

# Travma Sonrası Bilişsel Yükleme ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

## Investigation of the Relationship Between Post-Traumatic Cognitive Attribution and Post-Traumatic Stress Disorder

Azmi Çağlar

### Yazar Bilgileri

**Azmi Çağlar** 

Dr. Öğr. Üyesi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, [azmi.caglar@ibu.edu.tr](mailto:azmi.caglar@ibu.edu.tr)

### ÖZ

Travma sonrası stres bozukluğu savaş, cinsel saldırı veya istismar gibi aşırı stresli bir olaya veya olaylar dizisine maruz kalmaktan kaynaklanır. Bu durum normal insanlar tarafından anormal bir duruma verilen normal bir tepkidir. Bu çalışmada travma sonrası bilişsel yükleme ve travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkileri incelemek adına araştırmanın birinci amacı olarak travma sonrası bilişsel yükleme ile travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkilerin incelenmesi olarak belirlenmiştir. Araştırmanın ikinci amacı ise travma sonrası bilişsel yüklemenin travma sonrası stres bozukluğunu yordama düzeyini incelemektedir. Bu çalışma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeline göre tasarlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubu 198'i kadın, 162'si erkek olmak üzere toplamda 360 katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırmada kişisel bilgi formu, travma sonrası bilişsel yükleme ölçeği ve travma sonrası stres bozukluğu kısa ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre travma sonrası bilişsel yükleme ile travma sonrası stres bozukluğu arasındaki pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Ayrıca travma sonrası bilişsel yükleme travma sonrası stres bozukluğunu anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar neticesinde travma sonrası bilişsel yükleme ve travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişki, travma sonrası stres bozukluğu semptomlarının gelişimini ve sürdürülmesini anlamak için önemli etkileri olabileceği düşünülmektedir.

### Makale Bilgileri

#### Anahtar Kelimeler

Travma  
Travma psikolojisi  
Travma sonrası bilişsel yükleme  
Travma sonrası stres bozukluğu

#### Keywords

Trauma  
Trauma psychology  
Post-traumatic cognitive attribution  
Post-traumatic stress disorder

#### Makale Geçmişi

Geliş: 18.09.2024

Kabul: 02.01.2025

### ABSTRACT

Post-traumatic stress disorder is caused by exposure to an extremely stressful event or series of events, such as war, sexual assault or abuse. This is a normal reaction by normal people to an abnormal situation. In this study, in order to examine the relationships between post-traumatic cognitive attribution and post-traumatic stress disorder, the first aim was to examine the relationships between post-traumatic cognitive attribution and post-traumatic stress disorder. The second aim of the study is to examine the level of post-traumatic cognitive attribution predicting post-traumatic stress disorder. This study was designed based on the relational survey model, one of the survey models. The study group of the research consisted of 360 participants in total, 198 of whom were female and 162 of whom were male. Personal information form, post-traumatic cognitive attribution scale and post-traumatic stress disorder short scale were used in the study. According to the results of the study, significant positive correlations were found between post-traumatic cognitive attribution and post-traumatic stress disorder. In addition, it was concluded that post-traumatic cognitive attribution significantly predicted post-traumatic stress disorder. As a result of the results obtained from the research, it is thought that the relationship between post-traumatic cognitive attribution and post-traumatic stress disorder may have important implications for understanding the development and maintenance of post-traumatic stress disorder symptoms.

### Makale Türü

Araştırma

### Önerilen Atıf

Çağlar, A. (2025). Travma sonrası bilişsel yükleme ve travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *TEBD*, 23(1), 1-14. <https://doi.org/10.37217/tebd.1551965>

## Giriş

İnsanlık tarihi boyunca savaşlar, doğal afetler ve ciddi kazalar gibi travmatik olaylar, bireylerin hem fiziksel hem de psikolojik sağlığını derinden etkilemiştir. Bu tür olaylar, bireylerde uzun süreli stres tepkileri oluşturmakla birlikte zamanla travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) olarak kendini gösterebilmektedir.

