

T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÇOCUĞU VEFAT EDEN ANNELER ÜZERİNE
DİN PSİKOLOJİSİ BAĞLAMINDA NİTEL BİR
ARAŞTIRMA

Emine Sena ÇELİK
2501200006

TEZ DANIŞMANI
Doç. Dr. Ümit HOROZCU

İSTANBUL – 2023

ÖZ

ÇOCUĞU VEFAT EDEN ANNELER ÜZERİNE DİN PSİKOLOJİSİ BAĞLAMINDA NİTEL BİR ARAŞTIRMA

Emine Sena ÇELİK

Dini inanç ve uygulamalar, kişinin karşılaştığı zorlu hadiseleri atfettiği anlamlar açısından şüphesiz önemli bir yere sahiptir. Evlat kaybı, ebeveynlerin hayatlarında karşılaşılabileceği en zorlu hadiselerden olup pek çok zaman duygusal, psikolojik, sosyal ve dini hayatında bir dönüm noktası olmaktadır. Bu çalışma kapsamında evlat kaybı yaşayan anneler, Din Psikolojisi bağlamında; özelde ise ölüm psikolojisi, yas psikolojisi ve dini başa çıkma bağlamında incelenmektedir. Söz konusu annelerin ölümle karşılaştıklarında neler hissettikleri, bu süreçte neler yaşadıkları, hayatı ve ölümü nasıl anlamlandırdıkları ve dindarlıklarının yaşanan süreci nasıl etkilediği ve süreçten nasıl etkilendiği ele alınmaktadır.

Araştırma konu ve amaç açısından en uygun olduğu düşünülen nitel araştırma yöntemi ve bu yöntem içerisinde mülakat tekniği kullanılmak suretiyle gerçekleştirilmiştir. Bu doğrultuda kartopu tekniğinden yararlanılarak evlat kaybı yaşamış annelere ulaşılmıştır. Yaşları 29 ile 72 arasında değişen 20 anneye yarı yapılandırılmış mülakat formu uygulanmıştır. Elde edilen veriler betimsel analize ve içerik analizine tabi tutulmuştur.

Bulgular, “Ölümle Karşılaşma ve İlk Tepkiler”, “Yas Süreci” ve “Güncel Durum” olmak üzere üç ana tema ve birçok alt tema halinde işlenmiştir. Sonuç itibarıyla kişinin karakteri, psikolojisi, sosyal durumu, dindarlığı gibi birçok etkenin ölüm hadisesiyle başa çıkmada, hissettiği destek ihtiyacında, hayatı ve ölümü anlamlandırmada önemli rollere sahip olduğu tespit edilmiştir. Allah, ahiret, kader, imtihan ve şefaath inancı, sabır ve şükür tutumu, teslimiyet ve tevekkül hali, dua, namaz, Kuran-ı Kerim, hayır yapma, kabir ziyareti ve rüyalar gibi pek çok olgunun, dini başa çıkma etkinliklerinden olduğu saptanmıştır. Genel anlamda kişinin sosyal destek, profesyonel destek, din adamlarından ve cemaat üyelerinden destek alıp almamasından bağımsız olarak dinin önemli bir yere sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca

hayatın ve ölümün anlamına dair yapılan araştırma sonucunda da dini ve manevi unsurlara sıkça rastlanmıştır. Böylece dini inancın karşılaşılan sıkıntılı olaylarla başa çıkma ve ruh sağlığını koruması açısından önemli bir araç olduğu ortaya konmuştur.

Anahtar Kelimeler: Din Psikolojisi, Ölüm Psikolojisi, Yas Psikolojisi, Dini Başa Çıkma, Dini İnanç, Dindarlık, Anlam Arayışı, Evlat Kaybı.



ABSTRACT

A QUALITATIVE RESEARCH IN THE CONTEXT OF RELIGIOUS PSYCHOLOGY ON MOTHERS WHOSE CHILD DIED

Emine Sena ÇELİK

Religious beliefs and practices certainly have an important place in the meanings one ascribes to the difficult events one encounters. The loss of a child is one of the most difficult events that parents can face in their lives and often becomes a turning point in their emotional, psychological, social and religious life. Within the scope of this study, mothers who have lost a child, in the context of Psychology of Religion; In particular, it is examined in the context of death psychology, grief psychology and religious coping. It is discussed how the mothers in question felt when they faced death, what they experienced in this process, how they made sense of life and death, and how their religiosity affected the process and how it was affected by the process.

The research was carried out using the qualitative research method, which is thought to be the most appropriate in terms of subject and purpose, and the interview technique within this method. In this direction, mothers who had lost a child were reached by using the snowball technique. A semi-structured interview form was applied to 20 mothers aged between 29 and 72. The obtained data were subjected to descriptive analysis and content analysis.

Findings were handled under three main themes which are “Encountering with Death and First Reactions”, “Mourning Process” and “Current Situation” and many sub-themes. As a result, it has been determined that many factors such as the person's character, psychology, social status, and religiousness have important roles in coping with the event of death, the need for support and the meaning of life and death. It has been determined that many phenomena such as belief in Allah, the hereafter, destiny, test and intercession, patience and gratitude, surrender and submission, prayers, the Quran, charity, visiting the grave and dreams are among religious coping activities. In general, it has been seen that religion has an important place regardless of whether the

person receives social support, professional support, support from the clergy and community members. In addition, as a result of the research on the meaning of life and death, religious and spiritual elements were frequently encountered. Thus, it has been revealed that religious belief is an important tool in terms of coping with the distressing events and protecting mental health.

Keywords: Psychology of Religion, Psychology of Death, Psychology of Mourning, Coping with Religion, Religious Belief, Religiosity, Search for Meaning, Child Loss.



ÖNSÖZ

“Her nefis ölümü tadacaktır. Sonunda bize döndürüleceksiniz.”

Ölüm, bir yok oluş değil aksine yeniden diriliş ve sonsuz bir hayatın başlangıcıdır. Dünya hayatını anlamlı kılan şey ise tam olarak ölümle birlikte başlayan hayattır. İslam dinine göre iman esas olmakla birlikte kutsal bir anlamı olan ahiret inancı, iyi ve güzel şeyler yapmış Müslüman kimse için olumlu çağrışımlar yapar. Ancak dünyadan ahiret hayatına geçiş her zaman kolay olmayabilir, bazen de sancılı bir şekilde gerçekleşebilmektedir. Kişinin karakteri, inancı, kültürü, psikolojik ve sosyal durumu ölümüne bakışını derinden etkileyen nedenlerdendir. Dolayısıyla bir kimsenin yakınına kaybetmesi sonucunda insanda mutlaka değişim ve dönüşümler olur. Bunlar olumlu yönde olabileceği gibi olumsuz yönde de olabilir. Din, yaşanan hadiseyle başa çıkmada önemli bir yere sahip olmasından dolayı tam da bu noktada önem arz eder.

Evlat ölümü gibi ruhsal travma bağlamında değerlendirilen bir yaşantının, başta ebeveynlerin duygusal, psikolojik, sosyal ve dini hayatında bir dönüm noktası olabilir. Bu kayıp, aynı zamanda ebeveynlerin dini inanç ile uygulamalarla olumlu veya olumsuz yönde ilişkili olabilir. Bu düşünceden hareketle evlat kaybı yaşamış anneler, bu çalışmanın araştırma grubunu oluşturmuştur. Din Psikolojisi literatüründe doğrudan çalışılmamış olan evlat kaybı yaşamış annelerle mülakatlar yapılmıştır.

Bu çalışma kapsamında annelerin ölümle karşılaştıklarındaki hisleri, bu süreçte yaşadıkları, hayatı ve ölümü anlamlandırmaları ve bu kaybın dindarlıkları ile ilişkisi incelenmiştir. Bu açıdan karşılaşılan acı hadiseyle baş etmek için başvurulmuş dini başa çıkma etkinlikleri araştırılmıştır.

Bu çalışmanın ortaya çıkmasında birçok kişinin katkısı ve desteği olmuştur. Araştırma sürecince tüm yoğunluğuna rağmen, bu tezin her aşamasında desteğini esirgemeyen ve talebesi olmaktan mutluluk duyduğum saygıdeğer danışman hocam Doç. Dr. Ümit HOROZCU'ya en içten şükranlarımı sunarım. Ayrıca bu tez sürecine en başından beri bizi hazırlayan ve her zaman yanımızda olan kıymetli hocam Doç. Dr. Gülüşan GÖCEN'e teşekkürü bir borç bilirim. Tüm hayatım boyunca dualarıyla ve yönlendirmeleriyle azmimi artıran sevgili anne ve babama; bu süreçte hiçbir zaman desteğini esirgemeyen ve katkı sağlayan kıymetli eşim Salih'e de bu vesileyle teşekkür

ederim. Evlat kaybı gibi hassas bir konuda görüşmeyi kabul edip hayat hikayeleriyle araştırmaya katkı sağlayan pek değerli katılımcılara da müteşekkirim.

Gayret bizden, Tevfik Allah'tan.

Emine Sena ÇELİK
İSTANBUL, 2023



İÇİNDEKİLER

ÖZ.....	ii
ABSTRACT	iv
ÖNSÖZ.....	vi
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xi
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

ÖLÜM, YAS, BAŞA ÇIKMA, DİN VE SAĞLIK

1.1. Ölüm.....	3
1.1.1. Ölüm Olgusu.....	3
1.1.2. İslam’da Ölüm	4
1.1.3. Ölümün Psikolojideki Yeri	6
1.2. Yas	7
1.2.1. Yas Kavramı	7
1.2.2. Yas Süreci	9
1.2.3. Yas ve Depresyon	15
1.2.4. Ölüm Şekli ve Yas	16
1.2.5. Evlat Vefatı ve Yas	17
1.3. Başa Çıkma, Din ve Sağlık	18
1.3.1. Başa Çıkma	18
1.3.2. Başa Çıkma ile Din İlişkisi	19
1.3.3. Dini Başa Çıkmanın Unsurları.....	20
1.3.4. Dini Başa Çıkmanın Amaçları	20
1.3.5. Dini Başa Çıkma Etkinlikleri.....	21
1.3.6. Dini Başa Çıkma Sürecinde Etkili Olan Faktörler.....	24
1.3.7. Ruhsal ve Fiziksel Sağlık Bağlamında Dini Başa Çıkma.....	26

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi	29
--	----

2.2. Araştırmanın Modeli	30
2.3. Çalışma Grubunun Özellikleri	31
2.4. Veri Toplama Aracının Oluşturulması.....	32
2.5. Araştırma Verilerinin Toplanması	32
2.6. Araştırma Verilerinin Analizi ve Yorumlaması.....	33

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Ölümle Karşılaşma ve İlk Tepkiler	35
3.1.1. Vedalaşma Anı.....	35
3.1.2. Ölüm Şekli	39
3.1.2.1. Beklenmedik Ölüm.....	39
3.1.2.2. Beklenen Ölüm.....	42
3.1.3. İlk Tepkiler.....	48
3.1.3.1. Sükûnet.....	49
3.1.3.2. Rahatlama	51
3.1.3.3. Üzüntü	52
3.1.3.4. Panik.....	53
3.1.3.5. Şok.....	54
3.2. Yas Süreci	56
3.2.1. Psiko-Fiziksel Durum	56
3.2.2. Rüyalar	64
3.2.3. Profesyonel Destek	68
3.2.4. Sosyal Destek.....	76
3.2.4.1. Eş Desteği.....	77
3.2.4.2. Aile Desteği.....	82
3.2.4.3. Cenaze Törenine Katılım.....	88
3.2.5. Manevi Destek İhtiyacı ve Destek Alma	92
3.2.6. Din Görevlilerinin Desteği.....	99
3.2.7. Başa Çıkma Mekanizması.....	103
3.2.7.1. Psiko-Sosyal Başa Çıkma.....	104
3.2.7.2. Dini Başa Çıkma	111
3.3. Güncel Durum.....	151
3.3.1. Güncel Psiko-Sosyal Durum.....	151

3.3.1.1. Ölüm Acısı	151
3.3.1.2. Ölünün Anılması	156
3.3.1.3. Diğer Çocuklarına Bakış	163
3.3.1.4. Çocuğun Akranlarına Bakış	168
3.3.1.5. Keşke Söylemi.....	171
3.3.1.6. Aynı Tecrübeyi Yaşayanlara Tavsiyeler	174
3.3.2. Güncel Dini Durum.....	178
3.3.3. Güncel Anlam Dünyası.....	185
3.3.3.1. Hayatın Anlamı	185
3.3.3.2. Ölüm Yaklaşımı	188
SONUÇ.....	196
KAYNAKÇA	201
EKLER.....	208

KISALTMALAR LİSTESİ

A.e.	: Adı geçen
A.g.e.	: Adı geçen eser
Bkz.	: Bakınız
C.	: Cilt
Çev.	: Çeviren
Ed.	: Editör
Haz.	: Yayına hazırlayan
Hz.	: Hazreti
No.	: Numara
s.	: Sayfa
SBE	: Sosyal Bilimler Enstitüsü
vb.	: Ve benzeri
vd.	: Ve diğerleri
vs.	: Ve saire

GİRİŞ

İnsan din ile bir ilişki içerisinde bulunarak farklı boyutlarda dini inanç, dini düşünce ve dini duygu geliştirir. Din, kişinin hayatının bir parçası olduğu takdirde yaşamında karşılaşacağı sıkıntılı ve stresli hadiseleri değerlendirip anlamlandırmasında, bir nedene atfederek açıklama yapmasında, sorun çözmesinde ve o hadiseyle baş etmesinde yardımcı olur. Din, insanların hayattaki farklı ihtiyaçlarına yanıt vermede, gerçekleri değiştirmenin mümkün olmadığı durumlarda algıyı değiştirmede ve ona sabretmede etkili olduğu için başa çıkma sürecinde önemli bir konuma sahiptir. Dolayısıyla dini inanç ve uygulamalar, zor zamanlardaki olumsuz duygusal sonuçların engellenmesi veya hafifletilmesinde, anlamın korunması veya dönüştürülmesinde ve sorun çözümünün kolaylaştırılmasında kullanılır.¹ Kişinin din ile ilişkilendirerek sahip olduğu tüm duygu, düşünce ve davranışlar birer dini başa çıkma etkinliği olarak değerlendirilir. Ancak dinin kişideki yerine göre olumsuz bir tutum ve davranış sergilemesine de neden olabilir. Eğer kişi Yaratıcıya ve inanca yönelik olumsuz bir düşünceye sahip ise zorlu bir olayla karşılaştığında düşünce ve davranışları olumsuz dini başa çıkma etkinlikleri olarak yansıyabilir.

Bu çalışmada evlat kaybı yaşayan anneler, Din Psikolojisi bağlamında; özelde ise ölüm psikolojisi, yas psikolojisi ve dini başa çıkma bağlamında incelenecektir. Katılımcıların ölümle karşılaştıklarında neler hissettikleri, bu süreçte neler yaşadıkları, hayatı ve ölümü nasıl anlamlandırdıkları, dinin süreci yaşamadaki etkisi ve dindarlıklarının süreçten nasıl etkilendiği ele alınmaktadır. Bu anlamda annelerin karşılaştıkları acı hadiseyle baş etmek için başvurdukları dini başa çıkma etkinlikleri mercek altına alınmaktadır.

