



T.C
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ÖLÜM VE ÖLMEKLE İLGİLİ ÇOK YÖNLÜ DEĞERLENDİRME
ENVANTERİ'NİN (ÖÇDE-F) TÜRKİYE GEÇERLİLİK GÜVENİRLİK
ÇALIŞMASI**

Fulya ZORBA

**Tez Danışmanı
Yrd. Doç. Dr. Hüseyin ÜNÜBOL**

İSTANBUL- 2018

T.C
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ÖLÜM VE ÖLMEKLE İLGİLİ ÇOK YÖNLÜ DEĞERLENDİRME
ENVANTERİ'NİN (ÖÇDE-F) TÜRKİYE GEÇERLİLİK GÜVENİRLİK
ÇALIŞMASI**

Fulya ZORBA

**Tez Danışmanı
Yrd. Doç. Dr. Hüseyin ÜNÜBOL**

İSTANBUL- 2018



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	:	
Öğrenci Adı Soyadı	:	Fulya Zorba
Anabilim Dalı	:	Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	:	Yrd. Doç. Dr. Hüseyin Ünübol
Tezin Başlığı	:	ÖLÜM VE ÖLMEKLE İLGİLİ ÇOK YÖNLÜ DEĞERLENDİRME ENVANTER'İNİN (ÖÇDE-F) TÜRKİYE GEÇERLİLİK GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	:	02.02.2018	Saati	:	11:00
Öğrenci Savunmaya	:	<input checked="" type="checkbox"/> GELDI			
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,					
<input checked="" type="checkbox"/> OY BIRLIGI <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUGU					
<input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.					
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)					
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDDEDİLMESİ kararı alınmıştır.					
Savunmada Tezin Başlığı	:	<input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi.	<input type="checkbox"/> Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:				
Öğrenci Savunmaya	:	<input type="checkbox"/> GELMEDI			
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,					
<input type="checkbox"/> OY BIRLIGI ile REDDEDİLMİŞTİR.					

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Yrd. Doç. Dr. Hüseyin Ünübol	
Üye	Doç. Dr. Gökben Hızlı Sayar	
Üye	Doç. Dr. Korkut Ulucan	

YEMİN METNİ

Yüksek lisans bitirme tezi olarak sunduğum “Ölüm ve Ölmek İle İlgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri'nin (ÖÇDE-F) Türkiye Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadar ki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Bibliyografya'da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim.

FULYA ZORBA

TEŞEKKÜR

Tez çalışmamın her aşamasında sabrını koruyan değerli bilgi birikimlerini ve deneyimlerini benden esirgemeyerek bana yol gösteren Yrd. Doç. Dr. Hüseyin ÜNÜBOL'a teşekkürlerimi sunarım. Kendisiyle bu yolda çalışmak benim için bir onurdu.

Çalışmanın konusu her ne kadar zor olsa da Türkiye'nin farklı bölgelerinden, farklı illerinden envanter sorularını cevaplayan tüm katılımcılara teşekkürlerimi sunuyorum.

Hayatımı güçlendiren ve aynı zamanda hayata karşı duruşuyla her zaman övündüğüm ismi gibi yaşayan sevgili babam Erdem ZORLU'ya en içten teşekkürlerimi sunuyorum. Her zor anımda yanımda olan sevgili annem Funda ZORLU'ya teşekkür ediyorum. Sevgisi ve varlığı ile huzur bulduğum kardeşim Barış ZORLU'ya teşekkür ediyorum. Tez süresince bana en büyük desteği veren, benden bilgi ve ilgisini asla esirgemeyen aynı zamanda çalışmamın tüm Almanca ve İngilizce çevirilerini gerçekleştiren, çalışmamın izni için çaba sarf eden sevgili eşim Özgür ZORBA'ya teşekkür ediyorum. Çalışmamın başlangıcında beni yüreklendiren ancak artık aramızda olmayan ama her zaman varlığını özlediğimiz ve hissettiğimiz sevgili babamız merhum Ahmet ZORBA'ya teşekkürlerimi sunarım.

ÖZET

Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri'nin (ÖÇDE-F) Türkiye Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması

Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri'nin (ÖÇDE-F) \ Fragebogeninventar Zur Mehrdimensionalen Erfassung Des Erlebens Gegenüber Sterben Und Tod (FIMEST-E) analitik olarak yapılandırılan tek faktördür. Ölüm ve ölüm korkusunu ve ölüm kabulünü ölçen kavramsal bir mantığı olan çok boyutlu ölçeğin Türkiye'de geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılacaktır. Ölüm korkusu hayatta olan her insanın yaşadığı ve yaşayabileceği bir anksiyete yaratabilmektedir. Ölüm korkusu bir takım psikolojik rahatsızlıkların geliştirilmesi veya psikolojik rahatsızlıklardan kişinin korunmasına karşı savunmasızlığını artırmaktadır. Bu nedenle, ölüm ve ölümden sonraki hayata karşı insanların bakış açısını ölçebilecek etkili bir test insanların ölüm anksiyetesini kontrol altına alacağı düşünülmektedir. Bu yapının etkili bir şekilde ölçülmesi hospis ve hafifletici tıp uzmanları için öncelik taşır. Hospis (yaşamı sona eren kişiye verilen bakım) ve palyatif (hayatı tehdit eden hastalık teşhisi almış hastaların rahat etmesi için verilen bakım) tıpta, klinik psikoloji ve ontoloji (temel sorunu varlık, varoluş olan disiplin) alanında ki araştırmalarda kullanılma potansiyeli etkin bir ölçektir. ÖÇDE-F'nin faktör yapısını Türkçe konuşan bir örnekle belirlemek, böylece ölçeğin boyutunu genişletmek amaçlanmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizleri daha önce Almanca, Çince ve İngilizce dillerine çevrilmiştir. Almanca, Çince, İngilizce dil versiyonlarına ampirik (deneysel) ve kavramsal açıdan benzeyen kabul edilebilirlik boyutunu önermektedir. Ek psikometrik analizler, iç tutarlık güvenilirliği ve Türk dili ÖÇDE-F'nin yedi faktörlü puanlarının geçerliliğini oluşturmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Ölüm, Kaygı, Geçerlik, Güvenirlik

ABSTRACT

The Multidimensional Orientation Toward Dying and Death Inventory (MODDI-F): Factorial Validity and Reliability in a Turkey Sample

The Multidimensional Orientation Toward Dying and Death Inventory (MODDI-F) \ Fragebogeninventar Zur Mehrdimensionalen Erfassung Des Erlebens Gegenüber Sterben Und Tod (FIMEST-E) is the only analytically structured factor. Reliability and validity of a study with a multi-dimensional scale which measures fear of death, dying and the acceptance of death with a conceptual logic will be undertaken in Turkey. Fear of death can create an anxiety that every living person will face or may face before. Fear of death increases the vulnerability of individuals to the development of psychological disorders or psychological disturbances. Therefore, it is considered that an effective test which measures people's point of view on death and the life after death can control people's death anxiety. Measuring this structure effectively is a priority for hospice and palliative medicine specialists. Hospice (care given to a person who is at the end of life) and palliative (care for the comfort of patients who have been diagnosed with life-threatening illness) are a potentially effective measure of use in research in clinical psychology and ontology (the core problem is existence, discipline of existence). It is aimed to determine the factor structure of the MODDI-F with a Turkish-speaking sample, thus enlarging the size of the scale. Previously, confirmatory factor analyses have been translated into German, Chinese and English. German, Chinese, English language versions of empirical (experimental) and conceptually similar aspects of acceptability. Additional psychometric analyses constitute the validity of the internal consistency reliability and the seven-factor scores of the Turkish language MODDI-F.

Key words: Death, Anxiety, Validity, Reliability

İÇİNDEKİLER

TEZ SINAV TUTANAĞI	i
YEMİN METNİ.....	ii
TEŞEKKÜR.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	v
İÇİNDEKİLER.....	iv
TABLolar DİZİNİ.....	viii
GRAFİK DİZİNİ.....	ix
KISALTMALAR DİZİNİ.....	x

BÖLÜM 1: GİRİŞ VE GENEL BİLGİLER

1

1. GİRİŞ	1
1.1 İlgili Literatür	3
1.2. Problemin Tanımı	7
1.3. Araştırmanın Amacı	9
1.4. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi.....	10
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	12
1.6. Araştırmanın Hipotezleri– Varsayımları	12

1.7. Tanımlamalar	12
2. GENEL BİLGİLER	14
2.1. Ölüm-Yaşam ve Varoluş	14
2.2. Ölümün İnkarı Kuramı	16
2.3. Ölüm ve Ölümün Evrenselliği	18
2.4. Gelişim Dönemlerine Göre Ölümün Anlamlandırılması.....	19
2.4.1. Çocuklukta Ölüm Kavramı.....	20
2.4.2. Ergenlikte Ölüm Kavramı.....	21
2.4.3. Yetişkinlikte Ölüm Kavramı	22
2.4.4. Yaşlılıkta Ölüm Kavramı.....	24
2.5. Korku ve Kaygı(Anksiyete).....	25
2.5.1. Korkunun Tanımı	25
2.5.2. Kaygının Tanımı.....	26
2.5.3. Korku ve Kaygı Arasındaki Geçiş.....	27
2.5.4. Psikopatolojik Anksiyetenin Tanımlanması	28
2.6. Ölüm Kaygısı (Anksiyetesi)	29
2.6.1. Açık Ölüm Anksiyetesi	32
2.6.2. Örtük Ölüm Anksiyetesi	34
2.6.2.1.Ölüm Anksiyetesi ve Rüyalarda	35
2.7. Ölüm Anksiyetesini Açıklayan Kuramlar	36

2.7.1.	Varoluşçu Kuram ve Ölüm Anksiyetesi	37
2.7.2.	Dehşet Yönetimi Kuramı ve Ölüm Anksiyetesi	39
2.7.3.	Klasik Psikanalitik-Analitik Kuram ve Ölüm Anksiyetesi.....	41
2.7.4.	Bilişsel-Davranışçı Kuram ve Ölüm Anksiyetesi.....	43
2.8.	Ölüm Korkusunun İnsan Yaşamına Pozitif Etkileri	44
2.9.	Ölüm Anksiyetesini Tetikleyen Değişkenler	45
2.9.1.	Ölüm Anksiyetesi ve Yaş	45
2.9.2.	Ölüm Anksiyetesi ve Cinsiyet	46
2.9.3.	Ölüm Anksiyetesi ve Medeni Durum	47
2.9.4.	Ölüm Anksiyetesi ve Eğitim Durumu	48
2.9.5.	Ölüm Anksiyetesi ve Din	49
3.	YÖNTEM VE GEREÇ	51
3.1.	Araştırmanın Konusu ve Amacı	51
3.2.	Araştırmanın Türü	51
3.3.	Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman	51
3.4.	Araştırmanın Evreni ve Örneklemi.....	52
3.5.	Araştırmanın Etiği	54
3.6.	Veri Toplama Araçları	54
3.7.	İşlem ve Verilerin Değerlendirilmesi	55
3.8.	İstatistiksel Analiz	57

4. BULGULAR	58
4.1. Yapı Geçerliliği Ve Güvenirlik Analizi.....	58
4.1.1. Açımlayıcı Faktör Analizi	58
4.1.2. Güvenirlik Analizi	59
4.1.3. Açımlayıcı Faktör Analizi ve Güvenirlik Analizi Sonuçları	59
4.1.3.1. Ölüm Korkusu	61
4.1.3.2. Kabullenme.....	64
4.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi	66
4.2.1. Korku Ölçeği İçin Hesaplanan Uyum İndeksleri.....	66
4.2.2. Kabullenme Ölçeği İçin Hesaplanan Uyum İndeksleri	69
4.3. Fark Testleri ve Değişkenler.....	73
4.3.1. Korku ve Kabullenme Boyutlarının Cinsiyet ile İlişkisi	73
4.3.2. Korku ve Kabullenme Boyutlarının Yaş ile İlişkisi	74
4.3.3. Korku ve Kabullenme Boyutlarının Eğitim Düzeyi ile İlişkisi.....	76
4.3.4. Korku ve Kabullenme Boyutlarının Medeni Durum ile İlişkisi	78
4.3.5. Korku ve Kabullenme Boyutlarının Dini İnanış ile İlişkisi.....	79
5. TARTIŞMA VE SONUÇ	81
KAYNAKÇA	85
EKLER	94

TABLolar DİZİNİ

Tablo 1: Örneklem Grubunun Genel Özellikleri	53
Tablo 2: Korku Ölçeğinin KMO ve Bartlett Testi Sonuçları.....	59
Tablo..3: Korku Ölçeği Maddelerinin Faktör Dağılımı ve Güvenirlik Analizi Sonuçlar	63
Tablo 4: Kabullenme Ölçeği Maddelerinin Faktör Dağılımı ve Güvenirlik Analizi Sonuçları	65
Tablo 5: Korku Ölçeği İçin Hesaplanan Uyum İndeksleri.....	67
Tablo 6: Kabullenme Ölçeği İçin Hesaplanan Uyum İndeksleri.....	71
Tablo 7: Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Açısından İncelenmesi	74
Tablo 8: Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Yaş Açısından İncelenmesi.....	75
Tablo 9: Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Mezun Olunan Okul Açısından İncelenmesi	77
Tablo 10: Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Medeni Hal Açısından İncelenmesi	79
Tablo 11: Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Mensubu Olunan Din Açısından İncelenmesi	80

GRAFİK DİZİNİ

Grafik 1: Scree Plot grafiği.....	60
Grafik 2: Korku Ölçeği İçin Hesaplanan Uyum İndeksleri Grafiği	68
Grafik 3: Kabullenme Ölçeği İçin Hesaplanan Uyum İndeksleri	72



KISALTMALAR DİZİNİ

AFA: Açımlayıcı Faktör Analizi

APA: Amerikan Psikiyatri Birliği

DFA: Doğrulayıcı Faktör Analizi

DSM: Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı

FIMEST-E: Fragebogeninventar Zur Mehrdimensionalen Erfassung Des Erlebens Gegenüber Sterben Und Tod.

MODDI-F: The Multidimensional Orientation Toward Dying and Death Inventory

ÖÇDE-F: Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri

BÖLÜM 1: GİRİŞ VE GENEL BİLGİLER

1. GİRİŞ

Ölüm, insanlığın var olduğu tarihten bu yana çok yönlü olarak anlaşılmaya çalışılan bir olgudur. Amerikan Tıp Derneği' nin tanımına göre ölüm; “Fizyolojik olarak kalp atımı ve dolaşım, solunum işlevlerinin ya da beynin tüm işlevlerinin geri dönüşümsüz durması” olarak tanımlanmaktadır. Harvard üniversitesi tıp komitesi ise ölümü beynin işlevlerinin kaybı olarak tanımlamıştır. Bu tanımlamalar ile birlikte ölüm, insanlığın ilk varolduğu andan beri açıklamaya çalışıldığı bir olgudur. Felsefe ile birlikte daha geniş kapsamlı incelenmeye alınan ölüm kavramı 1950'lerden sonra psikoloji alanında da geniş bir yankı uyandırmıştır (Geçtan, 1989; Kübler-Ross, 1997; Baudrillard, 2002; Badur, 2010). Bu gelişmelere rağmen evrensel olarak bakıldığında ölüm korkusu ile ilgili çalışmaların çok az olduğu gözlemlenmektedir. Bunun en büyük sebeplerinden biri ölüm olgusunun tanımlanamayan, yaşantılamayan bir olgu olmasıdır. Ölümün bu anlaşılamayan ve tanımlanamayan sebepleri, insanların ölümü yansıtacak, hatırlatacak, düşündürecek tüm faaliyet ve araştırmalardan kaçınma istekleri de etkili olabilir (Kübler-Ross, 1997; Baudrillard, 2008). İnsanlığı diğer organizmalardan ayıran ve bu sebeple büyük bir kaygı yaşatan en büyük etken kendi veya yakın çevresinin ölümü düşlemesidir. Her canlının kaçınılmaz olarak yaşayacağı ölüm sürecine insanlar farklı açılardan tepkiler vermektedir. Ölümün algılanışı bu denli farklı olmasında dinlerin, kültürlerin, toplumsal değer yargılarının, inançların ve geleneklerin önemli rol oynadığı, bu nedenle de ölüme karşı tutum ve tepkilerin değişiklikler gösterdiği bilinmektedir (Fromm, 2010 ve May, 2015). Günümüz modern yaşam sürecinde bireyler ölümü, mücadele edilmesi gereken bir

hastalık ya da aşılması gereken bir engel olarak algılamaktadır. Bu durum bireyler tarafından ölümün içselleştirilmesini ve hayatın doğal olan bir parçası olduğu inancının yerine, kaçınılması gereken bir durum olarak algılanmasına sebep olmuştur. Kaçınılması gerektiği düşünülen ölüm, bireylerde kaygı uyandıran bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Literatür incelemesi yapıldığında ölüm korkusu ile ölüm kaygısının birbirine sıkça karıştırıldığı görülmektedir (Tanhan ve Arı, 2006). Anksiyete, belirsizlik ve bu belirsizliğin farkına varılması ile yakından ilişkilidir. Bu açıdan ölüm, anksiyeteye neden olabilecek en az dört temel niteliği kendinde barındırmaktadır:

- 1) ölme işi (acı, hastalık, yalnızlık vb.)
- 2) kayıp (başta kendi bedeni olmak üzere nesnelere dünyasına ait her şeyin kaybı)
- 3) öngörülemez oluşu (zamanı, oluş şekli)
- 4) bilinmez oluşu (ölüm deneyimine ve sonrasına ait bilinmezlik).

Ölüm anksiyetesinin evrensel olduğu kabul edilmektedir. Bununla birlikte, 1960'lı yıllara kadar ölüm konusu ruh sağlığı araştırmacıları için tabu olan, az çalışılmış bir inceleme alanıydı. Kübler-Ross'un (1997) ölüm ve ölmekle ilgili kitabı ile birlikte, İkinci Dünya Savaşı'nın ve varoluşçu psikolojinin de etkileri sonucunda ölüm konusundaki araştırmalar artmıştır.

Freud ölümün hayal edilemez, kavranamaz bir durum olduğunu belirtmiştir. Freud'a göre her insanın temelde kendisinin ölümsüz olduğuna inanmaktadır. Bu nedenle ölümün bir anksiyete kaynağı olamayacağını vurgulamaktadır. Freud'un bu yönündeki görüşüne karşılık, varoluşçu düşünürler ölümün temel anksiyete kaynağı olduğunu belirtmektedirler (Freud, 1996; Geçtan, 2000). Becker, kişilerin günlük uğraşlarının birçoğunun ölümü yadsıma ve bu temel anksiyeteyi kontrol altına almaya yönelik olduğunu ifade eder. Yalom, ölüm anksiyetesinin birçok korkunun bileşiminden meydana

gelen birincil anksiyete kaynağı olduğunu ve kişisel yok olma korkusunun bu kaygı girdabının tam ortasında yer aldığını öne sürmüştür (Akt. Babayiğit, 2001). Kaygı; nedeni bilinmeyen, açıklanamayan bir duruma karşı, endişe, gerginlik gibi sübjektif olarak hissedilen duygu durumudur. Korku; dışarıdan gelen bir spesifik bir tehlikeye karşı olan duygusal bir tepkidir. Her iki tanımlama gösteriyor ki; Ölüm kaygısına neden olan daha çok ölümle ilgili duygular ve ölüme yüklenen anlamdır. Ölümü deneyimleme şansımızın olmamasından kaynaklanan bilgisizlik, öldükten sonra ne olacağına dair belirsizlik, ölüm anında acı çekme, mezarda çürüme, beden ve düşüncede dağılma ve yok olma, sevdiği bir kişinin kaybından sonran yaşanacak duygu boşlukları, güven duygusunun sarsılması gibi korkuları ölüm kaygısının temelinde yatan asıl korkular olarak tanımlayabiliriz (Koestenbaum, 1998 ve Badur, 2010).

Ölüm olgusu varolan psikoloji kuramlarının birçoğunda geçmekle birlikte en çok varoluşçu kuram çerçevesinde incelenmiştir. Varoluşçu kuramcılar ölümü dört temel kaygıdan biri olarak görmüş ve ölümün insan yaşamını anlamlı hale getirdiğini belirtmişlerdir. Varoluşçu kuramcılara göre birçok patolojinin temelinde ölümü yadsımak vardır (Akt. Babayiğit, 2001).

1.1. İlgili Literatür

Kübler-Ross (1997), yıllarca terminal dönemdeki hastalarla çalışmış olan ve onları yakından gözlemlemesi sonucu ölüme yaklaşan insanların yaşadığı beş aşamayı inkar, öfke, pazarlık, depresyon, kabullenme olarak tanımlamıştır (Sarıkaya, 2013).

İnkâr: Birey ölüm sürecini kaçınılmaz olarak yaşayacağını – hastalığını inkar eder. Gerçekle yüzleşecek destek verilmelidir.

Öfke: İnkâr tepkileri geçmiş; yerini kabullenme, öfke, kıskançlık, içlerleme, alınganlık gibi duygular almıştır. “Neden ben?” sorusunu sormaya başlar.

Pazarlık: Hastalar, inkâr ve öfke dönemlerinden sonra tanrı ile bir pazarlık dönemine girer. Bu pazarlık, ömürlerinin biraz daha uzaması adınadır.

Depresyon: Depresyonun iki yönü vardır.

Birincisi, hastalığının ailesine verdiği maddi ve manevi güçlükler ile bunlara bağlı gelişen suçluluk duygusudur. Bu hastanın fonksiyonelliğini kaybettiğini düşündüğü reaktif depresyon dönemidir. İkincisi ise ölüme karşı hazırlığın yarattığı depresyondur.

Kabullenme: Terminal dönemdeki hasta, diğer evreleri yardım alarak sağlıklı bir biçimde atlattır ve bu evreye girer. Hasta yorgun ve bitkindir. Uyku süresi uzamış yalnız kalma isteği artmıştır. Kabullenme döneminde yoğun sıkıntılar azalmış, ailesinin yardım ve desteğine daha çok ihtiyaç duyduğu bir döneme girmiştir. Hasta çevresiyle iletişimini azaltır. Sözlü iletişim çok azdır, bu dönemde hasta ile geçirilen sessiz zamanlar çok kıymetlidir. Ölümünden sonra yapılması gerekenleri sıralar, son isteklerini söyler.

Bu beş aşamayı yaşayan hastalarla yapılan çalışmada ölmekte olan hastalarla kendi ölümleri üzerine görüşmeler yapmıştır. Araştırmacının görüşmek istediği 200 hastadan yalnızca 4’ü görüşmeyi reddetmiş, diğerleri kendi ölümleriyle ilgili konularda görüşmeye gayet ilgiliyle yaklaşmışlardır. Kübler-Ross (1997) bu çalışmasını gerçekleştirirken hastaların kendi ölümleriyle ilgili konulara cesaretle yaklaşırken, hastane yönetimleri ve psikiyatristlerden birçok eleştiri aldığını, engellemelerle 2 karşılaştığını hatta düşmanlık gördüğünü belirtmektedir. Araştırmacının bu çalışmayı yaparken yaşadıkları, ölümle ilgili konuların günümüzde ele alınış biçimiyle ilgili bazı bakış açıları geliştirilmesine yardımcı olmuştur (Sarıkaya, 2013).

Lisa Iverach ve psikolog arkadaşları (2014), ölüm endişesi/ölüm korkusunun transdiagnostik bir yapı olabileceği hipotezini incelemişlerdir. Bu transdiagnostik yapıdan kasıt, ölüm korkusunun kişinin gelişimine karşı savunmasızlığını arttırabilir veya bir dizi psikolojik rahatsızlığı devam ettirebilir olmasıdır. Iverach ve arkadaşları en yaygın ölüm anksiyetesi ölçüm araçlarını incelediler ve çok boyutlu ölçüm araçlarının tek boyutlu olmayanların aksine değerlendirilmesine odaklanarak, bu araçların psikometrik niteliklerinin daha fazla değerlendirilebileceğinin kesinliği fikrine vardılar (Iverach ve Menzies, 2014). Ayrıca, yeni kognitif-davranışçı terapötik yaklaşımlar transdiagnostik yapıların maladaptif psikolojik belirtileri iyileştirdiğini vurgulamaktadırlar (Kutlesa ve Arthur, 2008). Eğer ölüm korkusu böyle transdiagnostik bir yapı ise, bu yapının etkin ve verimli ölçümleri ölümle pençeleşen kişilerle çalışan bütün uzmanlar için bir öncelik haline gelir (Egan, Wade, Shafran, 2011).

1950 ve 1960'ların orijinal ölüm anksiyete/ölüm korkusu ölçekleri faktöre bağlı değildi ve ideal psikometrik özelliklere sahip değildi. Örneğin, *en sık kullanılan Ölüm Anksiyetesi Ölçeğinin iç tutarlılık güvenilirliği düşük, kısıtlı aralıkta ve sosyal isteklilik yanlılığına tabi tutuldu* (2016; 51:1062-1069). 1970'den 1990'a kadar faktöriyel olarak türetilmiş ölçüm araçları, kuzey Amerika dışı örneklerde dahil olmak üzere, ölmeye ve ölüme karşı negatif tutumları araştırmışlardır. Örneğin; ölüm, yaşamın ayrılmaz bir parçasıdır. Bu sebeple her canlının ölümü yaşayacak olması kaçınılmazdır. Aynı zamanda pozitif ölümü kabullenme, hazır olma gibi tutumları dahil ederek bundan yararlanmışlardır. Sonraları çıkarılmış olan araçlar gelişmiş amaçlarına ve psikometrik özelliklere sahip olmasına rağmen, çoğu hala kavramsal temelden yoksun, çok küçük ve yaş sınırlamalı örneklerden ve idealden daha az iç tutarlılık güvenilirlik katsayılarından muzdaripti. Sonuç olarak, ölümle ilgili çok boyutlu tutumları tüm yetişkin yaş aralığını

geniş bir örneklem aracılığıyla kapsayan, kavramsal temelli ve psikometrik olarak güvenilebilecek bir araca olan ihtiyaç değişmeden kaldı (Neimeyer ve Wittkowski, 2001).

Wittkowski'nin (2001) Fragebogeninventar Zur Mehrdimensionalen Erfassung Des Erlebens Gegenüber Sterben Und Tod (FIMEST-E) \Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri bu ihtiyacı karşılamıştır.