TSSB savaş, cinsel saldırı veya istismar gibi aşırı stresli bir olaya veya olaylar dizisine maruz kalmaktan kaynaklanır. Bu durum normal insanlar tarafından anormal bir duruma verilen normal bir tepkidir. TSSB insan eliyle (kasıtlı, kötü niyetli), istem dışı (kazalar) ve doğal afetler olmak üzere üç kategoride gruplandırılan çok çeşitli olaylar nedeniyle gelişmektedir. Travma kelime anlamını eski Yunan kaynaklarından alır ve yara anlamı taşımaktadır. TSSB derin duygusal yaraları ifade eder (Schiraldi, 2009). Amerikan Psikiyatri Birliği (2014) travma sonrası stres bozukluğunu bireylerin doğrudan kendisinin maruz kaldığı, diğerlerinin yaşamış olduğu olaylara doğrudan maruz kalma, birincil yakınları ve yakın arkadaşlarının örseleyici yaşantılara maruz kaldığını öğrenme ya da travmatik olayların detaylarına ilişkin tekrarlı bir biçimde karşılaşmayı içinde barındıran gerçek ya da dehşete düşüren bir şekilde ölüm, ağır yaralanma ya da cinsel saldırıya maruz kalma olarak tanımlamaktadır. Travmatik bir olay devam eden ve yaşamı sürekli etkileyebilen bir durumdur. Travmatik bir deneyim sonucunda birey önemli ölçüde değişebilir, yaşama tamamen farklı bir şekilde yeniden uyum sağlayabilir ya da ciddi uyumsuzluk sorunları yaşayabilir. Bireyler yaşamı tehdit eden bir tehlike ile karşılaştıklarında yaşanan travmatik olaya ilişkin hayatta kalma stratejileri geliştirebilir. Bu stratejiler travmaya maruz kalan kişinin olaydan kurtulmasını sağlamada oldukça işlevsel stratejiler olabilir ancak travmaya maruz kalma sona erdiğinde kişinin hayatta kalmaya dönük uyumsal stratejileri işlevsiz hale dönüşebilir. İnsan eliyle ya da doğal afetler nedenli felaketlerden kaynaklanan travmatik yaşantıdan kurtulanlar, travmatik yaşantının kendisinden kurtulsalar bile çeşitli semptomların devam ettiğini deneyimleyebilirler. Devam eden korku duyguları, uyku zorlukları, başkalarından kaçınma ve acı veren anılar, onların hayata yeniden katılma, yaşama sevinci ve yaşama yeteneklerini engelleyebilir (Roberts, 2014). Bu durum travma ve travma sonrası bireylerdeki değişime ilişkin yapıların ele alınması gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır.

Travma çalışmalarında travmatik yaşantıların toplum genelinde yaygınlık göstermesi nedeniyle, alanyazında farklı yaş, grup (Şengün ve Öğretir-Özçelik, 2018), sosyokültürel bağlamlar, bireysel değişkenler ve bireylerde TSSB gelişip gelişmemesine ilişkin birçok kapsamlı araştırma gerçekleştirilmiştir. Genel kanı olarak travmanın şiddeti ve süresinin TSSB gelişiminde önemli bir faktör olduğu rapor edilmesine karşın aynı travmatik yaşantıya sahip bireylerin kimisinde TSSB gelişip kimisinde gelişmemesine yönelik çeşitli risk faktörleri üzerinde durulduğu görülmektedir. Bunlar arasında olumsuz travma sonrası bilişler (Foa vd., 1989), başa çıkma tarzları (Clohessy ve

Ehlers, 1999) ve psikolojik özellikler (Engelhard ve Van Den Hout, 2007) gibi faktörler yer almaktadır. Bu faktörlerden bir diğeri ise yüklenme tarzları (Ehring vd., 2008) olarak alanyazında ifade edilmektedir. Yüklenme tarzları bireylerin karşılaştığı zor durumları açıklama eğilimleri ile birlikte kendisini ve çevresini kontrol etme çabasını nedensel yüklemeler çerçevesinde yapılandırmaya çalıştığına ilişkin görüşü ifade etmektedir (Joseph vd., 1993).

Travmatik olabilecek bir olayın ardından bireylerin suçu kendilerine veya başkalarına yüklenme eğiliminde olabilecekleri düşünülmektedir. Buradan hareketle travmatik bir olaya ilişkin nedensel yüklemeler ve kişinin yatkın yüklenme tarzı, travma sonrası TSSB semptomlarının gelişimiyle ilişkilendirilmektedir. Yüklenme kuramcılarına göre, insanlar başlarına gelen beklenmedik, istenmeyen veya başka türlü olağandışı olayları açıklama ihtiyacı duyarlar ve bu tür olaylar için sundukları açıklamalar travma sonrası semptomların şiddetini etkileyebileceği düşünülmektedir (Joseph vd., 1993). Alanyazın incelendiğinde TSSB semptomlarının gelişimi ve sürdürülmesinde yüklenme tarzlarının önemine işaret eden araştırmalar yapıldığı da görülmektedir. Nitekim Nickerson vd. (2013), motorlu taşıt kazalarına takiben ortaya çıkan travma sonrası stres bozukluğunda travmaya ilişkin yüklemelerin rolüne yönelik yaptıkları araştırmalarında, travma sonrası TSSB gelişme riski yüksek olan ve erken müdahale için anlamlı hedefler teşkil edebilecek olan travmatik yaşantıya sahip bireylerin belirlenmesinde, travma sonrası yüklemelerin yararlı belirteçler olabileceğini ifade etmişlerdir. Yine Reiland vd. (2014) yüklenme tarzı, travmaya yönelik yüklemeler ve TSSB semptomları arasındaki ilişkilere yönelik yapmış oldukları araştırmalarında yüklenme tarzlarının TSSB semptomlarının önemli belirleyicileri olduğunu rapor etmişlerdir. Diğer taraftan travmaya ilişkin yüklenme tarzlarının TSSB semptomları açısından önemi doğrultusundan hareketle travma sonrası bilişsel yüklenme yapılarını ölçmek adına Çağlar ve Deniz (2024) travma sonrası bilişsel yüklenme ölçeği geliştirme çalışması yapmışlardır. Buna göre travma sonrası bilişsel yüklenme, travmatik bir yaşam olayı sonrasında ortaya çıkabilecek uyum sağlayıcı olmayan bilişsel yüklemeleri ifade etmektedir ve algılanan kontrol kaybı, bozulmuş süreklilik algısı ve kendini suçlama boyutlarından oluşmaktadır.