Daha ayrıntılı veriler elde etme, anlamı ve özgünlüğü incelemek amacıyla nitel araştırma yöntemlerinden derinlemesine mülakat tekniğinin kullanılmasının, araştırmanın konu ve amacına daha uygun olacağı düşünülmüştür. Bu araştırmada yarı yapılandırılmış görüşme formları oluşturulmuş ve bu araçla mülakata yön verilmiştir.

¹ Ali Ayten, **Tanrı'ya Sığınmak**, İstanbul, İz Yayıncılık, 2012, s. 40-41.

Elde edilen verilere ise betimsel analiz ve içerik analiz tekniği uygulanarak deşifre edilmiştir. Bulgular, üç ana tema ve birçok alt tema halinde ele alınmıştır.

Araştırmaya gönüllülük açısından daha elverişli olacağı; duygu, düşünce ve davranışlarına ilişkin olarak kendilerini erkeklere kıyasla daha açık ifade edecekleri düşüncesiyle evlat kaybı yaşamış anneler üzerinde yürütülmüştür.

Araştırmanın çalışma grubunu yurtiçinde veya yurtdışında (Almanya, Fransa, Danimarka) yaşayan Türkiye vatandaşları, Türkçeyi akıcı bir şekilde konuşan, kendini Müslüman olarak tanımlayan, evladını en fazla 20 sene önce kaybetmiş 29-72 yaş aralığında olan 20 kadın oluşturmuştur. Bu çalışmanın verileri Mart 2022 ile Mayıs 2022 arasında toplanmıştır.

Araştırmada cevabı aranan sorular şunlardır:

- Çocuğu vefat eden anneler ölümle karşılaştıklarında neler hissetmişlerdir?
- Katılımcılar bu süreci nasıl anlamlandırmaktadırlar?
- Katılımcıların yas sürecindeki yardıma ihtiyaç duydukları hususlar nelerdir?
- Katılımcılar ölümle nasıl başa çıkmaktadırlar?
- Katılımcıların başa çıkma etkinlikleri arasında dini başa çıkma yöntemleri yer almakta mıdır? Yer alıyorsa hangi dini başa çıkma etkinliklerine baş vurmaktadırlar?
- Yaşadıkları yas deneyimi dindarlıklarını ne şekilde etkilemektedir?
- Dindarlıkları yas deneyimini şekillendirmede bir etken midir?

Psikoloji ve Din Psikolojisi alanlarında yurtiçi ve yurtdışında ölüm psikolojisi, yas psikolojisi ve başa çıkmaya yönelik nicel ve nitel olmak üzere birçok araştırma yapılmıştır. Din Psikolojisi insana dair duygu, düşünce, davranış ve durumları “öncesi, esnası ve sonrası” ile dini, psikolojik ve sosyal açıdan ele alan bir bilim dalıdır. Yakın vefatı ve yas süreci; dini, psikolojik ve sosyal yönüyle kişide güçlü etkiye sahip olması bakımından Din Psikolojisi disiplininin önemli konularından biridir. Zorlu bir olay olarak ölüm olgusu çok araştırılmış olmasına rağmen bu literatürde doğrudan evlat kaybına yönelik bir araştırmaya rastlanılmamış olması, araştırmacının bu konuya yönelmesinde etkili olmuştur.

BİRİNCİ BÖLÜM

ÖLÜM, YAS, BAŞA ÇIKMA, DİN VE SAĞLIK

Bu araştırma, teorik Çerçeve, yöntem, bulgular ve sonuç olmak üzere dört bölümden oluşmaktadır. Öncelikle bu çalışmada evladı vefat etmiş annelerin araştırılacağından dolayı bu bağlamda “Ölüm”, “Yas” “Başa Çıkma, Din ve Sağlık” konularının teorik çerçeveyi oluşturmasında uygun olacağı düşünülmüştür.

1.1. Ölüm

Ölüm başlığı altında “Ölüm Olgusu”, “İslam’da Ölüm” ve “Ölümün Psikolojideki Yeri” konuları ele alınacaktır.

1.1.1. Ölüm Olgusu

Türkçede bir insan, hayvan veya bitkide hayatın tam ve kesin olarak sona ermesi, ahiret yolculuğu, ebedî uyku, emrihak, irtihal, memât, mevt ve vefât² anlamlarına gelen ölüm kavramı, bir canlının hayatının sonlanmasını ifade eder. Arapçada “mevt, vefât, helâk”³ gibi kelimelerle ifade edilen ölüm, hayatın karşıtı olup genellikle ruhun bedenden ayrılarak kişinin maddi hayat kaynağını yitirmesi olarak tanımlanmaktadır. Vefat kavramının kökenine inildiğinde ise Arapça ف-ي harflerinden oluştuğu ve tam, bütün, eksiksiz olmak; bir sözü, vaadi tutmak; görevi, zorunluluğu yerine getirmek, borcu ödemek ve bir şeyi tamamen yapmak gibi anlamlar taşıdığı görülmektedir.⁴ Bu bağlamda "tuveffâ" kelimesi, vefat etmek fiilini, “vefât” ise isim olarak ölümü ifade etmektedir.⁵ Ölümün İngilizce karşılığı “death”⁶ olup ölme eylemi, hayatın sonu, bir organizmanın tüm hayati fonksiyonlarının tamamen ve kalıcı olarak durması ve beyin ölümü gibi anlamları içermektedir.⁷ Son olarak ölüm

² (Çevrimiçi) Türk Dil Kurumu, “Ölüm,” <https://sozluk.gov.tr>, 26 Ekim 2021.

³ Salime Leyla Gürkan, “Ölüm,” **Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi**, 2007, C.34, s. 32.

⁴ Serdar Mutçalı, **el-Mu’cemu’l-Arabiyyi’l-Hadis**, İstanbul, Dağarcık Yayın, 2014, s. 1014.

⁵ A.e.

⁶ Elizabeth Walter, “Cambridge Advanced Learner’s Dictionary,” **Cambridge University Press**, 2005, (Çevrimiçi) “Cambridge University”, “Death”, <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/death>, 26 Ekim 2021.

⁷ (Çevrimiçi) Dictionary, “Death”, <https://www.dictionary.com/browse/death>, 14 Kasım 2022.

kelimesinin karşılıkları Almandada “Tod”⁸ ve Fransızcadada “mort”⁹ kelimeleriyle verilmektedir. Ölüm, bir canlının yaşaması için gerekli olan bir veya birden fazla fonksiyonlarını kaybetmesi sebebiyle, ruhun bedenden ayrılarak kişinin maddi hayat kaynağını kaybetmesi ve cansızlaşması olarak tanımlanmaktadır.¹⁰ Tüm bu tanımlarda yer alan ortak nokta, canlının kendisini hayatta tutan bir veya birkaç işlevini kaybederek hayatının sona ermesidir.¹¹

Kişinin karakteri, düşünceleri, inancı, içerisinde bulunduğu kültürü gibi birçok unsur ölüme yüklediği anlamın oluşmasında çok büyük bir yere sahiptir. Bundan dolayıdır ki ölüm üzerine düşünenler, ona dair birçok tanımın ortaya çıkmasında etkili olmuştur. Her ne kadar yaşam ve ölüm birbirine zıt kavramlar olarak algılansa da hayatın çift kutupluluğunu anlatan güzel bir örnektir.¹² Ölüm, yaşamın içinde her zaman varlığını koruyan bir olgudur ancak henüz tecrübe edilmemiştir. Tecrübe edenler ise geriye dönüp onun mahiyetini anlatamamaktadırlar. “Herkes kendi ölümünü ölür” ifadesiyle Heidegger tam olarak bunu kastetmiştir.¹³ Esasında ölüm, yaşamın amacı olarak kabul edilip, yaşamı tamamlamasından dolayı en doğal olgu olarak görülmektedir.

1.1.2. İslam’da Ölüm

Ölüm ve ölümden sonraki hayat, ilahî dinler açısından en önemli inanç esası olup, ölümü bir son ve yok oluş değil, bizatihi sonsuz bir hayatın başlangıcı olarak kabul edilir. Dünyadaki yaşamı anlamlandıran, ölüm ve ölüm sonrası hayattır. Ahiret inancı, İslam’ın temel esaslarının başında gelir. İslam dinine göre her hayat sonludur: “Her nefis ölümü tadacaktır. Sonunda bize döndürüleceksiniz”¹⁴ ayeti buna bir örnek olup ölümün yeni bir başlangıcı beraberinde getireceği anlaşılmaktadır.

⁸ (Çevrimiçi) Digitales Wörterbuch der Deutschen Sprache, “Tod,” <https://www.dwds.de/wb/Tod>, 26 Ekim 2021.

⁹ (Çevrimiçi) Dictionnaire Français Larousse, “Mort,” <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/mort/52706>, 26 Ekim 2021.

¹⁰ Gülüşan Göcen, **Kavram Atlası: Din Psikolojisi I**, Ankara, Gazi Kitabevi, 2020, s. 140.

¹¹ Gonca Karakuş, Zehra Öztürk, Lut Tamam, “Ölüm ve Ölüm Kaygısı,” **Arşiv Kaynak Tarama Dergisi**, C.21, No:3, 2012, s. 43.

¹² A.e.

¹³ Zehra Işık, “Ebeveyni Ölen Yetişkinlerde Dini Başa Çıkma,” (Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2013, s. 7.

¹⁴ Kur’an i. 10. Al-i İmran 3/185.

Hayat, iki bölüme ayrılmış olup ilk bölüm, imtihan ve eğitim; ikincisi ise ilkinde elde edilen neticelerin şekil vereceği ebedi hayattır. Nitekim Allah, bir ayetinde “O ki, hanginizin daha güzel amel işleyeceğini denemek için ölüm ve hayatı yaratmıştır”¹⁵ buyurmaktadır. Bu iki bölümü birbirine bağlayan araç, ölümdür.¹⁶ İslam’a göre kişi, dünya ve ahiret hayatını göz önünde bulundurarak hayatını şekillendirmeli, her iki tarafta da iyi konumda olmak için çaba sarf etmelidir. Kişi, ölüm için hazırlıklı olmalı ve onun üzerine tefekkür etmelidir.¹⁷

Ebedî olan hayat, cennet ve cehennem olmak üzere iki zıt mekân olarak karşımıza çıkmaktadır. İyi ve güzel şeyler yapmış insanlar için Allah’a kavuşmakla birlikte sonsuz güzellikleriyle bir cennet hayatı¹⁸ beklerken, kötü işler yapanları ise çetin bir ızdırabın olduğu cehennem hayatı¹⁹ beklemektedir.

İslamî gelenekte önemli bir yere sahip olan tasavvuf, ilahi ahlakla ahlaklanmak²⁰ olarak tanımlanır. Hayatlarını tasavvufa göre şekillendirmiş olan sûfîler, dünya hayatına ve maddi zevklere dalmamaları, ahirete ve manevi değerlere ön planda tutmaları ve Allah’ın varlığını hissederek ibadet etmeleriyle ahiret hayatına her şeyden fazla önem vermişlerdir. Bu sebeptendir ki sûfîler için ölüm olgusu müspet bir yere sahiptir. Nitekim onlara göre ölüm, insanın beden zincirinden kurtulduğu ve Yaraticısına kavuştuğu için güzeldir. Ruhun ve nefsin ölümü olmak üzere ölümü ikiye ayıran sûfîler için ruhun ölümü, ilahi yansımanın sona ermesi ve Allah ile araya perde girmesini; nefsin ölümü ise bedenın isteklerine köle olmaktan kurtulmayı ifade eder. İslam tasavvuf geleneğinde ölümü hatırlama ve düşünme ve ölümle bağlantı kurma, eğitimin önemli bir parçasıdır. Bu şekilde sûfîler ölüme hazırlıklarını yaparak arınmaya ve kişisel değişimlerini sağlamaya çalışırlar. Dolayısıyla ölüm, sûfinin din ve maneviyatının gelişmesinde etkili bir yöntem olarak kullanılmıştır.²¹ Genel çerçeve itibarıyla İslam dininde kulun Allah’a kavuşmasını ifade eden ölüm, müspet bir anlam taşımakla birlikte²² kişinin ölmeyi arzulamak yerine kendisine bahşedilen hayatı

¹⁵ Kur’an i. 10. Mülk 67/2.

¹⁶ Bekir Topaloğlu, “Ölüm,” **Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi**, 2007, C.34, s. 34.

¹⁷ Kur’an i. 10. Zümer 39/42.

¹⁸ Kur’an i. 10. Bakara 2/82; Mâide 5/119; Ankebût 29/58.

¹⁹ Kur’an i. 10. A’raf 7/36; Enfal 8/36; Tevbe 9/34.

²⁰ Reşat Öngören, “Tasavvuf,” **Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi**, 2011, C.40, s. 119.

²¹ Hayatı Hökelekli, **Ölüm, Ölüm Ötesi Psikoloji ve Din**, İstanbul, DEM Yayınları, 2017, s. 18-19.

²² Topaloğlu, a.g.e., s. 34.

gerektiği gibi yaşaması ve kavuşmayı ondan beklenen kazanımlarla gerçekleştirmesi esastır.²³

1.1.3. Ölümün Psikolojideki Yeri

Ölüm tanımları yalnızca fizyolojik ve biyolojik açıdan yapılırsa, nihai ve en geniş tanım olarak eksik kalacaktır. Konuyu salt ölümün mahiyeti açısından değil ölümün psikolojideki yeri ve insanda meydana getirdiği değişimler ve dönüşümler açısından incelemek gerekir. Ölüm Psikolojisi, kişinin ölüme dair duygu, tutum ve davranışları, ölüme dair algıyı, ölüm korkusu, ölüm kaygısı gibi hisleri barındıran bir kavramdır. İnsan ve toplumlar modern ve geleneksel olarak ele alındığında modern insan, ölüm olgusunu metafizik boyuttan fizik, biyolojik ve psikolojik boyuta indirgediğinden dolayı ölüme olumsuz bir anlam yüklemiştir. Çünkü o, ölümle ilgili her şeyi hayatın dışında tutarak kendince bir kaçış içerisinde olmakla birlikte ölümü bir hastalık olarak görür. Bu yüzden yaşlılığı, ölüme yakın gördüğü için kozmetik ve estetikle genç kaldığına ve böylece ölüme uzak olduğuna inanarak bu hastalığı tedavi etmeye, dolayısıyla ölümle başa çıkmaya çalışır. Geleneksel insan ise ölümün bir yok oluş değil, yeniden bir diriliş ve sonsuz bir hayatın olduğunu kabul ettiği için ölüme olumlu bir anlam kazandırmıştır. Onun için dünya hayatıyla birlikte ahiret hayatı da vardır. O, ölümü kabullenip, hayatının bir parçası olarak görerek hayatından tat alır ve ölüm için kaygı taşımaz.²⁴

Ölüm olgusu genelde Psikoloji özelde ise Din Psikolojisi bağlamında sıkça ele alınan konular arasındadır. Psikoloji literatüründe ölüm; ölüm yaklaşımı, ölüm korkusu, ölüm kaygısı, ölümden sonra belirsizlik, ölümü arzulama, ölümsüzlük arzusu, ölümün ruhsal ve fiziksel sağlık ile ilişkisi, yas süreci, yasın sınıflandırılması, yas teorileri ve yas danışmanlığı konuları içerisinde yerini almaktadır. Din Psikolojisi alanında ise ölüm, Psikoloji literatüründe sözü edilen içeriklerin yanı sıra başa çıkma, ölümü ve hayatı anlamlandırma gibi din ile bağdaştırılan konular içerisinde sıkça ele alınmaktadır.²⁵ Allah, ahiret ve kader inancı gibi inanç boyutunda olan hususlar, sabır

²³ Müslim, *el-Cami'u's-Sahih* i, 10, Zikir 13.