Bu araştırmada ölüm ve ölüme ÖÇDE-F etken analitik olarak düzenlenmiş hem ölüm korkusunu hem de ölümün kabulünü ölçen çok boyutlu bir ölçektir. Bu ölçek, ölü olmayı ve ölüm sürecine karşı tutumları birbirinden ayırmaktadır. Ölümün ve ölmenin kendisini ya da bir başkasını ilgilendirip ilgilendirmediğini incelenmektedir. Bu kavramsal mantık hem ölüm korkusunu hem de ölümün kabulünün çok yönlü değerlendirmesinin tek bir araç ile yapılmasına olanak sağlamaktadır. Wittkowski (2001), faktörü yaş ve cinsiyet katmanlarına bağlı olarak FIMEST-E 944 Alman (18-93 yaş aralığında) denek üzerinde analiz etmiştir. Ölçeğin yapı geçerliliği (FIMEST-E/ger) ana bileşenler faktör analizini dört ölüm korkusunu ölçme faktörü ve üç ölümü kabullenmeyi ölçen toplam yedi faktörün 47 soru üzerine yüklenmesi esasına dayanmaktadır (Wittkowski, 2001). Korku faktörlerinden birinde bulunan maddelerin heterojenliği nedeniyle, Wittkowski (2001) bu faktörü toplam sekiz faktör için iki ayrı faktöre ayırmıştır:

- 1) Kendi ölümünden korkma (KÖK-F: sekiz madde; 1,8,16,23,31,37,43,46)
- 2) Ölmüş olmaktan korkma (ÖOK-F: altı madde, 5,13,20,28,35,42)
- 3) Yakın birinin ölümünden korkma (YBÖK-F: altı madde; 3,10,18,25,33,39),
- 4) Bir yakınının ölmüş olmasından korkma (YÖOK-F: dört madde; 7,15,22,30),
- 5) Cesetten korkma (CK-F: dört madde; 12,27,41,45),
- 6) Kendi ölümünü kabul etmek (KÖKE-F: sekiz madde ;4,11,19,26,34,40,44,47)
- 7) Yakın birinin ölümünü kabul etmek (YBÖOK-F: altı Madde;2,9,17,24,32,38),

8) Kendi ölümünü reddetme (KÖR-F: beş madde; 6,14,21,29,36).

1.2. Problemin Tanımı

Bilim ve teknolojinin gelişmesiyle birlikte insanlar kendileri ve çevre hakkında farkındalıklarını arttırmaya başlamışlardır. Bu farkındalık arttıkça araştırma ve geliştirmeye yönelik merak artmıştır. Araştırma ve gelişmeler sonucunda insanların birbirleri, çevreleri, kendileri hakkında düşünce değişimleri, farklı tutumlara yönelme gibi birçok değişim içine girmişlerdir. Bu değişim ve gelişim içerisinde düşüncelerin, tutumların, algıların değiştiği bir konuda ölüm ve ölümden sonra ki hayata karşı bakış açısının değişimidir. İnsanlar ölüme, ölümden sonraki hayata, yakın birinin ölümüne ne gibi tutumlar sergilemektedir? Bu sergiledikleri tutumlar ne kadar gerçekçidir? Bu tutum değişiklikleri ne gibi faktörlerden etkilenmektedir? Ya da Ölüme karşı tutum kültür, cinsiyet, medeni durum, din, yaş meslek, eğitim düzeyi gibi değişkenlerde etkin bir role sahip midir? Bu sergiledikleri tutumlar ne kadar gerçekçidir? Ölüme ve ölümden sonraki hayata karşı geliştirilen tutumları anlamlandırmak adına ne tür araçlar geliştirilmiştir? Tüm bu sorulara yanıt bulunması gerekmektedir.

Kültür, yaş, din, etnik köken, cinsiyet, yaşanan hastalıklar insanların ölüm ve ölüm sürecine, ölümden sonra ki yaşam düşüncesine karşı fikirlerini değiştirebilir. Fikirlerin değişmesi sonucu bireyin davranış ve tutumları da hayata karşı değişiklik gösterebilmektedir. Yaşamı tehdit eden hastalıklar kişinin inandığı dine karşı düşünce, tepki ve tutumlarını değiştirebilmektedir. Bazı insanlar tehdit edici bir hastalık sonucu dini öğelere önce ki inancından daha sıkı, daha fazla tutunabilir. Bazı insanlar ise tehdit edici bir hastalık sonucunda bunun başına nasıl geldiğini sorgulaması ve hak etmediği kanısına varması sonucu yaşadığı öfke ile birlikte dinden tamamen uzaklaşabilir. Ölüm

ve ölümden sonra ki hayata karşı tutumlar araştırılırken cinsiyetin rolü de araştırılması gerekir. Özellikle Müslüman toplumlarda erkek ve kadına yüklenen farklı sorumluluklar insanların ölümden ziyade ölümden sonra ki hayatları hakkında ki düşüncelerini etkilemektedir. Ekonomik düzey, ölüme yaklaşımı etkileyen bir diğer faktördür. Bireyin sağlık hizmetlerinden yararlanma oranı, ekonomik düzeyleri ile bağlantılıdır. İnsanların yaşları ölüme karşı bakış açılarında değişkenlik göstermektedir. Bu sebeple yaşlı ve genç insanların ölüme yaklaşımı farklıdır. Bu durum gösteriyor ki kişi yakın çevresinden birini kaybettiğinde bu duruma karşı göstereceği tepki kayıp kişinin yaşı ile ilişkili olabilir. Yaşlı bireyler ölümü yaşamın olağan bir parçası olarak görebilirler. Gençler ise, hayata karşı daha fazla plan ve program çerçevesinde yapacak çok işlerinin, gerçekleştirmeleri gereken hedeflerinin olduğunu düşündükleri için ölümü hayatın olağan bir parçası olarak kabul etmekte zorlanabilirler. Eğitim düzeyi yüksek bireyler, yaşamı tehdit edecek bir hastalıkla karşılaştıklarında, onun hakkında bilgi toplayarak kadercilikten çok hastalığın olağan kontrolünü ellerinde tutmaya çalışabilirler. Hangi sağlık hizmetlerini nereden alabileceklerini, bakım tedavi, ilaç gibi konularda neler yapabileceklerini sıralamaya sokarak gerçekleştirebilirler. Eğitim seviyesi daha düşük olan bireyler ise genellikle anlatılanlara teslim olarak kadercilik mantığı ile hareket edebilirler.

İnsanlığın ölüm ve ölümden sonra ki yaşam hakkındaki düşünceleri, yok olma fikri, sevdiği bir insanın yok olması fikri, insanoğlunun yaşamına bir anlam katmaktadır. Bu anlam özellikle insanların hayata karşı çabasını arttırmaktadır. Birçok insan için ölümcül durumlar kaygı ve korku yaratırken yani bir anksiyete kaynağı iken bazı insanlar için hayata farklı bir açıdan daha gelişmiş bir şekilde tutunma, bir motivasyon kaynağı olabilir. Ölümün varlığının bilincinde yaşamak insanın bireysel gelişimine pozitif yönde

katkıda bulunabilir. Özellikle Varoluşçu alanda çalışan uzmanlar bu fikri benimsemekte ve geliştirmeye çalışmaktadırlar. Ölüm bir insan için nasıl motivasyon kaynağı olabilir?

1. Ölüm, yaşamın kanıtıdır. Kişi yaşamda var olduğunu hisseder.
2. Ölüm yaşamın anlamının bulunması için en büyük güdüleyici etkindir.
3. Ölüm, bireye tekrardan yaşamda yer bulması şansını verir.
4. Ölüm, bireye başarı ve başarısızlıklarını değerlendirme şansı vererek, yaşam analizi yapmasını sağlar ve yol gösterici olur.
5. Ölüm, bireye inançlarını, değerlerini açıklama ve sorgulama şansı verir.
6. Ölüm, bireye yakın çevresinin önemi-önemsizliği hakkında yorum şansı verir.

1.3. Araştırmanın Amacı

Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri (ÖÇDE-F) analitik olarak yapılandırılan tek faktördür. Ölüm ve ölüm korkusunu ve ölüm kabulünü ölçen kavramsal bir mantığı olan çok boyutlu ölçeğin Türkiye’de geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılacaktır. Ölüm korkusu hayatta olan her insanın yaşadığı ve yaşayacağı bir anksiyete yaratabilmektedir. Ölüm korkusu anksiyetesi bir takım psikolojik rahatsızlıkların geliştirilmesi veya psikolojik rahatsızlıklardan kişinin korunmasına karşı savunmasızlığını artırmaktadır. Bu nedenle, ölüm ve ölümden sonraki hayata karşı insanların bakış açısını ölçebilecek etkili bir test insanların ölüm anksiyetesini kontrol altına alacağı düşünülmektedir.

Bu yapının etkili bir şekilde ölçülmesi hospis ve hafifletici tıp uzmanları için öncelik taşır. Hospis ve palyatif tıpta, klinik psikoloji araştırmalarında kullanıma potansiyeli etkin bir ölçektir. ÖÇDE-F'nin faktör yapısını Türkçe konuşan bir örnekle belirlemek, böylece ölçeğin boyutunu genişletmek amaçlanmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizleri daha önce

Almanca, Çince ve İngilizce dillerine çevrilmiştir. ÖÇDE-F'nin sürümleri için, araştırmacı faktör analizleri beş faktörlü korku boyutuna ve iki faktörlü bir korku faktörüne neden olmuştur. Almanca, Çince, İngilizce dil versiyonlarına ampirik ve kavramsal açıdan benzeyen kabul edilebilirlik boyutunu önermektedir. Ek psikometrik analizler, iç tutarlık güvenilirliği, Türk dili ÖÇDE-F'nin yedi faktörlü puanlarının geçerliliğini oluşturmaktadır.

1.4. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Ölüm sadece yaş almış ya da spesifik ölümcül bir hastalığı olan bireyler için geçerli bir anksiyete değildir. Tüm yaşayan canlıların yaşayacağı bir gerçeği kapsamaktadır. Bu gerçek her insanın yaşadığı kültür, dini inancı, etnik kökeni gibi sosyal faktörlerden etkilenebilmektedir. Ölüm ile ilgili yapılan evrensel çalışmalara bakıldığında insanların genellikle ölüm hakkında yapılan çalışmaları “Hayat ve yaşam varken ölümü çalışmak nedendir?” şeklinde eleştirdikleri gözlemlenmiştir. Bu durum gösteriyor ki; insanların ölüm kaygısı üzerine yapılan çalışmalara daha çok ihtiyaç duyulmaktadır. Yaşam ile ölümün böylesine birbirine bağlı olması ve birbirini etkilemesi ölüm kaygısı üzerine çalışmayı, hayatı anlama ve anlamlandırma çalışmasına dönüştürmektedir. Bu dönüşüme rağmen Türkiye’de bu konuya akademik çevrenin yeterli ilgi ve gereken önemi göstermediği gözlemlenmektedir. Kitle iletişim araçlarının, haberleşmenin bu kadar geliştiği bir çağda ve aynı zamanda günümüzde her gün rastladığımız kaza, intihar, cinayet, şehit haberleri doğrultusunda düşünüldüğünde ölüm anksiyetesinden kaçmak-kaçınmak mümkündür demek pek doğru bir yargı olmayabilir. Her geçen gün insanların ruhsal sağlığı uzmanlarına danışma ve bu alanda yardım isteme çabaları artmaktadır. Ölüm korkusundan kaçarak ölüm korkusunu yenemeyeceğimiz aşıkardır. Bu alanda

çalışmalar yapmamak, insanların ölüm anksiyetesini ortaya çıkaracak araçlar kullanmadan bu konuyu geri plana atmak ölüm korkusunu yok edecek yöntemler değildir.

Ölüm korkusu her canlının yaşadığı, yaşayacağı bir süreç ve kavramdır. Bilimsel yöntemler ve araçlar kullanılarak gerekli araştırmalar ortaya konularak insanların bu konu hakkında kaygılarını, düşüncelerini ifade etmeleri desteklenebilir. Tam bu noktada en çok ihtiyaç duyulan çalışma geçerliliği ve güvenilirliği saptanmış ölçekler olacaktır.

Ölüm korkusu anksiyetesi bir takım psikolojik rahatsızlıkların geliştirilmesi veya psikolojik rahatsızlıklardan kişinin korunmasına karşı savunmasızlığını artırmaktadır. Bu nedenle, ölüm ve ölümden sonraki hayata karşı insanların bakış açısını ölçebilecek etkili bir test insanların ölüm anksiyetesini kontrol altına alacağı düşünülmektedir. Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri'nin (ÖÇDE-F), ölüm ve ölüm korkusunu ve ölüm kabulünü ölçen kavramsal bir mantığı olan çok boyutlu ölçeğin Türkiye'de yapılan geçerlilik ve güvenilirlik çalışması sayesinde insanlar bu konu hakkında sorunlarını, temel korkularını, inançlarını ifade edeceklerdir. Bu sayede ruh sağlığı alanında çalışanlar için, hospis ve hafifletici tıp uzmanları için, palyatif tıp çalışanları için, klinik psikoloji araştırmalarında kullanma potansiyeli yüksek olan bir ölçektir. Bu sayede ruhsal, sosyal destek verilmesi gereken noktalar belirlenirken daha dikkatli ve sağlam ön görüşler sağlanacaktır. Aynı zamanda ölüme karşı bir bakış açısı geliştirmeyen insanların da ölüm ve hayat üzerine sorgulamalarında, ölüm tutumlarının analiz edilmesinde, kazanılan farkındalıkla hayat öncelik sıralamalarının yapılmasında faydalı bir gereç olabilir. Bu sayede hayat standartlarını ve hayat kalitesini daha çok arttırmak adına faydalı bir ölçek olabilir.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma, Türkiye'nin yedi bölgesinden bir il seçilerek gerçekleştirilmiştir. Akdeniz bölgesinden Mersin ili, Ege bölgesinden İzmir ili, Marmara bölgesinden İstanbul, Karadeniz bölgesinden Samsun, İç Anadolu bölgesinden Ankara, Doğu Anadolu bölgesinden Erzurum, Güney Doğu Anadolu bölgesinden Şanlıurfa seçilerek bu illerden araştırmaya katılmayı kabul eden 20-65 yaş arası kişilere anket uygulanmıştır.

1.6. Araştırmanın Hipotezleri– Varsayımları

H1: Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri (ÖÇDE-F) Türk toplumu için güvenilirliği yüksek bir araçtır.

H2: Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri (ÖÇDE-F) Türk toplumu için geçerliliği yüksek bir araçtır.

1.7. Tanımlamalar

Ölüm: Beyin tüm işlevleriyle birlikte, kalp atımı, akciğer fonksiyonlarının, tüm dolaşım sistemlerinin, solunum işlevlerinin geri dönüşümsüz durması (Geçtan, 1998; Gök, 2000; Yıldız, 2001).

Ölçek uyarlaması: Bir kültürde kendi kültürel özelliklerine göre geliştirilen ölçeğin farklı dil ve kültürlerde de sağlıklı bir şekilde uygulanabilir olması için yapılan sistematik hazırlık çalışmalarıdır (Bulduk, 2003; Işık 2008; Savaşır, 1994).

Geçerlilik: Bir ölçeğin istenilen özelliği ölçmesidir. Bu ölçüm yapılırken çevrede ki etkileyen faktörlerin- diğer özelliklerinin etkilerine kapalı olarak, etkileri ölçümlere yansıtmadan yapma derecesidir (Bulduk, 2003; Işık 2008).

Güvenirlik: Bir ölçme aracının hatalardan arınmış olarak, en az hata ile olarak ölçme yapabilme yeteneğidir (Bulduk, 2003; Işık 2008).



2. GENEL BİLGİLER

2.1. Ölüm-Yaşam ve Varoluş

Epikuros mezar taşının üzerine yazdırdığı ‘‘Ben varsam ölüm yok; Ölüm varsa ben yokum.’’ Cümlesiyle ölüme bakış açısını belirtmiştir (Akt. Ateşoğlu, 2017). Yaşam, Varoluş ve ölüm, tüm insanların kaçınılmaz olarak yaşadığı ve hayatı boyunca anlamlandırmaya çalıştığı birbiri ile iç içe olan ama aynı zamanda birbirine ters düşen farklı olgulardır. Yaşam ve ölüm; bu iki olgunun en büyük özelliği hayatın sonunu ve başını temsil etmesidir. Birbirine bu kadar zıt olan iki kavramın aynı zamanda bu kadar iç içe anılması derin ilgi uyandırmasının bir sebebi olabilmektedir. Bu iki kavram ancak birbiri ile anlam kazanabilmektedir. Ölmek için varolmak gerekir ve eğer varolduysan ölmek gerekir. Şeklinde ki bir yargının yalnızlanabilir bir yanı yoktur (Babayiğit 2001; Yalom, 2001; Akt. Babayiğit, 2008; akt. Işık, 2015;).

Hem varoluşun hem ölümün ortak bir diğer noktası ise; doğrudan doğruya her ikisinin de tecrübesinin olanaksız olmalıdır. Doğum anımızı düşündüğünüzde asla hatırlayamazsınız. Doğum anımızdan önce nerede ve nasıl oluştuğumuz hakkında da fikir sahibi olamayız. Şüphesiz doğumun, ilk varoluş anının doğrudan doğruya tecrübesi yapılamaz. Aynı şekilde hiçbir insan bire bir kendi ölümünü yaşayıp bunun tecrübesini aktaramaz. İnsanlar için bu iki kavramın ne anlama geldiğini belirleyen tek unsur, bu iki kavram arasında kalan yaşam yani hayattır (İyidoğan, 2001; Akt. Babayiğit, 2008; Akt. Warburton, 2011; Akt; Ateşoğlu, 2017). Bu iki kavramın anlam kazanmaları için, birinin diğerine ihtiyacı vardır. Bu iki kavram arasında kalan hayatın oluşumu ise Frankl'a (1965) göre, insan motivasyonunun oluşumu için gerekli olan şey "anlam arayışı" dır (s.23-25). Bu anlam, her insanın kendi özelinde gizlidir. Hayat gerçek anlamda algılandığı zaman, hayat

içerisinde ölüm önemli bir yere kavuşur. Varoluşun anlamı insanın kendi özelinde ölüme bir anlam kazandırıldığında oluşmaktadır. Soğuk-sıcak, sevgi-nefret, açlık-tokluk, sağlık-hastalık, acı-tatlı gibi birbirine zıt unsurların anlam kazanması birbirleri ile ilişkili olmasındandır (Akt. Benderli, 2013; Akt. Budak, 2016).

Hiçbir insan bir başkasının ölümünü ve doğumunu, varoluşunu tam anlamıyla tecrübe edemez. İnsanlar yalnızca yakınlarının yani bir başkasının ölümüne veya doğumuna tanıklık edebilir. Buna rağmen yaşantılanamamış bir deneyim olan ölümden korku duyar ancak, doğumundan keyif alırsınız (Akt. Aksoy, 2004; Babayiğit, 2014). Çünkü, tek gerçek olan ölümün kaçınılmaz son olacağını, doğumunsa bir yaşam başlangıcı olacağını başkalarının ölüm ve doğumuyla deneyimlemiştir (Öztürk, 2012; Akt. Aksoy, 2014).

Yaşamda varolmak ve varolmaya çalışmak, insan bilincinin saf hali ile en net algılanabilen bir gerçekliktir. Bu sürece düşünce sonucu zorunlu olarak dahil olan eylemler bu gerçekliği açıklayabilmek adına yapılır. Bu anlam çabası evrensel olarak varlığını sürdürme bir başka açıdan ölüme karşı gelme ihtiyacından kaynaklanabilmektedir. Din, ırk, kültür, etnik köken, yaş, cinsiyet, eğitim seviyesi gibi sosyal faktörleri ayırt etmeden insanın bilincinin en evrensel eylemi “varlığını sürdürmek” olarak tanımlanabilir. Hem doğumların yani ırkının devamını sağlama eylemi, hem de ölümden kaçışın evrimsel bir açıklaması varlığını sürdürmek için harcanan çabadır. Her insan çocuklarının geleceğinin bir aynası olarak görmektedir ve kendini tamamen çocuklarının aracılığı ile geleceğe yansıtır. Ancak, en mükemmel, en sağlam savunmalar dahi bir gün ölünecek olması gerçeğini değiştirmemektedir. (Akt. Babayiğit, 2008; Öztürk, 2012; akt. Gençosman ve Madra; 2013; Vassaf, 2013). Tüm bunlara rağmen ölüm gerçekliği ile her gün yaşamamıza rağmen, ölüme karşı inanılmaz bir savunma ve inkar mekanizmaları geliştirmekteyiz. Bu kaygı, ölüm düşüncesi çok

olağan bir durumdur, var oluşumuz, doğmak-büyüyüp gelişmek ve ölümlle sonlanacak bilgisiyle gölgelenir (Akt. Babayiğit, 2008; Vassaf, 2013).

2.2. Ölümün İnkarı Kuramı

Ölümün inkar edilmesi 18. yy'e kadar dayanmaktadır. Hastalıklarla başa çıkabilmek, tıp alanındaki gelişmelerle sağlanmaktadır ancak hastalıklara karşı koruyucu önlemler ya da hastalık durumunda tedavi edici önlemlerin artmasıyla, ölüm korkusunda da artış gözlemlenmektedir. Bu iki faktör arasında pozitif ilişki, insanların ölümü inkar ettiğini, yok saydığını göstermektedir (Akalin ve Burcu, blt; Baloğlu, 2013).

Seal ölümün inkar edildiği ve ölümü kabul etmeye direnen yönelimleri ‘‘Ölümün inkarı’’ teziyle savunmaya çalışmıştır. Bu tezin içerisinde ki temel kabul; 20. Yy itibariyle insanların ölümü yaşamdan dışladığı, kabul etmediği, bastırıldığı ve inkar ettiği yönündedir. Bu yaşamın doğal akışında insanlığın tercih ettiği ya da tercih etmek zorunda kaldığı bir durumdur. Psikolojik olarak ölümün tahribatından korunmak için seçilen, ölüm düşüncesini bastırma, yok sayma cesaretine sahip olduğunun bir kanıtıdır. (Akalin, 2006 s.108-110; Osho, 2008; Akt. Durgun, 2010;).

Ölümün inkarı, yapısal olarak psikanalitik kuramın etkisi altında oluşmuş bir tezdır. Ölümü tamamen bilinç altına itildiği görüşünü savunmaktadır. Modern çağ insanının tamamen ölümsüz olma tutkusunu yansıtır. Modern çağ insanın yaptığı her türlü sanatsal üretimde (Film, kitap, müzik, resim...) her zaman ölümsüzlüğüne karşı duyulan arzunun izlerine rastlanabilmektedir. Tüm bu çaba aslında ölümün yarattığı sarsıcı etkinin rahatsızlığından kaçınmak üzere tasarlanmaktadır. İnsanlık içerisinde ki ölüm korkusu nedeniyle savunma mekanizmaları üretmek ve geliştirmek zorunda kalmıştır. Bu noktaya kadar psikanalitik izler taşıyan ölümün inkarı tezi, kişinin kendi ölümünden korkması ve

bu süreci inkar etmesiyle varoluşçu kuramdan da etkilenmiştir (Akt. Akalın, 2006; Baloğlu; 2013 ve Akt. Durgun, 2014). Varoluşçu terapi ile birleştiği nokta; ölüm aslında tüm insanlığın kabul ettiği, kaçınılmaz olarak yaşanacağını bilincinde olunmasına rağmen henüz ölümle yüzleşmeye cesaret edemediğidir. Heidegger'a göre ölüm en geniş anlamda bir yaşam fenomenidir. Sıklıkla ölümden kaçınan insanlar, ölmekte olan yakınlarını dahi ölmeyecekleri üzerine telkin ederler. Bu sayede ölümcül durumu kesinleşmiş bir hastayı dahi kendi bilinçlerinde ki ölümden kaçınma sürecini aktarırlar ve bu durumu genellikle ölecek hastanın kaygılarını dindirmek ve ona şefkat göstermek adına yaparlar. Bu telkin ölüm döşeginde ki hastanın, tamamen yaşama geri kazandırılması üzerine yapılan çift yönlü (hem ölecek hasta hem de hastanın yakınları için) bir bastırmadır. (akt. Akçetin, 2013; Aşkın ve Polat, 2017).

Seal'e göre (1998), modern toplumun ölümü inkar etmesi medya aracılığıyla sık sık diğer insanlara aktarılmaktadır. Medya burada bir araç olarak kullanılmaktadır. Bu aynı zamanda medyanın insanların ilgisini daha fazla çekmek adına ölümü saptırdıkları yani ölümü doğal akışından çıkartarak-saptırarak daha şiddet içeren ve katlanılmaz yanlarına odaklaması, insanların ölüme karşı bakış açısını etkilemektedir. (akt. Akalın ve Burcu, blt.).

Ölümün inkârı tezi yaklaşımına göre, kendi ölümünden kaçış ve başkasının ölümüne odaklanma insanlık tarihinde, 19. ve 20. yy'da mezarlıklara karşı tapınmanın en büyük kanıtıdır. Bu tarzda ölümün daha duygu yüklü ele alınması, ölüme karşı olumlu tutumdan daha fazla uzaklaşmayı getirmektedir. Bu sebeple genellikle mezarlıklar şehir merkezinden çok daha uzaklara yerleştirilmiştir. Bu durum ölümlerle canlılar arasında ki rahatlatıcı çizgiyi çizmekte ve yaşam ile ölüm arasındaki mesafeleri tanımlamaktadır. Sosyal eylem mekanlarında uzak, her türlü eğlenceden yoksun ve hatta çoğu kültürde

mezarlıkların yanında yemek yememe, müzik dinlememe ve konuşmama gibi katı kurallarda mevcuttur. (akt. Akalın ve Burcu, blt; Akalın 2006: 126–127; akt. Baloğlu).

Tüm bu yönelimler göz önünde bulundurulduğunda Seale (1998) de ölümün inkârının sosyal yaşamın devam etmesi ve sürekliliğinin sağlanması için olumlu bir işleve sahip olduğunu savunmaktadır. İnsanlar tarafından ölümün bu şekilde inkarı ve bastırılması psikolojik olarak bireyleri rahatlatmaktadır. Bu rahatlama tamamen ikna ediciliği yüksek bir yaşama uyum süreci sağlamaktadır. Yaşayan her varlık için bu inkar durumu, yaşamın daha kaliteli yaşanması için bir ön koşuldur. Bu sebeple ölümün inkar tezi varoluşsal anlamda insanlığa bir katkıdır (Akt. Akalın, 2006: 126).

Ölümün inkarı tezi, çok farklı görüşlerin bir araya gelmesiyle birlikte net bir kanıda birleşir ve ölüm korkusunun kesinlikle inkar edilmesi gereken bir olgu olduğunu savunur. Bu sebeple farklı araştırmacılarca olumlu veya olumsuz olarak fazlasıyla eleştiriye açık bir tezdur. Ölümün inkarı tezi sosyal ve psikolojik bir olgu olan ölüme farklı açılardan bakmanın yolunu açacak birçok hipotez sunmaktadır. Günümüzde konuyla ilgili tüm tartışmalarda dikkat çekici olan ölümün sosyal yaşamın dışına itilmesinin modern toplumlarda yoğunlaştığının sıklıkla vurgulanmasıdır (Akt. Akalın ve Burcu, blt; Akt. Akçetin, 2014).

2.3. Ölüm ve Ölümün Evrenselliği

Evrensellik; belirli bir düzen, evrensel zorunluluk deyimlerinde olduğu gibi, evrenin bütününe yayılan, evrenin bütünü ve evrendeki her şey için geçerli olan bir kapsayıdır. Evrensellik, farklı olan hiçbir istisna kabul etmez (Akt. Benderli, 2013; Gray, 2013). Bu tanımlamaya bakıldığında ölüm, evrensel bir gerçektir. Anlamlandırma açısından ölüm bireysel ve kültürel olarak algılansa da her canlının yaşaması gereken bir gerçeklik olarak

bakıldığında en gerçekçi evrensel bir olay olduğu anlaşılmaktadır. Her insanda içgüdüsel olarak varlığını hissettiren, "hayatını koruma" ve "sonsuzca kadar yaşama" dürtü ve arzusu, ölüme karşı gösterilen tepkilerin ilk ve derin kaynağını teşkil eder. Tüm insanlık tarihi gözden geçirildiğinde tek tanrılı dinler öncesinden, antik Yunandan, günümüzden örneklere bakıldığında insanlık her dönem ölümle ilgili açıklamalar yapmaya çalışmıştır. Kutsal kitapların özüne bakıldığında hepsinin ortak inancı ölümden sonra ki hayata odaklanması gerektiği üzerine öğütlerle harmanlanmıştır (Öztürk, 2012; Akt. Gencosman ve Madra; 2013; Gray,2013).