Travmatik yaşantılar bireylerin olaylara dair algılarını, tepkilerini ve geleceğe yönelik beklentilerini derinden etkileyen karmaşık psikolojik süreçleri tetiklemektedir. Bu süreçlerden biri olan travma sonrası bilişsel yüklenme kuramsal temelini yüklenme kuramı, algılanan kontrol kuramı ve öğrenilmiş çaresizlik kuramından alır ve bireylerin travmatik olayları anlamlandırma ve bu olayların nedenlerini açıklama çabalarını ifade eder. Algılanan kontrol kuramları, bireylerin yaşanan olaylar üzerinde bir kontrol duygusu hissetmelerinin psikolojik iyi oluşları üzerinde kritik bir rol oynadığını öne sürmektedir (Skinner, 1996). Benzer şekilde, öğrenilmiş çaresizlik kuramı, travma sonrası tekrar eden başarısızlık deneyimlerinin bireylerde kontrol algısını zayıflatarak çaresizlik hissine yol açabileceğini vurgulamaktadır (Seligman, 1975). Bu bağlamda, yüklenme kuramı ise bireylerin

travmatik olaylara ilişkin içsel veya dışsal nedenlere atıfta bulunmalarının, olayın psikolojik etkileri ve bireyin uyum süreçleri üzerinde belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır (Weiner, 1985). Bu kuramsal çerçeveler, travma sonrası bilişsel yüklenme süreçlerini anlamada kapsamlı bir perspektif sunarak, travmatik deneyimlerin birey üzerindeki uzun vadeli etkilerinin daha derinlemesine incelenmesine olanak tanımaktadır. Buradan hareketle travma sonrası stres bozukluğu ile ilgili travma sonrası ortaya çıkabilecek bilişsel yüklemelere yönelik yapılacak çalışmaların önemli olduğu düşünülmektedir. Bu araştırmayı diğer TSSB araştırmalarından ayıran faktör ise travma sonrası bilişsel yüklenme ile TSSB arasındaki ilişkilerin ilk defa incelenecek olmasıdır. Sonuç olarak araştırmanın birinci amacı travma sonrası bilişsel yüklenme ile travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkilerin incelenmesi olarak belirlenmiştir. Araştırmanın ikinci amacı ise travma sonrası bilişsel yüklemenin travma sonrası stres bozukluğunu yordama düzeyini incelemektir.

## Yöntem

### Araştırmanın Modeli

Bu çalışma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeline göre tasarlanmıştır. Çalışmada travma sonrası bilişsel yüklenme ile travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkilerin incelenmesi ve travma sonrası bilişsel yüklemenin travma sonrası stres bozukluğunu ne düzeyde yordadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Bu kapsamda araştırmanın bağımsız değişkeni travma sonrası bilişsel yüklenme ve bağımlı değişkeni ise travma sonrası stres bozukluğudur.

### Çalışma Grubu

Çalışma grubu amaçsal örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemine göre seçilmiştir. Çalışma için belirlenen dahil edilme ve dışlama kriterlerini karşılayan katılımcılar çalışma grubunu oluşturmuştur. Araştırma 198'i (%55) kadın, 162'si (%45) erkek olmak üzere toplamda 360 katılımcı ile yürütülmüştür. Katılımcıların yaşları 20-35 arasında (ort=22,27; ss=2,21) değişmektedir.

### Veri Toplama Araçları

#### *Kişisel Bilgi Formu*

Bu araştırmada veriler, katılımcıların demografik bilgilerine yönelik araştırmacı tarafından hazırlanan cinsiyet, yaş, psikiyatrik tanı ve travmatik yaşantıya sahip olma durumuna ilişkin sorulardan oluşmaktadır.

#### *Travma Sonrası Bilişsel Yüklenme Ölçeği*

Çağlar ve Deniz (2024) tarafından geliştirilen Travma Sonrası Bilişsel Yüklenme Ölçeği travmatik bir yaşantı sonrasında bireylerin uyum sağlayıcı olmayan bilişsel yüklemelerini ölçmek adına geliştirilmiştir. 16 madde ve 3 boyuttan oluşan ölçek 7'li Likert tipinde bir ölçme aracıdır. Ölçekten alınabilecek en düşük ve en yüksek puanlar 16-112 arasında puanlanmaktadır. Ölçekten

alınacak yüksek puanlar uyum sağlayıcı olmayan bilişsel yüklemeleri ifade etmektedir. Ölçeğin yapı geçerliğine ilişkin yapılan faktör analizinde üç boyutlu yapı elde edilmiş ve toplam varyansın %54,95'ini açıklamıştır. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .87 olarak rapor edilmiştir.