²⁴ Göcen, *a.g.e.*, s. 144.

²⁵ Gülüşan Göcen, Merve Genç, "Ebeveyn Kaybı Yaşamış Bireylerde Otobiyografik Bellek, Allah Tasavvuru ve Dini Başa Çıkma," *Bilimname Dergisi*, 2019, C.40, No:4, s. 313-349.

ve şükür gibi tutumlar ve kabir ziyaretleri gibi ölüm sonrası ortaya çıkan düşünce ve davranışlar, Psikoloji alanının din ile sentezini gösteren durumlar arasında olup alan için önem arz etmektedir. Ancak Psikoloji veya Din Psikolojisi bağlamında ele alınan ölüm olgusu ve ilintileri yalnızca bu konularla sınırlı olmayıp daha geniş bir literatüre sahiptir.

Geçmişe bakıldığında Frankl ve Geertz, dinin anlam kazandırma rolü üzerinde; Fromm, bireyin gücünü aşan ve kontrolünü kaybettiren durumlarda, dinin kontrol sunma rolü üzerinde durmaktadır. Freud, dinin çaresizlikler karşısında insana ruhsal rahatlama sağladığı noktasında Jung ile hemfikir olmuştur. Durkheim, dinin sosyal dayanışmayı güçlendirdiğini vurgulamış; Pargament ise tüm bu rollerin yanı sıra dinin, insanların yeni anlamlar bulmaları için ve hayatlarını dönüştürmeleri için yardım ettiğini ifade etmektedir.²⁶ Ölümle ilgili araştırmaların günümüzde de devam etmesi, bu literatüre katkı sağlayacağı düşüncesini beraberinde getirmektedir.

1.2. Yas

Teorik çerçeveyi oluşturan ikinci konu olan Yas bağlamında öncelikle “*Yas Kavramı*” ele alınacak, buna müteakip “Yas Süreci”, “Yas ve Depresyon”, “Ölüm Şekli ve Yas” ve “Evlat Kaybı ve Yas” konuları ele alınacaktır.

1.2.1. Yas Kavramı

Türkçede yas kavramı “ölüm veya bir felaketten doğan acı ve bu acıyı belirten davranışlar, matem”²⁷ olarak ifade edilmektedir. Göka, yas veya matem, kişi için sevilen, anlamlı, yokluğu derinden hissedilip acısı yaşanan bir insanın, bir organın veya bir konumun kaybı sonrası hissedilen tüm yaşantılar ve onun anısına bireysel ve toplu bir şekilde yapılan etkinlikler olduğunu belirtmektedir.²⁸ Yas, yalnızca ölüm sonrası değil, bir eşyadan veya bir kimseden ayrılık veya gurbet gibi kıyasen daha küçük durumlar için de geçerlidir. Dolayısıyla yas tutma işi Volkan’a göre herhangi

²⁶ Ayten, a.g.e., s. 48-49.

²⁷ (Çevrimiçi) Türk Dil Kurumu, “Yas,” <https://sozluk.gov.tr>, 03 Aralık 2021.

²⁸ Işık, a.g.e., s. 22.

bir kayıp veya değişikliğe verilen psikolojik yanıt, kişinin iç dünyası ile gerçek yaşam arasında uyum sağlayabilmek için attığı adımlardır.²⁹

İngilizcede “grief ve mourning” kelimeleri, yas kavramının karşılığı olup “üzüntü, acı, pişmanlık ve özellikle birinin ölümünde çok büyük üzüntü duymak”³⁰ olarak anlamlandırılmaktadır. Kayıp anlamında kullanılan “bereavement” kavramı yakın bir akrabanın veya arkadaşın ölümü anlamında kullanılmaktadır.³¹ Her ne kadar bu kavramda kilit nokta ölüm olsa da kayıp ya da ölüm nedeniyle yalnız kalma, ölen kişiden fiziksel olarak ayrı kalma anlamlarından dolayı “grief ve mourning” kavramları ile eş anlamlı olarak kullanılmaktadır.³²

Günümüze kadar birçok yas tanımı yapılmış ancak hala nihai ve ortak bir tanım üzerine uzlaşmamıştır. Volkan’a göre yas tutma işi, bir kayba verilen psikolojik bir yanıt ve kişinin iç dünyası ile gerçeklik arasında bir uyum sağlamaya dair çabasıdır.³³ Berksun’a göre bir yakının ölümünden dolayı gerçekleşen duygusal, davranışsal, bedensel ve sosyal alanda değişimlerle oluşan karışık bir durum olan yas, zorunlu ve evrensel bir tecrübedir.³⁴ Gün ise yası her türlü kayıp üzüntüsünün iyileşme süreci olarak ifade etmektedir.³⁵ Engel’e göre fonksiyonlar eskiye yani normale dönene kadar geçen sürenin yas olduğunu belirtmiştir.³⁶ Bunun gibi yas tanımları uzayıp gidebilir, ancak tanımlar ölüm, kaybın ardından duyulan acı ve keder, tekrar bir iyileşme süreci gibi belirli ortak noktalarda buluşmaktadır.

²⁹ Volkan, Zintl, **a.g.e.**, s. 7.

³⁰ Elizabeth Walter, “Cambridge Advanced Learner’s Dictionary,” **Cambridge University Press**, 2005, (Çevrimiçi) “Cambridge University”, “Grief” ve “Mourning,” <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/grief>/<https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/mourning>, 03 Aralık 2021.

³¹ Elizabeth Walter, “Cambridge Advanced Learner’s Dictionary,” **Cambridge University Press**, 2005, (Çevrimiçi) “Cambridge University”, “Bereavement,” <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/bereavement>, 03 Aralık 2021.

³² Işık, a.g.e., s. 22.

³³ Vamık D. Volkan, Elizabeth Zintl, **Gidenin Ardından**, Çev.: Işıl Vahip, Müge Kocadere, İstanbul, Oa Yayınları, 2010, s. 6.

³⁴ Oğuz E. Berksun, “Psikososyal ve Medikal Yönleriyle Kayıp, Yas, Ölüm,” **Kriz Dergisi**, 1995, C.3, No:1-2, s. 68-69.

³⁵ Nil Gün, **Küçük Siyah Yas Kitabı**, İstanbul, Kuraldışı Yayıncılık, 2014, s. 5.

³⁶ Ayşe Murat, “Yas ve Dini Başa Çıkma: Bir Klinik Örneklem Değerlendirmesi,” (Yüksek Lisans Tezi), Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2018, s. 39.

1.2.2. Yas Süreci

Yas, genel anlamda kişinin yakınının ölümü üzerine veya kötü bir olay sonrasında verdiği hüznün, acı, şaşkınlık, çaresizlik, iyileşme, kabullenme, yaraları sarma, alışma gibi doğal tepkilerin yer aldığı bir süreçtir.³⁷ Bu tepkilerin yanı sıra uykusuzluk, iştahsızlık ve kilo kaybı gibi somut değişiklikler de söz konusudur.³⁸ İnsanların hayati değişiklik, ayrılık, ölüm gibi olaylar karşısında gösterdikleri bahsi geçen yas tutma tarzı, sağlıklı bir şekilde hayatta kalmaya yönelik bir takım bilişsel, duygusal ve sosyal yaşantıları araştıran bir saha olup “Yas Psikolojisi” olarak ifade edilmektedir. Yas tutma, kişilik ve psikolojik duruma bağlı olmakla birlikte insanın önceki yaşam deneyimleri, ölen kişinin yas tutan için anlamı ve ölüm şekli gibi unsurlardan etkilenmektedir. Yas; bireysel, toplumsal, kültürel, biyolojik, psikolojik, sosyolojik ve dini unsurlardan oluşan bir süreç olduğu için değişkenlik ve çok boyutluluk arz etmektedir.³⁹

Yasın tarihçesi psikanalizin etkileri ile başlamıştır. Yasa dair psikanalitik kuramın literatürü tamamen benzer olmasa da Freud’un belirlediği model, psikanalitik düşünceye ve pratiğe hâkim olmuştur. Freud’un “Yas ve Melankoli” çalışmasıyla birlikte yas olgusu, 1900’lerin başında ilk defa psikoloji literatürü içerisinde çalışılmaya başlanmıştır. Kendisi yas kavramını burada tanımlamış; onu, sevdiği bir yakının, bir ülke, bir ideal veya özgürlük gibi soyut değerlerin kaybına dair oluşan bir tepki olarak ifade etmiştir.

Freud’dan sonra Bowlby, yası bağlanma kuramıyla ele alarak en sistemli girişimi yapmıştır. Lindemann ise “Akut Yasın Semptomolojisi ve Tedavisi” adlı eserinde yas tepkilerini araştırmıştır. Yasın sınıflandırılmasıyla ilgili olan bu araştırmalar, aşağıda ayrıntılı bir şekilde işlenecektir.

Bu araştırmaların yanı sıra Worden, yası onun belirtileri üzerinden ele almıştır. Worden, duygusal, bedensel, düşünsel ve davranışsal yas belirtilerini oluşturmuş olup bu ayrımın yasın sınıflandırılması konusunda yerini almasını sağlamıştır. Bununla birlikte o, “Üzüntüyle Baş Etmek ve Üzüntü Terapisi” eserinde yas tutmanın dört işlevini ele almıştır. Bu işlevler, kayıp gerçeğini kabullenme, üzüntünün verdiği acıyla

³⁷ Göcen, a.g.e., s. 145.

³⁸ Işık, a.g.e., s. 21.

³⁹ Göcen, a.g.e., s. 145-146.

başa çıkma, ölen kişinin yokluğunun hissedildiği çevreye alışma ve duygusal olarak ölen kişinin yerini doldurmak ve hayata devam etmektir.⁴⁰ Yas süreci yalnızca bu kuramcılar tarafından ele alınmamış olup süregelen bir araştırma alanı olmaya devam etmektedir.

Yasa yönelik yaklaşımların benzerlik veya farklılık göstermesi, onun sonucunu değiştirmemektedir. Yas sürecinin belirli seviyelerden geçerek ilerlemesi ve nihai olarak tatmin edici bir sonuç ile sonlanması beklenmektedir. Göka'ya göre söz konusu evrelerin birinde takılı kalma durumunda yas süreci tamamlanamaz, dolayısıyla kayıp ile başa çıkmak mümkün olamaz. Sonuç olarak normal seyir göstermeyen ve çözümlenemeyen yas, komplike bir hal alır.⁴¹

Yas, normal yas ve patolojik yas olmak üzere iki şekilde ele alınmaktadır. Normal yas, akut ve geçici yas olarak da tanımlanmakla birlikte yakını ölen kimselerde ölümün doğal bir sonucu olarak fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkilerin olduğu bir süreçtir.⁴² Lindemann, yası kriz teorisi çerçevesinde ele almış, bir felakette ölen kişilerin yakınları ile görüşerek onların yas tepkilerini gözlemlemiştir. Bunun sonunda da “Akut Yasin Semptomolojisi ve Tedavisi” eserini tamamlamıştır.⁴³ Ona göre normal yas, ruhsal ve bedensel belirtileri olan kriz şeklinde ortaya çıkabilir, kişinin bu durumu gizleyerek, abartarak, çarpıtarak veya erteleyerek yaşayabileceği belirli semptomlara ve sürece sahip olan bir sendromdur.

Lindemann ve Worden'a göre yasin belirtileri duygular, bedensel belirtiler, düşünceler ve davranışlar olmak üzere dört çeşittir. Yas belirtileri öncelikle şok, üzüntü, öfke, suçluluk duygusu, hasret duyma gibi duygularla başlayıp göğüste sıkışma, nefes darlığı ve güçsüzlük gibi bedensel belirtilerle devam etmektedir. Düşüncelere gelince inanamama, şaşkınlık, ölümü yadsıma, unutkanlık, konsantrasyon güçlüğü ve depresif düşünceler gibi durumlar söz konusu olur. Yas tutan aynı zamanda uyku düzensizlikleri, iştah bozuklukları, dalgınlık, çekingenlik, rüyalar, ölen yakınına çağrıştıran şeylerden uzak durma veya o şeylere aşırı yakın olma

⁴⁰ Gülden Öncel, “Modern Dünyada Ölüme Bakış ve Yas,” (Yüksek Lisans Tezi), Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2013, s. 26.

⁴¹ Erol Göka, **Ölme, Ölümün ve Geride Kalanların Psikolojisi**, İstanbul, Timaş Yayınları, 2010, s. 173.

⁴² Göcen, **a.g.e.**, s. 146.

⁴³ Erich Lindemann, “Akut Yas’ın Semptomatolojisi ve Yaklaşım,” Çev.: R. Uslu, **Am. J. Psychiatry**, 1944, C.101, s. 141-148.

ve ağlama gibi davranışlar sergiler. Ancak yas sürecinde olan kimse, belirtilerin tamamını göstermeyebilir. Tüm bu belirtiler normal yas davranışları içerisinde yer alır ve patolojik bir durum olarak değerlendirilmez; ancak bu davranışların sürekliliği halinde normal yasin patolojik yasa doğru dönüşmesi muhtemeldir.⁴⁴

Kişi normal yasta birkaç hafta içinde iş hayatına dönmeye, birkaç ay içinde sosyal rolleri ile uyum sağlamaya, yaklaşık altı ay ile bir sene içinde yeni ve sağlıklı ilişkilerle hayatına yenilikler katmaya başlayabilir. Volkan’a göre yasin çözülme durumu, dünyanın acı ve engellerle dolu olduğu hissinin azalması ile gerçekleşir. Kişi, özel günleri böylesi bir acı hissetmeden aşabilirse, yas haricindeki kendi hayatına yeterince dönebilirse yasin çözümlendiğine işarettir.⁴⁵

Yas sürecinde olan kimseler, bazı ortak belirtiler gösterebilir de kişilik ve dış etkenlerin farklılaşması nedeniyle yas şekli beklenilenin dışına çıkabilir; anormal belirtiler gösterebilir. Psikolojik bir rahatsızlık olarak görülmemesi gereken normal yas süreci, patolojik yasa dönüşmemesi için takip edilmelidir. Normal olmayan yas; anormal, patolojik, kronik, ertelenmiş, çözülmemiş, hastalıklı, travmatik ve komplike yas gibi farklı kavramlarla da ele alınmaktadır.⁴⁶

Yasin patolojik bir hal alması, yasin çok uzun bir sürece yayılması, kişinin kendisinin yas tutma sürecinden çıkamadığının genellikle farkında olması ve tatmin edici bir sonuca ulaşamamasıyla kendini belli eder. Günümüz anlayışına göre patolojik yas, normal yasin devam eden hali olup yas tepkisinin süresindeki artış ile ilgilidir.⁴⁷ Patolojik yastaki kişi, ölen yakınıyla olan ilişkisini düşünmekte, ölümü kabullenememekte ve bundan dolayı sürekli kendini yenileyen acı ve üzüntü hissi içerisindeydir. Çelik ve Sayıl’a göre yas sürecinde kaybolan işlevsellik ve kişinin normal yaşamına yeterince enerji sağlayamaması, patolojik yasin ortaya çıkmasındaki sebeplerdendir.⁴⁸ Ayrıca patolojik yas tepkileri; terk edilmişlik düşüncesi, ölen kişiye karşı öfkenin bastırılması ve dışa vurulamaması sebebiyle de ortaya çıkabilir.⁴⁹

⁴⁴ Murat, a.e., s. 49.