İnsanın kendini ve dünyayı anlama çabası, sadece meraktan değil daha çok, varlığını sürdürme ihtiyacından kaynaklanmıştır. Bireyin varlığının devamlılığını anlaması, her gelişim döneminde en temel amacdır ve yok oluş kabul edilmesi zor bir durumdur (Akt. Budak, 2016).

Yaşam, insan bilinci ile algılanan bir gerçeklik ve insanın bu gerçeklikteki var oluş hali olarak tanımlanabilir. İnsan, bilinciyle algıladığı ve eylemleriyle dahil olduğu bu gerçekliği sürekli anlamaya çalışmıştır (Akt. Aksoy, 2014; Vassaf, 2014; Akt. Budak, 2016). Bu anlama çabası büyük ölçüde varlığını sürdürme ihtiyacından kaynaklanmıştır. Bu yargının olağan sonucu, varoluşun sonlanması düşüncesi insanoğlunun kabullenmesi zor bir kavram-anlam olduğudur (Akt. Ateşoğlu, 2017). Bu kavram her ne kadar evrensel olsa da insan yaşamının gelişimsel dönemlerine göre ölüm farklı anlamlandırılabilir. Bu kavramın anlamlandırılabilirliği, insan yaşamının gelişimsel dönemlerine göre ölüm farklı anlamlandırılabilir. Bu kavramın anlamlandırılabilirliği, insan yaşamının gelişimsel dönemlerine göre ölüm farklı anlamlandırılabilir.

2.4. Gelişim Dönemlerine Göre Ölümün Anlamlandırılması

Öz farkındalık insanlık için önemli bir armağandır. Bu armağanın bedeli ise ölüm sürecinin farkındalığıyla yaşam sürdürmektir. Bu durumda varoluşumuz yaş aldıkça,

büyüyüp geliştikçe, zaman ilerledikçe kaçınılmaz bir şekilde bize öleceğimizi bilgisini öğretir. İnsanların ölümü algılayışı gelişim aşamalarına göre farklılık gösterebilmektedir. Bu yargıdan yola çıkarak ölüm kavramının bireye açıklanma biçimi de farklılık gösterebilmektedir. Ölüm kavramı gelişim aşamalarında farklılık gösterse de ortak olan durum; hayatın bir yerde sonlanacağı düşüncesi farklı gelişim aşamasında olan insanları huzursuz etmektedir (Solomon, 2000 ve Akt. Babayiğit, 2008).

2.4.1. Çocuklukta Ölüm Kavramı

Bowlby'e (1980) göre insanda ölüm kavramının gelişme süreci 17 ay civarında başlayabilir. Bebekler bu dönemde kaybolan nesneyi belleklerinde tutabilir. Ayrılık ve kayıp durumlarında üzüntü, protesto etme ve çaresizlik tepkileri gözlemlenebilir (Akt. Erdoğan ve Karaman, 2008). Çocukların işlem öncesi dönemleri, okul öncesi zamana tekabül etmektedir. İşlem öncesi dönem göz önünde bulundurulduğunda bilişsel olarak süreklilik kavramı gelişmediği için ölümün geri dönülmez bir olgu olduğunu anlamlandıramazlar. Buna rağmen çevrenin ölüme verdiği tepkilerden dolayı ölümün ürkütücü ve kaçınılması gereken bir olgu olduğunun kanısına varabilmektedirler. Çocuklar bu dönemde ölümü, yaşamı noktalandıran bir durum olarak değil, geçici bir durum olarak algılamaktadırlar (Bowbly, 1991; Akt. Kamer, 2012; Akay, 2013). Yetişkinlerin ölümle ilgili kaygılarını gözlemleyen çocuk için ölümü anlamlandırmak bilişsel yetinin yetersizliğinden dolayı gözleme dayanarak algılanır. Çocuk, 7-14 yaşlarına geldiğinde ölümün gerçek anlamını içselleştirmeye başlar ve gerçek hayata geri dönüşsüz bir veda gerçek bir son anlamını ölüm ile bağdaştırabilir. Zihinsel ve duygusal gelişimini tamamlayan yani soyut işlem dönemini tamamlayan çocuklar için ölüm kavramı daha net algılanmaya başlanır. Uzmanlar bu konuda genellikle şu uyarıyı

yapmaktadırlar; çocuk ölüm olgusunu bireysel olarak kendi yakının başına gelmeden anlamlandırmaya çalışıyorsa, ölüm kavramını tam olarak içselleştirdiği ya da anlamlandırabildiği anlamına gelmez. Çocuklar ölümlülüğün işaretlerini yaşamlarında tanık oldukları örneklerle bulurlar. Yok olan büyükanne-babalar, hayvanların ölümü, doğanın-ağaçların-düşen yaprakların ölümü, mezarlıklar gibi birçok yok oluşa maruz kalırlar (Slaughter, 2007; Akt. Tosun, 2001; Akt. Akay, 2013). Genellikle bu durumda yetişkinler, çocuklarının bu deneyimlerinden ötürü dehşete kapılarak rahatlatıcı cümleler bulmaya çalışarak ya da terapi yardımı alarak çözmeye çalışırlar. Genellikle, çocuklarının sorguladıkları ölümü çok uzak bir geleceğe gönderirler (akt. Tosun, 2001 ve Slaughter, 2007).

Sonuç olarak, gelişim aşamalarının tamamı göz önünde bulundurulduğunda çocuğun zihninde bir ölüm kavramı tasarısı oluşur. Bu tasarı aşağıda belirtilen sıra ile oluşmaktadır

1. Uyku ve yolculuk olarak algılanan ölüm,
2. Dış faktörlerin etkisiyle benimsenen, 'ayrılık kaygısı ve kendisinden ziyade başkaları için geçerli olma' motiflerini içeren bir ölüm anlayışı,
3. Hayatın kaybedilmesi ve geri dönüşü olmayan evrensel ölüm algısı (Kağıtçıbaşı, 2005 ve Slaughter, 2007).

Ölüm korkusu normal olarak altı yaştan ön ergenliğe kadar yani Freud'un örtük cinsellik dönem olarak adlandırdığı evreye kadar devam eder. Ergenlik ile birlikte ölüm korkusu daha şiddetli bir şekilde ortaya çıkar (Akt. Babayiğit, 2008; Saya ve Sezer; 2009).

2.4.2. Ergenlikte Ölüm Kavramı

Ergenlik dönemiyle ilgili birçok araştırma yapılmasına rağmen, ölüm diğer araştırma alanlarında olduğu gibi bu gelişim noktasının araştırılmasında yetersiz kalan bir alandır.

Ergenliğin çok yönlü boyutları ele alınırken literatür ölüm üzerine yapılan araştırmalar eksik kaldığı gözlemlenmiştir. Genel olarak bakıldığında ölüm olgusunun ergenlerde açığa vurulan bir kaygı yarattığı gözlenebilmektedir. Ergenlik çağının genel özelliklerine bakıldığında kişi kaygıya, depresyona, farklı fobilere açık durumdadır. Bunun en büyük sebebi, genç hayatın farklı alanlarına girerek farklı hedeflere yönelebileceğini deneyimlemeye başlar. Bu süreçte duygu yüklü deneyimler yaşanabilir. Ölümle ilgili tutumlarda bu deneyimlerle değişkenlik gösterebilmektedir (Hökelekli, 1991; Akt. Soylu, 2012; Tosun, 2011; Akt. Akay; 2013). Tüm deneyimlerinin ölümle olan ilişkisini gözden geçirir. Bu süreç ergende çoğu zaman kaygı uyandırır. Ancak bu genellemeyi her ergen için yapmak doğru olmayabilir. Çünkü ergenliği yaşadığı ortam, kişinin bireysel özellikleri, dini inanışları, aile yapısı ölüme karşı bakışını değiştirebilecek etkenler arasındadır. Bu durum gösteriyor ki ergenliğin ölüm karşısında özel bir tutumu olabilir (Hökelekli, 1991; Cüceloğlu 2002; Akt. Tosun, 2011).

Ergenin kendi kişisel özerkliğine olan kuvvetli inancı, asla ölümle karşılaşmayacağı yanılgısına düşmesine sebep olabilir. Bu durum için ergen ölüm ile ilgilenmez yargısını gütmek yanlıştır. Ergenlerin çoğuna baktığımızda korku filmlerinden, savaş filmlerinden, kahramanlık yaratan filmlerden hoşlandıklarını gözlemleyebiliriz. Ölüm saçan ve ölüm odaklı her konuya karşı yönelimleri olan ergenler için ölüm anksiyetesine tepki verdiklerini söylemek çokta yanlış olmayacaktır (Şaylan, 2006; Akt. Çok, 2007; Akt. Babayiğit, 2008; Saya ve Sezer, 2009).

2.4.3. Yetişkinlikte Ölüm Kavramı

Ergenlik sonrasında ölümle ilgili kaygılar hayat içerisinde son bulmuş gibi görünebilmektedir. İnsanların yetişkinlik dönemine denk gelen kariyer sahibi olmak ve

yeni bir aile kurmak düşüncesi baskın gelir. Bu iki önemli sorumluluk ölüm düşüncesinin yerini alır. Meşguliyet ve hedeflerin yoğunluğu insanı nihai sonun düşüncesinden uzaklaştırabilmektedir. Bu sürecin devamı orta yaş krizidir. Bu kriz içerisinde insanlar sorumluluklarını (aile kurmak, kariyer) yerine getirseler de getirmeseler de hayatlarını gözden geçirme ihtiyacı duyarlar. Ne kadar zaman harcadıklarını ve ne kadar zamanları kaldıkları üzerine hayat hesaplamaları yapmaya başladıkları an ölüm düşüncesi tekrar alevlenebilmektedir. Ölümün nihai son olduğu ve kaçınılmaz olarak yaşanacağı düşüncesi daha belirgin olarak anksiyete yaratabilmektedir (Geçtan, 1990; 1989; Babayiğit, 2008; Saya ve Sezer, 2009).

Hayatın en tepe noktası orta yaştır. Zaman artık yukarı doğru değil aşağı doğru ilerlemektedir. Var olmadan önceki yokluktan, var olduktan sonraki yokluğa doğru ivme kazanan insan için ölüm düşüncesi kaçınılmaz olarak yaşanabilmektedir. Bu duruma beden kanıtlar sunar. Kırıksıklıklar, erken yorulmalar, anne-baba kayıpları, kendi çocuklarının varlığı hepsi birer hayatın ölüme doğru gidişini sorgulama sebepleridir. Bu sebepler çoğaldıkça ölüm korkusu adına yaşanabilecek krizlerin çoğalacağı açıktır. Yetişkin insanların günlük yaşamlarında ki eylemler onların ölüm düşüncesi ile ilgili tutumlarına ilişkin bilgi verebilmektedir. Genellikle çocuklarına bir gelecek- daha iyi bir gelecek hazırlama, çocuklardan beklentilerinin artması, vasiyeti hakkında konuşmalar, gençlik dönemlerine kıyasla daha fazla sağlıklı olabilecekleri alanlara yönelme, yaşam tarzını daha kaliteli geçirme gibi tutumlar yetişkinlikteki ölüm olgusunun nasıl karşılandığını açıklayabilmektedir (Geçtan, 1989; Akt. Tosun, 2001; Slaughter, 2007; Akt. Babayiğit, 2008).

2.4.4. Yaşlılıkta Ölüm Kavramı

Hayat yolunun artık yukarı doğru değil, aşağı doğru hızlıca gitmeye başladığı anlaşıldığında ölüm düşünceleri ile çok daha fazla meşgul olunmaktadır. Yaşlılık ile birlikte artık gelecek hayali değil, genellikle geçmiş yaşantı üzerine düşünölmeye başlanır. Bu süreç içerisinde genellikle pişmanlıklar ve keşke olarak nitelendirilen yaşam kişide endişe yaratabilmektedir. Tüm bunlar insanın yaşamdan zevk almasını engelleyici sebepler olabilmektedir. Bu açıdan bakıldığında yaşamın sonlanması ile ölüm korkusu arasında pozitif bir korelasyondan söz etmek çokta yanlış olmayacaktır. Dolayısıyla, yaşlı insan kendisini ölüme hazırlamaya başlar. Swenson (1961) ise, yaşlı insanların ölüm korkusunu dilendirmeden, sık sık ifade etmeden, içsel olarak ölüme beklediklerini veya ölecek olacağı ihtimalini tamamen yok sayarak kaçınma eğilimleri gösterdiklerini ifade eder (Geçtan, 1989; Akt. Babayiğit, 2008; Saya ve Sezer, 2009 s. 151-162). Bu görüşün aksine, Feifel ve Branscomb (1973), böyle bir tutumun yani ölümün yok sayılmasının ya da ölümün dillendirilmemesinin ölüme karşı yapılan bilinçli bir reddetme, bir tepki olarak tanımlar (s. 153-160). Maurois (1981) ise, diğer araştırmacılardan çok ölüm korkusunun nasıl yenilebileceği üzerine yorumlamalar yapmıştır. Yaşlılıkta ölüm korkusunun daha çok arttığını ve bu durumun felsefi düşünce ve dini temelli inançlar ile birlikte geçirilebileceğini ön görmektedir (Geçtan, 1989; Akt. Babayiğit, 2008; Saya ve Sezer, 2009 s. 151-162). Yaşlılık döneminde diğer dönemlere kıyasla ölüm düşüncesiyle daha fazla meşgul olursa dahi, bu insanlar için kabul edilebilir bir durum değildir. Bu sebeple genellikle geçmişten anılar, deneyimler sunmak, yaşlı insanlar çocuklarına öğütler vererek fikirlerini geleceğe yansıtmaya, yaşatmaya çalışırlar. Saplantılı ya da koruyucu-dini temelli ritüellerin, nihai kurtarıcıya karşı arzusunun bu dönemde artmasının en büyük

sebebi ölüm düşüncesini yumuşatacak yöntemler olmaları olabilir (Akt. Tosun, 2001; Slaughter, 2007; Akt. Babayiğit, 2008; Akt. Akay, 2013).

2.5. Korku ve Kaygı(Anksiyete)

Kaygı ve korku aynı anlama gelerek, insanlara aynı deneyimi yaşatıyor veya anlatıyor gibi görünebilmektedir. İnsanlar günlük hayatta bu iki kavramı birbirlerinin yerine kullanabilmektedirler. Ancak, genellikle araştırmacılar bu iki kavramı birbirinden ayırt etmeyi tercih etmişlerdir. Bu ayrım genellikle korkunun fizyolojik bir tepki olduğunu ve kaygının bilişsel faktörlerle daha fazla ilişkisi olduğu üzerinedir (Akt. Yerguz, 2012).

2.5.1. Korkunun Tanımı

Bilinçli olarak tanımlanabilen dış tehlikelere karşı gösterilen duygusal tepkiye korku denir. Korku, gerçekliği olan veya gerçekliğinden emin olarak beklenen bir tehlike ile karşı karşıya kalınması sonucu fizyolojik değişimler yaşanmasıdır. Bu fizyolojik değişimler insan vücudunda ağız kuruması, kalp veya solunum hızlanması, titreme gibi belirtilerdir. Bu açıdan bakıldığında korku her insanın yaşayabileceği ve yaşadığı genel bir duygudur. Aniden ortaya çıkan bir tehlike karşısında istemsiz şekilde verilen tepki-reaksiyon olan korku tamamen insanı koruma amaçlı bir dürtüdür (Akt. Çetinkaya 2004; akt. Duygun, 2010; Özer, 2012). Buradaki tehlike tamamen gerçek ve kaçınılması gereken türdedir. Bu tehlike kişilerde kaç ya da savaş tepkisini ortaya çıkarır. Bu tepki sayesinde korku duyulan anda kişi tüm içsel kaynaklarını kullanarak, tehlikeye karşı kendini savunur. Bu açıdan bakıldığında korku sağlıklı bir duygudur ve insanın hayatta kalmasını destekleyen bir duygu durumudur. Aşırı korku ya da korkusuzluk insanı tehlikeye sürükleyecek iki unsurdur (akt. Çetinkaya 2004; akt. Yerguz, 2012).

Korkudan kaygıya basit bir şekilde, psikolojik sıkıntılarının ve fizyolojik rahatsızlıklarının yoğunlaşması ve insana ıstırap vermesi ile geçilir. Bu geçişteki en önemli nokta şudur; Korku artık gerçekçi olmaktan çıkıp, insan sağlığını ruhsal ya da fiziksel olarak etkilediği anda anksiyete devreye girmektedir (Akt. Çetinkaya, 2004; Öztürk, 2010; Özer, 2012).

2.5.2. Kaygının Tanımı

Kaygı (anksiyete) kelimesinin kökü eski Yunanca “anxietas” olup endişe, korku, merak anlamlarına gelen bir kavramdır. İngilizce anxiety ve Almanca “angst” terimlerine karşılık gelen kaygı genellikle psikoloji alanında araştırma yapan, çalışan insanların dikkatini çekmektedir. Tanımlanabilecek tek bir kaygı unsuru yoktur. İnsanları kaygılandırabilecek birçok unsur vardır. En genel anlamda kaygı; nedeni belirsiz, düşünülen tehditle orantılı olmayan bir uyarandan orantısız şekilde kaçınmaya çalışma durumudur (Öztürk, 2012; akt. Yerguz, 2012; Morgan, 2015;).

S. Freud'un psikanalitik düzeyde tüm çalışmalarına bakıldığında kaygı ve korku kavramlarının birbirinden ayrıldığını görebiliriz. Freud için korku, kişiyi dışarıdan tehdit eden gerçekçi bir tehlikeye karşı gösterilen tepki ve gerekli oranda yaşanan kaçınma, kaçma gibi tepkiler bütünüdür. Nesnel kaygı bir acizlik duygusunu içermektedir ve korkudan daha karmaşıktır. Nevrotik kaygı korkuya daha benzerdir ancak hem nesnel kaygı hem de nevrotik kaygı algılanan bir tehlikeye ilişkin tepkilerdir olarak tarif edilirken, kaygı ise kişiyi içeriden-içsel duygularla tehdit eden tehlikeye karşı orantısız şekilde gösterilen tepki olarak tanımlanmıştır (akt. Eski ve Karakaş, 2009; Özer, 2012; akt. Yerguz, 2012).

Kaygı, gelecekte olabilecek kötü bir olayı korku içinde beklemek şeklinde kendini gösteren evrensel bir insan yaşantısıdır. Bu evrensel yaşantı içerisinde, kişinin kendisi

için tehdit edici unsurları tanımladıktan sonra, yani kendisi için kaygı verici durumların ne olduğunu öğrendikten sonra tehditkar olarak algıladığı her duruma verilen bir tepkidir. Bu süreç klasik koşullanmanın bir sonucudur. Korkulan nesnenin kendisine ve türevlerine karşı her şey genellenerek zihinde kaygı reaksiyonları yaratılır (Akt. Yeğin, 1996; Özer, 2012; Akt. Yerguz, 2012).

Kaygı kişisel olarak başlayan bir süreç olmasına rağmen zamanla sosyal bir problem halini alır. Kaygılar ile ilgili yaşanan hoş olmayan deneyimler sonucu kişinin sosyal ilişkileri zarar görebilir ve kendini toplumdaki soyutlamaya başlar. Kaygının en büyük özelliklerinden biri kronikleşme eğilimine çok açık olmasıdır. Belli başlı unsurları korku ve dehşet olan konuların psikopatolojik olarak kronikleşme eğilimine bağlı olarak kişide karmaşık bir ruhsal durum yaratabilir. Bu durum çeşitli sinir ve akıl hastalarında görülebilir. Psikopatolojik kaygı, insanların günlük hayatını etkileyerek, işlevselliğine zarar veren bir süreçtir. Bu süreç içerisinde insanlar genellikle terapi veya tıbbi yardım alabilmektedirler (Çetinkaya, 2004 ve Özer, 2010). Kaygı, kişinin kendisine veya önemseydiği birine bir tehlike geleceği duygusuna bağlı olarak sürekli olarak huzursuzluk, gerilim ve dayanılmaz korkular yaşamasıdır. Bu hoş olmayan duygusal durum fiziksel olarak kendini gösterebilmektedir. Otonom sinir sistemi faaliyeti olarak kendini gösteren, solunum hızının değişmesi, kalp çarpa hızının artması, ağız kuruluğu, terleme, kaslarda gerginlik ve titremeyi içeren bir şekilde yaşanabilir (Özer, 2002; Tomer and Eliason, 2007; Öztürk, 2012;).

2.5.3. Korku ve Kaygı Arasındaki Geçiş

Kaygı ve korku arasında bireyin tutumu çok önemlidir. Şöyle ki; tutum, zihinsel ve sinirsel olarak tehlike yaratan nesneye karşı hazır bulunuşluluk durumudur. Bilişsel

bileşen birinci öncelik, duygusal bileşen ise ikincil önceliktir. Korku durumunda, bilişsel bileşen birincil önceliklidir. Bu demek oluyor ki, olağan şekilde birey tamamen kendini koruma içgüdüğü ile korku duygusunu yaşamaktadır. Duygusal bileşen ise ikincil önceliklidir. Ancak kaygıda ise duygusal bileşen birincil öncelikli, bilişsel bileşen ise ikincil önceliklidir. Kaygı ile korku arasında büyük bir ayrımı olduğunu belirten Kierkegaard (akt. Akış, 2014 s. 12-19) kaygının nesnesinin yokluktan geldiğini yani bir hiçlik olduğunu belirtmektedir. May (akt. Işık, 2015 s. 9-17) ise, kaygıyı belirsizlikliğin verdiği endişeden oluşan yaşamdaki acizlik ve bireyin kendisine yönelik olarak algıladığı varlığına tehdit olarak belirtmektedir. Her ikisi de kaygının korkudan doğduğunu belirtmektedir. Korkunun dışı vurumunun kaygı (anksiyete) olarak yaşandığını belirtmişlerdir. Korku, kaygıya kıyasla daha net şekilde ifade edilebilirken kaygı genellikle bir his olarak kalmaktadır. Spesifik olarak bir tanımlama yapmak zordur. Bu sebeple bir hiçlik olan kaygı ile insanın savaşması neredeyse imkansızdır. Kaygı ile savaşabilmenin tek yolu kaygının bir korku olarak tanımlanmasıdır. Bu durumda yaşanan her türlü kaygının kaynağını bulmak demek aslında kişinin korktuğu şeyi tanımlamaktan geçmektedir. İnsanlar da kaygılarını korkulara dönüştürerek onunla savaşabilirler (Yalom, 2001; Akt. Akış, 2014; akt. Işık, 2015).

2.5.4. Psikopatolojik Anksiyetenin Tanımlanması

İnsanlar zaman zaman değişik düzeylerde anksiyete yaşarlar. Anksiyete yaşam içerisindeki günlük streslere verilen bir tepkidir ve olağandır. Gerekli miktar anksiyete kişiyi teşvik ederek performans düzeyini artırabilirken, gereğinden fazla duyumsanan anksiyete, bireyin performansını azaltarak başarısızlığa iter ve düşük öz saygıya neden olur. Bunların yanında süre ya da şiddet olarak aşırı olması, kişinin yaşamını olumsuz

etkilemeye başlaması anksiyetenin patolojik boyut aldığını düşündürebilir. Patolojik anksiyetenin normal ruhsal uyum durumundan ayrımının yapılması gerekmektedir. Anksiyete bozuklukları yetersizlik noktasında başlar. Anksiyete, kişinin düşüncelerini ve psikososyal işlevlerini, kısacası hayata karşı işlevsizliğini yarattığında patolojik anksiyete göz önünde bulundurulmalıdır. İnsanlarda kaygı doruğa ulaştığında kaçma ve kaçınmalar başlar (Sayar, 2000 ve Akt. Dansuk, 2014). Varoluşçu temaya göre özgürlük kısıtlandığı an kişi anksiyete yaşamaya başlar. Bu durum ya bir uyanış ya da bir karanlığa yol açabilir. Tillich, ölüme rağmen “’olmak cesareti” gösterilmediğinde patolojik anksiyetenin devreye girdiğini belirtmektedir (Yalom, 2001 ve akt. Dansuk, 2014).