### *Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kısa Ölçeği*

LeBeau vd. (2014) tarafından geliştirilen dokuz maddelik orijinal ölçek TSSB semptomlarını değerlendirmek için geliştirilmiştir. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Evren vd. (2016) tarafından yapılan ölçekten alınabilecek olan puanlar 0 ile 36 arasında değişmektedir. 5'li Likert tipinde olan ölçekten alınan yüksek puanlar daha şiddetli TSSB semptomlarını yansıtmaktadır. Ölçme aracı 24 puan kesme puanı olarak belirlenmiş ve 24'ün üzerindeki puanların TSSB'yi tanımladığı ifade edilmektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .87 olarak hesaplanmıştır.

### **Uygulama**

Araştırmanın yürütülmesi adına Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kuruluna etik kurul başvurusu yapılmıştır. Başvuru kapsamında Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulundan 09.07.2024 tarihli (No: 2024.07) etik kurul izni alınmıştır. Etik kurul izninin ardından gönüllülük onam formu ve ölçek bataryası katılımcılar ile paylaşılmış, elde edilen verilerin analizi yapılmıştır.

### **Verilerin Çözümlemesi**

Araştırmadan elde edilen verilerin normallik varsayımları için çarpıklık-basıklık katsayılarına göre değerlendirme yapılmıştır. Travma sonrası bilişsel yüklenme ve travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ile incelenmiş ve bağımsız değişken olan travma sonrası bilişsel yüklemenin bağımlı değişken olan travma sonrası stres bozukluğunu ne derece açıkladığına yönelik Basit Regresyon Analizine başvurulmuştur. Ayrıca ilgili değişkenlere ilişkin betimsel istatistiklere de yer verilmiştir.

### **Bulgular**

Araştırmanın bu bölümünde betimsel istatistikler, değişkenler arasındaki korelasyon değerleri ve regresyon analizi sonuçları verilmiştir.

### **Betimsel İstatistikler ve Korelasyon Analizleri**

Tablo 1'de travma sonrası bilişsel yüklenme ve travma sonrası stres bozukluğuna ilişkin puan ortalamaları, korelasyon katsayısı ve çarpıklık-basıklık katsayıları verilmiştir.

**Tablo 1.** Betimsel İstatistikler ve Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar (N=360)

<i>Değişkenler</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>Çarpıklık</i>	<i>Basıklık</i>
1. Travma Sonrası Bilişsel Yüklenme	-		47,00	19,97	.536	-.237
2. Travma Sonrası Stres Bozukluğu	.53**	-	15,03	7,47	-.148	-.778

\*\*p<.01

Tablo 1 incelendiğinde travma sonrası bilişsel yüklenme ve travma sonrası stres bozukluğu çarpıklık-basıklık katsayıları George ve Mallery (2019) tarafından ifade edilen  $\pm 2$  değerinin arasında olması gerekliliğini karşıladığı görülmektedir. Diğer taraftan travma sonrası bilişsel yüklemeye ilişkin puan ortalamasının 47,00 ( $S_s=19,97$ ) ve travma sonrası stres bozukluğu puan ortalamasının ise 15,03 ( $S_s=7,47$ ) olarak bulunmuştur. Buna ek olarak travma sonrası bilişsel yüklenme ile travma sonrası stres bozukluğu arasında ( $r=.53$ ) pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur.

### **Travma Sonrası Stres Bozukluğunun Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizine Yönelik Bulgular**

Araştırmada travma sonrası bilişsel yüklemenin travma sonrası stres bozukluğunu yordayıp yordamadığını saptamak ve travma sonrası stres bozukluğunu ne düzeyde yordadığını ortaya koymak adına basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

Travma sonrası bilişsel yüklemenin travma sonrası stres bozukluğunu yordamasına ilişkin oluşturulan modelde travma sonrası bilişsel yüklemenin travma sonrası stres bozukluğunu anlamlı düzeyde yordadığı ve varyansın %28'ini açıkladığı saptanmıştır ( $R=.53$ ,  $R^2=.28$ ,  $F=144,67$ ,  $p<.05$ ). Analiz sonuçları Tablo 2'de verilmiştir.

**Tablo 2.** Travma Sonrası Bilişsel Yüklemenin Travma Sonrası Stres Bozukluğunu Yordama Düzeyi

	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>F</i>	<i>B</i>	<i>Standart Hata</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Travma sonrası bilişsel yüklenme	.53	.28	144,67	.20	.017	.53	12,02	<.05