⁴⁵ Işık, a.g.e., s. 31.

⁴⁶ Göcen, a.g.e., s. 146.

⁴⁷ Murat, a.g.e., s. 50-52.

⁴⁸ Seda Çelik, Işık Sayıl, “Patolojik Yas Kavramına Yeni Bir Yaklaşım: Travmatik Yas,” **Kriz Dergisi**, 2003, C.11, No:2, s. 29-34.

⁴⁹ Berksun, a.g.e., s. 68-69.

Bağlanma kuramcıları çerçevesinde Bowlby, yası normal ve yaşanması gereken bir süreç olarak kabul eder. Kişi, ölen yakını hayatta olmadığı gerçeğini kabul etmeliyken aynı zamanda psikolojisi, eski bağıını sürdürmeyi ve öleni geri getirmeyi istediğinden dolayı ölen kişi ile hem tekrar birleşmek hem de onunla daha az uğraşmak istemektedir. Dolayısıyla patolojik yas, kişinin ölen kimseyi kurtarma ve ondan kurtulma düşüncesi çatışmasından kaynaklanmaktadır.⁵⁰

Göka'ya göre patolojik yas yaşayan, ölen kişinin ardından yaşadığı şaşkınlık ile hayatına devam etmeye çalışır ancak duygularını genellikle dışarıya yansıtmakta zorlanır. Alkol veya ilaç gibi maddelerin kötüye kullanımı ile birlikte zarar verici davranışlar gösterebilmektedir. Dolayısıyla öfke ve saldırganlık durumları söz konusudur.⁵¹ Sonuç itibariyle çoğu insan yas sürecini normal olarak belirlenen sınırlar içerisinde yaşayıp devamında yaşamlarına tekrar uyum sağlayabiliyorken bazıları ölüm olgusunu kabullenemediği için bu süreç uzayabilmekte ve yoğunluğunu devam ettirmektedir.⁵²

Yas sürecini doğru anlayabilmek ve bu durumun içerisinde olan insanlara yardımcı olabilmek için psikolog teorisyenler farklı yaklaşımlar içerisinde görüşlerini bildirmişlerdir. Yas tutma uzun bir sürece yayıldığından dolayı birçok araştırmacı bu olguyu evrelere, dönemlere veya görevlere bölerek incelemiştir. Her ne kadar bu yaklaşımlar kronolojik bir şekilde gerçekleşiyormuş izlenimi verse de tam olarak doğruyu yansıtmaz. Kompleks bir yapıya sahip olan yas sürecinde belirlenen evreler, dönemler veya görevler her zaman sırasıyla yaşanmaz; genellikle iç içe geçmiş yapısı sebebiyle aralarında kronolojik farklılıklar gözlemlenebilir.⁵³

Yas tutma uzun bir sürece yayıldığından dolayı birçok araştırmacı bu olguyu evrelere bölerek incelemiş, her biri farklı sayıda evreye varmıştır. Pollock'a göre yasın evreleri, akut ve kronik evre olmak üzere iki çeşittir. Akut dönem; şok tepkisi, duygusal tepkiler ve ayrılma aşamalarından oluşur. Volkan bu iki evreyi başlangıç dönemi ve yas tutma işi olarak isimlendirmiştir. Başlangıç evresinde kişi, gerçekleşen ölümü kabullenmez ve panik halindedir. Şok durumu geçtikçe fiziksel tepkiler

⁵⁰ Volkan, Zintl, **a.g.e.**, s. 57.

⁵¹ Göka, **a.g.e.**, s. 173.

⁵² Murat, **a.g.e.**, s. 51.

⁵³ Murat, **a.e.**, s. 44.

yavaşlar ve ölümün gerçekliği ile yüzleşme başlar. Bu süreçte kişinin yadsıma, sıkıntı, öfke ve ölen kişinin geri gelmesi isteği gibi duyguları baskın olup sonunda ise bir kabullenme durumu gelir.⁵⁴ Yas işi evresinde ise kişi, ölen yakını ile olan ilişkisini bir anıya dönüştürerek hayata devam edebilmek için hayatı yeniden anlamlandırma sürecine girer. Dolayısıyla yas işi bir uzlaşma dönemi olarak karşımıza çıkar.⁵⁵

Yası evreleri üzerine geliştirilmiş bir diğer model Kübler-Ross'a aittir.⁵⁶ O, bu çalışmasıyla yası, inkâr ve izolasyon, öfke, pazarlık, depresyon ve kabullenme olmak üzere beş evrede ele almaktadır. İlk evrede ölüm bir şok gibi gelmekte, böylece kişi ölümü inkâr etmekte ve daha fazla yaşamayı arzulamaktadır. Bir sonraki evrede ise sağlıklı insanlara karşı kıskançlık ve öfke gibi duygular beslemektedir. Üçüncü evrede kişi, ölüm ile başa çıkmak için doktorlar, ailesi ve din adamları ile görüşerek anlamaya çalışmaktadır. Depresyon evresindeki kimse, kendince önceden yaptığı anlaşmaların işe yaramadığını fark etmesi sebebiyle depresyona girip kendi yasını tutmaktadır. Kabullenme evresi olan beşinci evrede kişi, durumu kabullenme ve ölüm fikrine biraz daha alışmış olmakla birlikte kadere boyun eğerek beklemeye başlar.⁵⁷

Hökelekli'ye göre yas süreci şok, uyuşukluk, inkâr ve inanmama evresi ile başlamakta; şok ve uyuşukluk durumu genellikle birkaç hafta sürerken inkâr ve inanmama durumu ise aylara yayılabilmektedir. Şaşkınlık ve inanmamaya dair bir dizi fiziksel ve duygusal belirtiler bu evrede söz konusudur. Ayrıca kişi, ölen kişiyle zihnen çok meşgul; eğer ölümünde kendinin de bir payı olduğunu düşünüyorsa suçluluk duygusu da hissedebilmektedir. İkinci evre, özlem ve hasret duyulan ayrıca depresyon belirtileri olan bir evredir. Bu evrede ağlama, umut etme, ölen kişiye bağlanma, empati, insanlardan uzak durma, öfke, korku, huysuzluk, iştahsızlık ve uykusuzluk gibi duygular yoğunlukta ve yaklaşık iki hafta sürmektedir. Ayrıca bu evrede ölen kişinin ölümüne anlam vermeye çalışan ve yas tutanlar bulunmaktadır. Üçüncü evrede ise kişi, yeni şartlara uyum sağlamaya çalışmakta, insanlarla ve etkinliklerle yeniden ilgilenerek yeni bir düzen ve denge kurmak için çaba göstermektedir. Bu süreç kimine göre aylar veya kimine göre yıllar sürebilir. Son olan

⁵⁴ Volkan, Zintl, a.g.e., s. 9-15

⁵⁵ Murat, a.g.e., s. 42.

⁵⁶ Elisabeth Kübler-Ross, **Ölüm ve Ölmek Üzerine**, Çev.: Ekin Uşaklı, İstanbul, April Yayıncılık, 2010.

⁵⁷ Murat, a.g.e., s. 43-44

dördüncü evre, kimliğin yeniden oluşması ile ilgilidir. Kişi, burada yeni ilişkiler kurar ve sevdiği biriyle yeni roller üstlenir.⁵⁸

Evre yaklaşımına istinaden bir de dönem yaklaşımı vardır ki bu konuyu araştıranlar içerisinde en fazla bilineni Bowlby'dir. O, çocuk ile anne bağına merkeze koyarak insanların güven ve bağlanma açısından bir kişiye yakın olma ihtiyacı üzerine bir teori geliştirmiştir. Bowlby, bağlanma teorisi çerçevesinde kişinin bağlandığı kimsenin ayrılık ve ölüm gibi durumlarda yokluğu üzerinde durmuştur. Bowlby, yasın şok, hissizleşme, inanamama ve öfke; kaybedilen şeyi özleme ve arama; düzensizlik ve ümitsizlik; ve yeniden iyileşme ve düzen kurma olmak üzere dört dönemden oluştuğunu belirlemiştir.

Engel ise yas sürecini üç bölümde ele almıştır: şok ve inkâr, kabullenme veya farkındalık geliştirme ve yeniden yapılanma. Eisenberg ve Patterson normal yas dönemini inkâr; arama ve isyan; çökkünlük ve onarma çabaları; ve yeniden bütünleştirme ve yapılandırma dönemi olmak üzere dört döneme ayırmıştır. İlk dönem günlerce, ikinci dönem ise aylarca sürebilmektedir. Kişinin kendini onarmaya çalıştığı ve tekrar uyum sağladığı son iki dönem için ise belirli bir süre belirtilmemiştir; bu durum kişiden kişiye değişmektedir. Kişi, kaybı kabullendiği ve kendi pişmanlığını dile getirdiği takdirde gerçekte yüzleşmiş olur. Ancak bundan sonra kişi iç dünyasını iyileştirmeye başlayabilir.

Worden, modern yaklaşım olarak bilinen ve yas tutma meselesine daha uygun olan görev yaklaşımı teorisini öne sürmüştür.⁵⁹ Dönem yaklaşımında kişi, daha pasif bir konumdadır ve yas sürecinin kendiliğinden düzeleceği düşüncesi hakimdir. Ancak görev yaklaşımı teorisine göre kişi, aktif bir şekilde baş etme sürecine katılır.⁶⁰ Worden'a göre yas, belirli seviyelerden oluşan bir süreç değil, kişinin yas sürecine uyum sağlayabilme adına tamamlaması gerektiği, temel görevlerden oluşan bir süreçtir. Buna göre yas sürecinin dört görevi bulunur ve bunların başında öncelikle kayıp gerçeğini kabullenmek gelir. İkinci görev, anormal davranışlar sergilemeyi önlemek adına kişinin yas acısı üzerinde çalışmasıdır. Eğer kişi, yastan kaçarsa

⁵⁸ Hökelekli, a.g.e., s. 41.

⁵⁹ Göcen, a.g.e., s. 147.

⁶⁰ Murat, a.g.e., s. 46.

çökkünlük veya depresyon durumuna girebilir.⁶¹ Üçüncü görev ise kaybedilen kişinin olmadığı bir ortama uyum sağlamaktır. Eğer kişi, kaybettiği kişinin üstlendiği rollerin farkına varamazsa kayba uyum sağlayamaz. Dolayısıyla bu görev bir farkındalık ve yeniden uyum sağlama görevidir. En zor seviye ise sonuncusudur; öleni duygusal olarak yeni bir yere yerleştirerek yaşama devam etme görevidir. Worden, bu dört görevin kronolojik bir şekilde gerçekleşmesini beklemez. Ancak kişinin herhangi bir görevde takılı kalması, psikopatolojik durumları beraberinde getirebileceğini düşünür.⁶²

Bahsi geçen evre ve görev yaklaşımı, kişinin yaşadığı kayıptan sonra ölüme yüklediği anlam, tekrar iyileşmesi ve ortama uyum sağlayabilmesi için farklı psikolog teorisyenlerin geliştirdiği teorilerdir. Bazı noktalarda farklılaşmalar da hepsinin ortak noktası, kişiyi yas tutma sürecinden sağlıklı bir şekilde çıkarıp toplum içerisinde tekrar kendi rolünü üstlenmesini sağlamasıdır.

1.2.3. Yas ve Depresyon

Yas ile depresyonu; yoğun bir üzüntü, yaşamdan zevk alamama, içe dönüklük gibi nedenlerden dolayı ayırt etmek oldukça güçtür. Normal bir yas sürecinde depresif haller olağan kabul edilir.⁶³ Ancak kişinin depresif bir hal içerisinde olmasıyla birlikte işlevsellikte bozukluk ve intihar düşünceleri gibi durumların fark edilmesi, yasin majör depresyon ile benzeştiğini gösterir.⁶⁴ Yas Psikolojisinin depresyon belirtileriyle benzer noktalara sahip olması, Psikoloji literatürü içerisinde doğal ile doğal olmayan yasin mahiyeti ve sınırının ne olduğunun tartışılmasına neden olmuştur. Bundan dolayı yukarıda da bahsi geçen normal ile normal olmayan yas ayırımı söz konusu olmuştur.⁶⁵

Freud, yas ile depresyon arasındaki farkı tarif ederken, depresyonda kayba yönelik bir suçluluk duygusunun oluşundan bahseder. Normal bir seyir içerisinde olan yasta kendine saygıda bir bozukluk yoktur, bunun aksine depresyonda ise vardır. Bunun yanı sıra melankolik hal, depresyonda olur. Kişi, yas halindeyken dünyanın boş

⁶¹ John Bowlby, **Attachment and Loss, Vol.III: Loss, Sadness and Depression**, New York, Basic Books, 1980, s. 158.

⁶² Murat, a.g.e., s. 46-47.

⁶³ Göka, a.g.e., s. 175.

⁶⁴ Oğuz E. Berksun vd., “Kriz Müdahale ve Yas Olgusu: Olgu Sunusu,” **Kriz Dergisi**, 1993, C.1, No:2, s.7.