2.6. Ölüm Kaygısı (Anksiyetesi)

Ölümden anksiyetesinin birçok tanımı yapılabilir. Her insanın ölüm olgusu ile ilgili kaygılarının farklı olmasından dolayı net bir tanımlama yapmak pek mümkün değildir. Ancak, ölüm anksiyetesini en genel ifade ile şöyle tanımlayabiliriz; yaşamamaktan, varlığı devam ettirememekten duyulan korkunun yol açtığı günlük işlevleri yerine getirememeye ya da sağlıksız bir ruhsal sürece neden olan aşırı kaygı durumu. Bu kaygının diğer kaygı durumlarından en büyük farklı bir nesnesinin olmamasıdır. Bu sebeple kişi neden korktuğunu tam olarak aktaramaz (Erdoğan ve Özkan, 2007; Özdemir 2014). Herkesin ölüm anksiyetesi kendi tanımlamalarına özgü olsa da alttan yatan bir yok olma durumunun, ölüm anın nasıl olacağı ile ilgili, ölümden sonra neler olacağı ile ilgili, ölümden sonra yakınlarının ne yapacağı ya da yakınları öldüğünden kişinin kendisinin ne yapacağı ile ilgili, ölümden sonra yaşamın bir daha olup olmayacağı ile ilgili düşüncelerin verdiği endişe insanı tedirgin etmektedir. (Neimeyer, 2003; akt. Benderli, 2013; Sarıkaya, 2013). Ölüm insanın tecrübesi dışında gerçekleşen bir bilinmeyendir. Ölümün bir

bilinmeyen, tecrübelenemeyen bir kavram olmasında dolayı insanların bu konuya bakış açıları değişmektedir. Ölümü düşünmek bazı insanlar için gerçek hayata ulaşma yoluken, bazı insanlar için hayatın tamamen sonlanması demektir. Bu iki yargıya bağlı olarak ölüm bir kurtuluş ya da yeniden başlangıç ya da bir son buluş olabilmektedir. Bu yargılar genellikle kişilerde bir stres kaynağına neden olabilmektedir. İnsan her ne kadar kendi ölümünü deneyimlemese de çevresinde ki insanların ölümlerine karşılık yüklediği anlamlar ve yaşadığı tecrübeler sonucu ölümle ilgili belirli yargılara varabilmektedirler (Akt. Babayiğit,2001; Akçetin, 2010; Vassaf 2013). Bir cenaze arabası görmek, bir tanıdığının mezarına gitmek, yakın birinin kaybı, hastanede morgdan geçmek... gibi durumlar insanlarda belirli, anlık bir ölüm konusu yaratabilmektedir. Ölüm anı, ölüm süreci ve ölümden sonra yaşanacaklar veya yaşanamayacaklar bir bilinmezliktir ve aynı zamanda ön görülmez bir durumdur. Ölüm anın ve sürecinin düşünülmesi, hayal edilmesi hem kişinin kendi bedeni için hem de sevdiği birinin bedenini hayal etmesi insanlarda kaygı yaratabilecek durumlardır. Bu sebeple, ölüm düşüncesi insanları kaygıya veya korkuya sürüklemektedir. Ölüm düşüncesinin kaygı veya korku olarak yaşanması kişinin ölüm kavramına ne anlam yüklediği ve hayatında ölüm kavramı üzerinden neler düşündüğü ya da ölümü ne kadar kabul ettiği ile ilgilidir. İnsanın hayatta en temel kaygısı, ölüm kaygısıdır. İnsanların yaşadığı ve hayatını zorlaştıran pek çok kaygı türü (agorafobi, panik atak, yaygın anksiyete bozukluğu, sosyal fobi, özgül fobi, okb...) mevcuttur (Akalin, 2006; Akçetin, 2010; Badur, 2010). Ölüm kaygısı bu yaşanan pek çok kaygının temel sebebidir. Ölüm çok doğal bir şekilde insanı korkutan bir olgudur. Ancak, tüm insanlar için geçerli olan bu korku durumu zaman zaman yerini daha yaygın bir ölüm düşüncesine bırakarak, işlev kaybına neden olabilmektedir. Çünkü, her insan bir gün ölecek olacağı bilgisiyle hayatını devam ettirmeye çalışmaktadır. Bu hayat içerisinde

zaman zaman ölümü hatırlatacak uyaranlara maruz kalındığında anlık korkular yaşanması çok olağandır. Bu sebeple ölüm konusunda “kaygı ve korku” kavramları genellikle birbiri yerine kullanıldığına rastlanılmaktadır (Hökelekli, 1991 ve Işık 2008). Ölüm kaygısı, ölüm korkusundan farklı olarak ölümü hatırlatıcı uyaranların dışında kişinin sürekli olarak ölümden korkma, öldükten sonra yaşayacaklarından korkma, ölüm anından korkma, sevdiklerinin ölümünden korkma, cesetten korkma, acı çekerek ölmekten korkma, ölümü düşünmek ve konuşmaktan tedirgin olma gibi düşüncelerle hayata karşı işlevsiz ve savunmasız kalmasına neden olabilmektedir. Kişi bu durumda sürekli olarak bir ölüm kaygısı duymaktadır. Ölüm kaygısı, bu durumda kişinin hayatında çoğu zaman şekil değiştirerek farklı kaygılar olarak insan hayatının tüm evrelerine yayılabilmektedir. Psikiyatri ya da psikoloji alanında ölüm kaygısı diye bir hastalıktan ya da sendromdan bahsedilemez ancak birçok insan “ölümden korkuyorum.” Diyerek farklı hikayeler ve farklı yaşantılar sonucu yaşadıkları korkuları tarif etmek, çözüm bulmak adına danışma almak ya da tedavi olmak istemektedirler (Akt. Büyükbakkal, 1997; Akt. Akgünlü, 1998; Kağıtçıbaşı, 2005; Akt. Benderli, 2013;). Bu hastaların çoğunda panik atak, obsesif-kompulsif bozukluk, panik bozukluk, yaygın anksiyete... gibi psikiyatrik tanılara rastlanılmaktadır. Ölçsüz ve psikopatolojik şekilde ortaya çıkan ya da gizli kalan ölüm düşüncesinin yarattığı kaygı insanın psikolojisini olumsuz yönde etkileyebilmesinden dolayı kişinin işlevselliğini kaybetmesine neden olabilmektedir (Tekin, 2014). Ölüm düşüncesine karşı alınan tavır, insanların hayata karşı dengesini ya da uyumunu zedeleyebilmektedir. Bu zedelenen faktörler arttıkça insanların yaşadığı kaygı düzeyinde olumsuz yönde değişiklikler görülebilmektedir. Kaygı düzeyi arttıkça bireyin çevresine karşı uyumunda farklılaşmalar ve dengesizliklere rastlanılabilmektedir. Bu nedenle insanın dengesini koruması açısından zihinde tamamen bastırılmayan ölüm

düşüncesinin sınırlarını belirlemek, ölüm düşüncesinin açık mı yoksa örtük mü olduğunu belirlemek, ölüm düşüncesine karşı benimsenen tavrı belirlemek tedavi için önemli etkenlerdir (Osho, 2008; Öztürk, 2010; Tekin, 2014).

2.6.1. Açık Ölüm Anksiyetesi

İnsanlar anksiyeteyi genellikle başa gelen herhangi bir kötülük, terk edilme, kayıp olma, yok olma korkusuyla birleştirme eğilimindedirler. Ölüm düşüncesine atfedilen anlama göre kaygı durumları değişiklik gösterebilmektedir. Kimi insanlar ölüm anından korkarken, kimilerini ölümden sonra ki yaşam kaygılandırabilmektedir. Kimileri için çok daha içselleştirilmiş bir kayıp, yok olma korkusu yani, var olmama durumunu anlamlandırmada zorluk çekebilmektedirler ya da kişisel dünyalarının yok olma fikri kişide tedirginlik yaratabilmektedir. Tüm bu korkular kişi tarafından açıkça belirtilebilir. Açık ölüm anksiyetesi yaşayan kişi korkularını ifade edebilir ve birçoğu ölüm anksiyetesi nöbetleri geçirebilirler (Tanhan, 2006; Akt. Babayiğit, 2008; Akt. Budak 2013). Açık ölüm anksiyetesi, insanları kendi yaşamları hakkında sorgulamalara sürüklemektedir. Bu sürüklenme eğer sağlam adımlara dönüşmezse kişi hayatı ile ilgili anlam karmaşasına düşebilmektedir. Bazı durumlarda insanlar ölüm korkularını daha ileri boyutlarda yaşayabilmektedirler. Bu durumda hayat dayanılmaz bir işkence haline dönüşebilir çünkü kişi ailesini, yaşamını, işini, arkadaşlarını ve eğer gerçekten ölecekse neden yaşadığı üzerine sorgulamaya başlar. Genellikle bu sorgulamanın sonucu hiçbir şey sabit ve kalıcı değilse ben ve sevdiğim bir gün öleceksek neden yaşıyoruz? Bu hayatın hiçbir anlamı yok... Gibi çıkmazlara dayanabilir (Akt. Babayiğit, 2008; Öztürk, 2010; Akt. Dansuk, 2014). Açık ölüm anksiyetesi yaşayan kişilere karşı uzmanların yaptığı en büyük hata kişinin ölüm anksiyetesini yok sayarak, anksiyeteyi başka bir kaygıya atfetmektir yani

açık ölüm kaygısının aslında ölümlle, ölümün kendisiyle, ölmekle alakalı olmadığını başka bir problemin maskelenmesi sonucu kişinin ölüm anksiyetesi yaşadığını düşünmektir. Genellikle varoluşçu terapistler haricinde, terapistler ölüm ve ölmek üzerine yaşanan kaygının ciddiyetini fark edemedikleri için inceleyememektedirler. Bu aslında Freud'un histeri çalışmalarına dayanan bir düşüncedir (Tekin, 2014 ve Şahin, 2016). Freud (1895) nevrozun kökenlerinin çeşitli bilinçdışı, ilkel, içgüdüsel güçler arasındaki çatışmaya dayandığını ve bu sebeple bilinçdışında bir temsili olmadığı için ölümün bir nevroz oluşumunda etkili olamayacağını açıklamaktadır (akt. Strachey, 2000 ve akt. Babayiğit, 2008). Bunun için iki neden ileri sürmektedir;

1. Ölümle ilgili kişisel-bireysel bir deneyimimiz asla olamaz.
2. Var olmadığımızı düşünmek, hayal etmek insanlar için mümkün olmayan bir durumdur.

Freud 1. Dünya savaşı sonrasında "Ölüme karşı tutumlarımız" makalesinde ölüm hakkında oldukça etkileyici bilgiler vermiş olmasına rağmen ölümü psikanalitik kuram içerisinde işlenmeye değer görmemiştir. Bu durum bundan sonraki terapistleri etkilemiştir. Kaygının asıl temeli olan ölümden insanı uzaklaştırarak, ölümün bilinçdışında temsil ettiğine inandığı terk edilme ve kastrasyon korkusuna yöneltmiştir (akt. Babayiğit, 2008).

2.6.2. Örtük Ölüm Anksiyetesi

Örtülü ölüm anksiyetesiyle çalışmak açık ölüm anksiyetesiyle çalışmaktan biraz daha zor bir olgudur. Bunun en büyük sebebi kişi yaşadığı rahatsız edici durumun gerçekliğinin, asıl sebebinin farkında olmamasıdır. Bu sebeple örtük ölüm anksiyetesini açığa çıkartmak için belirli bir çaba harcamak gerekebilmektedir. Her insan yaşadığı ölüm anksiyetesini

bastırma eğilimindedir. İnsanların hem yaşama karşı bakışları hem de ölüme karşı edindikleri tutumlar birbirinden oldukça farklıdır (Wittkowski, 2001 ve Tanhan 2006). Her insanın yaşam tarzı farklı olduğu gibi, her insan ölümden de kendi tarzında korkar. Bu sebeple insanların ölüm anksiyesiyle yüzleşmeleri de farklı şekillerde ve farklı yoğunluklarda yaşanmaktadır. Yalom, ölüm anksiyesini yaşayan ruhsal rahatsızlık durumlarıyla ilişkilendirir (Akt. Babayiğit, 2008). Yalom'un danışanları kendiliğinden ölüm korkularından, ölüm hakkında ki düşüncelerinden ya da ölüm anksiyetelerinden bahsetmeseler dahi, belirli durumlarda ölüm anksiyesini psikoterapi sürecinin bir parçası yapar. Burada ki en büyük amaç tabi ki danışanı ölüm düşüncesi ile rahatsız etmek değildir. Asıl durum, ölüm anksiyesi birçok sorunun arkasındaki gizli ve örtük neden olarak görüldüğü için danışanın yaşadığı sıkıntı verici durumu çözmek adına ölüm hakkındaki düşünceleri incelenmektedir. Örtük olan ölüm korkusu belirli çalışmalar ile birlikte bilinç düzeyine getirilip, ölüme bilinçli bir tavır sergilemenin ya da ölüm duygusunun işlenmesi sayesinde belirli klinik değişimler yaşanabileceği düşünülmektedir (Akalin 2006; Akt. Babayiğit, 2008; Badur, 2010). Psikiyatri alanında yapılan araştırmalar incelendiğinde ölüm korkusunun en fazla anksiyete bozuklukları ile açığa çıktığı gözlemlenmektedir. Genellikle örtük olarak başlayan ölüm kaygısı süreci terapi ilerledikçe kendini açık ölüm korkusu olarak gösterir. Özellikle panik atak hastaları yaşadıkları süreçleri aktarırken panik atak anında en çok ölmekten korktuklarını belirtmekteledir. Genellikle örtük ölüm anksiyesi yaşayan kişilerin ölüm düşünceleri ne kadar gizlenmiş gibi gözükse de rüyalarında açığa çıkabilir (; Akt. Adanır, 2008; Badur, 2010; Akt. Tüfekçi, 2014)

2.6.2.1 Ölüm Anksiyetesi ve Rüyalar

Uyku ve rüyada, beynin çağrışımlarla ilgili işlevlerinin arttığı görülmektedir. Günlük olaylarda yaşanan neden sonuç ilişkileri, diğer insanlara atfedilen değerler ve hayat içerisinde stresör olan her faktör rüyalarda korunabilirken, bazen de tamamen bozulabilmektedir. Kişi rüyalarını kendi isteği üzerine yönlendirmektedir ve günlük hayatın yansımalarını rüyalarda tamamlanmaktadır (Arıtan, 1997; Irak, 1998; akt. Kanıt, 2001). Sosyal hayat içerisinde yaşanan kişilerarası çatışmalar bu şekilde çözümlenebilmektedir. Kişi rüyasında oluşturacağı var sanılar ile birlikte istediği herhangi bir kişi olabilir ya da istediği herhangi bir kişiyi istediği kalıba sokabilir. Bu sebeple rüyalar bilgilerin organizasyonu, bu organizasyonun kişiye ne anlam kattığı ya da günlük psikolojik sorunların çözümlenmesine bir yol gösterici olarak düşünülebilmektedir. Psikopatolojik sorunların bu şekilde çözümlenmesine yardımcı olan rüyaların psikoterapilerde kullanılması duygusal uyum mekanizmasını güçlendirmektedir (Irak, 1998; Gürleyen, 2003; Akt. Babayiğit, 2008). Her kabus aslında ölüm anksiyetesinin saklandığı yerden çıktığı birandır. Kabuslar bu bakımdan düşünüldüğünde kişiyi uyandıracak kadar tehdit edicidir. Kişi genellikle hayatını kurtarmak için birilerinden kaçıyor ya da birilerini yakalamaya çalışıyordu. Genellikle yüksek bir yerden düşüş anında kişi biranda uyanır. Bazen kendi ölümüne, bazen yakının ölümüne ya da ölümcül bir tehditten kaçarken ya da tam ölürken kişi uykusundan uyanır. Genellikle gün içerisinde gördüğü bu kabusların etkisinden kurtulmaya, hatırlamamaya çalışır. Ölüm genellikle rüyalarda sembolik şekilde görülebilmektedir (Freud, Blt; Gürleyen, 2003; Akt. Babayiğit, 2008). Bir yakının kaybı ya da ölümcül bir hastalığa yakalanmak, bir cenazeye katılmak gibi yaşamı tehdit edici olaylar yaşayan kişiler için ölüm anksiyetesi uyanmış demektir. Bu kişiler genellikle

uykularında gördükleri rüya sayısı ve kabus oranları artmıştır. Bu durumda açık ölüm anksiyetesi ile kişi yüzleşmek zorunda kalır. Bu yüzleşme gerçekleşmediği zaman hasta ölüme bağlı olan anksiyetesinin yön değiştirerek bir şeye bağlı anksiyeteye olarak ortaya çıktığı iddia edilir (akt. Arıtan 1997; Geçtan, 2000; Akt. Babayiğit, 2008).

2.7. Ölüm Anksiyetesini Açıklayan Kuramlar

İnsanlık tarihi boyunca ölüm kavramına çok farklı bakış açıları, inanışlar geliştirilmiştir. Geliştirilen bu inanışlar ve farklı bakış açıları psikoloji alanında ölüme karşı insanların gösterdiği tepkilerin incelenmesine sebep olmuştur. Kaygıyı açıklayan birçok kuram bulunabilirken, ölüm kaygısını araştırmaya ve geliştirmeye yönelik sınırlı sayıda literatür bilgisi mevcuttur (Hökelekli, 1991; Sayar, 2000; Erdoğan, 2007). Ölüm kaygısı çeşitli ruhsal rahatsızlıklarda görülen belirtilerden birisidir. Ancak bireyde ölüm kaygı ve korkusunun varlığı psikiyatrik bir tanı gerektirmemektedir. Ölüme ilişkin kaygılar yaşantılar yoluyla da öğrenilebilir. Ölüm kaygısının farklı şekillerde bastırıldığı ve görmezden gelindiği söylenebilir. Birçok psikoloji kuramı ölüm kaygısını farklı açılardan ilgilenmiştir. Bazı kuramlar özellikle varoluşçu kuram ve dehşet yönetim kuramı hastalıkların ya da psikolojik uyum sorunlarının merkezine ölüm anksiyetesinin yarattığı durumu koymuşlardır (Hökelekli 1993; Geçtan, 2002; Akt. Bezirci, 2016). Bu kuramların yanı sıra günümüzde özellikle davranışsal patolojilerin çözümünde sıklıkla baş vurulan Bilişsel-Davranışsal kuramda ölüm anksiyetesinin etkilerini açıklamaya çalışmıştır. Psikanalitik kuram içerisinde ölüm düşüncesinin verdiği yıkıcı etki incelenmiştir (akt. Büyükbakkal, 1997 ve Sarıkaya, 2013).

2.7.1. Varoluşçu Kuram ve Ölüm Anksiyetesi

Özellikle varoluşçu psikologlara göre, ölüm kaygısı pek çok kaygının ve fobinin temelinde olan unsurdur. İnsanlar, enerjilerinin büyük bir kısmını bu kaygıyı kontrol etmeye harcarlar. İnsan, ölümün kaçınılmazlığını bildiği halde sürekli kendini koruma çabası içerisinde. Kültürel unsurlardaki ölümsüzlük sembollerinden de faydalanarak kendini ölüm kaygısına karşı korumaya çalışır. Varoluşçu kurama göre anksiyete ‘‘zeminizlik’’ yaşamasına bağlı olarak, insanların hayatına bir anlam verememeleri ya da hayatı yaşanacak kadar anlamlı bulmamaları sonucunda yaşadıkları hiçlik duygusuna bağlamaktadır. Burada yaşanan hiçlik duygusu en temel kaygı biçimidir (akt. İçöz, 2015 ve akt. Bezirci, 2016). Hiçlikten korkmak ve hiçlikten kaçınmaya çalışmak fiziksel olarak ölüm olmasa ya da yaşanmasa dahi bir gün ölecek olacağını bilinmesinden kaynaklı olarak yaşanan anksiyete durumunun gözlemlendiği klinik bir durumdur. Yalom, kaçınılmaz olan şeyin ölüm değil, ölümü düşünmek olduğunu savunmuştur (akt. Kanit, 2001; Geçtan, 2002; Sarıkaya, 2013). Kaçınılmaz olan ölüm düşüncesini doğru kullanamamak, olumlu bir hayat enerjisine çevirememek anksiyeteyi psikopatolojik boyutlara taşımaktadır. Tüm insanların yaşadığı en temel kaygı ölüm kaygısıdır çünkü var olmanın en temel unsuru hayatta olmaktır. Bu kaygıdan kurtulmanın değil baş etmenin yolları vardır. Ölümle yüzleşebilmek ve ölümün varlığını bilerek yaşamaya devam etmek ve ölümün yaşamın bir parçası olduğunu kabul etmek ölüm kaygısı ile baş edebilmenin en büyük anahtarlarıdır (akt. Babayiğit, 2008 ve Sarıkaya, 2013). Psikolojik açıdan sağlıklı bireylerin var olabilmesi için en temel kaygı olan ölüm kaygısının kabullenilmesi ve her birey tarafından açıkça kendine özgü olarak ölüm kaygısını, hayatında tanımlayabileceği bir alan olması önemlidir (akt. Bezirci, 2010). Varoluşçu psikoterapiye göre ölümün hayatın bir parçası olduğunu kabul etmek ve aynı zamanda

çevresinde ki insanların ölümü olduğunu bilmek ve kabul etmek önemlidir. Bu şekilde kabullenen ölüm insanı, hayatında geri kalan günlerini yaşaması için daha sağlıklı değerlendirme yapmaya, yaşamını en iyi şekilde anlamlandırma itebilecektir. Her bireyin sahip olduğu potansiyeli kendi değerleri çerçevesinde kullanmasına, kendini olduğu gibi tüm yönleri, seçimleri, sorumlulukları ve özgürlük alanları ile kabul etmesine buna bağlı olarak çevresi ile birlikte kurduğu iletişimi kişinin otantikliğidir (Akalin, 2006; Akçetin, 2010; Badur, 2010; Akış, 2014). Bu sebeple otantiklik kavramı varoluşçu psikolojide önemli bir yere sahiptir. İnsanlar otantik olmaktan kaçınırsa psikopatolojik sorunlara gebe kalabilmektedir. Yalom'a göre insanları otantik olmaktan alıkoyan dört temel etken vardır. Bunlar; ölüm kaygısı, özgürlük alanları, anlamsızlık ve yalnızlıktır. Özgürlük alanlarının varlığı yaşam veya ölümü seçmek gibi bir kapı açar (Badur, 2010; Sarıkaya, 2013). Açılan kapının ardında yaşanan olaylara ne denli anlam ve anlamsızlık yükleneceği ya da bu yükleme sonucu kişinin yalnızlık yaşayıp yaşayamayacağı kişinin tamamen kendi kontrolündedir. Bu durum kişide büyük bir sorumluluk yaratır ve bu sorumluluk kişinin hayatında büyük bir kaygı uyandırır. Ölecek olmasına rağmen yaşamayı seçen kişi için ölüm düşüncesine bağlı yaşanan ölüm kaygısı her zaman var olacaktır. Ölüm düşüncesinin insanda kaygı yarattığı aşikardır. Bu durumun yanı sıra ölüm düşüncesi insanda kaygı yaratırken aynı zamanda yaşamını da anlamlı kılmaktadır (Akçetin, 2010 ve akt. Bezirci, 2016). Ölüm kaygısı aynı zamanda kişiyi hayata bağlayan, varoluşunu anlamlandırmasına destek olan en büyük nedenlerden biridir. Ölümü yaşamının kaçınılmaz bir parçası olarak kabul eden insanın yaşamı bütünüyle daha anlamlı olacaktır. Bu anlam sadece ölüm gerçeğiyle, kişinin tüm çıplaklığı ile yüzleşmesi sayesinde bulunabilir (akt. Çetinkaya, 2004; Babayiğit, 2008; Cicero, 2014). Kişi bu yüzleşmeyi ne kadar sağlıklı yapabilirse, ruh sağlığını da o kadar koruyabilmektedir.

Ölüm tüm insanlar ve insanların yakınları için kaçınılmaz bir gerçektir. Önemli olan bu gerçeği kabullenerek yaşamaya devam etmek ve bu gerçeğe yaşamı bütünleştirerek devamını sağlayabilmektir (Geçtan, 2002; Sarıkaya 2013; İçöz, 2015).

2.7.2. Dehşet Yönetimi Kuramı ve Ölüm Anksiyetesi

İnsanların yaşadığı en büyük çatışmalardan biri hatta en büyüğü ölümlü olmasını bilmesine rağmen hayatını sürdürmeye karşı çok kuvvetli bir istek duymalarıdır. Bu iki zıt kutup insanları içsel bir çatışmaya sürükler. Bu çatışma sonucu insanları geren ve rahatsız eden belli bir takım düşünce kalıpları, ruhsal bunalımlar oluşmaktadır (Mert, 2007; Uğurlu ve Doğulu, 2015). Bu çatışmanın oluşturduğu rahatsız edici gerilimden kurtulmak için tüm insanlar kendilerine özgü çeşitli davranışlarda bulunurlar. Çatışmanın doğasından dolayı insanların bu davranışlar genellikle yıkıcı, dehşet içeriklidir. İnsan davranışları diğerlerine karşı yıkıcı ve dehşet içerikli olmasına rağmen aynı zamanda diğerlerine her zaman ihtiyaç duyar. İnsanoğlu belli bir kültür ve toplum olma ihtiyacına yönelik davranır. Bu durumda terör yönetimi kuramı genel anlamda iki temel hipotezden gücünü alır;

1. Kaygı tamponu hipotezi.
2. Ölümlülüğün belirginleşmesi hipotezi.

Dehşet yönetimi kuramına göre insanlar ölümlü olduklarını hatırladıklarında belirli bir anksiyete yaşarlar. Bireyler ölüm karşısında yaşadıkları dehşet verici düşünceleri hafifletmek için iki temel savunma mekanizma kullanırlar. Bu savunma mekanizmalarından ilki öz-saygıyı yükseltmektir. İkincisi ise bir kültüre, topluma dahil olmak ya da bir grubun parçası olmaktır (Mert, 2007; Kökdemir ve Yeniçeri, 2010; Güzel, 2012;). Ölüm düşüncesinin yaşattığı anksiyeteyi azaltmak için her insan benlik saygısını

en üst seviyeye çıkarmaya çalışır. Benlik saygısını yükseltmesi için diğer insanlara muhtaçtır. Toplum, kültür kısacası diğerleri tarafından kabul görmek bireyin benlik saygısını yükseltmesini sağlayacaktır. Kişiler arası yakın ilişkilerin ölüm düşüncesine karşı bir tampon görevi görebileceğini belirtmektedirler. Dehşet yönetimi kuramı, ilk olarak Tom Pyszczynski, Jeff Greenberg ve Sheldon Solomon tarafından 1986 yılında ortaya atılmıştır (Aksüt, 2008; Mert, blt.). Dehşet yönetimi kuramının temeli hem biyolojik hem de psikolojik bir temele dayanmaktadır. Bu açıdan bakıldığında Freud, Rank ve Maslow gibi kuramcılarının kuramlarını toparlayıcı bir yaklaşım sergilemektedir (Bulut, 2005; Mert, 2008). Dehşet Yönetim kuramı, bir kültürel antropolog olan Becker'in insanların ölüm üzerine ve yıkıcı davranışları üzerine belirli araştırmalarının sonucunda tam olarak kabul görmüş bir kuram olarak hayata geçmiştir. Becker'e göre, insanın temel motivasyonu ölümsüz olmayı aramaya çalışması ve ölümü tamamen inkar etmesidir. (Kökdemir ve Yeniçeri, 2010; Güzel, 2012). İnsanın ölümü inkar etmesinin ve ölümsüzlüğe dayalı yaşam isteğinin nedeni, insan güdüsünün en temel yapısının yaşamını sürdürmeye dayalı olan isteği olarak tanımlayabiliriz. İnsan yaşamını oluşturan tüm diğer güdüler yaşamını sürdürme güdüsünün etrafında şekillenir. İnsanlar diğer canlılar gibi kendilerini koruma temel içgüdüsüne sahiptirler. Buna rağmen, insanların entelektüel yeteneğe sahip olmaları onları diğer canlılardan ayırmaktadır. Bu da onlara ölümün kaçınılmazlığının farkında olmalarını açıkça ve acı verici bir şekilde göstermektedir. Bundan dolayı insanlar en temel ihtiyaçlarının ve arzularının sonuçta yitirebileceği bilgisi ile yaşamak zorundadırlar (Aksüt, 2008; Güzel, 2012; Bulut, 2015). Dehşet yönetimi kuramının genel savı, her insanın ister istemez ölüm düşüncesi nedeniyle strese maruz kalmasıdır. Bu sav ile insan davranışlarının açıklanması ve anlamlandırılması sağlanmıştır. Bu sava göre, insanı diğer canlılardan ayıran en büyük özelliği akli ve

aklının sayesinde farkındalık kazanabilme yetisidir. Bu durum bir avantaj gibi gözükse de farkındalık aynı zamanda insanlar için büyük bir anksiyete kaynağı olabilmektedir. Çünkü akli ve aklının sayesinde edindiği farkındalık ile ölümü anlamlandırır. Hem çevresi hem kendisi için ölümlü olduğunu anlamlandıran insan hem bedensel hem psikolojik ruhsal bir terör yaşar. (Aksüt, 2008; Mert, 2008; Güzel, 2012; Bulut, 2015).

