi*. Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Bilim Uzmanlığı Tezi (Yüksek Lisans Tezi).

Wolff, Sula. (1986). *Problem Çocuklar ve Tedavi (Çocuk ve Stres)*, Say Kitap Pazarlama, İstanbul.

Worden, William J. (2001) *Children and Grief: When a Parent Dies*, Guilford Press, New York.

Yıldız, S. A. (2004). "Çocuk, Ölüm ve Kayıp", *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Sayı: 11, 125-144.

Yörükoğlu, Atalay. (1986). *Çocuk Ruh Sağlığı Çocuğun Kişilik Gelişimi, Yetiştirilmesi ve Ruhsal Sorunları*, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, Ankara.