⁶⁵ Göcen, a.g.e., s. 146.

olduğunu düşünür, depresyon halindeyken ise kendisini boş ve zavallı görür.⁶⁶ Depresyon halinde bir benlik kaybı söz konusudur. Ayrıca Freud'a göre yas ve depresyon durumlarında uyku sorunu, iştah bozukluğu ve aşırı bir üzüntü durumu da mevcuttur.⁶⁷

Bibring ve Jacobsen, Freud'un teorisini destekler mahiyette, kayıp sonrasında kişinin terk edilmişlik hissine bağlı olarak öfkeyi kendine yönlendirerek depresif bir hal aldığını belirtmişlerdir. Clayton'a göre kişi, bütün depresyon belirtilerini gösterdiğinden dolayı yasin depresif belirtilerine odaklanan "yasin depresyon model"ini oluşturmuştur. Clayton, patolojik yası, devam eden depresif belirtiler olarak adlandırır ve ancak depresyon tedavisi ile bu durumun iyileşebileceğini savunur.⁶⁸

1.2.4. Ölüm Şekli ve Yas

Yas sürecini doğru anlayabilmek ve analiz etmek için yas tutmaya sebep olan unsurların neler olduğunu bilmek gerekir. Sevdiği birini kaybeden kimsenin yas sürecine girmesi doğaldır. Burada en belirli iki ana unsur ölen kişinin kim olduğu ve ölüm şeklidir. Bu unsurlar yasin süresini kısaltabilir, uzatabilir veya aksamasına sebep olabilmekle birlikte yasin şiddetini de belirlemede etkili olur.⁶⁹

Ölüm şekli, ölenin ardından kabullenışı, algıyı, uyumu ve tepkiyi; dolayısıyla yas sürecini etkileyen önemli unsurlardandır. Kişi, beklenen yaşam süresince yaşadysa veya uzun bir hastalık süreci geçirerek öldüyse; zamanlı ölüm altında değerlendirilir. Buna karşılık kaza, cinayet, intihar, kalp krizi veya çocuk ölümü gibi hem doğal hem de doğal olmayan ölüm şekilleri ani ölüm kategorisine girmekle birlikte yas süreci daha kompleks hale getiren hususlardandır.⁷⁰

Yas tutma, ölümün doğasından etkilendiğinden dolayı ani ölümden yaşanan şok, yas sürecini dondurabilir.⁷¹ Kişi, böyle bir ölümü engelleyemediği için suçluluk duygusu da hissedebilir. Dolayısıyla ani ölümlerin diğer ölüm şekillerine göre daha güç olması, patolojik yasa dönüşme ihtimalini beraberinde getirir.⁷² Oysa hastalık veya

⁶⁶ Işık, a.g.e., s. 22.

⁶⁷ Sigmund Freud, **Yas ve Melankoli**, Çev. Leyla Uslu, İzmir, Cem Yayınevi, 2019, s. 3-6.

⁶⁸ Murat, a.g.e., s. 58.

⁶⁹ Gün, a.g.e., s. 8.

⁷⁰ Murat, a.g.e., s. 67-69.

⁷¹ Volkan, Zintl, a.g.e., s. 37.

⁷² Göka, a.g.e., s. 169.

yaşlılık gibi daha doğal nedenlerden dolayı ölen kişiye verilen tepkiler aynı olmayabilir. Kişi her iki ölüm şeklinde acı hissetse de beklendik ölüm, yas sürecine hazırlanmasına ve onun daha hızlı atlatılması gibi etkilere sahiptir.⁷³

1.2.5. Evlat Vefatı ve Yas

Yas sürecinde önem arz eden bir diğer konu ölen kişinin kimliğidir. Çalışmamızın ana konusunu oluşturması nedeniyle evlat kaybının yas ile ilişkisinin teorik çerçevede ayrı bir başlık olarak ele almakta yararlı olacağı görülmektedir.

Her ölüm insanı bir oranda etkiler; kişi sevdiğini kaybettiğinde daha fazla etkilenir ve zor atlatır. Ancak kaybettiği kişi kendi çocuğu olduğunda bu durumdan çok daha farklı bir şekilde etkilenir. Yasın en ağır biçimde yaşanması belki de evlat vefatında görülmektedir. Yalom’a göre çocuk, anne babası için bir ölümsüzlük projesi olduğu için o, evlat vefatını “proje kaybı” olarak nitelerken, ebeveynleri ölmüş çocuk için ise bu durumu “obje kaybı” olarak ifade eder.⁷⁴ Volkan ve Zintl’e göre ise anne babalar, çocukları öldüğünde hem bağlarını hem de beraber yaşamayı planladıkları geleceği kaybetmiş olurlar. Doğal olarak onlar çocuklarının kendilerinden daha fazla yaşayacağını beklerler. Onları her şartta hatta ölümden dahi korumaları gerektiğine inanırlar. Bu yüzden çocuk ölümü acı bir durum olduğu kadar ebeveynlere suçluluk duygusu hissettiren bir olaydır.⁷⁵

Bir anne gebe kaldığında çocuğu ile bağ kurmaya başlar; bağ kurması için doğmuş olması gerekmez. Dolayısıyla bir düşük gerçekleştiğinde dahi anne, bir yas sürecine ihtiyaç duyar. Çocuk ölümü sonrası ailede ilişkiler sarsılabilir veya tamamen kopabilir. En belirgin sarsılma olarak eşler arası birbirini suçlama hali kendini gösterir.⁷⁶ Yalom’a göre anne ve baba, çocuklarının ölümüyle başa çıkabilmek için genellikle yeni bir çocuk yapma sürecine girer ya da diğer çocuklarını aşırı koruma altına almaya başlar.⁷⁷ Çocukları ölmüş ailenin yas sürecine girmesiyle birlikte desteğe ve konuşmaya ihtiyacı vardır. Eğer yeterince destek verilmezse yas süreci patolojik

⁷³ Murat, a.g.e., s. 68.

⁷⁴ Murat a.e., s. 65.

⁷⁵ Volkan, Zintl, a.g.e., s. 76.

⁷⁶ Volkan, Zintl, a.e., s. 76-77.

⁷⁷ Murat, a.g.e., s. 66.

hale dönüşebilir.⁷⁸ Hiçbir şekilde bir çocuk ölümü, yetişkin ölümü kadar doğal karşılanamaz. Ebeveyni ölmeden çocuğun ölmesi, bir nevi kronolojinin bozulması anlamını taşıdığından dolayı kabullenilmesi çok güç bir olaydır.⁷⁹

1.3. Başa Çıkma, Din ve Sağlık

Bu çalışmanın teorik çerçevesini oluşturan son konu, Başa Çıkma ve Din konusudur. Karşılaşılan ölüm gibi zorlu bir olay ile başa çıkmada şüphesiz dinin rolü büyüktür. Bu bağlamda önce “Başa Çıkma” konusu altında genel bir giriş yapılacaktır, daha sonra “Başa Çıkma ile Din İlişkisi”, “Dini Başa Çıkma Unsurları”, “Dini Başa Çıkmanın Amaçları”, “Dini Başa Çıkma Etkinlikleri”, “Dini Başa Çıkma Sürecinde Etkili Olan Faktörler” ve “Ruhsal ve Fiziksel Sağlık Bağlamında Dini Başa Çıkma” konuları işlenerek başa çıkma mekanizmasının din ile ilişkisi ele alınacaktır.

1.3.1. Başa Çıkma

Kişi, hayatı boyunca kendisine sıkıntı verebilecek birçok olay ile karşılaşabilir ve kendini yaşama bağlayan hedeflerinin zarar gördüğünü veya tehdit edildiğini düşünebilir. Başa çıkma etkinlikleri, stres yaratan olaylar ve bunun üstesinden gelmek için kullanılan etkinliklerdir.⁸⁰ Folkmann ve diğerleri başa çıkmanın tanımını, “kişinin içinden veya çevreden gelen istek ve çatışmaları kontrol etme ve ortaya çıkan gerilimi en az düzeye indirmek amacıyla sergilenen davranışsal ve duygusal tepkiler”⁸¹ olarak vermektedirler.

Baş çıkma süreci, kişinin sorun çözme gücünün azaldığı, içinde olduğu düşünce ve değerlendirmelerin sıklıkla olumsuz duygular içerdiği duygusal bir bağlamda ortaya çıkmaktadır. Bu anlamda başa çıkmanın öncelikli hedefi, olumsuz duyguları düzenleyip, kaybedilen anlam ve kontrolü kazanmaktır. Kişinin bir teselli bulma arayışı olan başa çıkma, zor zamanlarda gösterilen anlam arayışı olarak tanımlanmaktadır. Çevreden ve kültürden etkilenen, stresi ve başa çıkma

⁷⁸ Halil Şenelmiş, “Ankara Üniversitesi Kriz Merkezine Başvuran Yaş Olguları Üzerine Bir Çalışma,” **Kriz Dergisi**, 2006, C.14, No:1, s.1-20.

⁷⁹ Gün, **a.g.e.**, s. 24-26.

⁸⁰ Alan Carr, **Pozitif Psikoloji**, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2016, s. 309-310.

⁸¹ Bahar Özkan, Sevde Düzgüner, “Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri ve Dini Başa Çıkma İlişkisi Üzerine Bir Araştırma,” **Theosophia**, 2021, C.3, s. 36.

kaynaklarının değerlendirilmesini etkileyen, herkesin kişiliğine bağlı, karmaşık ve çok boyutlu bir süreç olan başa çıkmada sergilenen tutum ve davranışlar birer “başa çıkma etkinliği” olarak ele alınmaktadır. Bunlar hayatın içerisinde, eğitim veya terapi yoluyla öğrenilen etkinliklerdir.⁸²

Sorunun beraberinde getirdiği duygusal sorunlarla başa çıkma esnasında kullandığı duygu odaklı başa çıkma etkinliklerinin yanı sıra aktif başa çıkma etkinlikleri, kaçınmacı başa çıkma etkinlikleri ve problem odaklı başa çıkma etkinlikleri sıkıntılı durumlarla başa çıkmada müracaat edilen kaynaklardır. Olayın koşullarına bakmak, hangi etkinliklerin hangi durumda işlevsel olduğunu bilmek zorlukların üstesinden gelmede önem arz eder.⁸³

1.3.2. Başa Çıkma ile Din İlişkisi

Din, kişinin yönelim sisteminde yer alıyorsa hayatta karşılaştığı sıkıntılı olayları değerlendirip anlamlandırmasında ve sorunları çözmesinde yardımcı olur. Din, insanların hayattaki farklı ihtiyaçlarına yanıt vermede, gerçekleri değiştirmenin mümkün olmadığı durumlarda algıyı değiştirmede ve ona sabretmede etkili olduğu için başa çıkma sürecinde dini inanç ve uygulamaların faydası olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla dini inanç ve uygulamalar, zor zamanlardaki olumsuz duygusal sonuçların engellenmesi veya hafifletilmesinde, anlamın korunması veya dönüştürülmesinde ve sorun çözümünün kolaylaştırılmasında kullanılır.⁸⁴

Din, kişinin yönelim sisteminde az veya hiçbir öneme sahip ve yaşam tecrübelerine uygun değilse, başa çıkma sürecinde önem taşımaz. Bu durum olumsuz dini başa çıkmada da böyledir; kişinin, Yaratıcısına ve dinine kızabilmesi, onlardan hoşnut olmaması, yani genel anlamda olumsuz duygular besleyebilmesi için öncesinde Allah ve dini değerler ile bir ilişkisinin olması gerekir.

Nihai olarak dini başa çıkma, “dini inanç ve davranışların, dini ve kültürel değerlerin zor zamanların getirdiği olumsuz duygusal sonuçların engellenmesi veya

⁸² Ayten, a.g.e., s. 37-39.

⁸³ Jerry M. Burger, **Kişilik**, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2016, s. 204-210.

⁸⁴ Ayten, a.g.e., s. 40-41.

hafifletilmesi, anlamın korunması veya dönüştürülmesi ve problem çözümünün kolaylaştırılması yolunda kullanılması”⁸⁵ olarak ifade edilir.

1.3.3. Dini Başa Çıkmanın Unsurları

Pargament’e göre kabullenme, tevekkül, itaat, sabır, şükür, affetme, alçakgönüllülük ve dua, dini başa çıkmanın önemli unsurlarındandır.⁸⁶ Kişinin din ile ilişkilendirerek sahip olduğu tüm duygu, düşünce ve davranışların birer dini başa çıkma etkinliği olarak değerlendirilir. Dolayısıyla yakın vefatı kapsamında bu etkinliklere bakılırsa liste, Allah inancı, ahiret inancı, kader inancı, şefaath inancı, imtihan inancı, namaz, zikir, hayır yapma, kabir ziyareti vs. uzayıp gidebilir.

Kişi, yaşadığı zor durumlar için din merkezli bu etkinliklerden birini benimseyerek olay ile baş etmeye çalışır. Ancak yalnızca olumlu değil, Yaratıcıya karşı isyan veya kırgınlık ve dinden uzaklaşma durumlarını içeren olumsuz dini başa çıkma etkinlikleri de söz konusu olabilir.

1.3.4. Dini Başa Çıkmanın Amaçları

Birçok psikolog ve sosyolog kişinin sıkıntılı olaylarla karşılaştığında nasıl bir yol izlediğini ve bu süreçte dinin nasıl destek sağladığını araştırmıştır. Araştırmacıların her biri, dinin sorunlar ile başa çıkmadaki fonksiyonları üzerine durmuş ve dini başa çıkmanın beş temel amacını bulmuşlardır.

Pargament ve Frankl gibi psikologlar dinin anlam kazandırma rolüne dikkat çekmiş; kişinin yeni anlam bulması ve hayatını dönüştürmesi için dinin yardımcı olduğunu ortaya koymuşlardır. Din, normal zamanlarda olduğu gibi sıkıntılı ve zor zamanlarda da kişiye, yaşadığı durumu ve kendi davranışlarını değerlendirmesi açısından bir anlam alanı sunar. Dolayısıyla din, kişinin anlam arayışına bir cevap verme noktasında yardımcı olur.

Fromm, kişinin gücünü aşan ve kontrolünü kaybettiren durumlarda, dinin kontrol sunma rolü üzerinde durmuştur. Kişi, gücünün aşıldığını ve yaşadığı olay karşısında kontrolünü kaybettiği hissine kapıldığında din, tüm olayların bir Yaratıcı,

⁸⁵ Özkan, Düzgüner, a.g.e., s. 36.

⁸⁶ Kenneth I. Pargament, “The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice,” **The Guilford Press**, 1997, s. 178.

daha üst bir kudret tarafından idare ediliyor olduğunu hatırlatarak psikolojik bir kontrol hissi sunar.

Ayrıca din, kişinin daha üstün bir varlığa bağlanma hissini sağlar. Buna bağlı olarak kişi bir sorun ile karşılaştığında din, manevi teselli ve rahatlama sağlayarak başa çıkmada etkin bir role sahip olur.

Bir diğer amaç, samimiyet ve yakınlık hissi olup dinin, kişinin Allah'a ve diğer insanlara yakın olmaya teşvik etmesiyle ilgilidir. İbadetlerin çoğu bu kategoride değerlendirilse de özellikle hac ibadeti, kişinin Allah'a olan görevini yerine getirme ve O'na yakın olma hissiyle birlikte diğer insanlarla olan sosyal ilişkilerinde daha anlayışlı ve merhametli olmasını hedefler.

Son olarak başa çıkma, hayatı dönüştürme fonksiyonunu içermesinden dolayı din, kişinin olgunlaşmasında, hayatını dönüştürmesinde ve kendini geliştirmesinde imkanlar sağlar. Burada manevi anlamda bir olgunlaşma söz konusudur. Kişiye kazandırdığı sabır hali, sorunları çözme gücü ve daha huzurlu bir hayat için gayret etme konusunda motive eden din, kişinin kendini geliştirmesi ve gerçekleştirmesine de katkı sağlar.⁸⁷

1.3.5. Dini Başa Çıkma Etkinlikleri

Dini başa çıkma konusunda pek çok etkinliğin var olduğundan söz edilebilir. Bunlar arasında en fazla anlam arayışına yanıt bulma, kontrol sağlama, teselli bulma, Allah'a ve diğerlerine yakınlık elde etme ve dine yönelme gelmektedir.