### **Tartışma, Sonuç ve Öneriler**

Bu araştırmada travma sonrası bilişsel yüklenme ve travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre travma sonrası bilişsel yüklenme ile travma sonrası stres bozukluğu arasındaki pozitif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Ayrıca travma sonrası bilişsel yüklenme travma sonrası stres bozukluğunu anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Travma sonrası stres bozukluğu, travmatik olayların yaşanması veya tanık olunmasıyla tetiklenen ciddi bir ruh sağlığı durumudur. TSSB araştırmalarının önemli bir yönü, bireylerin travmatik olayların nedenlerini nasıl yorumladıklarına ilişkin yaptıkları yüklemeler kapsamında TSSB semptomlarının gelişimi ve sürdürülmesindeki rolünü anlamaktır. Bu önemli yönü açıklayan faktörlerden biri olarak düşünülen travma sonrası bilişsel yüklenme kavramı, travmatik bir yaşantı sonucunda uyum sağlayıcı olmayan bilişsel yüklemeleri ve bireylerin yaşadıkları travmatik olayları anlamlandırma ile birlikte bu olaylarla başa çıkma mekanizmalarını ifade etmektedir. Bu durum, bireylerin travma sonrası uyumsuz bilişsel değerlendirmeler yapması ile birlikte TSSB semptomlarını şiddetlendirebilecek olumsuz düşünce kalıplarının ortaya çıkmasına neden olabilir (Ehlers ve Clark, 2000). Örneğin, travma sonrası olayların birey tarafından kötümser bir şekilde yeniden çerçevelenmesi hem semptom yoğunluğunu hem de iyileşme sürecini etkileyebilir (Foa vd., 1995). Nitekim Joseph vd. (1993), TSSB semptomlarının oluşmasını ve devam etmesini travmaya ilişkin yapılan yüklemelerin

önemli ölçüde etkide bulunduğunu ifade etmişlerdir. Diğer taraftan Massad ve Hulsey (2006) olumsuz ve kontrol edilemeyen olaylara yönelik yüklemeler, daha yüksek düzeyde travma sonrası stresle bağlantılı olduğunu rapor etmişlerdir. Bu kapsamda çalışmanın bulguları da önceki araştırmaları destekler niteliktedir.

Araştırma sonuçlarına bakıldığında travma sonrası bilişsel yüklenme ile travma sonrası stres bozukluğu arasında pozitif yönde ilişkiler olduğu ve travma sonrası bilişsel yüklenme travma sonrası stres bozukluğunun yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Alanyazında travma sonrası bilişsel yüklemeye ilişkin kavramlar ile TSSB arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar, bilişsel yüklemenin hem semptom gelişiminde hem de semptomların sürekliliğinde belirleyici bir rol oynadığını öne sürmektedir. Örneğin, Gómez de La Cuesta vd. (2019) travmatik bir yaşantı sonucunda kendini suçlama ve süreklilik algısına ilişkin uyumsuz değerlendirmeler yapan bireylerin TSSB semptomları açısından daha savunmasız olduğunu ifade etmektedirler. Yine Meiser-Stedman vd. (2009) uyumsuz travma sonrası değerlendirmelerin ilk ve sonraki travma sonrası stres düzeyleri arasındaki ilişkiye aracılık edip etmediğini değerlendirdikleri araştırmalarında, uyumsuz değerlendirmelerin TSSB'nin zaman içinde gelişmesi ve sürdürülmesinde rol oynayabileceğini rapor etmişlerdir. Buna ek olarak Dunmore vd. (2001) fiziksel veya cinsel saldırı sonrası kalıcı travma sonrası stres bozukluğunda bilişsel faktörlerin rolü üzerine yapmış oldukları araştırmalarında bilişsel faktörlerin, fiziksel veya cinsel saldırıya uğrayan bireylerde TSSB şiddetini önemli ölçüde öngören faktörler arasında yer aldığı ifade edilmiştir. Hassija ve Gray (2012) uyumsuz yüklenme biçimlerinin TSSB semptomları ile ilişkili bir kavram olduğuna işaret ederek travmaya yönelik geliştirilecek müdahale çalışmalarında bilişsel yüklemelerin önemine işaret etmişlerdir. Nitekim araştırma sonuçları ve alanyazındaki çalışmalar travmaya ilişkin geliştirilen bilişsel modellerle de uyumlu olduğu görülmektedir.

Travmaya ilişkin bilişsel modeller incelendiğinde, travmaya ilişkin geliştirilen olumsuz bilişsel değerlendirmelerin TSSB'nin gelişimi ve sürdürülmesinde önemli bir faktör olduğu ifade edilmektedir (Ehlers ve Clark, 2000; Halligan vd., 2003). Diğer taraftan Michael vd. (2005), travma sonrası bilişsel bozuklukların bireyin algısal farkındalığını ve uyumlu düşünme becerilerini zayıflatarak TSSB semptomlarını arttırdığını belirtmiştir. Bu çalışmalar, bizim bulgularımızla uyumlu olarak travma sonrası bilişsel yüklenme ile TSSB arasındaki ilişkinin güçlü bir temeli olduğunu vurgulamaktadır. Ayrıca, travma sonrası bilişsel yüklemenin, travma sonrası bırakılan algısal izlenimlerle ilgili olabileceği düşünülmektedir. Bu izlenimlerin negatif şekilde işlenmesi, olumsuz inançların pek çok boyutunu etkileyebilir. Bu yönden bakıldığında, bulgular, Ehlers ve Clark'ın (2000) travmaya yönelik olumsuz bilişsel yüklemeler, tehdit algısını artırarak TSSB semptomlarını pekiştireceğini ifade eden travmaya ilişkin bilişsel modeline katkıda bulunmaktadır.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar neticesinde travma sonrası bilişsel yüklenme ve travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişki, TSSB semptomlarının gelişimini ve sürdürülmesini anlamak için önemli etkileri olabileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla travma sonrası bilişsel yüklenme, bireylerin travmatik olayları yorumlama ve travmaya verdikleri psikolojik tepkileri anlama açısından önem arz edebilir. Bu çalışma, travma sonrası bilişsel yüklenme ve TSSB arasındaki ilişkiyi gösteren önemli kanıtlar sağlamasına rağmen, çalışmanın sınırları da göz önünde bulundurulmalıdır. Örneğin, çalışmanın kesitsel yapısı, nedensellik yönünün tam olarak belirlenmesini engelleyebilir. Ancak, alanyazına dayanan daha uzun vadeli çalışmalar, bu yönde çok daha net bulgular elde edebilir.