2.7.3. Klasik Psikanalitik-Analitik Kuram ve Ölüm Anksiyetesi

Varoluşçu kuramda kaygıyı oluşturan ölüm kaygısı, özgürlük alanları, anlamsızlık ve yalnızlık kavramları iken klasik psikanalizde kaygıyı oluşturan etki dürtülerdir. Psikanalitik kuramın kurucusu Freud'un tüm çalışmaları, makaleler ve araştırmaları incelendiğinde, ölüm kaygısı ile ilgili olarak genel bir yargıya varmadığı, ölüm düşüncesi ve ölüm düşüncesinin insanların üzerinde yarattığı etki üzerine herhangi bir görüş bildirmediği görülmektedir (Geçtan, 1990; Erdoğan, 2007; Sarıkaya, 2013). Bu gösteriyor ki, insanların ortak kaygısı olan ölüm psikanalitik kuramda ihmal edilmiş bir konudur. Psikanalitik kuram ilk dönemlerde anksiyetenin, ruhsal enerjinin artışına neden olduğunu savunmuştur. Bu görüşün sonrasında anksiyete kendi dışımızda bilinçdışında oluşan herhangi bir tehlikenin varlığı ile açıklanmaya çalışılmıştır. Aynı zamanda Freud'a göre anksiyete insanların içsel çatışmaları sonucu ortaya çıkan bir durumdur (Freud, blt.).

Bu çatışmanın genellikle iki durumda ortaya çıkar;

1. Cinsellik ya da saldırganlık dürtülerinin var olması.
2. Kişinin süper egosu.

Bu iki durumun ortaya çıkmasında kişiye anksiyete eşlik etmektedir. Anksiyete, kişinin süper egosu ile bilinçdışında var olan cinsellik saldırganlık gibi dürtülerin savaş halinde olmasından kaynaklanır. Ölüm kavramı Psikanalitik kuramda daha çok ölüm içgüdü

kavramı içinde değerlendirilir. Ölüm iç güdüsünün haricinde bir de yaşam iç güdüsü mevcuttur. Tüm insanlar bu iki iç güdüye doğuştan sahiptirler (Geçtan, 2000; akt. Akçetin, 2010; akt. Eğrilmez, 2012; akt. Habip, 2012). Ölüm içgüdüleri ölümü amaçlar yıkıcı, yok edici tüm eğilimler ölüm iç güdüsü içerisinde. Bu durumun tam tersine tekabül eden yaşam iç güdüsü ise insanın yaşama coşkusunu arttıran açlık, cinsellik gibi yaşamsal ihtiyaçlara cevap aramaya çalışan ve insanın hayatta kalmasını amaçlayan güdüdür. En temel bu iki iç güdü insan yaşamına yön vermesi bakımından çok önemlidir. (Geçtan, 2000; Işık, 2008; Erten, 2015). Freud'a göre bilinçdışında ölüm ve ölmeye ilişkin bir kaygının oluşması olanaksızdır. Bunun sebebi, bilinçdışının ölümsüz olduğuna inanmasıdır. Tüm inancını ölümsüzlüğe odaklayan insan için ölmek, yok olmak ile ilgili bir kaygı oluşması pek mümkün değildir. Ölümle ilgili tüm kaygı ve korkular içgüdüsel korkusuyla ilgilidir (akt. Işık, 2004; Erdoğan, 2007; Akt, Eğrilmez, 2012; akt. Habip; 2012;).

Jung'a göre ölüm korkusunun temel nedeni yaşam korkusudur. Bunun en büyük sebebi yaşamın ilerledikçe aslında ölüme daha çok yaklaşılmasıdır. Bu yargıdan yola çıkılarak; Ölüm korkusunu bir anksiyete şeklinde yaşayan insanlar, yaşamaktan da aynı şekilde kaygılanırlar. Bu sebeple tam olarak yaşamlarına uyum sağlayamazlar. Sağlamaya çalıştıkları her uyum anksiyete sebebiyle yok olur. Bu durum bireylerde psikopatolojik sorunlara yol açabilmektedir. Bu sebeple kişilerin yaşama uyumunun sağlanabilmesi için ölümün onlar için ne anlama geldiğini ve hangi yönlerin anksiyete yarattığını kişinin çok iyi tanımlayabilmesi gerekmektedir. Bu tanımlama aynı zamanda kişinin yaşama bakış açısını da tanımlayabilmesini sağlayacaktır (akt. Yeğin, 1996; Geçtan, 2000; akt. Eğrilmez, 2012; Sarıkaya, 2013).

Otto Rank ise bireyin anne karnından ayrılmasını bir kaygı kaynağı olarak görmüştür. Dış dünya ana rahmine göre çok daha fazla tehditlerle doludur. Dolayısıyla, rahimden ayrılmanın sonucu yaşama korkusudur. Yaşama korkusundan kurtulmanın yolu ana rahmine geri dönmektir ki bu durum da ölüm korkusu olarak adlandırılmıştır (akt. Çetinkaya, 2004; akt. Eğrilmez, 2012; Soylu, 2012; akt. Yücesoy, 2014).

2.7.4. Bilişsel-Davranışçı Kuram ve Ölüm Anksiyetesi

Bilişsel davranışçı kuram anksiyeteyi sosyal öğrenme kuramı ile de açıklayabilmektedir. Bu durumda anksiyete ebeveynin çocuğuna kazandırdığı bir takım davranış kalıplarının bir sonucu olarak görülebilmektedir. Çocuk ailesinin belirli durumlar karşısında verdiği tepkileri gözlemleyerek öğrenmektedir. Bu durum bireylerin aslında anksiyeteyi öğrendiklerini gösterebilmektedir. Bu ön sav çerçevesinde anksiyete, insanların gerçeği hatalı ya da yanlış yorumlamaları sonucunda yanlış izlenimler ve yargılar edinerek olayı bu şekilde değerlendirdiğini ve bu sebeple abartılı ve olağan olmayan bir tehdit algısı yarattıklarını ön görmektedir. Bilişsel davranışçı kurama göre anksiyete sadece aile içerisinde öğrenilen bir davranışta olmayabilir. İnsanlarda anksiyeteye sebep olan şeylerin, daha önceden bireyin karşılaştığı tehdit edici uyarılar ve gerçekten tehdit edici olmasa dahi işlevsel olmayan düşüncelerin etkisidir. Bilişsel davranışçı kuram buna göre anksiyeteyi öğrenme modeli ile açıklamaktadır. Bu durumda anksiyete çevresel uyarılara karşı koşullu olarak verilen cevaptır. Ölüm anksiyetesinde de birey ölümü hatırlatan her türlü uyarana karşı olağan dışı tepkiler verir ya da ölüm ile ilgili işlevsel olmayan her türlü düşünce sonucu kendini gergin ve huzursuz hissetmektedir. Bilişsel davranışçı kuram bağlamında yapılan araştırmaların büyük çoğunluğu spesifik olarak ölüm anksiyetesi ile çalışmaktan ziyade araştırmalarda ölüm kaygısı genellikle sağlık

kaygısıyla yakın ilişkili bulunmaktadır. Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından yayınlanan ‘Mental bozuklukların tanısıl ve sayımsal el kitabında (DSM-IV-TR) hipokandriyazis vakalarında ölümle ilgili anksiyetenin yaygın olduğu belirtilmektedir (APA, 2000). Bilişsel davranışçı kuramda ölüm anksiyetesi ile baş edebilmenin tek yolu işlevsel olmayan her türlü düşüncenin yerine işlevsel olan yeni düşüncelerin yer değiştirmesidir.

2.8. Ölüm Korkusunun İnsan Yaşamına Pozitif Etkileri

Ölüm, tüm insanları ürküten, endişelendiren bir olgu olmasının yanı sıra insan yaşamını pozitif yönde hareketlendirecek bir güdüleyici olarak önemli bir göreve sahiptir. Diğer canlılardan farklı olarak insanın muhakeme yapabilme yetisi ölüm üzerine düşünebilmesini sağlamaktadır. İnsan bu sayede ölümün varlığının bilincindedir (Tanhan ve Arı, 2006; Akt. Dansuk, 2014). Bu bilinçlilik hali aslında olumsuz gibi gözükse de insan her zaman için kendi yaşamını anlamlandırmak için var olmaya çalışır. Bu durum ölüm karşısında insanın daha anlamlı bir hayat yaşayabilme şansını arttırmaktadır. (Geçtan 1990 ve Babayiğit, 2008). Ölüm düşüncesinin insana verdiği korku ve endişeyi sahiplenmek ve bu sayede ölüm düşüncesi ile bütünleşmek aslında insanı kötümser ve karamsar bir ruh halinden daha fazlasını kazandırır. Ölümün varlığını kabul eden insan için yaşam kaçırılmaması gereken bir fırsata dönüşür. Fırsata dönüşen bir hayat insanın daha fazla zevk alacağı, değer yargılarını oluşturacağı, kendisini doyuma ulaştıracak şeylerin araştırılmasını ön gördüğu bir yer halini alır. İnsan bu sayede yaşama karşı olan olumsuz tutumlarını daha kontrol edici ya da değiştirici olabilir (Geçtan, 1990; Yalom, 1999; Babayiğit, 2001). Olumlu ve pozitif olarak kabul gören her düşünceye rağmen ölüm düşüncesinin insan hayatına bir anlam katarak daha kaliteli bir hayat yaşayacağını

savunmak pek kolay bir sav değildir. Buna rağmen ölüm düşüncesini hayatımızdan dışlamak ya da dışlamaya çalışarak yaşamak hayatın pozitif yönlerini ve hayatı zenginleştirmeyi sağlayacak etkenleri körelteceği bir gerçektir (akt. Babayiğit, 2001; akt. Kanıt, 2001; Akt. Aksoy, 2014). Ancak, hayat yalnızca bir bütün olarak algılandığında yaşanmaya değer olacaktır. Bu sebeple doğum gibi ölümü de kabullenmek gerekmektedir. Ölüm gerçeğiyle yüzleşmek ve ölümü kabullenmek aynı zamanda kendimizi de kabullendiğimiz anlamına gelmektedir. Kendimi açıkça ve her yönü ile kabul ettiğimiz andan itibaren yaşamı anlamak ve anlamlandırmak daha kolay olacaktır. Anlamlandırılan bir hayatı yaşamak ondan zevk almanın en büyük koşuludur (Geçtan, 1990; Tanhan ve Arı,2006).

2.9. Ölüm Anksiyetesini Tetikleyen Değişkenler

Ülkemizde dahil olmak üzere dünya literatüründe ölüm anksiyetesi ile ilgili çok az çalışma yapılmıştır. Bu sebeple, insanlarda var olan ölüm anksiyetesini etkileyen değişkenlerin belirlenmesi çok kolay değildir. Ancak genellikle literatür incelendiğinde ölüm anksiyetesinden çok yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi, bir dine mensup olup olmaması, fiziksel bir hastalığın bulunup bulunmaması, çocuk sahibi olup olmaması durumuna göre değişkenlik göstermektedir. (Yıldız, 1996; Tanhan ve Arı, 2006; Öztürk, 2010).

2.9.1. Ölüm Anksiyetesi ve Yaş

Ölüm anksiyetesi insanların hem kronolojik yaşlarına hem de bilişsel yaşlarına bağlı olarak değişkenlik gösteren bir durumdur. Genellikle insanlarda ki bilişsel kapasite arttıkça sorgulama, muhakeme yapma gibi zihin süreçleri gelişebilmektedir. Buna bağlı

olarak ölüm hakkında düşünebilme ya da ölümü anlamlandırabilme yaşa bağlı olarak değişkenlik gösterebilmektedir. Ancak literatürde bu durum tartışma konusudur. Bazı araştırma sonuçlarına göre yaşa göre ölüm anksiyetesi değişkenlik gösterirken bazı araştırmalara göre yaşa göre ölüm anksiyetesi bir artma ya da azalma göstermemektedir (Maiden & Walker, 1985; Akpınar; 1998; Akalın, 2006; Tomer ve Eliason, 2007; Öztürk, 2012). Ölüm anksiyetesi ile ilgili yapılan araştırmalar genellikle yaşlıların ölüm kaygısını diğer gelişim evrelerine kıyaslayarak yapılmıştır. Bu araştırmalarında genellikle sonuçları değişkenlik göstermektedir. Bazı araştırmalarda genç yaşta olan insanların yetişkinliğin getirdiği olgunluk, ölümü kabullenebilme becerisi, fiziksel hastalıklarla birlikte yaşama alışma gibi etkilerden dolayı ölümü daha çabuk kabul ettiklerini ileri sürmektedirler. Bir diğer araştırmalara göre ise daha genç grupların yaşamda daha fazla yılları olduklarına inandıkları için ya da fiziksel olarak kendilerini daha sağlıklı hissettikleri için ölüm anksiyetesini daha az yaşadıkları üzerinedir. Yaş ve ölüm anksiyetesi ile ilgili araştırma bulguları birçok farklılık gösterebilmektedir (Akpınar, 1998; Akalın, 2006; Işık 2008; Öztürk, 2012; akt. Tüfekçi, 2014).

2.9.2. Ölüm Anksiyetesi ve Cinsiyet

Cinsiyet değişkeni ile ilgili yapılan çalışmaların birçoğunda kadınlara oranla erkeklerin yaşadığı ölüm anksiyetesi daha düşüktür. (Akpınar, 1998; Karaca, 2000; Akalın, 2006; Işık 2008; Öztürk, 2012; akt. Tüfekçi, 2014). Ölüm genellikle kabullenmesi zor bir olgu olması nedeniyle erkeklerin toplumun dayattığı kalıplardan dolayı kendilerini daha güçlü göstermek zorunda hissetmeleri araştırma bulgularında bir dizi yanılgıya sebep olabilir. Kadınlar ise toplum içerisinde ölüm gibi bir olguyu duygularını bastırmadan ve gizlemeden daha rahat ifade edebilirler. Bu durum bize erkeklerin ölüm anksiyetesi

yaşamadıklarını değil sosyo-kültürel sebeplerden dolayı ölüm kaygılarını, ölüm düşüncelerini bastırdıklarını gösterebilmektedir (Kağıtçıbaşı, 2005; Saya ve Sezer, 2009; Sarıkaya 2013).

2.9.3. Ölüm Anksiyetesi ve Medeni Durum

Ölüm anksiyetesi ve medeni durum incelendiğinde, literatürde medeni durum ile ilgili değişkenin diğer değişkenlere oranla daha az çalışıldığı ya da çalışılmasına rağmen beklenen sonucu çok fazla vermediği söylenebilir (Yörükoğlu, 1996; Yıldız, 1996). İnsanların birlikte yaşamaya karar vermeleri aslında yalnızlık ile ilgili kaygılarından kaynaklanır. Bu durum her ne kadar temelde yatan ölüm anksiyetesini gidermek için verilen bir karar gibi gözükse de, aslında ölüm anksiyetesini arttıracak yanları da vardır. Evli olan insanlar hem kendileri için hem partnerleri adına ölüm kaygısı yaşayabilmektedirler. Bu durum ölüm anksiyetesi yaşama oranını arttırabilmektedir (Saya ve Sezer, 2009; Sarıkaya, 2013). Fromm (1995) insanın sahiplenme davranışı arttıkça ölümden korktuğunu ve bunun makul bir açıklamasını da bulamadığını ifade etmiştir. Ona göre bu korkunun sebebi ölüm değildir. Sebebi, o zamana kadar sahiplenilmiş şeyleri, kişinin bedenini, malı mülkü, benliğini kaybedeceği içindir. İnsan hiçbir şeye sahip olamamaktan elindeki her şeyi kaybetmekten korkmaktadır ve bu yok olma hissi ona endişe vermektedir. Ona göre, bireyin yaşama sevincini arttırıp, sevgi alanını olabildiğince geniş tutması bu korkuyu yenmeyi sağlayabilir (Akt; Sezer, 2009). Literatür incelendiğinde araştırma sonuçları gösteriyor ki evli olan insanların ölüm anksiyete oranları evli olmayan insanlara oranla daha yüksektir (Erdoğan ve Özkan, 2007; Saya ve Sezer; 2009; Öztürk, 2012; Sarıkaya; 2013).

2.9.4. Ölüm Anksiyetesi ve Eğitim Durumu

Ölüm anksiyetesinin, ölüm hakkında ki bilgi azlığı veya çokluğu ile ilgili direkt olarak ilişkili olup olmadığını bilmemek ile birlikte kaynaklar genellikle eğitim düzeyi arttıkça ölüm anksiyetesinin daha az gözlemlendiğini ortaya koymaktadır. Bu sonuca varan çalışmalar genellikle insanların araştırma ve sorgulama isteğine bağlı olarak eğitim düzeyinin daha fazla olduğudur. Araştırma ve sorgulama merakı içerisinde olan insanlar genellikle aynı şekilde hayatı ve var oluşunun anlamını da sorgulamaktadırlar. Bu insanların ölümü daha iyi tanımlayabilmelerini sağlamak ve buna bağlı olarak ölüm anksiyetesini azaltmaktadır (Yıldız, 1996; Babayiğit, 2001; Babayiğit, 2008; Sarıkaya, 2013). Bir başka araştırma sonuçlarına göre ise, daha küçük sosyal çevrelerde yaşayan, daha az eğitime sahip olan, daha az profesyonel olan ve doğal olarak sorumluluğu daha az olan insanların daha az ölüm anksiyetesi yaşadığını varsaymaktadır (Karaca ve Yıldız 2001; Babayiğit, 2008). Eğitimine bağlı olarak insanlar daha hırslı olmalarından kaynaklı, bu hırsı çevrelerini yönlendirme eğilimleri vardı. Maddi servet biriktirme, geniş bir çevre edinebilme çok sayıda sosyal ilişkiye girmeye çalışan ya da girmek zorunda olan insanların ölüm anksiyetesi yaşama olasılığı daha yüksektir. Kişi eğitimi sayesinde elde ettiği tüm birikimini, emeğini, sosyal çevresini ölünce kaybedeceğinden kaynaklı olarak yoğun bir anksiyete yaşayabilmektedir. Eğitilmiş insanların ölüm ile birlikte kayıpları daha fazla, eğitimi daha düşük olan insanların ölümle birlikte kayıplarının daha az olacağı düşüncesi ölüm anksiyetesinin eğitilmiş olanlarda daha fazla yaşanabileceğinin gözlemi bizzat ölümle pençeleşen ölümcül hastalar üzerinde yapılan çalışmalarla tespit edilmiştir (akt. Büyükbakkal, 1997; Tanhan ve Arı; 2006; Öztürk, 2010; Sarıkaya, 2013).

2.9.5. Ölüm Anksiyetesi ve Din

Dindarlık değişkeninin de ölüm kaygısını ne yönde etkilediği tam olarak belli değildir. Literatür incelendiğinde dindarlık düzeyi arttıkça ölüm kaygısı oranının düştüğünü gösteren çalışmalar çoğunluğu oluşturmaktadır (Karaca, 2000; Özkan, 2007; Aksüt, 2008; Erdoğan ve Işık, 2008; Sarıkaya 2013). Ancak buna rağmen ölüm anksiyetesi ve din arasında anlamlı bir ilişki göstermeyen araştırma bulguları da mevcuttur (Kutlesa ve Arthur, 2008; Egan, Wade ve Shafran, 2011). Dindarlık ile ölüm anksiyetesi arasında negatif yönlü bir ilişki bulunan bazı araştırmalarda, bağlı olunan inancın getirisine göre insanlar ölümden sonra ödüllendirileceklerini düşünmektedirler. Bu sayede kişi ölümü bir motivasyon kaynağı olarak tanımladığı için ölüm anksiyetesini daha az seviyelerde yaşamaktadır. Cezalandırılma korkusunun özellikle inanan fakat inandığını tam olarak yaşamadığını düşünen insanlarda bir ölüm anksiyetesi yaşama olasılığı yüksektir. Farklı bir şekilde inandığı ya da mensup olduğu dine göre yaşamayan insanlarda cezalandırılacağını düşündükleri ve inandıkları için ölüm anksiyetesini daha fazla yaşayabilmektedirler. Bu duruma göre mensup olunan dinin sorumluluklarına göre ölüm anksiyetesinin yaşanma düzeyi değişkenlik göstermektedir. Bu bağlamda bir dine mensup olan insanların, bir dine mensup olmayan insanlara göre iki yönlü bir korkuya sahip olduklarını söylemek mümkündür. Yaşam tecrübelerinin ölüm ile birlikte son bulması ödül veya ceza sistemini devreye sokmaktadır (Hökelekli, 1993; Vassaf, 1999,2013; akt. Taş, 2013; akt. Erten, 2015). Bu durumda cezalandırılacağını düşünen kişilerin ölüm bir anksiyete kaynağı oluşturacaktır. Tüm bu araştırma sonuçlarının yanı sıra herhangi bir dine mensup olan insanların yaşadığı ölüm anksiyetesinin metafizik boyutlu olduğu söylenebilir. Nitekim bazı araştırmalar, kişinin cennete gideceğine dair kuvvetli bir inancı olsa dahi, tamamen ölüm korkusundan kurtulamadığını göstermektedir. Ölüm anksiyetesi

burada daha çok ölüm anından ya da yakın birinin kaybından yaşanan anksiyeteden ziyade ölümden sonraki hayat ile ilgilidir. Cezalandırılma korkusunun diğer bazı korku türlerinin perde arkasında olduğu düşünülebilir. Ölümün insanı bir sona getirmesinden kaynaklanan korku, sürekli veya geçici olarak cezalandırılma korkusundan tamamen farklıdır. Ayrıca din değiştiren psikiyatrik hastaların, din değiştirmeyenlere nazaran daha çok ölüm kaygısı hissettikleri hususunda da bazı bulgular bulunmaktadır (Hökelekli, 1993; Sarıkaya, 2001; Aksüt, 2008; akt. Taş, 2013; akt. Erten; 2015).



3. YÖNTEM VE GEREÇ

3.1. Araştırmanın Konusu ve Amacı

Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri (ÖÇDE-F) analitik olarak yapılandırılan tek faktördür. Ölüm ve ölüm korkusunu ve ölüm kabulünü ölçen kavramsal bir mantığı olan çok boyutlu ölçeğin Türkiye’de geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılacaktır. Ölüm korkusu hayatta olan her insanın yaşadığı ve yaşayacağı bir anksiyete yaratabilmektedir. Ölüm korkusu bir takım psikolojik rahatsızlıkların geliştirilmesi veya psikolojik rahatsızlıklardan kişinin korunmasına karşı savunmasızlığını artırmaktadır. Bu nedenle, ölüm ve ölümden sonraki hayata karşı insanların bakış açısını ölçebilecek etkili bir test insanların ölüm anksiyetesini kontrol altına alacağı düşünülmektedir. Bu yapının etkili bir şekilde ölçülmesi hospis ve hafifletici tıp uzmanları için öncelik taşır. Hospis ve palyatif tıpta, klinik psikolojide ve ontoloji araştırmasında kullanılma potansiyeli etkin bir ölçektir. ÖÇDE-F'nin faktör yapısını Türkçe konuşan bir örnekle belirlemek, böylece ölçeğin boyutunu genişletmek amaçlanmaktadır.

3.2. Araştırmanın Türü

Bu araştırma, kişilerin testleri yapmasına mani herhangi bir ruhsal veya fiziksel bir hastalığının ve engelinin olmamasına bağlı olarak soruları algılabildiğini ön görülüp, Türkçe ’ye uyarlanarak geçerlik ve güvenilirliğinin yapılması amacıyla metodolojik olarak planlanmıştır.

3.3. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman

Araştırma, Türkiye’nin yedi bölgesinden bir il seçilerek (Ankara, İstanbul, İzmir, Mersin, Samsun, Şanlıurfa, Erzurum) 7 Mart 2017- 15 Haziran 2017 tarihleri arasında yapılmıştır.

3.4. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, Türkiye'nin yedi bölgesinden birer il seçilerek oluşturulmuştur. Bu iller; Ankara, İstanbul, İzmir, Mersin, Samsun, Şanlıurfa, Erzurum'dur. Araştırmanın örneklemi ise, ölçek çalışmalarında örneklem büyüklüğü belirlenmesinde kullanılan yöntem ile belirlenmekte, bu yöntemle göre ölçekte bulunan değişken sayısının 5-10 katı alınması önerilmektedir. Bu bakış açısıyla 47 maddelik olan envanterimizin 402 kişilik bir örneklemin, araştırmanın evrenini temsil etmede yeterli olduğu düşünülmüştür. Ankete cevap veren katılımcılardan erkeklerin oranı %52,0 iken kadınların oranı %48,0; 30 yaş ve altı olanların oranı %38,8; 31-40 yaş arası olanların oranı %26,9; 41-50 yaş arası olanların oranı %20,9; 51 yaş ve üstü olanların oranı %13,4; ortaokul mezunu olanların oranı %4,5; lise mezunu olanların oranı %35,1; üniversite mezunu olanların oranı %53,7; yüksek lisans ve üstü okul mezunu olanların oranı %6,7; bekar olanların oranı %38,8; evli olanların oranı %55,5; boşanmış olanların oranı %5,0; dul olanların oranı %,7'dir. Katılımcılardan Müslüman olanların oranı %90,3; Hristiyan olanların oranı %,7; Yahudi olanların oranı %1,0; diğer dinlerden birine inananların oranı %1,0; bu dinlerden hiçbirine inanmayanların oranı %7,0'dir

Ölçeğin özgün güvenilirlik çalışmasında ölüm korkusu Wittkowski (2001), faktörü yaş ve cinsiyet katmanlarına bağlı olarak FIMEST-E 944 Alman (18-93 yaş aralığında) denek üzerinde analiz etmiştir. ÖÇDE-F Amerika'da İngilizce konuşan bir nüfusta geçerlilik kazanmaya ihtiyaç duyulması sebebiyle geçerlilik güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Amerika'da yapılan çalışma için, katılımcılar cinsiyet, yaş, etnik köken olarak tabakalandırılmıştır. Yaşları 20 - 85 arasında (ortalama 48) değişen 404 erişkinden oluşan rastgele bir örneklem seçilmiştir.

Tablo 1: Örneklem Grubunun Genel Özellikleri

		n	%
Cinsiyet	Erkek	209	52,0
	Kadın	193	48,0
Yaş	30 yaş ve altı	156	38,8
	31-40 yaş	108	26,9
	41-50 yaş	84	20,9
	51 yaş ve üstü	54	13,4
Mezun olduğu okul	Ortaokul	18	4,5
	Lise	141	35,1
	Üniversite	216	53,7
	Yüksek lisans ve üstü	27	6,7
Medeni hal	Bekar	156	38,8
	Evli	223	55,5
	Boşanmış	20	5,0
	Dul	3	,7
Mensubu olduğu din	Müslüman	363	90,3
	Hristiyan	3	,7
	Yahudi	4	1,0
	Diğer	4	1,0
	Hiçbiri	28	7,0

3.5. Araştırmanın Etiği

Orijinal ölçeğin, Türkiye’de kullanmak amacıyla geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yapabilmek için Prof. Dr. Joachim Wittkowski’den yazılı izin alınmıştır (EK-1). Çalışmanın amacı araştırmaya katılacak olan bireylere açıklanmış ve araştırmaya katılımları konusunda yazılı onamları alınmıştır. “Katılımcıları Bilgilendirme Formu” anket formunun ilk sayfasında yer almıştır.

3.6. Veri Toplama Araçları

Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri (ÖÇDE-F) Türkiye Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması tüm öğeler dört nokta likert değerinde;

0 = hiç uymuyor,

1 = biraz uyuyor,

2 = çoğunlukla uyuyor

3 = tam olarak uyuyor olarak değerlendirildi.