Anlam arayışına yanıt bulma açısından dini başa çıkma etkinlikleri içerisinde farklı etkinliklerden söz edilmektedir. Stres veya sıkıntı meydana getiren olayı hayırlı bir durum olarak görerek hayra yorma; kişinin günahlarından dolayı yaşadığı sıkıntılı olayı Allah'ın bir ceza olarak verdiğini düşünme; yaşanan olayı şeytan işi olarak görme; yaşanan olumsuz olayı başa gelen bir uğursuzluk olarak algılama ve başa gelen olayı Allah'ın kudretine yorma durumları bunlardan bazılarıdır.⁸⁸

Kontrol sağlamak amacıyla yapılan etkinliklerde kişinin pasif bir şekilde sorunun çözülmesi için Allah'tan yardım beklemeye ilaveten sorunun çözümünde

⁸⁷ Ayten, a.g.e., s. 49.

⁸⁸ Ayten, a.e.

Allah ile yardımlaşarak kontrol sağlaması, dolayısıyla işbirlikçi dini başa çıkma söz konusudur.⁸⁹

Teselli ve Allah'a yakınlık kazanması açısından dini başa çıkma etkinlikleri ele alındığında ise başta kişinin Allah'ın sevgisi ve ilgisi aracılığıyla teselli ve rahatlama araması; dolayısıyla manevi destek ihtiyacı gelir. Diğer etkinlikler ise sırasıyla kişinin sıkıntılı durumundan kurtulması için dine odaklanması; dini ritüeller ve tövbe aracılığıyla kişinin manevi temizlenme araması; kişinin, sıkıntılı durumda olduğunda Allah ile olan ilişkisinden hoşnut olmadığını ifade etmesi; ve kişinin dini açıdan kabul edilebilir davranışı kabul edilmeyenden ayırmaya çalışarak dini sınırlar içerisinde kalma çabasıdır.

Bir diğer etkinlik grubu Allah'a yakınlık ve başkalarıyla iyi ilişkiler kurma açısından dini başa çıkma olarak tanımlanır. Öncelikle din adamlarından destek arama gelir ki kişi burada din adamlarının veya cemaat üyelerinin sağladığı ilgi ve yardımla rahatlama arayışını tamamlar. Bir diğer etkinlik, kişinin yardıma ihtiyacı olanlara destek ve teselli vermek için manevi yardım sağlama çabasına girerek kendi sorunuyla başa çıkmasıdır. Ayrıca bu etkinlikler içerisinde olumsuz dini başa çıkma altında da değerlendirilen kişilerarası dini hoşnutsuzluk yerini alır ki burada kişi, din adamları veya dindarlarla olan ilişkilerindeki memnuniyetsizliği ifade eder.

Ele alınacak son etkinlik kategorisi hayatta dönüşüm yapma açısından dini başa çıkma etkinlikleridir. Burada hayatına yeni bir yön vermek isteyen kişi için dini istikamet arayışı; kişinin hayatında dini dönüşüm yaşaması; kişinin öfke, incinme ve korkudan kurtulması için dine yönelmesi, dolayısıyla dini bağışlanma etkinlikleri yerini alır.⁹⁰

Anlamı merkeze alan Frankl, kişinin hayatındaki anlamı kaybettiğinde ruh sağlığını da beraberinde kaybedeceğini söyler. Varoluşçu terapiyi ifade eden “logoterapi”, anlam üzeri terapiyi hedefleyen bir yöntemdir. Burada anlamı yakalayan kişinin tekrardan ruh sağlığını elde etmesi meselesi söz konusudur.⁹¹ Anlam, bir şeyin var oluş nedeni, amacı, değeri ve ruh olarak tanımlanabilir. Hayatın anlamı da ruhunu arayan insan arayışıdır. Eğer kişi varoluşunu anlamlandırabilirse, yaşamı ve yaşamayı

⁸⁹ Ayten, **a.g.e.**, s. 50-51.

⁹⁰ Ayten, **a.g.e.**, s. 50-52.

⁹¹ Ümit Horozcu, **Din Psikolojisi**, İstanbul, Rağbet Yayınları, 2015, s. 163.

daha değerli bulacaktır. Hayatın anlamı sorgulandığında, insanın yaşam amacının sorgulanması demektir. Bu nedenden dolayı anlam arayışı içerisinde olmak, hayatta amaç aramaktır. Bu arayış yetişkinlik yıllarında başlar ve hayat boyu devam eder.⁹² Hayatın devamlı bir değişim içinde olmasından dolayı insanlar istikrar arayışı içerisinde olurlar. Bu açıdan anlam, devamlı bir değişim içerisinde olan ancak istikrar arayan kişinin istikrar bulmasına yardımcı olur.⁹³ Yalom'a göre ise anlam arayışı, tutarlılık arayışıdır. İnsanın hayatta yaşadığı çelişki ve tutarsızlıklar; dengesini kaybetmesine, anlamsızlık hissetmesine ve boşluk hissine kapılmasına neden olur.⁹⁴

Çoğu insanların hayatlarındaki en büyük istek, amaç ve hedefleri olan anlamlı bir hayat yaşamaktır. Bunu gerçekleştirmek için ise insanların hayatlarını nasıl anlamlı hale getirecekleri konusunda rehber olan dört temel anlam ihtiyacı söz konusudur. Öncelikle bir amaç edinmek, daha sonra ise birtakım değerlere sahip olmak gelir. Çünkü değerler, iyimserlik ve olumlu hisler sunmakla birlikte kişiye davranışlarının doğru veya yanlış olduğuna karar vermesi için imkân sunar. Üçüncü temel ihtiyaç, etki ve yarar hissi ihtiyacıdır. Kişinin amaçları ve değerleri olmasına rağmen bir etkisi yoksa, o hayat trajiktir. Son madde ise kişinin kendine saygı ve değer vermesidir. Ancak bu temel ihtiyaçlar çerçevesinde insan, anlam arayışını sürdürebilir. Bu temel ihtiyaçlar bağlamında kişi, hayatındaki potansiyel anlamsızlığa karşı korunabilir.⁹⁵

Kişi, önem verdiği bir anlama dair bir tehdit sezerse, anlamı koruma veya dönüştürme sürecine girer. Kişinin tehlikede olan veya kaybolan değerlerini dini unsur ve değerler aracılığıyla korumaya çalışması, dini başa çıkma bağlamında değerlendirilir. Frankl'e göre din, kişiye manevi bir yardım eli uzatarak güven duygusu sağlar.⁹⁶ Anlamı koruma veya dönüştürmedeki asıl amaç, anlamı artırarak çözüm sağlamaktır. Anlamın artması ise var olanı korumak ve anlamı değiştirmek veya dönüştürmek olmak üzere iki şekilde mümkündür. Anlamın korunmasının mümkün olmadığına ise kişi, anlamı dönüştürme yoluna girer ki burada eski amaç ve değerlerinden vazgeçerek yenilerine yönelmesi söz konusudur.⁹⁷

⁹² Göcen, **Kavram Atlası: Din Psikolojisi I**, s. 154.

⁹³ Ayten, **a.g.e.**, s. 53.

⁹⁴ Göcen, **a.g.e.**, s. 154.

⁹⁵ Ayten, **a.g.e.**, s. 54.

⁹⁶ Viktor E. Frankl, **İnsanın Anlam Arayışı**, Çev.: Tanju Tatlı, Ankara, Siyasal Kitapevi, 2017.

⁹⁷ Ayten, **a.g.e.**, s. 55-57.

Sıkıntılı olaylarla karşılaşan kimse, durumun çözümünde kendisinin yetersiz olduğunu ve kontrolü kaybettiğini düşünürse daha çok öfke, korku, umutsuzluk gibi olumsuz duygulara kapılarak gerçekten kontrolünü kaybeder. Asıl mesele, kişinin bu olumsuz duygularla baş etmesi; bu duyguların iyileştirilmesi ve olumsuz duyguların yerine olumlu duyguların yer almasıdır. Dolayısıyla başa çıkmanın ilk amacı duyguları düzenlenmesi ve kontrolünü sağlamasıdır. Burada din, önemli bir role sahiptir.

Dini başa çıkmanın etkili olduğu üç tür kontrol mevcuttur. Kişinin olumsuz bir durum karşısında daha kötü bir durumu zihninde canlandırarak, daha kötü durumun gerçekleşmemiş olmasından ötürü kendini teselli etmesi, kıyaslamacı kontrol dahilindedir. Bu tutum, insanların başlarına gelen sıkıntılı durumu kabullenmesini kolaylaştırır ve streslerini azaltır. Burada görülen şükür hali, başa çıkmada önemli bir özellik olur.⁹⁸

Dini başa çıkmanın etkili olduğu ikinci kontrol türü, tahminsel veya bilgisel kontroldür. Birtakım tahmin veya bilgilere dayalı gelecekle ilgili iyi yorumlarda bulunan kimse, kendini bu şekilde rahatlatır ve sorunlarından kurtulabileceğini düşünerek umutsuzluğa ve kuruntulara engel olur. Kişi, “Allah’tan umut kesilmez” gibi pozitif yüklü, ileriye yönelik iyilik içeren ifadelerle yer vererek ilahi olana inancını, güvenini ve gelecekle ilgili umut ve olumlu tahminlerini yansıtır.

Son kontrol türü ise vekaleten kontrolün sağlanmasıdır. Kişi, hayatında gerçekleşmiş ve gerçekleşebilecek kötü durumların kontrolünü ilahi bir güce atfederek kendinin yapması gereken şeyleri, ilahi varlığın vekaleten yerine getirdiğini düşünür. Çoğunlukla insanlar bu tavrı mutlak çaresizlik hissettiklerinde takınırlar. Her şeyin Allah’ın kontrolünde olduğuna dair inanç, buna örnek olarak verilebilir.⁹⁹

1.3.6. Dini Başa Çıkma Sürecinde Etkili Olan Faktörler

İnsanlar, aktif bir başa çıkma sürecine kendilerini sürükleyen kırılmalar ve sıkıntılar yaşar. Kişinin dini başa çıkma sürecinde farklı ihtimal ve seçeneklerle karşılaşması, dini başa çıkmanın iki ön kabulü sayılır. Bu durumda kişi; dini olan, dini olmayan veya her ikisini de tercih ederek sorunuyla başa çıkmayı tercih edebilir. Dini

⁹⁸ Ayten, **a.g.e.**, s. 61-62

⁹⁹ Ayten, **a.e.**, s. 62-63.

başa çıkmanın tercih edilmesi cinsiyet, yaş, ırk, sosyo-ekonomik durum, kişilik, eğitim seviyesi, dini yönelim, kültür, ruhsal ve zihinsel sağlık gibi birçok faktörle ilişkilidir.

Yapılan birçok araştırmada, yaş ile birlikte dini başa çıkma faaliyetlerine başvurma durumunun artmasından dolayı yaş değişkeni fazlasıyla ele alınmıştır. Aynı zamanda kişinin yaşına göre başvurulmuş dini başa çıkma türleri farklılaşmakta; örneğin yaş yükseldikçe “ertelemeci ve iş birlikçi başa çıkma” türünün arttığı, “kendi kendine yetme” tarzının ise azaldığı saptanmıştır.¹⁰⁰ Bununla birlikte kadın-erkek farkı dini başa çıkmada da kendini göstermekte; bir araştırmada erkeklerin kadınlara göre olumsuz dini başa çıkma etkinliklerini daha fazla kullanmakta ve bir diğer araştırmada kadınların erkeklere göre olumlu dini başa çıkmaya daha fazla yönlendiği saptanmıştır.¹⁰¹ Ayrıca erkeklerin problem odaklı etkinliklere, kadınların ise duygusal odaklı etkinliklere daha sık başvurdukları da ortaya konmuştur.¹⁰²

Dini başa çıkma faaliyetlerinde kişinin sosyo-ekonomik durumunun da belirleyici olduğu; ne sıklıkla bu faaliyetlere başvurduğu ve hangi tarz dini başa çıkmayı benimsediği de önemlidir. Topuz, yaptığı araştırmanın sonucunda tüm sosyo-ekonomik seviyedeki insanların eşit sıklıkla olumlu dini başa çıkmayı kullandıklarını; olumsuz dini başa çıkmanın ise sosyo-ekonomik seviyenin daha yüksek olduğu insanlar tarafından kullanıldığını tespit etmiştir.¹⁰³

Kişi, dinini içselleştirdiği düzeye göre bunun başa çıkma sürecindeki etkisi değişir. Dini hayatına sınırlı bir şekilde yansıtan veya dini yalnızca inanç boyutunda yaşayanla dini içselleştirerek hayatına yansıtan kişiler arasında başa çıkma sürecinde dinden destek alma oranları doğal olarak farklılık gösterecektir. Dinin merkezde olup olmamasına bağlı olarak bu etki, kişinin başına gelen olayları dini ve ahlaki unsurlarla ilişkilendirerek açıklayıp açıklamamasında ve sıkıntılı durumlarla mücadele etmesinde kendini gösterir. Dini ve kültürel değerlerle ilişkisi olan kimse, başına gelen olayları dini alan içerisinde açıklama, dinden destek alarak sorununu çözme veya sorunun

¹⁰⁰ Ayten, **a.g.e.**, s. 72-74.

¹⁰¹ İlhan Topuz, “Dini Gelişim Seviyeleri ile Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma,” (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2003, s. 108.

¹⁰² Burger, **a.g.e.**, s. 206.

¹⁰³ Topuz, **a.g.e.**, s. 109.

nedenlerini dindışı bir alanda arayıp yine din ile ilgisi olmayan faaliyetlerle sorununu çözme gibi davranışlar sergileyebilir.¹⁰⁴

Kişinin sıkıntılı bir durumda nasıl bir başa çıkma yöntemi geliştireceğini etkileyen bir diğer faktör, içinde bulunduğu toplumun kültürel özellikleridir. Dinin farklı kültürlerde farklı formlar alması, dini başa çıkma tarzlarını etkiler. İnsanlar, dindarlıklarından bağımsız olarak içerisinde bulundukları toplumun kültürel kalıplarına göre davranış sergilerler.¹⁰⁵

1.3.7. Ruhsal ve Fiziksel Sağlık Bağlamında Dini Başa Çıkma

Birçok çalışmada dinin, kişinin hayatında karşılaştığı sosyal, ekonomik, manevi, ruhsal ve fiziksel sorunlarla başa çıkmasında olumlu rolünün olduğu tespit edilmiştir. Yapılan araştırmalarda, günlük hayattaki sıradan ve olağanüstü stres dönemlerinde, fiziksel sağlık sorunlarının kabullenilmesinde, tedavi sürecine sabredilmesinde ve üzüntü, depresyon, kaygı ve umutsuzluk gibi ruhsal sorunların olumsuz sonuçlarının azaltılmasında dini başa çıkma faaliyetlerinin faydalı sonuçları olduğu saptanmıştır.