Araştırmanın bulguları kapsamında araştırmacılara ve ruh sağlığı çalışanlarına yönelik aşağıdaki öneriler sunulmuştur:

1. Travma sonrası bilişsel yüklenme ile travma sonrası stres bozukluğuna ilişkin farklı araştırmaların arttırılması fayda sağlayabilir.
2. Travmaya ilişkin geliştirilecek müdahale programlarında travma sonrası bilişsel yüklemeye yönelik yapılacak çalışmaların travma semptomlarını azaltmada önemli bir etken olabileceği söylenebilir.
3. Bireylerin travmatik olaylara ilişkin yüklemelerinin müdahale süreçlerine dahil edilmesi fayda sağlayabilir.
4. Algılanan kontrolü artırmayı hedefleyen müdahaleler, bireylerin travmatik olaylar üzerindeki güçsüzlük algısını azaltarak hem PTSD semptomlarını hafifletmek hem de bireyin psikolojik dayanıklılığını arttırmak için kullanılabilir.
5. Öğrenilmiş çaresizlik ile ilgili müdahale çalışmaları, özellikle travmatik olayları kontrol edememe hissiyle başa çıkmaya odaklanan bilişsel-davranışçı terapi yaklaşımlarını optimize edebilir.
6. Yüklenme kuramından hareketle, bireylerin olumsuz olaylara atfettikleri nedenlerin yeniden çerçevelenmesi, müdahale planlarına entegre edilebilir.

### Kaynaklar

Amerikan Psikiyatri Birliği. (2014). *Ruhsal bozuklukların tanısal ve sayımsal elkitabı*, E. Köroğlu (Çev. Ed.). Hekimler Yayın Birliği.

Çağlar, A. & Deniz, M. E. (2024). The improvement of post-traumatic cognitive attribution scale: Its relationship with loneliness and depression. *Current Psychology*, 43(6), 5451-5461. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04748-1>



- Clohessy, S. & Ehlers, A. (1999). PTSD symptoms, response to intrusive memories and coping in ambulance service workers. *British Journal of Clinical Psychology*, 38(3), 251-265. <https://doi.org/10.1348/014466599162836>
- Dunmore, E., Clark, D. M., & Ehlers, A. (2001). A prospective investigation of the role of cognitive factors in persistent posttraumatic stress disorder (PTSD) after physical or sexual assault. *Behaviour Research and Therapy*, 39(9), 1063-1084. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(00\)00088-7](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(00)00088-7)
- Ehlers, A. & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 38(4), 319-345. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(99\)00123-0](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(99)00123-0)
- Ehring, T., Ehlers, A., & Glucksman, E. (2008). Do cognitive models help in predicting the severity of posttraumatic stress disorder, phobia, and depression after motor vehicle accidents? A prospective longitudinal study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(2), 219-230. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.76.2.219>
- Engelhard, I. M. & Van Den Hout, M. A. (2007). Preexisting neuroticism, subjective stressor severity, and posttraumatic stress in soldiers deployed to Iraq. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 52(8), 505-509. <https://doi.org/10.1177/070674370705200808>
- Evren, C., Dalbudak, E., Aydemir, O., Koroglu, E., Evren, B., Ozen, S., & Coskun, K. S. (2016). Psychometric properties of the Turkish PTSD-Short Scale in a sample of undergraduate students. *Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 26(3), 294-302. <https://doi.org/10.5455/bcp.20151205113132>
- Foa, E. B., Riggs, D. S., & Gershuny, B. S. (1995). Arousal, numbing, and intrusion: symptom structure of PTSD following assault. *The American Journal of Psychiatry*, 152(1), 116-120. <https://doi.org/10.1176/ajp.152.1.116>
- Foa, E. B., Steketee, G., & Rothbaum, B. O. (1989). Behavioral/cognitive conceptualizations of post-traumatic stress disorder. *Behavior Therapy*, 20(2), 155-176. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(89\)80067-X](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(89)80067-X)
- George, D. & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS statistics 26 step by step: A simple guide and reference*. Routledge.
- Gómez de La Cuesta, G., Schweizer, S., Diehle, J., Young, J., & Meiser-Stedman, R. (2019). The relationship between maladaptive appraisals and posttraumatic stress disorder: A meta-analysis. *European Journal of Psychotraumatology*, 10(1), 1620084. <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1620084>