Faktörler 1, 2, 3, 4 ve 5 de yüksek puanlar daha fazla kaygıyı, faktörler 6 ve 7 de yüksek puanlar ölmeyi/ölümün kabulünü, son olarak faktör 8 de yüksek puanın kişinin kendi ölümünün reddini yansıtacak şekilde kodlanmıştır. Birinin kendi ölümünden korkması faktörü var olmama tehdidi ile ilgilidir (bir veya bir başka şekilde); birinin ölüyor olmasından korkması faktörü yaşamın sonlarına doğru meydana gelebilecek acı korkusu ile ilgilidir; başka bir kişinin ölümü korkusu, onların geçmesine eşlik edecek kayıp deneyimi ile ilgilidir. Başka birinin ölmesinden korkma, ölüme destek olma ve bakım sağlama endişeleri ile ilgilidir. Son olarak, kendi ölümünü reddetme alt ölçeğindeki maddeler ölüm reddi algılamaya yönelik kullanılmaktadır.

Ölçeğin yapı geçerliliği ana bileşenler faktör analizini dört ölüm korkusunu ölçme faktörü ve üç ölümü kabullenmeyi ölçen toplam yedi faktörün 47 soru üzerine yüklenmesi esasına dayanmaktadır (Wittkowski, 2001). Korku faktörlerinden birinde bulunan maddelerin heterojenliği nedeniyle, Wittkowski (2001) bu faktörleri toplam sekiz faktör için iki ayrı faktöre (Kendi ve başkası olarak Ölüm anı düşüncesi ve ölmüş olmak düşüncesi) ayırmıştır:

- 1) Kendi ölümünden korkma (KÖK-F: sekiz madde; 1,8,16,23,31,37,43,46)
- 2) Ölmüş olmaktan korkma (ÖOK-F: altı madde, 5,13,20,28,35,42)
- 3) Yakın birinin ölümünden korkma (YBÖK-F: altı madde; 3,10,18,25,33,39),
- 4) Bir yakınının ölmüş olmasından korkma (YÖOK-F: dört madde; 7,15,22,30),
- 5) Cesetten korkma (CK-F: dört madde; 12,27,41,45),
- 6) Kendi ölümünü kabul etmek (KÖKE-F: sekiz madde ;4,11,19,26,34,40,44,47)
- 7) Yakın birinin ölümünü kabul etmek (YBÖOK-F: altı Madde;2,9,17,24,32,38),
- 8) Kendi ölümünü reddetme (KÖR-F: beş madde; 6,14,21,29,36).

H1: Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri (ÖÇDE-F) Türk toplumu için güvenilirliği yüksek bir araçtır.

H2 Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri (ÖÇDE-F) Türk toplumu için geçerliği yüksek bir araçtır.

3.7. İşlem ve Verilerin Değerlendirilmesi

Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri'nin (ÖÇDE-F) Türkçeye çevrilme süreci belli aşamalardan oluşmaktadır. Öncelikle ölçek Almanya'da üniversite eğitimi almış bir Türk tarafından Türkçe'ye çevrilmiştir. Daha sonra bu Türkçe formlar tekrar Almanya'da psikolog olan başka bir Türk tarafından Almanca'ya çevrilmiştir. Bu

sayede iki form arasındaki tutarlılık incelenmiştir. Türkçe formlar üzerinde tartışarak anlam ve gramer açısından gerekli düzeltmeleri yapılmıştır. Deneme amaçlı elde edilen Türkçe envanterler, on yüksek lisans mezununa, on üniversite mezununa, yirmi lise ve ortaokul mezununa uygulanmıştır. Bu tarama sonucu net olmayan ifadeler ve sorular belirlenmiştir. Uygun olmayan yedi madde tekrardan çevrilmiş ve üzerinde tartışılarak düzeltildikten sonra hem Almanca hem Türkçe bilen 35 kişiye envanter tekrar uygulanmıştır. Türkçe ve Almanca formların eşdeğer olduğu görüldükten sonra geçerlik ve güvenilirlik analizlerine başlanmıştır.

Ölçekler gönüllü katılımcılara rahat hissettikleri bir alanda uygulanmıştır ve kimlik bilgileri istenmemiştir. Katılımcılara öncelikle hem araştırmanın amacı hem de uygulama aşamasında nelere dikkat etmeleri gerektiği konusunda bilgi verilmiş, ardından uygulama yapılmıştır. Ölçeklerin uygulanması kişiden kişiye değişmekle birlikte yaklaşık 40-45 dakikalık bir süreyi kapsamıştır. Verilerin analizi SPSS 22 programı ile yapılmış ve %95 güven düzeyi ile çalışılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliğinin belirlenmesi amacıyla açımlayıcı faktör analizi (AFA), doğrulayıcı faktör analizi (DFA) AMOS 21.0 programı ile uygulanmıştır. Güvenirliğinin belirlenmesi amacıyla Cronbach's alfa güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Mann Whitney bağımsız iki grubun nicel bir değişken açısından karşılaştırılmasında, Kruskal Wallis bağımsız k grubun ($k>2$) nicel bir değişken açısından karşılaştırılmasında kullanılan test tekniğidir. Yapılan normallik analizine göre Korku, Kabullenme Ölçeği ve alt boyut puanları normal dağılım göstermediği için 2 gruplu kategorik değişkenlere göre farklılık gösterme durumu Mann Whitney testi ile 3 ve daha fazla gruplu kategorik değişkenlere göre farklılık gösterme durumu ise Kruskal Wallis testi ile analiz edilmiştir.

3.8. İstatistiksel Analiz

Verilerin analizi SPSS 22 programı ile yapılmış ve %95 güven düzeyi ile çalışılmıştır.

Parametrik Testler: Mann Whitney bağımsız iki grubun nicel bir değişken açısından karşılaştırılmasında, Kruskal Wallis bağımsız k grubun ($k>2$) nicel bir değişken açısından karşılaştırılmasında kullanılan test tekniğidir. Yapılan normallik analizine göre Korku, Kabullenme Ölçeği ve alt boyut puanları normal dağılım göstermediği için 2 gruplu kategorik değişkenlere göre farklılık gösterme durumu Mann Whitney testi ile 3 ve daha fazla gruplu kategorik değişkenlere göre farklılık gösterme durumu ise Kruskal Wallis testi ile analiz edilmiştir.

4. BULGULAR

4.1. Yapı Geçerliliği Ve Güvenirlik Analizi

Ölçeğin yapı geçerliğinin belirlenmesi amacıyla açımlayıcı faktör analizi (AFA), güvenirliliğinin belirlenmesi amacıyla Cronbach's alfa güvenirlilik katsayıları hesaplanmıştır.

4.1.1. Açımlayıcı Faktör Analizi

Ölçeğin yapı geçerliğini istatistiksel olarak tespit etmek için açımlayıcı faktör analizi tekniği kullanılmaktadır. Ölçeğin öncelikli olarak, faktör analizine uygun olup olmadığını anlamak amacıyla KMO ve Bartlett testi yapılmaktadır. KMO katsayısı örneklemin büyüklüğünü test etmek için hesaplanmaktadır. Faktör analizinde evrendeki dağılımın normal olması da beklenmektedir. Bu da Bartlett testiyle incelenmektedir. Bu kapsamda KMO testi ölçüm sonucunun 1,000' e yakın, Bartlett küresellik testi sonucunun da istatistiksel olarak anlamlı olması gerekmektedir.

Faktörlerin öz değerlerine ait saçılma diyagramı olan Scree Plot grafiği ve açıklanan varyans oranı ölçeğin toplam faktör sayısının belirlenmesinde kullanılmaktadır. Faktör analizi işleminde ölçek maddelerinin faktörlere atanması ya da ölçekten çıkarılması işlemlerinde faktör yükü değerlerine bakılmaktadır. Faktör yük değeri, maddelerin faktörlerle olan ilişkisini açıklayan bir katsayıdır. Maddelerin yer aldıkları faktördeki yük değerlerinin yüksek olması beklenir. Her bir maddenin faktör yükünün 0,30'dan küçük olduğu ya da söz konusu maddenin faktör yüklerinin iki farklı faktördeki değerlerinin farkının 0,10'dan küçük olması durumunda (binişiklik) madde ölçekten çıkarılarak analiz işlemine devam edilir.

4.1.2. Güvenirlik Analizi

Cronbach's alfa katsayısının 0-1 arasında değiştiği, değerlendirme kriterlerine göre "0.00 < 0.40 ise ölçek güvenilir değil, 0.40 < 0.60 ise ölçek düşük güvenirlikte, 0.60 < 0.80 ise ölçek oldukça güvenilir ve 0.80 < 1.00 ise ölçek yüksek derecede güvenilir bir ölçek" olarak değerlendirildiği ifade edilmektedir (Tavşancıl, 2005).

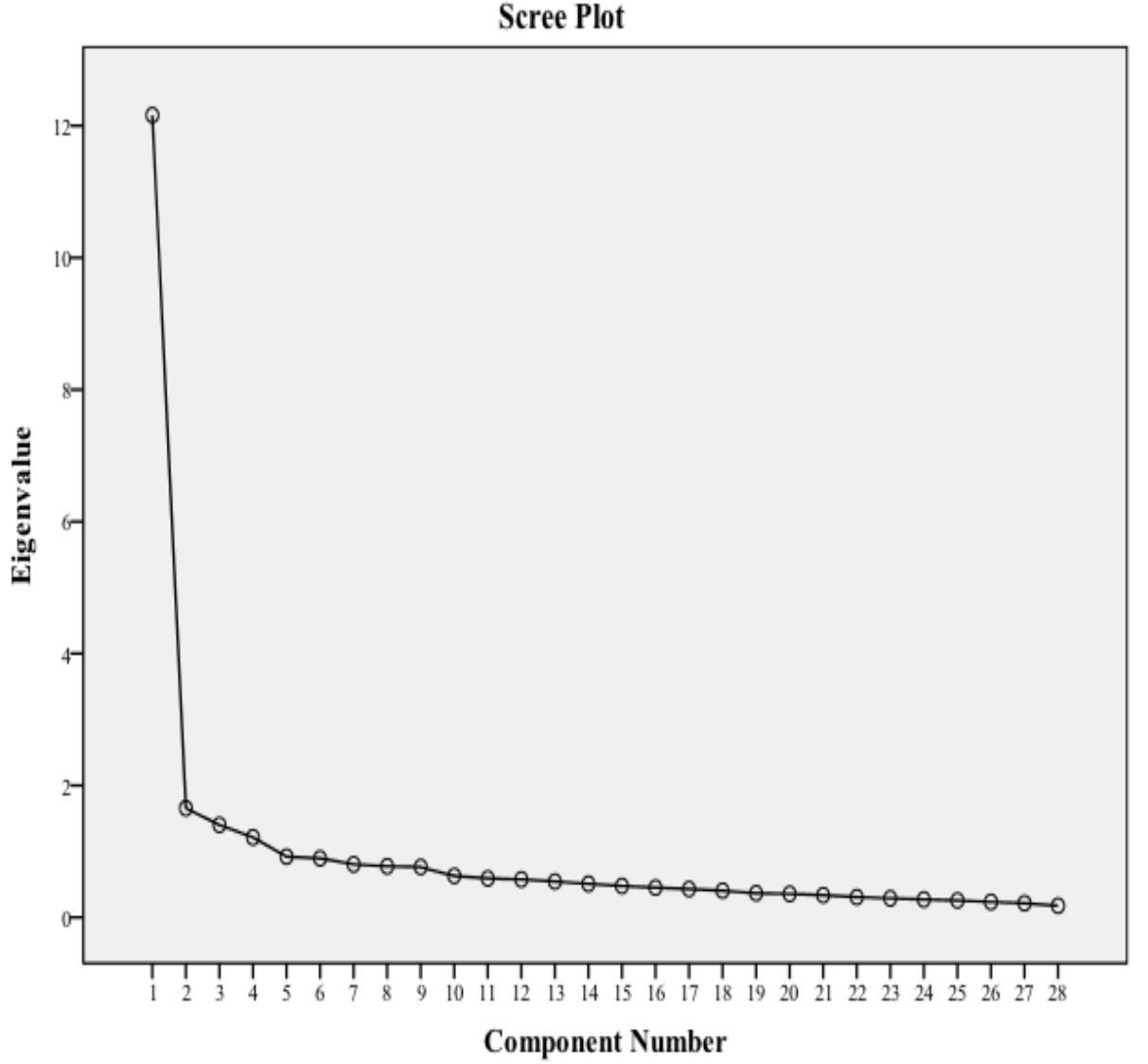
4.1.3. Açımlayıcı Faktör Analizi ve Güvenirlik Analizi Sonuçları

Tablo 2: Korku leğinin KMO ve Bartlett Testi Sonuçları

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		0,953
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	6439,321
	Df	378
	Sig.	0,000

Ölçeğin faktör analizine uygunluğunun belirlenmesi amacıyla yapılan KMO ve Bartlett testi sonuçları tabloda verilmiştir. Analiz sonucuna göre KMO değeri 0,500'den büyük ve Bartlett X^2 testi anlamlı bulunmuştur. Buna göre ölçek faktör analizine uygundur. Ölçeğin faktör sayısının belirlenmesi amacıyla Scree Plot grafiği oluşturulmuştur.

Grafik 1: Scree Plot grafiği



Araştırmamızın sonuçları ÇDE-F Türkçe formunun faktör yapılarının orijinaliyle aynı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Türkçe formunun yapısında bazı değişiklikler yapılarak korku ve kabullenme olarak 2 boyut ve toplamda tek faktörlü korku boyutu ve 3 faktörlü kabullenme boyutu oluşturulmuştur. Bu doğrultuda oluşan boyutlar ve faktörler şu şekildedir;

4.1.3.1. Ölüm Korkusu

Türkçe formu için yapılan açımlayıcı faktör analizi (AFA) sonucuna göre korku ölçeğinin faktör yükleri 0,315 ile 0,811 arasında değişen 28 soru ve tek boyuttan oluştuğu belirlenmiştir. Ölçeğin toplam varyansı açıklama oranı %43,435; güvenirlik katsayısı Cronbach alfa değeri .95 olarak bulunmuştur. Buna göre ölçeğin güvenirlik düzeyi çok yüksektir. Ölçeğin özgün güvenirlik çalışması Almanya’da yürütülmüş; İlk çalışmada Cronbach alfa değeri .82 ve .90 arasında bulunmuştur (Wittkowski, 2001). Yine Wittkowski’nin (2001) Almanya’da 233 örneklemlenmiş yaşlılarla yapılan çalışmada değerler .94’e kadar yükselmiştir. Aynı şekilde yine Almanya’da 89 hemşire ile yapılan bir çalışmada ÖÇDE-F alt ölçekleri için, iç tutarlılık katsayıları (Cronbach's a), .87 ile toplam örnekleme .82'den .92'ye yükselmiştir (Wittkowski, 2001). Çin’de 260 kolej öğrencisiyle iki farklı çalışma yapılmıştır. Bu çalışmaların ölçekleri için, güvenirlik katsayısı .62 ve .76 olarak bulunmuştur (Chan and Wittkowski, 2012). Amerika’da yürütülen bir başka geçerlilik çalışmasında ölçeğin alfa değerleri olarak saptanmıştır .82 ve .92 arasında bulunmuştur (MacDougall and Farreras, 2016). Türkiye’de geçerlilik güvenirlik çalışması yapılan ÖÇDE-F’in ölüm korkusu için yapılan analizin tüm uyum indekslerini sağladığı belirlenmiştir. Yapılan DFA analizine göre standartlaştırmış regresyon katsayısının düşük olması nedeniyle 3.soru (Başka birinin ölmesine sebep olmaktan korkuyorum.) analize dahil edilmemiştir. Orijinali olan FIMEST ise 28 soru ve 5 boyuttan oluşmaktadır (Wittkowski, 2001). Orijinal metinde bahsedilen ölüm korkusu kendi içerisinde şu şekilde ayrılmıştır; kendi ölümünden korkma, ölmüş olmaktan korkma, yakın birinin ölümünden korkma, bir yakınının ölmüş olmasından korkma, ceset korkma (heterojen olan faktör). Amerika’da yapılan ÖÇDE-F geçerlik güvenirlik çalışması ise şu şekilde sonuç vermiştir; Ölüm ve ölüm korkusuna değinen ÖÇDE-F’in soru dağılımını

göz önünde bulundurularak korku boyutunun varyansını %59'unu birlikte saptamış beş faktörü çıkarmaya başlanılmıştır. Yalnızca 0.35 'lik faktör yükleri anlamlı kabul edilmiştir. Bu modelden 28 öğenin dördü kötü performans göstermiştir. Bu öğeler 10, 25, 31 ve 43'tür. Bu maddeler tekrar gözden geçirdiğinde önemli bir kavramsal zarar vermeyeceklerini belirlemişlerdir. Bu işlemler sonucunda Amerika'da yapılan ölüm korkusu boyutu ÖÇDE-F öğeleri için beş faktörlü bir model olarak ortaya çıkmıştır (MacDougall and Ferreras, 2016).



Tablo 3: Korku Ölçeği Maddelerinin Faktör Dağılımı ve Güvenirlik Analizi Sonuçları

Boyut	Madde	Faktör Yüğü	Açıklanabilir Varyansa Oranı	Cronbach's Alpha
Korku	B.42	0,811	43,435	0,950
	B.41	0,788		
	B.31	0,765		
	B.35	0,745		
	B.28	0,740		
	B.30	0,732		
	B.27	0,728		
	B.45	0,722		
	B.20	0,714		
	B.25	0,697		
	B.12	0,689		
	B.10	0,677		
	B.5	0,675		
	B.39	0,665		
	B.15	0,664		
	B.16	0,662		
	B.22	0,657		
	B.43	0,650		
	B.13	0,647		
	B.33	0,637		
	B.37	0,593		
B.8	0,587			
B.46	0,572			
B.18	0,569			
B.1	0,529			
B.23	0,510			
B.7	0,490			
B.3	0,315			

4.1.3.2.Kabullenme

Yapılan faktör analizi sonucuna göre Kabullenme ölçeğinden 2 soru 9. Soru (Bana yakın insanların bir gün ölecek olmaları hiç adil değil.) ve 4. Soru (Ölüm sürecinin hayatımın kaçınılmaz bir parçası olduğunu biliyorum.) envanter üzerinde tekrara düşmemek adına çıkarılmış olup 17 soru ve 3 boyuttan oluştuğu belirlenmiştir. Ölçeğin toplam varyansı açıklama oranı %50,208; güvenirlik katsayısı 0,678'dir. Buna göre Ölçeğin güvenirlik düzeyi oldukça yüksektir. Ölçeğin 1. Faktörü (kabullenme), faktör yükleri 0,553 ile 0,744 arasında değişen 8 maddeden oluşmaktadır. Faktörün toplam varyansı açıklama oranı %21,800; güvenirlik katsayısı 0,830'dur. Buna göre faktörün güvenirlik düzeyi çok yüksektir. Ölçeğin 2. Faktörü (isyan), faktör yükleri 0,577 ile 0,795 arasında değişen 4 maddeden oluşmaktadır. Faktörün toplam varyansı açıklama oranı %15,829; güvenirlik katsayısı 0,766'dır. Buna göre faktörün güvenirlik düzeyi oldukça yüksektir. Ölçeğin 3. Faktörü (inkar), faktör yükleri 0,353 ile 0,772 arasında değişen 5 maddeden oluşmaktadır. Faktörün toplam varyansı açıklama oranı %12,579; güvenirlik katsayısı 0,644'tür. Buna göre faktörün güvenirlik düzeyi oldukça yüksektir. Orijinal ölçeğin ölümü kabullenmeyi ölçen üç ayrı faktörü ve toplamda 19 soru bulunmaktadır. Bu üç faktör Türkiye'de yapılan çalışmada da orijinal kaynaktaki gibi üç ayrı faktöre bölünmüştür ancak orijinal metinde ki faktör isimleri değişmiştir. Bu değişimin sebebi, orijinal metin Almanca'dan Türkçe'ye çevrilirken yaşanan anlam karmaşasını engellemek ve Türkçe 'ye en iyi şekilde uyarlanmasını sağlamaktır. Bu faktörler, kendi ölümünü kabul etmek, yakın birinin ölümünü kabul etmek, kendi ölümünü reddetmektir. Yalnızca, envanter içerisindeki kabullenme ölçeğinden 2 soru çıkarılmış olup toplamda 17 soru ve 3 boyuttan oluştuğuna karar verilmiştir. Amerika'da yapılan ÖÇDE-F geçerlilik güvenirlik çalışmasının ölümü kabullenmeyi ölçen boyutu ise iki faktörden oluşmaktadır. Ölüm ve ölümün kabulünü ele

alan 19 sorulu ÖÇDE-F'in faktör analizi sonucunda belirli sorular envanter içerisinde elenmiştir. Bu eleme sonrasında varyansın %55'ini birlikte saptamış üç faktörü çıkarmaya başlanmıştır. Amerika'da yapılan bu çalışmada 19 maddenin dördünde (Maddeler 9, 11, 34 ve 38) kötü performans gösterdiği saptanmıştır (MacDougall and Ferreras, 2016).

Tablo 4: Kabullenme Ölçeği Maddelerinin Faktör Dağılımı ve Güvenirlik Analizi Sonuçları

Boyut	Madde	Faktör Yüğü	Açıklanabilir Varyans Oranı	Cronbach's Alpha
Faktör1 KABULLENME	B.32	0,744	21,800	0,830
	B.26	0,726		
	B.24	0,719		
	B.40	0,707		
	B.44	0,677		
	B.19	0,637		
	B.34	0,584		
	B.17	0,553		
Faktör2 İSYAN	B.21	0,795	15,829	0,766
	B.29	0,771		
	B.14	0,713		
	B.36	0,577		
Faktör3 İNKAR	B.38	0,772	12,579	0,644
	B.2	0,727		
	B.6	0,561		
	B.11	0,372		
	B.47	0,353		
Toplam			50,208	0,678

4.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi

Doğrulayıcı faktör analizi (DFA), kuramsal bir temelden destek alarak pek çok değişkenden oluşturulan faktörlerin (gizil değişkenlerin) gerçek verilerle ne derece uyum gösterdiğini değerlendirmeye yönelik bir analizdir. Bir başka anlatımla DFA, önceden belirlenmiş ya da kurgulanmış bir yapının toplanan verilerle ne derece doğrulandığını incelemeyi amaçlar. Açımlayıcı faktör analizinde, belirli bir ön beklenti ya da denence olmaksızın faktör yükleri temelinde verinin faktör yapısı belirlenirken DFA, belirli değişkenlerin bir kuram temelinde önceden belirlenmiş faktörler üzerinde ağırlıklı olarak yer alacağı şeklindeki bir öngörünün sınanmasına dayanır (Sümer, 2000). DFA’da sınanan modelin yeterliğinin belirlenmesi için çok sayıda uyum indeksi kullanılmaktadır. Uyum indekslerinin kuramsal model ile gerçek veriler arasındaki uyumu değerlendirmelerinde birbirlerine göre güçlü ve zayıf yönlerinin olması nedeniyle modelin uyumunun ortaya konulması için birçok uyum indeksi değerinin kullanılması önerilir. Bunlardan en sık kullanılanları (Cole, 1987; Sümer, 2000) Ki-Kare Uyum Testi (Chi-Square Goodness), İyilik Uyum İndeksi (GFI), Düzeltilmiş İyilik Uyum İndeksi (AGFI), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI), Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI), Ortalama Hataların Karekökü (RMR veya RMS) ve Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü ’dür (RMSEA). Çalışmada DFA analizi AMOS 21.0 programı ile yapılmıştır.

4.2.1. Korku Ölçeği İçin Hesaplanan Uyum İndeksleri

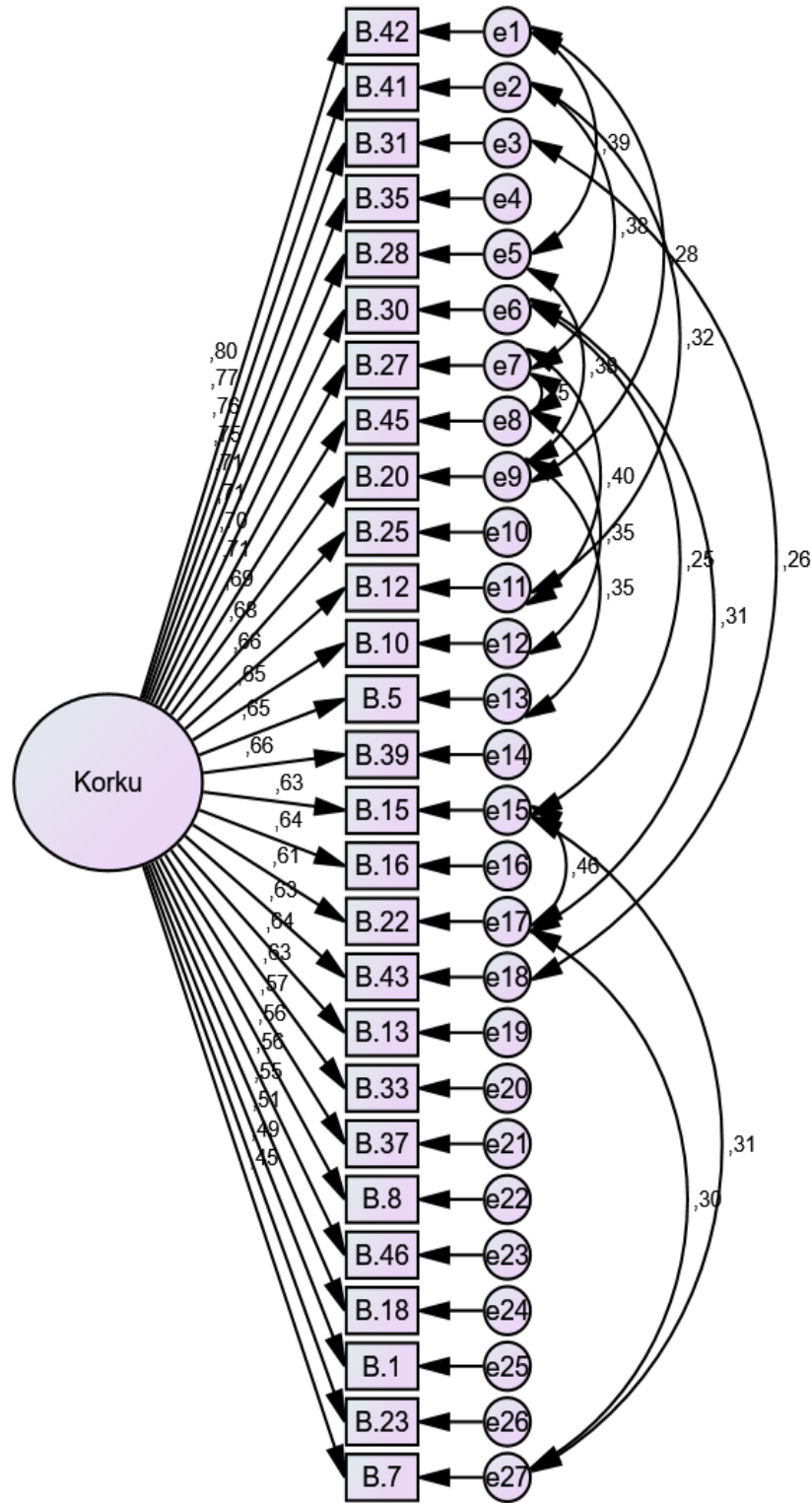
Analizin tüm uyum indekslerini sağladığı belirlenmiştir. Analizde oluşturulan yol haritası aşağıda verilmiştir. Yapılan yem analizinde χ^2/sd , CFI, RMSEA ve RMR değerleri kabul edilebilir uyum indekslerini sağlarken GFI ve AGFI indekslerinin kabul edilebilir uyum

indekslerine yakın olduğu görülmektedir. Yapılan DFA analizine göre standartlaştırmış regresyon katsayısının düşük olması nedeniyle 3.soru (Başka birinin ölmesine sebep olmaktan korkuyorum.) analize dahil edilmemiştir.