Tıbbi araştırmaların sonucunda hissedilen ağrının yalnızca acı veren ciddi bir uyarıcı tarafından değil, psikolojik ve duygusal faktörler tarafından da etkilendiği ortaya konmuştur. Dolayısıyla ağrı, fiziksel olabildiği gibi psikolojik bir olgudur.¹⁰⁶ Acı ve sıkıntı veren fiziksel rahatsızlığı olan kişi, çektiği acıyı başa çıkma sürecinde anlamlandırarak ve yönlendirerek, tahammül edilebilir seviyeye çekmeye, böylece katlanılabilir hale getirme çabasına girer. Özellikle olumlu dini başa çıkma faaliyetlerinin ruhsal ve fiziksel anlamda iyileşme sürecini hızlandırdığı ve hastalıklara karşı direnci artırdığı tespit edilmiştir. Dini başa çıkma faaliyetleri özellikle ölümcül hastalarda olayın gidişatının Allah'ın elinde olduğunu, dolayısıyla tevekkül ettikleri için kişinin sorununu çözme ve sıkıntılarını azaltmada yardımcı olur.¹⁰⁷

Dini başa çıkma sürecini ruh sağlığı bağlamında inceleyen araştırmalarda dini başa çıkma, depresyon, kaygı, umutsuzluk, stres, travma sonrası stres, otizm, bunaklık,

¹⁰⁴ Ayten, **a.g.e.**, s. 74.

¹⁰⁵ Ayten, **a.g.e.**, s. 75-76.

¹⁰⁶ Robert A. Emmons, **Teşekkür Ederim**, Çev.: Neslihan Kül, İstanbul, Doğan Kitap, 2009, s. 71.

¹⁰⁷ Ayten, **a.g.e.**, s. 78-80.

psikotik rahatsızlıklar, mutluluk ve hayat memnuniyeti gibi ruh sağlığının kapsamına giren olgularla ilişkilendirilmiştir. Cezalandırıcı Tanrı algısı olan insanlarda dini başa çıkma, olumsuz ruh sağlığı beraberinde getirirken; merhametli, iyiliksever Tanrı algısına sahip olan insanlarda olumlu ruh sağlığını sağlayabilir.¹⁰⁸

Pargament, yaptığı bir araştırmada olumlu dini başa çıkma ile yüksek iyi olma seviyesi arasında olumlu ilişki saptamış; olumsuz dini başa çıkma ile düşük seviyede iyi olma hali arasında yine olumlu bir ilişki olduğunu tespit etmiştir.¹⁰⁹ Bir diğer araştırmada olumlu dini başa çıkmanın pozitif psikolojik uyumuyla; olumsuz dini başa çıkmanın ise negatif psikolojik uyumuyla ilişkisi olduğunu ortaya koymuştur. Bununla birlikte dinin psikolojik sorunlarla baş etmesinde olumlu bir etkisinin olduğu; dini başa çıkma ile varoluşsal ve psikolojik iyi olma arasında ise pozitif bir ilişkinin olduğu; dini başa çıkmanın üzüntüyü azaltan, psiko-sosyal uyumu artırıcı etkisi olduğu; dini başa çıkmanın kaygı düzeyini azalttığı; dini başa çıkmanın hayatta bir amaç ve anlam kazandırma rolüne sahip olduğu; olumlu dini başa çıkma ile üzüntü ve kaygı arasında negatif; olumsuz dini başa çıkma ile bu değişkenler arasında pozitif ilişki olduğu bazı araştırmalar sonucunda tespit edilmiştir.¹¹⁰

Dini başa çıkma ile depresyon ilişkisi, ruh sağlığı bağlamında yapılan bazı araştırmalarda ele alınmıştır. Depresyonda olan insanların bir bölümü, hayatın anlamının kaybolduğuna ilişkin bir algıya sahiptirler. Din, bu anlamda çok güçlü bir anlam duygusu vererek kişinin iman gücüne bağlı olarak depresyona girme oranını düşürür.

Yapılan bazı araştırmalar bu söylemi güçlendirecek mahiyettedir. Güven, öznel dindarlık artışıyla depresyon düzeyinin azalması arasında bir ilişkinin olduğunu tespit ederek dinin sosyalleşmeyi sağlamasına bağlı olarak depresyon düzeyinde bir azalma olacağını düşünmesini sağlamıştır. Strawbidge ve arkadaşları kiliseye devam edenlerin, etmeyenlere kıyasla daha az depresyona girdiğini; Koenig ve arkadaşları ise hayat memnuniyetinin dindarlığa bağlı olarak depresyonu azalttığını ortaya koymuşlardır. Dua ve meditasyon gibi olguların, kişiyi yalnızlık ve çaresizlik hissi

¹⁰⁸ Ayten, **a.g.e.**, s. 80-81.

¹⁰⁹ Kenneth I. Pargament vd., "Religious Coping Among the Religious: The Relationships Between Religious Coping and Well-being in a National Sample of Presbyterian Clergy, Elders and Members," **Journal for the Scientific Study of Religion**, 2001, C.40, No:3, s. 497.

¹¹⁰ Ayten, **a.g.e.**, s. 81-82.

yaşamısına engel olarak depresyonu azalttığı düşünülür. Prospt ve arkadaşları depresyon hastalarına yönelik dini içerikli tedavileri kullandıklarında daha başarılı sonuçlar almışlardır. Townsend ve arkadaşları ise yaptıkları araştırmanın sonunda depresyon tedavisinde İslami temelli psikoterapinin de etkili olduğunu bulgulamışlardır. Bir diğer çalışmada seküler kesim ile Müslümanlar karşılaştırıldığında, dindar Müslümanların depresyondan daha kolay çıktıkları ortaya konmuştur. İslam'ın yardımlaşma, cemaat halinde ibadet etme, günlük namaz kılma, dua, sıla-i rahim gibi kişinin yalnız kalmasını engelleyen davranışları içermesi, bir avantaj olarak değerlendirilir.¹¹¹ Dolayısıyla dini başa çıkmanın olumlu ruh sağlığı ile arasında bir ilişki olduğu saptanmış, kişinin inanç boyutuna bağlı olarak depresyona karşı direnci de beraberinde getirdiği düşünülüyor. Ancak inançlı kimsenin depresyona girmeyeceği gibi bir durum söz konusu değildir. Bu bağlamda dini başa çıkma, terapide yerini almış; dini ve manevi temelli yaklaşımların geliştirilmesini etkilemiştir.

Başa çıkmanın din ile ilişkisine dair ele alınan bu teorik çerçevenin sonucunda özet olarak dini inanç ve uygulamaların kişinin ölüm gibi zorlu ve sıkıntılı bir olayla başa çıkmasında etkili bir rolü olduğu söylenebilir. Her ne kadar işlenen bu teori, Yaraticı ve inanç ile olumlu bir ilişkiden doğan başa çıkmaya dair olsa da aksine bunlara yönelik olumsuz bir tutum sonucunda da kişi dini başa çıkmaya başvurmuş olur. Bu bağlamda ifade edildiği üzere farklı olumlu ve olumsuz dini başa çıkma etkinlikleri mevcuttur. Sonuç olarak din, kişinin yaşadığı hadiseyi değerlendirmesinde, yaşamı ve ölümü anlamlandırmasında ve kendi ruh sağlığını korumasında büyük bir öneme sahiptir.

¹¹¹ Horozcu, a.g.e., s. 262-264.

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırma, evladı vefat etmiş annelerin bu sarsıcı deneyiminin arka planında var olan dini ve psiko-sosyal durumlara ışık tutmayı amaçlamaktadır. Bu kapsamda, söz konusu deneyimi yaşayan kimselerin yas sürecindeki dini yaşantılarını, psikolojik durumlarını, sosyal temaslarını ve bunları anlamlandırmalarını; deneyimin ardından tüm bu yaşananların dindarlığı, sosyal ilişkileri ve psikolojik durumu nasıl etkilediğini, ölüm ve hayatın anlamına nasıl tesir ettiğini ortaya koymak hedeflenmektedir. Araştırma tek yönlü olarak deneyimin dini, psikolojik ve sosyal durumu nasıl etkilediğini ele almakla kalmayıp dinin de sürecin yaşanmasını ne şekilde etkilediğine dair tespitler yapmak istenmektedir. Bu çerçevede de süreç esnasında başvurulmuş dini başa çıkma mekanizmalarını ortaya çıkarmak amaçlanmaktadır.

Araştırmada cevabı aranan sorular şunlardır:

- Çocuğu vefat eden anneler ölümle karşılaştıklarında neler hissetmişlerdir?
- Katılımcılar bu süreci nasıl anlamlandırmaktadırlar?
- Katılımcıların yas sürecindeki yardıma ihtiyaç duydukları hususlar nelerdir?
- Katılımcılar ölümle nasıl başa çıkmaktadırlar?
- Katılımcıların başa çıkma etkinlikleri arasında dini başa çıkma yöntemleri yer almakta mıdır? Yer alıyorsa hangi dini başa çıkma etkinliklerine başvurumaktadırlar?
- Yaşadıkları yas deneyimi dindarlıklarını ne şekilde etkilemektedir?
- Dindarlıkları yas deneyimini şekillendirmede bir etken midir?

Konunun her insanın yaşayabileceği böylesi zorlu bir deneyimi bilimsel yöntemle ele alınıyor olması çalışmayı başlı başına önemli kılmaktadır. Öte yandan Din Psikolojisi alanında daha önce çocuğu vefat eden anneler özelinde çalışılmamış olması nedeniyle araştırmanın özgünlük değeri taşıdığı düşünülmektedir.

2.2. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmanın veri toplama aşamasında nitel araştırma yöntemlerinden derinlemesine mülakat (görüşme) ve gözlem teknikleri kullanılarak evladı vefat etmiş annelerin yas süreci üzerinden dini başa çıkma bağlamında yaşadıkları durumlar incelenmiştir. Çalışmada kişinin yaşadığı olay ile ilgili duygu, düşünce ve davranışlarını detaylı şekilde anlamak adına derinlemesine sorular sorma imkânı vermesi nedeniyle mülakat tekniği kullanılmıştır. Bu kapsamda ayrıntıları aşağıda verilen yarı yapılandırılmış görüşme formunda yer alan soruların (Bkz. EK 1: Görüşme Formu) yanı sıra, araştırmacının katılımcının verdiği yanıtlara göre ek soru sorabilme imkânı elde edilmiştir. Bu yöntem sayesinde eğer araştırmacı sorusuna cevabı başka bir soru içerisinde bulmuşsa tekrar sormama kararı alabilir, ayrıca bazı soruların daha detaylı bir cevap gerektirmesine bağlı olarak araştırmacı o soruları irdeleyebilir. Dolayısıyla görüşmenin araştırma konusuna bağlı kalmasıyla birlikte katılımcıların yanıtlarına göre yeniden düzenlenmesi mümkün olması sebebiyle mülakat tekniği uygun görülmüştür.

Çalışmada öncelikle literatür taraması yapılmış, ilgili konu hakkında teorik çerçeve oluşturulmuş ve bu bağlamda sorular oluşturulup bulguların analizleri yapılmıştır. Belirli bir sistematığe sahip olma açısından olumlu özelliklere sahip olan bu yaklaşım, araştırmacıya da esneklik sağlamaktadır.¹¹²

Bu araştırmanın deseni durum çalışmasıdır. Bir durum çalışması araştırması gerçek yaşamın, güncel bağlam veya ortamın içerisindeki bir durumun araştırılması olarak tanımlanmaktadır.¹¹³ Bu araştırma deseninin özelliği, belirli bir duruma dair etkenlerin durumu nasıl etkilediği ve durumdan nasıl etkilendiklerinin ortaya konmasıdır.¹¹⁴ Çocuğu vefat eden annelerin araştırılmasında kullanılacak olan durum çalışması deseni, özellikle değerlendirme süreçleri gibi birçok alanda kullanılmakta; araştırmacının bir durumu derinlemesine analiz ettiği bir araştırma desendir.¹¹⁵

¹¹² Ali Yıldırım, Hasan Şimşek, **Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri**, Ankara, Seçkin Yayıncılık, 2011, s. 132.

¹¹³ John W. Creswell, **Nitel Araştırma Yöntemleri**, Çev. Ed.: Mesut Bütün, Selçuk Beşir Demir, Ankara, Siyasal Kitabevi, 2021, s. 98.

¹¹⁴ Yıldırım, Şimşek, **a.g.e.**, s. 73.

¹¹⁵ John W. Creswell, **Araştırma Deseni: Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları**, Çev. Ed.: Selçuk Beşir Demir, Ankara: Eğiten Kitap, 2017, s. 243.

2.3. Çalışma Grubunun Özellikleri

Bu araştırmada katılımcılar, çalışma probleminin anlaşılmasına dair istekli olarak derin bilgiler vermesi sebebiyle amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Buna bağlı olarak maksimum çeşitlilik örneklemesini kullanmanın da araştırma açısından uygun olacağı düşünülmüştür. Maksimum çeşitlilik, katılımcılarda en fazla farklılığı sağlama ve bulguların farklı bakış açılarını veya farklılıklarını ortaya koyacak bir örnekleme çeşididir.¹¹⁶ Bununla birlikte ölçüt örnekleme yöntemine de başvurulmuş, araştırmaya başlamadan önce araştırılacak ölçütler araştırmacı tarafından belirlenmiştir. Araştırmanın katılımcılarını yurtiçinde veya yurtdışında yaşayan Türkiye vatandaşları, Türkçeyi akıcı bir şekilde konuşan, kendini Müslüman olarak tanımlayan, evlat kaybını en fazla 20 sene önce tecrübe etmiş yetişkin kadınlar oluşturmaktadır. Evlat vefatına dair araştırmayı anneler üzerinden yürütmenin daha zengin bulgulara neden olacağı düşünülmüştür.

Bu araştırmaya dahil olacak katılımcılara kartopu örnekleme yöntemi ile ulaşılabilecektir. “Kişiden kişiye, kişiden de olaylara ulaşarak durumların tanımlanmasıyla bilgilerin zenginleştirilmesi”¹¹⁷ olarak tanımlanan kartopu örnekleme, bu çalışmanın amacına uygun katılımcıları seçmesinde uygun görülmüştür. Kartopu yöntemiyle ulaşılan kişiler belirlenen ölçütlere uymuyorsa, araştırmaya dahil edilmemişlerdir. Her ne kadar ulaşılan kimselere ölçütler verilmiş olsa da ölü doğum gerçekleştirmiş iki kişi araştırmacıya ulaşmıştır. Evladı hayata gelmeli, az veya çok yaşamaktan bağımsız olarak yaşamış olması ölçütüne uymamasından dolayı bu iki kişi çalışmaya dahil edilememiştir. Nitel araştırmalarda ulaşılması gereken belirli bir sayı yahut oran ölçütü olmaması nedeniyle 20 anne ile veri doygunluğuna ulaşıncaya veri toplama işlemine son verilmiştir.

Katılımcıların tümü 29-72 yaş aralığında olup, 10’u Türkiye’de, 4’ü Almanya’da, 4’ü Danimarka’da ve 2’si Fransa’da yaşamakta olan Türklerdir. Maksimum çeşitliliği artıracak düşüncesiyle bu şekilde farklı ülke ve coğrafyalardan kimselerle görüşme yapılmıştır. Bununla birlikte katılımcıların 18’i evli, 1’i boşanmış, 1’nin ise eşi vefat etmiştir. Katılımcıların eğitim durumlarına bakıldığında 5’inin

¹¹⁶ Creswell, **Nitel Araştırma Yöntemleri**, s. 300.