- Halligan, S. L., Michael, T., Clark, D. M., & Ehlers, A. (2003). Posttraumatic stress disorder following assault: the role of cognitive processing, trauma memory, and appraisals. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 71*(3), 419-431. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.71.3.419>
- Hassija, C. M. & Gray, M. J. (2012). Negative social reactions to assault disclosure as a mediator between self-blame and posttraumatic stress symptoms among survivors of interpersonal assault. *Journal of Interpersonal Violence, 27*(17), 3425-3441. <https://doi.org/10.1177/0886260512445379>
- Joseph, S. A., Brewng, C. R., Yule, W., & Williams, R. (1993). Causal attributions and post-traumatic stress in adolescents. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 34*(2), 247-253. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1993.tb00982.x>
- Joseph, S., Yule, W., & Williams, R. (1993). Post-traumatic stress: Attributional aspects. *Journal of Traumatic Stress, 6*, 501-513. <https://doi.org/10.1007/BF00974319>
- LeBeau, R., Mischel, E., Resnick, H., Kilpatrick, D., Friedman, M., & Craske, M. (2014). Dimensional assessment of posttraumatic stress disorder in DSM-5. *Psychiatry Research, 218*(1-2), 143-147. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2014.03.032>
- Massad, P. M. & Hulsey, T. L. (2006). Causal attributions in posttraumatic stress disorder: Implications for clinical research and practice. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 43*(2), 201-215. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.43.2.201>
- Meiser-Stedman, R., Dalgleish, T., Glucksman, E., Yule, W., & Smith, P. (2009). Maladaptive cognitive appraisals mediate the evolution of posttraumatic stress reactions: A 6-month follow-up of child and adolescent assault and motor vehicle accident survivors. *Journal of Abnormal Psychology, 118*(4), 778-787. <https://doi.org/10.1037/a0016945>
- Michael, T., Ehlers, A., & Halligan, S. L. (2005). Enhanced priming for trauma-related material in posttraumatic stress disorder. *Emotion, 5*(1), 103-112. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.5.1.103>
- Nickerson, A., Aderka, I. M., Bryant, R. A., & Hofmann, S. G. (2013). The role of attribution of trauma responsibility in posttraumatic stress disorder following motor vehicle accidents. *Depression and Anxiety, 30*(5), 483-488. <https://doi.org/10.1002/da.22006>
- Reiland, S. A., Lauterbach, D., Harrington, E. F., & Palmieri, P. A. (2014). Relationships among dispositional attributional style, trauma-specific attributions, and PTSD symptoms. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 23*(8), 823-841. <https://doi.org/10.1080/10926771.2014.941083>
- Roberts, C. A. (2014). *Coping with post-traumatic stress disorder: A guide for families*. McFarland.
- Schiraldi, G. R. (2009). *The post-traumatic stress disorder sourcebook*. McGraw-Hill.

Seligman, M. (1975). *Helplessness: On depression, development and death*. Freeman.

Skinner, E. A. (1996). A guide to constructs of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(3), 549–570. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.71.3.549>

Şengün, G. & Öğretir-Özçelik, A. (2018). Investigation of some variables of posttraumatic stress disorder (PTSD), empathy and depression in Syrian children. *Universal Journal of Educational Research*, 6(6), 1348-1357. <https://doi.org/10.13189/ujer.2018.060626>

Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review*, 92(4), 548-573.

### Extended Summary

The American Psychiatric Association (2014) defines post-traumatic stress disorder as exposure to death, severe injury, or sexual assault in a real or horrifying way, which includes direct exposure to events that individuals themselves have been directly exposed to, direct exposure to events experienced by others, learning that their primary relatives and close friends have been exposed to traumatic experiences, or repeatedly encountering the details of traumatic events.

It is thought that individuals may tend to attribute the blame to themselves or others after a traumatic event. From this point of view, causal attributions related to a traumatic event and a person's predisposed attribution style are associated with the development of post-traumatic PTSD symptoms. According to attribution theorists, people need to explain unexpected, unwanted, or otherwise unusual events that happen to them, and the explanations they offer for such events are thought to affect the severity of post-traumatic symptoms (Joseph et al., 1993). When the literature is examined, it is also seen that there are studies pointing to the importance of attributional styles in the development and maintenance of PTSD symptoms. As a matter of fact, Nickerson et al. (2013), in their research on the role of trauma-related attributions in post-traumatic stress disorder following motor vehicle accidents, stated that post-traumatic attributions may be useful markers in identifying individuals with traumatic experiences who are at high risk of developing post-traumatic PTSD and who may constitute meaningful targets for early intervention. Reiland et al. (2014) reported that attribution styles are important determinants of PTSD symptoms in their research on the relationship between attribution style, trauma-related attributions, and PTSD symptoms. On the other hand, Çağlar and Deniz (2024) conducted a study to develop a post-traumatic cognitive attribution scale in order to measure post-traumatic cognitive attribution structures in line with the importance of attribution styles related to trauma in terms of PTSD symptoms. Accordingly, post-traumatic cognitive attribution refers to non-adaptive cognitive attributions that may occur after a traumatic life event and consists of perceived loss of control, impaired perception of continuity, and self-blame. Therefore, it is thought that studies on cognitive attributions that may emerge after trauma related to

post-traumatic stress disorder are important. The factor that distinguishes this study from other PTSD studies is that the relationship between post-traumatic cognitive attributions and PTSD will be examined for the first time. As a result, the first aim of the study was determined as examining the relationship between post-traumatic cognitive attribution and post-traumatic stress disorder. The second aim of the study was to examine the level of post-traumatic cognitive attribution predicting post-traumatic stress disorder.