Tablo 5: Korku leği İçin Hesaplanan Uyum İndeksleri

Kabul Edilebilir Uyum İndeksleri	Hesaplanan Uyum İndeksleri
$\chi^2/sd < 5$	2,761
GFI > 0.90	0,857
AGFI > 0.90	0,825
CFI > 0.90	0,911
RMSEA < 0.08	0,066
RMR < 0.08	0,063

Grafik 2: Korku Ölçeği İçin Hesaplanan Uyum İndeksleri Grafiği



4.2.2. Kabullenme Ölçeği İçin Hesaplanan Uyum İndeksleri

Analizin tüm uyum indekslerini sağladığı belirlenmiştir. Analizde oluşturulan yol haritası aşağıda verilmiştir. Yapılan DFA analizine göre standartlaştırılmış regresyon katsayısının düşük olması nedeniyle kabullenme Kabullenme boyutu Almanca versiyonun da kendi ölümünü kabul etme, başkasının ölümünü kabul etme ve başkasının ölümünü reddetme olarak 3'e ayrılmaktadır. İngilizce versiyonda da kabullenme boyutu ikiye ayrılıyor ilk olarak, başkasının ve kendi ölümünü kabul etme ikinci olarak, kendisinin ölümünü kabul etme. 2. Sorunun (Çok değer verdiğim birinin bir gün ölecek olması çok acı verici.) Almanca da ve İngilizcede ki versiyonunda kabullenme alt boyutlarında yer alıyor. 2. Soru Almanca'da kendi ölümünü kabullenme ve Amerika'da ise kendi ve başkasının ölümünü kabullenme olarak değerlendirilmiştir. Türkiye'de yapılan çalışmada bir başkasının ölümünü kabullenmenin aslında kendi ölümünü yok saymaya ve inkar etmeye yardımcı bir faktör olarak tanımlanmıştır. Kendisinin ve başkasının ölümünü kabullenmeme ve düşünmek istememe versiyonları ile birlikte hareket etmesi de bu düşüncemizi desteklemiştir. 38 (Benim için çok değerli olan insanların, bir gün ölecek olmalarını düşünmek istemiyorum.) İngilizce ve Almanca versiyonlarında kabullenme alt boyutunda yer almaktadır. Ancak, soru incelendiğinde reddetme yani inkar etme olarak gözlemlenmiştir. 6. (Kendi ölümüm hakkında düşünmek istemiyorum.) İngilizce ve Almanca versiyonların da kendi ölümünü reddetme alt boyutunda yer alıyor. Bizim çalışmamıza baktığımızda hem kendisinin hem başkasının ölümünü düşünmek istememek inkar olarak tanımlanmıştır. Bu durumda Türkçe versiyonda 2, 38 ve 6 sorular bir grup içerisinde birlikte anlam buldukları sonucuna ulaşılmıştır. Bu sebeple biz bu soruları inkar etme alt boyutunun altında toplanması öngörülmüştür.

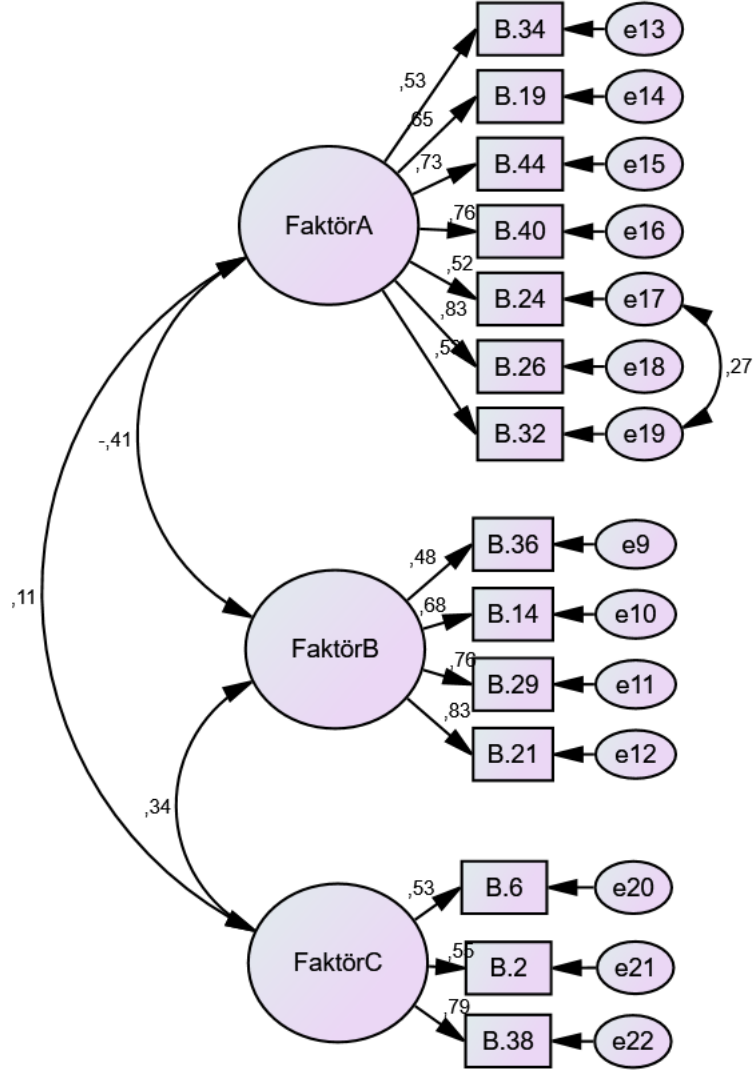
Amerika’da ve Almanca’ya da yapılan kabullenme boyutunun reddetme alt faktörüne baktığımız zaman, 6. Soru hariç bizim çalışmamızla benzer soruların 14 (Hayatımın sadece yaşadığım dünya ile sınırlı olmasına isyan ediyorum.), 21 (Birgün ölecek olmamı içsel olarak protesto ediyorum.), 36 (Öleceğimin bilgisi yaşamıma ait olmayan yabancı bir cisim gibidir.) ve 29. (Birgün ölecek olmamı hayatıma zorla yapılmış bir müdahale olarak sayarım.) soruları olduğunu görüyoruz. Ancak, sorular incelendiğinde genel olarak isyan etme, protesto etme, müdahale olarak sayma, yabancı cisim olarak görme şeklinde olarak gözlemlenmiştir. Bu durum kişinin tamamen bu sürece olan isyanını tanımlamaktadır. Bu sebeple Almanca ve İngilizce alt faktörü olan reddetmeyi biz isyan olarak isimlendirilmiştir. Son olarak kabullenme boyutunun alt faktörü olan kabullenme Amerika ve Almanca versiyonlarında kendi ölümünü ve bir başkasının ölümünü kabullenme şeklinde ikiye ayrılıyor. Bizim çalışmamızın sonucunda ise kendi ölümü kabullenme ve bir başkasının ölümünü kabullenme soruları birbiri içerisine karışık olarak sonuçlanmıştır. Orijinal versiyonda ki 26, 40, 44, 19, 34. sorular bizim çalışmamızda ki sonuca göre kendi ölümünü kabullenme ile ortakken, 24 ve 32. Sorular Almanca versiyonda başkasının ölümünü kabullenme alt faktörünün içerisinde yer almaktadır. İngilizce versiyonda ise kendi ve başkasının ölümünü kabullenme alt faktöründe yer almaktadır. Biz de bu soruları genel olarak kabullenme faktörü olarak isimlendirilmiştir. 34, 19, 44, 40, 26, 24, 32. sorular bu grupta değerlendirilmiştir. Orijinal boyutunda yer alan 4, 11, 47. sorular bizim çalışmamızda elenmiştir.

Tablo 6: Kabullenme Ölçeği İçin Hesaplanan Uyum İndeksleri

Kabul Edilebilir Uyum İndeksleri	Hesaplanan Uyum İndeksleri
$\chi^2/sd < 5$	1,906
GFI >0.90	0,954
AGFI >0.90	0,933
CFI >0.90	0,962
RMSEA <0.08	0,048
RMR <0.08	0,059



Grafik 3: Kabullenme Ölçeği İçin Hesaplanan Uyum İndeksleri



4.3. Fark Testleri ve Değişkenler

4.3.1. Korku ve Kabullenme Boyutlarının Cinsiyet ile İlişkisi

Erkek ile kadınlar arasında korku açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Erkeklerin puan sıra ortalaması 177,66 iken kadınların ortalaması 227,31'dir. Buna göre kadınlarda korku daha fazladır. Envanterin orijinal formunda da bu sonuç ile benzerlik göstermektedir. Aynı zamanda Amerika'da ve Çin'de yapılan çalışmalarda da korku boyutu açısından kadın ve erkek arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Kadınlar anlamlı derecede yüksek puan almışlardır.

Erkek ile kadınlar arasında kabullenme Faktör1 (kabullenme) açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Erkeklerin puan sıra ortalaması 212,93 iken kadınların ortalaması 189,12'dir. Buna göre erkeklerde kabullenme daha fazladır. Erkek ile kadınlar arasında kabullenme içerisindeki inkar faktörü açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Erkeklerin puan sıra ortalaması 179,89 iken kadınların ortalaması 224,91'dir. Buna göre kadınlarda kabullenme Faktör3 yani inkar faktörü daha fazladır.

Erkek ile kadınlar arasında kabullemenin isyan faktörü ve kabullenme faktörü açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 7: Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Açısından İncelenmesi

Cinsiyet		n	Sıra Ort.	U	P
Korku	Erkek	209	177,66	15186,500	,000
	Kadın	193	227,31		
Kabullenme Faktör1	Erkek	209	212,93	17780,000	,039
	Kadın	193	189,12		
Kabullenme Faktör2	Erkek	209	198,92	19630,000	,634
	Kadın	193	204,29		
Kabullenme Faktör3	Erkek	209	179,89	15651,000	,000
	Kadın	193	224,91		
İnkâr	Erkek	209	200,29	19915,000	,827
	Kadın	193	202,81		

p<0,05=fark var; p>0,05=fark yok

Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Açısından İncelenmesi (Mann Whitney)

4.3.2. Korku ve Kabullenme Boyutlarının Yaş ile İlişkisi

Farklı yaş grupları arasında Korku açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). 30 yaş ve altı olanların puan sıra ortalaması 224,22; 31-40 yaş arası olanların ortalaması 196,80; 41-50 yaş arası olanların ortalaması 190,09; 51 yaş ve üstü olanların ortalaması 163,01'dir. Buna göre 30 yaş ve altı olanlarda korku en fazla iken yaş arttıkça bu korku düşmektedir. Farklı yaş grupları arasında Kabullenme ölçeği ve alt boyutları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$). Orijinal envanter metninde ise yaş grupları ölümü kabullenme faktörleri ile anlamlı derecede ilişkili bulunmuştur. 20-39 yaş, 40-64 yaşındakilerden ve 65 yaşındaki bireylerden anlamlı derecede düşük puan almıştır. Bu faktör üzerindeki daha düşük puanlar kişinin kendi kabulünü ve diğerinin ölümünün kabulünü yansıtmaktadır. Öte yandan, 20-39 yaşındaki çocuklar 40-64 yaşındakilere göre anlamlı derecede birinin

kendi ölümünden daha büyük korku yansıtıyor olması durumundan yüksek puan almışlardır. Birinci faktördeki yüksek puanlar bir başka kişinin ölmesinden daha büyük bir korkuyu yansıtmakta ve ikinci etken üzerindeki yüksek puanlar kişinin ölümünün daha fazla reddedildiğini göstermektedir.

Tablo 8: Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Yaş Açısından İncelenmesi

Yaş	N	Sıra Ort.	X2	P	
Korku	30 yaş ve altı	156	224,22	12,883	,005
	31-40 yaş	108	196,80		
	41-50 yaş	84	190,09		
	51 yaş ve üstü	54	163,01		
Kabullenme Faktör1 KABULLENME	30 yaş ve altı	156	194,11	5,316	,150
	31-40 yaş	108	194,04		
	41-50 yaş	84	227,27		
	51 yaş ve üstü	54	197,69		
Kabullenme Faktör2 İSYAN	30 yaş ve altı	156	212,32	2,442	,486
	31-40 yaş	108	194,33		
	41-50 yaş	84	192,48		
	51 yaş ve üstü	54	198,61		
Kabullenme Faktör3 İNKAR	30 yaş ve altı	156	218,55	7,435	,059
	31-40 yaş	108	199,02		
	41-50 yaş	84	191,41		
	51 yaş ve üstü	54	172,89		
Kabullenme	30 yaş ve altı	156	208,11	2,963	,397
	31-40 yaş	108	196,68		
	41-50 yaş	84	209,36		
	51 yaş ve üstü	54	179,83		

p<0,05=fark var; p>0,05=fark yok

Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Yaş Açısından İncelenmesi (Kruskal Wallis)

4.3.3. Korku ve Kabullenme Boyutlarının Eğitim Düzeyi ile İlişkisi

Mezun olduğu okul farklı olan gruplar arasında Korku, Kabullenme ölçeği ve alt boyut puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$). Araştırmanın orijinalinde ölüm kaygısı ve kabulü ile eğitim düzeyi karşılaştırıldığında anlamlı bir fark bulunurken, Amerika’da yapılan araştırma sonuçları Türkiye ile aynı sonucu vermiştir.



Tablo 9: Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Mezun Olunan Okul Açısından İncelenmesi

Mezun olduğu okul	n	Sıra Ort.	X2	P	
Korku	Ortaokul	18	261,08	5,230	,156
	Lise	141	195,48		
	Üniversite	216	199,74		
	Yüksek lisans ve üstü	27	207,28		
Kabullenme Faktör1 KABULLENME	Ortaokul	18	174,06	3,861	,277
	Lise	141	205,65		
	Üniversite	216	205,41		
	Yüksek lisans ve üstü	27	166,87		
Kabullenme Faktör2 İSYAN	Ortaokul	18	212,64	0,358	,949
	Lise	141	203,21		
	Üniversite	216	198,93		
	Yüksek lisans ve üstü	27	205,72		
Kabullenme Faktör3 İNKAR	Ortaokul	18	260,94	6,700	,082
	Lise	141	190,11		
	Üniversite	216	205,46		
	Yüksek lisans ve üstü	27	189,72		
Kabullenme	Ortaokul	18	187,64	4,401	,221
	Lise	141	203,48		
	Üniversite	216	206,71		
	Yüksek lisans ve üstü	27	158,76		

$p < 0,05$ =fark var; $p > 0,05$ =fark yok

Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Mezun Olunan Okul Açısından İncelenmesi (Kruskal Wallis)

4.3.4. Korku ve Kabullenme Boyutlarının Medeni Durum ile İlişkisi

Medeni hali farklı olan gruplar arasında Korku açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Bekar olanların puan sıra ortalaması 220,89; evli olanların ortalaması 189,38; boşanmış/dul olanların ortalaması 255,33'tür. Buna göre boşanmış/dul olanlarda Korku en fazla iken evli olanlarda en azdır.

Medeni hali farklı olan gruplar arasında Kabullenme faktör3 olan inkar açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Bekar olanların puan sıra ortalaması 211,35; evli olanların ortalaması 188,95; boşanmış/dul olanların ortalaması 256,39'dur. Buna göre boşanmış/dul olanlarda kabullenme faktörü olan inkar açısından en fazla iken evli olanlarda en azdır.

Medeni hali farklı olan gruplar arasında kabullenme ölçeği ile kabullenme ve isyan alt boyutları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$). Amerika'da ve Çin'de yapılan çalışmada medeni durum bir değişken olarak alınmamıştır. Bu sebeple envanterin karşılaştırılması yapılamamaktadır.

Tablo 10: Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Medeni Hal Açısından İncelenmesi

Medeni hal		n	Sıra Ort.	X ²	P
Korku	Bekar	156	210,89	8,387	,015
	Evli	223	189,38		
	Boşanmış/Dul	23	255,33		
Kabullenme Faktör1 KABULLENME	Bekar	156	195,58	0,726	,695
	Evli	223	205,83		
	Boşanmış/Dul	23	199,70		
Kabullenme Faktör2 İSYAN	Bekar	156	201,41	0,481	,786
	Evli	223	199,96		
	Boşanmış/Dul	23	217,09		
Kabullenme Faktör3 İNKAR	Bekar	156	211,35	8,998	,011
	Evli	223	188,95		
	Boşanmış/Dul	23	256,39		
Kabullenme	Bekar	156	203,48	2,426	,297
	Evli	223	196,60		
	Boşanmış/Dul	23	235,54		

$p < 0,05$ =fark var; $p > 0,05$ =fark yok

Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Medeni Hal Açısından İncelenmesi (Kruskal Wallis)

4.3.5. Korku ve Kabullenme Boyutlarının Dini İnanış ile İlişkisi

Müslüman ile Müslüman olmayan gruplar arasında Korku, Kabullenme ölçeği ve alt boyut puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p > 0,05$). Envanterin orijinalinde, Amerika'da ve Çin'de yapılan ÖÇDE-F geçerlilik güvenirlik çalışmasında dini inanış bir değişken olarak alınmamıştır.

Tablo 11: Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Mensubu Olunan Din Açısından İncelenmesi

Mensubu olduğu din		n	Sıra Ort.	U	P
Korku	Müslüman	363	203,87	6216,500	,211
	Müslüman değil	39	179,40		
Kabullenme Faktör1	Müslüman	363	199,27	6270,500	,239
	Müslüman değil	39	222,22		
KABULLENME	Müslüman	363	200,70	6788,500	,665
	Müslüman değil	39	208,94		
İSYAN	Müslüman	363	204,66	5931,000	,093
	Müslüman değil	39	172,08		
İNKAR	Müslüman	363	201,60	7040,500	,956
	Müslüman değil	30	200,53		

p<0,05=fark var; p>0,05=fark yok

Korku, Kabullenme Ölçeği ve Alt Boyut Puanlarının Mensubu Olunan Din Açısından İncelenmesi (Mann Whitney)

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

İnsanlar için ölüm kavramı son derece karmaşık bir olgudur. Bu karmaşıklığın içerisinde insan ölümün kendisi veya çevresindekiler için neresinde, nasıl, ne şekilde, ne zaman gerçekleşeceği konusunda bir bilgiye sahip değildir. Bu belirsizlikle birlikte insanların yaşadığı ölüm korkusuna birçok değişken etki etmektedir. Kişinin yaşadığı toplum, dini inancı, eğitim düzeyi, mesleği, yaşı, medeni durumu ölüm korkusunu etkileyen faktörlerdir. Bu çok yönlü durum sonucu ölüm, birçok bilimin ilgi alanına girmiş ve incelenmiştir. Ancak, psikoloji alanında insanların yaşamı ile iç içe olan ölüm kavramına ilişkin yeterli sayıda araştırma bulunmamaktadır. Bu araştırmaların yeterli düzeyde olmamasının en büyük sebeplerinden biri insanların ölüm anksiyetesini tanımlayabilecek ve ölçebilecek çok yönlü bir envanterin olmamasından kaynaklanabilir. Oysa ölüm insan yaşamının her anında var olan önemli bir gerçekliktir. Günümüze baktığımızda özellikle anksiyete tanı ve tedavi, her türlü sağlık hizmetleri alanında insanların yaşadığı çaresizliğe bağlı korku ve endişelerin verdiği huzursuzluk ortadan kaldırılamamıştır. Bu sebeple çalışmamızın en büyük amacı Ölüm ve Ölmek ile ilgili Çok Yönlü Değerlendirme Envanteri'nin orijinal dili Almanca olan bir çalışmanın Türkiye'ye kazandırılmasıdır. Bu araştırmada ölüm ve ölüme ÖÇDE-F etken analitik olarak düzenlenmiş, hem ölüm korkusunu hem de ölümün kabulünü ölçen çok boyutlu bir ölçektir. Bu ölçek, ölü olmayı ve ölüm sürecine karşı tutumları birbirinden ayırmaktadır. Bu sayede insanların ölüme karşı olan korkularını ve endişelerini daha iyi tanımlayabilmeye olanak sağlamaktadır. Aynı zamanda ölüm sadece kişinin kendi başına gelebilecek bir süreç değildir. Bu sebeple envanter aynı zamanda ölümün ve ölmenin sadece kişinin kendisinin değil bir başkasının ölümü yaşamasına karşın kişinin kendisini ilgilendirip ilgilendirmediğini veya nasıl ilgilendirdiğini de incelenmektedir. Bu kavramsal mantık, hem ölüm korkusunu hem de

ölümün kabulünün çok yönlü değerlendirmesinin tek bir araç ile yapılmasına olanak sağlamaktadır.

ÖÇDE-F'in Türkçe geçerlilik güvenirlik araştırmasında, ölçeğin toplam varyansı açıklama oranı %43,435; güvenirlik katsayısı Cronbach alfa değeri .95 olarak bulunmuştur. Buna göre ölçeğin güvenirlik düzeyi çok yüksektir. Ölçeğin özgün güvenirlik çalışmasında ise .92'dir (Wittkowski, 2001). Çin'de 260 kolej öğrencisiyle iki farklı çalışma yapılmıştır. Bu çalışmaların ölçekleri için, güvenirlik kat sayısı .62 ve .76 olarak bulunmuştur (Chan and Wittkowski, 2012). Amerika'da yürütülen bir başka geçerlilik çalışmasında ölçeğin alfa değerleri olarak saptanmıştır .82 ve .92 arasında bulunmuştur (MacDougall and Ferreras, 2016). Ölçeğin toplam varyansı açıklama oranı %50,208; güvenirlik katsayısı 0,678'dir. Buna göre Ölçeğin güvenirlik düzeyi oldukça yüksektir. Ülkemizde henüz bu alanda, ölümü bu kadar geniş kapsamlı araştıran başka bir benzer araştırma olmadığı için karşılaştırmalı analiz yapılmamıştır. Tüm sonuçlara bakıldığında ÖÇDE-F'in Türkiye örneklemini için güvenilir bir ölçme aracı olduğu gösterilmiştir.

Ölçeğin yapı geçerliliği (FIMEST-E/ger) ana bileşenler faktör analizini dört ölüm korkusunu ölçme faktörü ve üç ölümü kabullenmeyi ölçen toplam yedi faktörün 47 soru üzerine yüklenmesi esasına dayanmaktadır (Wittkowski, 2001). ÖÇDE-F'in geçerliliği ve maddelerin faktör yapısını saptamak amacıyla uygulanan faktör analizinde ilk boyut olan ölüm korkusunu ölçen tek faktörlü ve ikinci boyut olan ölümün kabulünü ölçen boyutun 3 faktörlü toplamda 4 faktörlü çözüme karar verildi. Bu durumda ÖÇDE-F'in Türkçe formunun orijinali ile aynı boyutlara sahipken iki alt boyut olan faktör yapısının orijinaliyle aynı olmadığı görülmüştür. ÖÇDE-F'in 2 boyutlu ve toplamda 4 faktörlü Türkçe formunda kümelenen madde içerikleri analiz edildiğinde orijinal formdaki bazı

faktörleri karşılamayan kümelenmeler tespit edilmiştir. Orijinal form ile Türkçe formu arasında çıkan bu uyumsuzluk sebebiyle istatistiksel analizler tekrar gözden geçirilmiştir. Orijinal envanterin yazarı ile görüşülerek analizlerin teyit edilmiştir. Teyit sonrası yaptığımız istatistiksel analizler ile orijinal formun istatistiksel analizlerinin aynı şekilde kullanıldığı tespit edilmiştir. Buna karşılık Türkçe metinde orijinal metinden farklı olarak değişimler yapılmıştır. Bu durumda 47 soruluk ÖÇDE-F'in Türkçe formunda toplamda 41 sorudan oluşmaktadır (EK-2). Faktör analizinde birinci boyut olan ölüm korkusu orijinal metinde 28 sorudan oluşurken bizim çalışmamızda 27 soru ve tek boyuttan oluşmaktadır. 3. Soru analize dahil edilmemiştir. Kabullenme boyutu orijinal metinde 3 ayrı faktöre şu şekilde ayrılmıştır; kabullenme, kabullenmeme, reddetme olarak 19 sorudan oluşurken bizim çalışmamızda kabullenme boyutu; kabullenme, isyan, inkar olarak toplamda 14 sorudan oluşmaktadır. ÖÇDE-F'in korku boyutu için yapılan açıklayıcı faktör analizinde 4. ve 9. sorular çıkarılmıştır. Daha sonra doğrulayıcı faktör analizinde ise 11. 17. ve 47. sorular analize dahil edilmemiştir. Bu durumda orijinal metinden farklı olarak boyutların altında yer alan soru kümeleri değişkenlik göstermiştir (EK-3). Bu farklılığın sebebi, orijinal metin Almanca'dan Türkçe'ye çevrilirken yaşanan anlam karmaşasını engellemek ve Türkçe'ye en iyi şekilde uyarlanmasını sağlamaktır. Bu uyumsuzluğun sebepleri arasında denek sayılarının farklı oluşu da bir etken olabilir. Bu bulgular ÖÇDE-F'in Türkçe formunun kişilerin ölüm korkularına ya da yakınlarının ölecek olmasına yönelik korkularına dair bilgilere ulaşmaya çalışmakta geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu göstermiştir. Türkçe formun güvenilirliğinin yüksek düzeyde bulunmuş olması ölçeğin hedefinin isabetli olduğunu göstermektedir. Boyutlar arasında alt faktör uyumsuzlukları ise ölçeğin gelecekte, önümüzde ki dönemlerde boyutlar ve alt faktörler açısından geliştirilmesi gerektiği şeklinde yorumlanabilir. Ülkemizde ki

alışmalar incelendiğinde ölümü her yönüyle, çok yönlü olarak ölçebilen bir envantere rastlanmamaktadır. Bu nedenle DE-F'in Türkçe formunun ülkemiz için hospis (yaşamı sona eren kişiye verilen bakım) ve palyatif (hayatı tehdit eden hastalık teşhisi almış hastaların rahat etmesi için verilen bakım) tıpta, klinik psikoloji ve ontoloji (temel sorunu varlık, varoluş olan disiplin) alanında ki araştırmalarda kullanılması adına önemli bir boşluğu dolduracağına inanmaktayız.