This study was designed based on the relational survey model, one of the survey models. In the study, it was aimed to examine the relationship between post-traumatic cognitive attribution and post-traumatic stress disorder and to reveal to what extent post-traumatic cognitive attribution predicted post-traumatic stress disorder. In this context, the independent variable of the study was post-traumatic cognitive attribution, and the dependent variable was post-traumatic stress disorder.

The study group was selected using the criterion sampling method from purposive sampling methods. Participants who met the inclusion and exclusion criteria determined for the study constituted the study group. The study was conducted with a total of 360 participants, 198 (55%) of whom were female and 162 (45%) were male. The ages of the participants ranged between 20 and 35 (mean=22.27; ss=2.21). A personal information form, a post-traumatic cognitive loading scale, and a post-traumatic stress disorder short form were used as data collection tools.

There was a significant positive correlation between post-traumatic cognitive attribution and post-traumatic stress disorder ( $r=.53$ ). In the model of post-traumatic cognitive attribution predicting post-traumatic stress disorder, it was found that post-traumatic cognitive attribution significantly predicted post-traumatic stress disorder and explained 28% of the variance ( $R=.53$ ,  $R^2=.28$ ,  $F=144.67$ ,  $p<.05$ ).

In this study, the relationships between post-traumatic cognitive attribution and post-traumatic stress disorder were examined. According to the results of the study, significant positive relationships were found between post-traumatic cognitive attribution and post-traumatic stress disorder. In addition, it was concluded that post-traumatic cognitive attribution significantly predicted post-traumatic stress disorder.

Post-traumatic stress disorder is a serious mental health condition triggered by experiencing or witnessing traumatic events. An important aspect of PTSD research is to understand the role of individuals' attributions about how they interpret the causes of traumatic events in the development and maintenance of PTSD symptoms. The concept of post-traumatic cognitive attributions, which is considered one of the factors explaining this important aspect, refers to cognitive attributions that are not adaptive as a result of a traumatic experience. This is a concept associated with individuals making maladaptive cognitive evaluations after trauma. As a matter of fact, Joseph et al. (1993) stated

that attributions related to trauma have a significant effect on the occurrence and continuation of PTSD symptoms. On the other hand, Massad and Hulsey (2006) reported that attributions towards negative and uncontrollable events are associated with higher levels of post-traumatic stress.

When the results of the study were analyzed, it was found that there was a positive relationship between post-traumatic cognitive attribution and post-traumatic stress disorder, and post-traumatic cognitive attribution was a predictor of post-traumatic stress disorder. Similar to the results of the study, Gómez de La Cuesta et al. (2019) stated that individuals who make incompatible evaluations of self-blame and continuity perception as a result of a traumatic experience are more vulnerable to PTSD symptoms. Meiser-Stedman et al. (2009) reported that maladaptive appraisals may play a role in the development and maintenance of PTSD over time in their research evaluating whether maladaptive post-traumatic appraisals mediate the relationship between initial and subsequent post-traumatic stress levels. In addition, Dunmore et al. (2001), in their research on the role of cognitive factors in persistent post-traumatic stress disorder after physical or sexual assault, stated that cognitive factors are among the factors that significantly predict PTSD severity in individuals who have been physically or sexually assaulted. Hassija and Gray (2012) pointed out that maladaptive attributions are a concept associated with PTSD symptoms and pointed out the importance of cognitive attributions in intervention studies to be developed for trauma. As a matter of fact, the results of the research and the studies in the literature are compatible with the cognitive models developed about trauma. Accordingly, when cognitive models related to trauma are examined, it is stated that negative cognitive evaluations developed about trauma are an important factor in the development and maintenance of PTSD (Ehlers and Clark, 2000; Halligan et al., 2003).

As a result of the results obtained from the research, it is thought that the relationship between post-traumatic cognitive attribution and post-traumatic stress disorder may have important implications for understanding the development and maintenance of PTSD symptoms. In this framework, it may be beneficial to increase the number of different studies on post-traumatic cognitive attribution and post-traumatic stress disorder. On the other hand, it can be said that studies on post-traumatic cognitive attribution in intervention programs to be developed for trauma can be an important factor in reducing trauma symptoms.

#### **Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı**

Bu araştırmanın planlanması, yürütülmesi ve yazılı hale getirilmesinde sadece tek bir araştırmacı yer almıştır.

#### **Destek ve Teşekkür Beyanı**

Bu araştırmada herhangi bir kurum, kuruluş ya da kişiden destek alınmamıştır.

**Çatışma Beyanı**

Araştırmacının, araştırma kapsamında kişi ya da kurumlarla kişisel veya finansal bir çıkar çatışması yoktur.

**Etik Kurul Beyanı**

Bu araştırma, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulunun 09.07.2024 tarih ve 2024.07 sayılı onayı ile yürütülmüştür.