KAYNAKÇA

1. Akalın, E. Burcu, E. (Blt.). *Ölüm Olgusu Üzerine Sosyolojik Tartışmalar*.
2. Akalın, A. E. (2006). *Ölümün Ve Ölmenin Sosyolojisi Üzerine Kuramsal Bir Çalışma* Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi
3. Akça F, Köse A. (2008). Ölüm kaygısı ölçeğinin uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Klinik Psikiyatri Dergisi*,11:7-16.
4. Akçetin, N. Ç. (2010). Heidegger'in Düşüncesinde Ölüm. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*3:1-7.
5. Akış, Y. (2014). *Soren Kierkegaard'da kaygı kavramı*. İstanbul: AyrıntıYayınları.
6. Akpınar N. (1988). *9 Yaş İlkokul Çocuklarında Ölüm Kavramının İncelenmesi*, (Yayımlanmamış Yüksek lisans Tezi) Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
7. Aksüt Ç. S. (2008). Dindarlık ile Saldırganlık Arasındaki Etkileşimin Terör Yönetimi Kuramı Çerçevesinde İncelenmesi, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Mersin.
8. Aşkın, Z. Polat, E. (2017). Ölüm Kavramının Heidegger ve Sartre Felsefesindeki Yeri. *Kilikya Felsefe Dergisi (1)*. pp. 42-60.
9. Badur S. (2010). Ölüm üzerine tıbbi çeşitlemeler. Ölüm: Bir Topografya. *Cogito Dergisi*. 40: 22-25
10. Baudrillard, J. (2008). *Simgesel değiş tokuş ve ölüm*. (O. Adanır, çev.) İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
11. Becker, E. (2014). *Ölümü inkar*. (A. Tüfekçi, çev.) İstanbul: İz yayınevi.

12. Black, M. J. Mitchell, S. A. (2012). *Freud ve sonrası* (A. Eğrilmez, çev.) İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.
13. Bowlby, J. (1991). *Attachment*. Vol: 1, USA: PenguinBooks.
14. Bowlby, J. (2005). *Sevgi bağlarının kurulması ve bozulması*. (M. Kamer, Cev.) İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü.
15. Bowlby, J. (2012). *Bağlanma* (T. V. Soylu, Cev.) İstanbul: PinhanYayıncılık.
16. Bulduk, S. (2013). *Psikolojide deneysel araştırma yöntemleri*. İstanbul: ÇantayKitabevi.
17. Bulut, M. B. (2015). *Terör Yönetimi Kuramı (Dehşet Yönetimi Kuramı)*. *Mediterranean Journal of Humanities* V/1, 165-174
18. Cicero, M. T. (2014). *Ölüme övgü*. (C. Aksoy, Cev.) İstanbul: Sel Yayıncılık.
19. Cori, J. L. (2013). *Varolan annenin yokluğu* (E. Akay, Cev.) İstanbul: Okuyanus Yayınevi.
20. Cüceloğlu, D. (2002). *İnsan ve davranışı*. İstanbul; Remzi Kitabevi.
21. Doğulu, C. ve Uğurlu, N. S. (2015). *Dehşet Yönetimi Kuramı Üzerine Bir Derleme*. *Türk Psikoloji Yazıları*;18 (35), 33-47
22. Egan SJ, Wade TD, Shafran R. (2011). Perfectionism as a transdiagnostic process: a clinical review. *Clin Psychol Rev*. 31:203-212.
23. Erdoğan, A. & Karaman, M.G. (2008). Kronik ve Ölümcül Hastalığı Olan Çocuk ve Ergenlerde Ruhsal Sorunların Tanınması ve Yönetilmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry*. 9, 240-257.
24. Erdoğan, M. Y. & Özkan, M. (2007) Farklı Dini İnanışlardaki Bireylerin Ölüm Kaygıları ile Ruhsal Belirtiler ve Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 14(3) 171-179.

25. Evans D. Zarate, O. (2004). *Evrimsel psikolojiye giriş*. (H. Çetinkayaçev.) İstanbul: Türk Psikologlar Derneği
21. Freud, S. (Blt.) *Thoughts for the times on war and death*. Erişim tarihi: 20.05.2017, <http://www.panarchy.org/freud/war.1915.html>.
26. Freud, S. (1996). *Günlük yaşamın psikopatolojisi*. (Ş. Yeğın, Cev.) İstanbul: Payel Yayınevi.
27. Freud, S. (2010). *Ket vurma belirti ve korku*. (L. Yarbaş, çev.) İzmir: İlya Yayınevi.
28. Freud, S. (2011). *Rüya yorumları 1-2*. (A. Kanat, çev.) İzmir: İlya Yayınevi.
29. Fromm, E. (1997). *Rüyalar, masallar ve mitoslar*. (A. Arıtan ve K. H. Ökten, çev.) İstanbul: Arıtan Yayınevi.
30. Fromm, E. (2010). *Kendini savunan insan*. (D. D. Yüzer, çev.) İzmir: İlya Yayınevi.
31. Fromm, E. (2015). *Psikanaliz ve din* (E. Erten, çev.) Ankara-İstanbul: Say Yayınevi.
32. Gall, A. L. (2012). *Anksiyete ve kaygı*. (İ. Yerguz, çev.) Ankara: Dost Yayınevi.
33. Geçtan, E. (1989). *Çağdaş yaşam ve normal dışı davranışlar*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
34. Geçtan, E. (2000). *Psikanaliz ve sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
35. Geçtan, E. (1990). *Varoluş ve psikiyatri*. İstanbul: Metis yayınları.
36. Gök, Ş. (2000). *Adli tıp*. İstanbul; Filiz Kitabevi.
37. Gray, J. *Why Can't We Stop For Death?* Erişim tarihi: 25.05.2015 <http://www.newstatesman.com/culture/film/2017/05/srsly-94-liam-payne-kimmy-schmidt-mulholland-drive>.

38. Gürleyen, T. ve Elçi I. (2003). *Rüyalarla kişisel gelişim yolculuğu*. İstanbul: Beyaz Yayınları.
39. Güzel, Y. H. (2012). *Psikolojik dışlanma kişisel belirsizlik hissine yol açar mı? Psikolojik dışlanmanın, kişisel belirsizliğin ve ölümlülüğün dikkat çekici olmasının etkileri*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye.
40. Heidegger, M. (2001). *Zaman ve varlık üzerine*. (D. Kanıt, çev.) Ankara: A Yayınevi.
41. Herman, J. (2001). *Travma ve iyileşme* (T. Tosun, çev.) İstanbul; Literatür yayıncılık,
42. Hökelekli, H. (1991). Ölüm ve Ölüm Ötesi Psikoloji. *UÜİF Dergisi*, c.3 ss. 3. 112-165.
43. Hökelekli, H. (1993). *Din Psikolojisi*. Ankara: TDV Yayınları.
44. Iverach, L. Menzies, R.G. Menzies, R.E. (2014). Death anxiety and its role in psychopathology: reviewing the status of a transdiagnostic construct. *ClinPsychol Rev*;34:570-593.
45. Işık, E. A. (2008). *Ölüme Karşı Tutum Ölçeğinin Türk Toplumuna İçin Geçerlilik Güvenirlik Çalışması*. (Yayınlanmamış tez). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
46. Irak, M. (1998). Uyku ve bilgi işleme süreçleri. *Türk Psikoloji Yazıları*, 1 (1), 13-20
47. Jean, P. S. (2016). *Varoluşçuluk*. (A. Bezirci, çev.) İstanbul: Say Yayıncılık.
48. Jones, C. (2004) *Huzur içinde yatsın: ölüme dair her şey*. İstanbul; Dharma Yayınları.

49. Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). *Yeni insan ve insanlar sosyal psikolojiye giriş*. İstanbul: Evrim Yayınevi.
50. Klein, M. (2012). *Sevgi, onarımvesuçluluk*. (B. Habip) İstanbul: KanatYayınevi.
51. Koestenbaum, P. (1998). *Ölüme Yanıt Var mı?*(Y. Akgünlü, çev.)İstanbul: Mavi Yayınları.
52. Kökdemir, D. ve Yeniçeri, Z. (2010). Terrormanagement in a predominantly muslim country: Theeffects of mortalitysalience on universityidentityand on preferenceforthedevelopment of internationalrelations. *European Psychologist*, 15(3), 165-174.
53. Kübler-Ross, E. (1997). *Ölüml ve ölmek üzerine* (B. Büyükbakkal, Çev.) İstanbul: BZD Yayıncılık.
54. Kübler-Ross E. (1987). *Büyümenin son aşaması: ölüm*. İstanbul: Ruh ve Madde Yayınları.
55. Kutlesa N, Arthur N. (2008). Overcoming negative aspects of perfectionism through group treatment. *J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther*;26:134-150.
56. May, R. (2015). *Kendini arayan insan*.(K. Işık, çev.) İstanbul: Okuyanuş Yayınevi.
57. Mert, İ.S. (2007). *Cesaret Yönetimi*.İstanbul: Hayat Yayınevi.
58. Mert, İ.S. (blt.) *Terör Yönetimi Kuramı ve Cesaret: Kavramsal Bir Tartıma*.
59. Morgan. C.T. (2009) *Psikolojiye giriş* (Karakaş, S. ve Eski, R. Çev.) İstanbul: Eğitim Kitap Evi Yayınları.
60. Neimeyer R. A. Moser R. P. (2003).Wittkowski J. Assessing attitudes toward dying and death: psychometric considerations. *Omega*;47:45-76.

61. Neimeyer, R. A. (2007). Introduction. *Existential and Spiritual Issues in Death Attitudes*. (Ed. A. Tomer- G. Eliason ve P. T. Wong). London: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
62. Neimeyer, R. A., J. Wittkowski ve R. P. Moser (2004). Psychological Research on Death Attitudes: An Overview and Evaluation, *Death Studies*, 28: 309-340.
63. Nadas, P. (2013). *Ölümlle başbaşa*. (G. Benderli, çev.) İstanbul: Can Yayınevi.
64. Nuland, S. B. (2013) *Nasıl ölüürüz? Yaşamın son döneminden izler*. (Ş. Taş, çev.) İstanbul: H2o Yayınevi.
65. Osho (2010). *Korku yaşamın güvensizliklerini anlamak ve kabuletmek*. (M. Duygunçev.) İstanbul: Butik Yayıncılık.
66. Osho (2008). *Fear-Understanding and accepting the insecurities of life*. Switzerland: Osho International Foundation (OIF).
67. Özdemir, E. (2014). *Yoğun Bakım Hemşirelerinde Görülen Ölüm Kaygısı*. Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri enstitüsü, Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum.
68. Özer, K. (2012). *Kaygı*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
69. Öztürk, K. Z. (2010). *Yaşlı Bireylerde Ölüm Kaygısı*. Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Adana.
70. Öztürk, M. O. (2012). *Özerk benlik kul benlik*. İstanbul: Okuyanus Yayınları.
71. Rank, O. (2001). Doğum travması. (S. Yücesey, çev.) İstanbul: Metis Yayınları
72. Sarıkaya, Y. (2013). *Ölüm Kaygısı Ölçeğinin Geliştirilmesi Geçerlilik Güvenirlik Çalışması*. (yayınlanmamış tez). Gazi Osmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Tokat.
73. Savaşır, I. (1994). Ölçek Uyarlamasındaki Sorunlar ve Bazı Çözüm Yolları. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(33), 27-32.

74. Saya, P. Sezer, S. (2009).Gelişimsel Açıdan Ölüm Kavramı. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13: 151-165
75. Sayar K. (2000). Varoluşçu Psikoloji Açısından Anksiyete. Vakıf Gureba Eğitim Hastanesi Psikiyatri Kliniği. *Yeni Symposium Dergisi*, 38 (2):43-50
76. Slaughter V. (2005). Young Children's Understanding of Death Australian Psychologist, 40: 92-172
77. Slaughter,V. Griffiths,M. (2007) Death understanding and fear of death in young children *Clinical child psychology and psychiatry*, 12;4 :525-535
78. Steinberg, L. A. (2007). *Ergenlik*. (F. Çok, çev.) İstanbul: İmge Kitabevi.
79. Şaylan, G. (2006). *Postmodernizm*.Ankara:İmge Yayıncılık.
80. Şahin, M. Demirkıran, F. Adana, F. (2016). Hemşirelik Öğrencilerinde Ölüm Kaygısı, Ölmekte Olan Bireye Bakım Verme İsteği ve Etkileyen Faktörler. Adnan Menderes Üniversitesi, *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi- Journal of Psychiatric Nursing* 7(3):135-141
81. Tanhan F. ve Arı F. (2006). Üniversite öğrencilerinin ölüme verdikleri anlam ve öğrenim gördükleri program açısından ölüm kaygısı düzeyleri. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*,
82. Tekin M. Tekin A. (2014). Anksiyete Bozukluklarında Dissosiyatif Belirtiler *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*;6(4):330-339.
83. Tillich, P. (2014). *Olmak cesareti* (F. C. Dansuk çev.) İstanbul: Okyanus Yayınları.

84. Tomer, A. ve Eliason, G. T. (2007) "Existentialism and Death Attitudes" *Existential and Spiritual Issues in Death Attitudes*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers, London, ss.10-12.
85. Warburton W. A (2011). *Littlehistory of philosophy*. Set in minnionproby IDSUK. Padstow,Carnwall.
86. Warburton W. (2017). *Felsefenin Kısa Tarihi*. (G. Ateşoğlu, çev.)İstanbul: Alfa Yayıncılık.
87. Wendell, S. (1989). Toward a Feminist Theory of Disability, *Hypati*, 4, (2).
88. Wittkowski, J. (2001). The construction of the Multidimensional Orientation Toward Dying and Death Inventory (MODDI-F). *Death Stud*;25:479-495.
89. Vassaf, G. (1999) *Cennetin dibi*. İstanbul: İletişim Yayınları.
90. Vassaf G. (2013)*Cehenneme övgü*. (Z.Gencosmanve Ö. Madra, çev.) İstanbul: İletişim Yayınları.
91. Victor, E. F. (2013) *İnsanın anlam arayışı*. (S. Budak, çev.) İstanbul: Okuyanuş Yayınevi.
92. Yalom, I. (2001) *Varoluşçu psikoterapi*. (Z. Babayiğit, çev.) İstanbul: Kabalcı Yayınevi
93. Yalom, I. (2008) *Güneşe bakmak ölümle yüzleşmek*. (Z. Babayiğit, çev.) İstanbul: Kabalcı Yayınevi
94. Yörükoğlu, A. (1968). Aile İçinde Ölüme Karşı Çocukların Tepkileri *Nöropsikoloji Araştırmaları*, 5 (3) 47, 7/10.68, s. 23-33.
95. Yörükoğlu,A. (2004) *Gençlik çağı ruh sağlığı ve ruhsal sorunlar*.İstanbul: Özgür Yayınları.

96. Yıldız M. Karaca F. (2001). Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği'nin Türkçe Çevirisinin Normal Popülasyonda Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması.
97. Yıldız, M. (1996). Ölümle İlgili Genel Tutumlar, *Akademik Araştırmalar-Sosyal Bilimler Dergisi*, 1 (1): 178-188



EKLER

EK-1:

Agreement for Translation Rights

March 2, 2017

between Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG, Merkelstr. 3, D- 37085 Göttingen, Germany [hereinafter referred to as the Proprietor], and Hüseyin Ünübol and Fulya Zorlu, Üsküdar Üniversitesi Çarşı Kampus (Uskudar University Carsi Campus), Mimar Sinan Mh. Selman-1 Pak Cd. PK:34664 Üsküdar, Istanbul, Turkey [hereinafter referred to as the Translators]:

1. The Proprietor grants the Translators the right to translate into the Turkish language the Questionnaire, Profile Sheets, and Scoring Sheets of the work, entitled:

Fragebogeninventar zur mehrdimensionalen Erfassung des Erlebens gegenüber Sterben und Tod (FIMEST)

Wittkowski

First Edition 1996

2. Purpose of this translation will be the use and validation of said material in the following study: *Validity and Reliability of Turkish Version of Questionnaire Inventory for the Multidimensional Assessment of Experiencing Toward Dying and Death*

3. The Translators agree to produce said work at their own expense. The Translators hereby assign and transfer to the Proprietor, without charge to the Proprietor and without limitation, all rights to the translation of the translated test and related materials. The Translators assign and transfer the collected raw data of said studies, related to the translation of this test, to the Proprietor. The Translators are bound, to use the translated material exclusively in the mentioned studies and will not dispose of it in any commercial way nor give the material to another party.

4. The Translators must be in the possession of one complete original copy of the *Fragebogeninventar zur mehrdimensionalen Erfassung des Erlebens gegenüber Sterben und Tod (FIMEST)* (can be ordered at the Testzentrale, Herbert-Quandt-Str. 4, D-37081 Göttingen, Tel. +49-551-50688-999, testzentrale@hogrefe.de).

5. The translation of said work will be made by competent professional translators, who may add explanations or make slight modifications in the original text of the work to achieve a competent and idiomatic translation. Such explanations or modifications shall not materially change the meaning or otherwise materially alter the text. The Translators must submit to the Proprietor the full translation and blind back-translation for the materials detailed in paragraph 1.

6. The Translators agree to print the original copyright on the title page or the reverse thereof on every copy of the work:

© 1996 by Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG, Göttingen

7. The Translators agree that the name of the Author (Wittkowski) shall appear in due prominence on the title page and on the binding of every copy produced. Upon starting the study, the Translators will send four free copies of the translation to the Proprietor.

8. All rights now existing or which hereafter come into existence and which are not specifically mentioned in this agreement are hereby reserved to and by the Proprietor.


9. Two copies of this agreement have been signed by duly authorized officers of the parties to the agreement. The agreement is effective as of the date given on page 1. Court of jurisdiction is Göttingen, Germany.

Signed for the Proprietor:
Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG


Dr. Michael Vogtmeier

Date 28.3.17

Signed for the Translators:


Hüseyin Ünübol

Date 15.03.2017


Fulya Zorlu

Date 15.03.2017

EK2:ÖÇDE-F

Tarih:

Kodu:_____.

ÖÇDE-F (41i)

Aşağıdaki ifadeler insanların ölüm ve yaşam hakkındaki düşüncelerini öğrenmek için kullanılmıştır. Özellikle genç insanlar için ifadelerden biri ya da birkaçı tamamen yeni ya da şaşırtıcı olabilir.

Her bir ifade için dört farklı cevap seçeneği öngörülmüştür; “ Hiç uymuyor” , “ Biraz uyuyor” , “Çoğunlukla uyuyor” , “Tam olarak uyuyor “ . Lütfen her bir ifade için size en uygun gelen cevap seçeneğini işaretleyin.

Örnek:

Ölümünden sonraki zamani düşünmek beni huzursuz ediyor.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

Bu örnekteki çarpı işareti, bu soruyu okuyan birine bu ifadenin hiç uymadığı anlamına gelmektedir.

Örnek:

Sevilen insanların ölebilecek olmaları bende korku uyandırır.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

Bu örnekteki çarpı işareti, bu soruyu okuyan birine bu ifadenin tam olarak uyduğu anlamına gelmektedir.

Bu testte doğru ya da yanlış cevap yoktur, aksine her birey farklı düşüncelere sahip olabilir.Tüm veriler gizlilik ile kullanılacaktır. Lütfen bir cümle üzerinde zihninizi uzun süre yormayın, sadece size anlamlı gelen şekilde soruları cevaplayın. Cevaplamak size zor gelse bile, lütfen hiçbir soruyu yanıtsız bırakmadığınızdan emin olun.

İşbirliğiniz için size çok teşekkür ederiz.

Cinsiyet :

bay bayan

Yaş :

Mezunolduğu okul:

Ortaokul

Lise

Üniversite

Yüksek lisans ve sonrası

Medeni hali:

bekar

evli

boşanmış

dul

Mensubu olduğu din:

müslüman

hristiyan

yahudi

diğer

hiçbiri

1. Ölümümün uzun ve acılı olabileceği düşüncesine dayanamam.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
2. Çok değer verdiğim birinin bir gün ölecek olması çok acı verici.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
3. Ölümüm ile birlikte bütün düşünce ve hislerimin son bulacağı düşüncesinden korkuyorum.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
4. Kendi ölümüm hakkında düşünmek istemiyorum.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
5. Sevdiğim insanları ölüm nedeni ile kaybetmekten korkuyorum.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
6. Yavaş ve ızdıraplı bir şekilde öleceğimi düşünmek beni çok korkutuyor.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
7. Bir insanın öldüğünü görmekten korkarım.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
8. Cesetin soğuk olduğu fikri beni korkutur.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
9. Ölümünden sonrasını düşünmek beni korkutuyor.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
10. Hayatımın sadece yaşadığım dünya ile sınırlı olmasına isyan ediyorum.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

11. Bir yakınımın ölüm yoluyla hayatımdan çıkacağı düşüncesi benim için korkunç bir histir.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
12. Fiziksel olarak çökme beraberinde yavaş bir ölümü getirdiği için beni tedirgin eder.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
13. Ölmekte olan kişi ile onun ölümü hakkında konuşmaktan korkarım.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
14. Birgün benim de ölecek olmam benim için çok doğal bir şey.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
15. Ölümünden sonra, kişiliğimin sonsuza dek yok olacağı fikri benim için korkunç.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
16. Bir gün ölecek olmamı içsel olarak protesto ediyorum.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
17. Bana yakın insanların ölümleri sonucu sonsuza dek onları kaybetme düşüncesi beni korkutuyor.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
18. Tıbbi cihazlar ile ölüm sürem uzamasından korkarım.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
19. Bana yakın olan kişilerin bir gün ölebileceğini makul buluyorum.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
20. Kendimi ölmekte olan birinin yanında bulma düşüncesi benim için korkunç.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
21. Ölüm süreci hayatımın bir parçası olduğu düşüncesini kabul ediyorum.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor
22. Cesetin sertliği düşüncesi korkmama sebep oluyor.
Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

23. Ölümünden sonra bir daha asla düşünememe ve deneyimleyememe düşüncesi beni endişelendirir.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

24. Birgün ölecek olmamı hayatıma zorla yapılmış bir müdahale olarak sayarım.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

25. Diğer insanları ölüm ile sonsuza kadar kaybetme olasılığı beni endişelendirir.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

26. Ölürlen yalnız kalacağım düşüncesi benim için korkunç.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

27. Bana yakın olan insanların da ölmek zorunda olacaklarını kabul ederim.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

28. Bir başkasına yaşamının son saatlerinde yardımcı olmak zorunda kalmaktan korkarım.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

29. Esasen birkez ölmek zorunda olmamı uygun buluyorum.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

30. Bir gün ölecek olma düşüncesi, beni huzursuz eder.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

31. Öleceğimin bilgisi yaşamıma ait olmayan yabancı bir cisim gibidir.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

32. Bir gün acı bir şekilde ölmekten korkarım.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla Tam olarak uyuyor

33. Benim için çok değerli insanların bir gün ölecek olmalarını düşünmek istemiyorum.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

34. Ölmekte olan birinin benden teselli ve yardım dilenmesi fikri beni tedirgin eder.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

35. Bir gün ölecek olmam, hayatımda kabullendiğim bir düşüncedir.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

36. Cesedin solukluğu üzerine düşünmek beni tedirgin eder.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

37. Ölümünden sonra bedenimin ortadan kaybolacağı fikri beni huzursuz eder.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

38. Ben ölüırken bana sadece bir obje gibi davranılmasından korkarım.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

39. Ölümüm evren düzenin kabullendiğim bir parçasıdır.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

40. Ölü birine bakmak benim için korkunç olurdu.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

41. Ölüırken kişisel itibarımı kaybetme ihtimali benim için korkunç bir şey.

Hiç uymuyor Biraz uyuyor Çoğunlukla uyuyor Tam olarak uyuyor

EK-3: ÖÇDE-F BOYUTLARA GÖRE SORU DAĞILIMI
KORKU BOYUTU

1.	Ölümümün uzun ve acılı olabileceği düşüncesine dayanamam.
3.	Ölümüm ile birlikte bütün düşünce ve hislerimin son bulacağı düşüncesinden korkuyorum.
5.	Sevdiğim insanları ölüm nedeni ile kaybetmekten korkuyorum.
6.	Yavaş ve ıstıraplı bir şekilde öleceğimi düşünmek beni çok korkutuyor.
7.	Bir insanın öldüğünü görmekten korkarım.
8.	Cesedin soğuk olduğu fikri beni korkutur.
9.	Ölümden sonrasını düşünmek beni korkutuyor.
11.	Bir yakınımın ölüm yoluyla hayatımdan çıkacağı düşüncesi benim için korkunç bir histir.
12.	Fiziksel olarak çökme beraberinde yavaş bir ölümü getirdiği için beni tedirgin eder.
13.	Ölmekte olan kişi ile onun ölümü hakkında konuşmaktan korkarım.
15.	Ölümümden sonra kişiliğimin sonsuza dek yok olacağı fikri benim için korkunç.
17.	Bana yakın insanların ölmeleri sonucu sonsuza dek onları kaybetme düşüncesi beni korkutuyor.
18.	Tıbbi cihazlar ile ölüm süremi uzamasından korkarım.
22.	Cesedin sertliği düşüncesi korkmama sebep oluyor.
23.	Ölümümden sonra bir daha asla düşünememe ve deneyimleyememe düşüncesi beni endişelendirir.
25.	Diğer insanları ölüm ile sonsuza kadar kaybetme olasılığı beni endişelendirir.
26.	Ölürken yalnız kalacağım düşüncesi benim için korkunç.

28.	Bir başkasına yaşamının son saatlerinde yardımcı olmak zorunda kalmaktan korkarım.
30.	Bir gün ölecek olma düşüncesi, beni huzursuz eder.
32.	Bir gün acı bir şekilde ölmekten korkarım.
34.	Ölmekte olan birinin benden teselli ve yardım dilenmesi fikri beni tedirgin eder.
36.	Cesedin solukluğu üzerine düşünmek beni tedirgin eder.
37.	Ölümünden sonra bedenimin ortadan kaybolacağı fikri beni huzursuz eder.
38.	Ben ölürken bana sadece bir obje gibi davranılmasından korkarım.
40.	Ölü birine bakmak benim için korkunç olurdu.
41.	Ölürken kişisel itibarımı kaybetme ihtimali benim için korkunç bir şey.

1. KABULLENME BOYUTU

1. KABULLENME	14. Bir gün benimde ölecek olmam benim için çok doğal bir şey.
	19. Bana yakın olan kişilerin bir gün ölebileceğini makul buluyorum.
	21. Ölüm süreci hayatımın bir parçası olduğu düşüncesini kabul ediyorum.
	27. Bana yakın olan insanların ölmek zorunda olacaklarını kabul ederim.
	29. Esasen bir kez ölmek zorunda olmamı uygun buluyorum.
	35. Bir gün ölecek olmam, hayatımda kabullendiğim bir düşüncedir.
	39. Ölümüm evren düzenin kabullendiğim bir parçasıdır.

2. İSYAN	10. Hayatımın sadece yaşadığım dünya ile sınırlı olmasına isyan ediyorum.
	16. Bir gün ölecek olmamı içsel olarak protesto ediyorum.
	24. Bir gün ölecek olmamı hayatıma zorla yapılmış bir müdahale olarak sayarım.
	31. Öleceğimin bilgisi yaşamıma ait olmayan yabancı bir cisim gibidir.
3. İNKAR	2. Çok değer verdiğim birinin bir gün ölecek olması çok acı verici.
	4. Kendi ölümüm hakkında düşünmek istemiyorum.
	33. Benim için çok değerli insanların bir gün ölecek olmalarını düşünmek istemiyorum.