¹¹⁷ Creswell, **a.g.e.**, s. 160.

ilkokul mezunu, 1'inin ortaokul mezunu, 7'sinin lise mezunu, 2'sinin meslek sahibi, 5'inin ise lisans ve lisansüstü mezunu olduğu görülmektedir. Sosyo-ekonomik durumlarına dair verilen yanıtlar içerisinde 2'si kötü, 8'si orta, 10'u ise iyi sosyo-ekonomik duruma sahip olduklarını açıklamışlardır. Bu araştırmaya katılan annelerin kaybı en az 4 ay, en fazla ise 20 yıl önce gerçekleşmiştir. (Bkz. EK 2: Demografik Bilgiler).

2.4. Veri Toplama Aracının Oluşturulması

Dini başa çıkmayı nicel ve nitel olarak birçok araştırma yapılmış olmakla birlikte evlat kaybına yönelik bir çalışmanın olmadığı tespit edilmiştir. Araştırmacı, araştırmanın ana sorularını göz önünde bulundurarak mülakatta kullanılacak açık uçlu sorular hazırlamıştır. Soruların içerik ve sıralanması, yönlendirici olup olmadığı ve konunun içerik ve kapsamına uygun olup olmadığı açısından değerlendirilmek üzere için alanında uzman akademisyene sunulmuştur. Yapılan istişareler sonucunda görüşme formu oluşturulmuştur. Hazırlanan soruların anlaşılabilirliğini, tutarlılığını ve ruhsal açıdan zorlayabilecek soruları tespit etme amacıyla iki katılımcıyla pilot uygulama gerçekleştirilmiştir. Bu mülakatlar sonrasında yeniden uzman görüşüyle düzenlemeler yapılmış, görüşme formu nihai halini almıştır. Böylece veri toplama aracı, 8'i "Kişisel Bilgiler" ve 33'ü "Mülakat Ana Soruları" olmak üzere 41 sorudan müteşekkil hale gelmiştir.

2.5. Araştırma Verilerinin Toplanması

Kartopu yöntemiyle ulaşılan katılımcılara görüşmeye başlamadan önce araştırma konusu hakkında gerekli bilgi ve açıklamalar yapılmış; çalışmanın bilimsel bir araştırma olduğunu ve kişisel bilgilerin kimseyle paylaşılmayacağına dair onam formunu ulaştırılmıştır. Mülakatlar yalnızca çalışmaya katılma konusunda gönüllü olanlarla gerçekleştirilmiştir. Verilerin sağlıklı bir şekilde kayıt altına alınması önemli olması sebebiyle görüşme öncesinde görsel ve işitsel kayıt konusunda katılımcıdan izin istenmiş, alınan ses ve görüntü kayıtlarının yalnızca deşifre amacıyla alındığının, hiçbir şekilde paylaşılmayacağını teminatını vermiştir. Kayıt alınmasını kabul

etmeyen katılımcılar araştırmaya dahil edilmemiştir. Kendisine ulaşılanlar arasından 10'u da konunun hassasiyeti nedeniyle görüşmeyi kabul etmemiştir.

Tamamı çevrimiçi platformlarda görüntülü olarak yapılan mülakatlar esnasında katılımcıyı zorlayacak durumlardan kaçınılmış, yeri geldiğinde katılımcıları rahatlatmak ve teselli etmeye yönelik cümleler sarf edilmiştir. Bununla birlikte yanıtlamak istemedikleri soru olduğu takdirde, soruyu geçebilecekleri bilgisi de verilmiş ancak bu durum ile karşılaşılmasıdır. Görüşme sırasında ruhsal anlamda görüşmeyi yürütemeyeceklerine dair bir kanaat uyandığında katılımcının dilemesi halinde görüşmeye son verilebileceği söylenmiş ama mülakatın iptali durumuyla hiç karşılaşılmasıdır.

Görüşme sorularının sırasına riayet edilmiş ancak bazı katılımcıların bir soruyu yanıtlarken bir sonraki sorulara da kendiliğinden cevap vermiş, bu durumda soruların yerleri hızlı bir şekilde yeniden düzenlenmiştir. Katılımcılardan bazıları uzun, bazıları ise kısa yanıtlar vermiş, cevabı eksik kalan sorular olduğu takdirde araştırmacı, konuyu açarak soruyu tekrar sormuştur.

Araştırmaya katkı veren katılımcıların kimliklerinin gizlenmesi gereği bulgular kısmı dahil olmak üzere isimlerine hiçbir şekilde yer verilmemiştir.

Verilerin toplanması Mart 2022'de başlayıp Mayıs 2022'de sonlanmış olup yaklaşık üç aylık zaman diliminde toplamda 20 görüşme yapılmıştır. Mülakatlar ortalama 1-1,5 saat sürmüş, en azı 45 dakikada en uzun 2 saat 15 dakika sürmüştür.

2.6. Araştırma Verilerinin Analizi ve Yorumlaması

Görüşmeler sonrasında, kayıtlar yazıya aktararak deşifre edilmiştir. Duyguları yansıtan ifadelerin aynıyla kalmasına dikkat edilmiş, anlatımlara müdahale edilmeden aktarım yapılmıştır.

Verilerin tema veya kategorilere ayrılarak özetlendiği ve yorumlandığı; betimlemeler için ise kodların oluşturulduğu betimsel analiz yöntemi kullanılmıştır. Görüşmelerin çözümlemesinden sonra sınıflandırma ve buna bağlı olarak veriler, ana ve alt temalara ayrılarak işlenmiştir. Gerektiği yerlerde ses kayıtlarına ve deşifrelere yeniden başvurulmuş; temalar eklenerek veya çıkarılarak sıkça yeniden düzenlenmiş,

böylece çalışma derinleştirilmiştir. Danışmanla paylaşılan mülakat çözümlemeleri, onun öneri ve düzeltmeleri ışığında yeniden gözden geçirilmiştir.

Bulguların raporlaştırılmasında katılımcıların isimleri yerine birer kod oluşturulmuştur (örneğin Katılımcı 1: K1, Katılımcı 10: K10). Yapılan alıntılarda bu hususa dikkat edilmiş, aynı zamanda mülakata sırasında kullanılan diğer özel isimler sansürlenmiştir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Çocuğu vefat eden anneler üzerine Din Psikolojisi bağlamında yaptığımız bu çalışmada araştırma soruları ve mülakatlarda ortaya çıkan veriler analiz edildiğinde Üç ana temanın belirdiği görülmüştür. Bu temalar evlat kaybı sürecinin kronolojisine uygun olarak “Ölümle Karşılaşma ve İlk Tepkiler”, “Yas Süreci” ve “Güncel Durum” ana temalarıdır. Her bir ana tema sırasıyla psikolojik, sosyal ve dini yönleriyle analize tabi tutulmuştur. Kimi bulgular psikolojik, tamamen sosyal ve tamamen dini hüviyete sahipken, bazı bulgular aynı anda dini, psikolojik ve sosyal nitelikleri bir arada bünyesinde barındırmaktadır. Bu karma niteliklere yeri geldikçe işaret edilecektir.

3.1. Ölümle Karşılaşma ve İlk Tepkiler

Öncelikle evladı vefat etmiş annelerin ölümle karşılaştıkları ilk sürede psiko, sosyal ve dini durumlarını öğrenmek amacıyla “Vedalaşma Anı”, “Ölüm Şekli” ve “İlk Tepkileri” ortaya koyacağız.

3.1.1. Vedalaşma Anı

“Ölümle Karşılaşma ve İlk Tepkiler” temasında ele alacağımız ilk alt tema vedalaşma ile ilgili olacaktır. Veda gerek kültürel gerek dini gerekse psikolojik açıdan önemli bir deneyim olup, araştırmamızda ı ışık tutulması gereken konulardan biri olarak değerlendirilmiştir. Bu doğrultuda katılımcılara “Ölmeden önce çocuğunuzla vedalaşabildiniz mi? Evet ise, ona neler söylediniz? Hayır ise, vedalaşabilseydiniz ona neler söylemek isterdiniz?” sorularını yönlendirdik.

Verilen cevaplar incelendiğinde beklenen ölümlerde vedalaşmalar mümkün olabilirken ani ölümlerde genellikle böyle bir durum söz konusu olmadığı, ancak beklenen ölümlerin içerisinde de katılımcıların bir kısmı evlatları ile vedalaşmış iken bir kısmı vedalaşamadığı anlaşılmaktadır.

Katılımcıların çoğunluğunu teşkil eden bölümü evladı ile vedalaşma imkânı olmayan annelerdir (K1, K2, K3, K4, K6, K7, K8, K9, K12, K14, K15, K16, K17, K19, K20). Bunların içerisinde K1, K4, K12, K14 ve K15 vedalaşma imkânı bulabilmesi halinde ne söyleyeceklerini bilmediklerini ifade etmişlerdir. Bunların

dışında K2, bebeğine gitme demek isteyeceğini; K3, oğlundan helallik isteyip onu sevdiğini söylemek istediğini; K6, evladının kendisinden memnun olup olmadığını sormak isteyeceğini; K7, bebeğinin ellerini tutmak ve ona sarılmak isteyeceğini; K8, bebeğine dokunmak istediğini; K9, oğluna çokça sarılmak istediğini; K16, evladına dua etmek isteyeceğini; K17, oğlunun vurulma anında şehadet getirip getirmediğini sormak istediğini; K19, bebeğini ilk ve son defa emzirmek istediğini; K20 ise çocuğunu çok sevdiğini söylemek istediğini dile getirmişlerdir.

Bir katılımcımız doğuştan gelen organ rahatsızlığı nedeniyle 15 aylık bebeğini kaybetmiştir. Kendisi vedalaşma anına sahip olduğu takdirde çocuğuna söylemek isteyeceği sözleri, “Vedalaşmadık. İnşallah benden memnunsundur oğlum derdim. (Ağlıyor)...” (K6) olarak ifade etmiştir. Bir evladın anneye karşı memnuniyetinin anne için önemli olduğunu, zira annelik vazifesi yapabilmenin tatmin ediciliğini ve bunu yerine getirememenin neden olacağı huzursuzluğu bu sözlerin içerisinde görmek mümkündür.

Doğum esnasında meydana gelen komplikasyon sonucunda bir katılımcımız üzümlerinden birini üç günlükken ebedi hayata uğurlamıştır. Katılımcımız bebeğiyle vedalaşma anında yapmak istediklerine dair düşüncelerini şu sözleriyle ifade ediyor:

“İlk başta sütümü çok vermek isterdim. O benim içimde kaldı. Olmadı. Onu çok isterdim. Bir kere de kucağıma almak isterdim. Cansız bedenini kucağıma aldım sadece. En çok şükrettiğim şey, iyi ki de öyle doğumhanede bayılmamışlar, çok şükür onun sesini duydum. Böyle kalbimde kalırdı. Acaba ses verdi mi vermedi mi diye. Ses veren evladın şefaati daha farklı oluyor. Hep bu benim kafamda büyük bir soru işareti olarak kalırdı. Çok şükür evladına sütüm gitmedi ama sesini duyabildim.” (K19)

Fiziksel ve duygusal teması beraberinde barındıran emzirmeyi dile getiren annenin bu isteği yerine gelseydi psikolojik anlamda olumlu duygular hissedeceği anlaşılmaktadır. Bunun yanı sıra katılımcımız, evladının sesini duymasına bağlı olarak şefaatin farklı bir boyutta olacağını düşünmektedir. Bu düşünce, ölüm ile baş etmesinde dininden destek aldığını ve bunun teselli ettiğini göstermektedir. Dolayısıyla bu anekdotun psikolojik olduğu gibi dini yönü de mevcuttur.

Vedalaşma imkânı elde edebilmiş anneler ise K5, K10, K11, K13 ve K18 olmak üzere beş kişidir. K5 bebeğine öperek ve sarılarak; K10 bebeğine dua ederek; K11 oğlundan helallik isteyerek ve ahirette tekrar buluşacaklarını söyleyerek; K13

bebeğini öperek ve koklayarak; K18 ise kızına sarılarak, öperek, saçlarını okşayarak ve helallik isteyerek veda etmişlerdir.

Daha önce eşini kaybeden katılımcımız, 17 yaşındaki engelli oğlunun hayata veda edeceğinin farkında olduğunu ve veda anında yaşadıklarını şu sözleriyle aktarıyor:

“Evet, oldu. Bir hafta öncesi gitmiştim ben. Konuştum onunla. Helallik istedim. Ve ona dedim ki, Allah’ın izniyle tekrar buluşacağımızı söyledim. Hep beraber. Babana selam söyle dedim. Dedene selam söyle dedim. Çok güzel bir yere gittiğini söyledim. Buna benzer şeyler. (Gülümüyor).” (K11)

Katılımcımızın vedalaşma anında helallik ve ahiret hayatına ilişkin söylediği sözlerin içerisinde duygulara eşlik eden dini inanç ve yönelim de yer almaktadır. K11’in bu tutumunun ölüm gerçeğiyle yüzleşmesinde kolaylık sağladığı gibi evladına teselli verme motivasyonunu da içerdiğini söyleyebiliriz.

Bir diğer katılımcımızın kızı 14 yaşında lösemi sebebiyle vefat etmiştir. K18, evladıyla olan son duygusal anlarını şöyle anlatıyor:

“... Gittim; kızım dedim. Rabbim senden razı olsun dedim. Sen çok iyi bir çocuktun, bize hakkını helal et kızım dedim. Ben zaten o entübe olmadan bir gün önce dedim ki; kızım, ben sana belki çok iyi anne olamadım. Hakkım yok diye düşünüyorum. Sen bana hakkını helal eder misin dedim. Anne öyle deme, sen iyi bir annesin dedi. Ve o gün beni çağırdı, sarıldı ama o sarılış veda sarılışıydı. İçime doğdu; bu bir veda sarılışı dedim. Tamam anne, sen git dedi. Sonra babasını çağırdı. Babasına da sarıldı. Değişik bir sarılmaydı. Farklıydı. Tamam şimdi gidin dedi. Bilmiyorum, çok değişik bir çocuktun, ben onu anlatmakla bitiremem. (Gülüyor). O 1,5 aylık odada çok değişik şeyler yaşadık. Ona bebekliğini anlattık vefat etmeden. Abisinin bir kızı olursa onun adını koyacak. Orada öyle konuştuk... Öptük onu, saçlarını okşadık. Konuştuk tabii ki. Güzel şeyler söyledik. Hiç onu üzecek şeyler söylemedik. Eşim bir tek şey dedi; ya tümör artık dur dedi. Zaten istediğini yaptın, tamam, artık bırak da azıcık rahat nefes alsın kızım dedi. Öyle deme dedim. Sonuçta onu yaratan da Allah. Onları söyledik. Başka onu üzecek bir şey yapmamaya çalıştık.” (K18)

Katılımcımızın vedalaşma anekdotu psikolojik ve dini birçok mesajı bünyesinde barındırıyor. Anneliğinden memnuniyet, sarılma, öpme, evladın bebekliğiyle ilgili anılar paylaşma gibi psikolojik açıdan öne çıkan içeriğin yanı sıra hak ve hastalığın Allah’tan geldiğine dair vurguların yapılması, anlamlandırma, algılama ve deneyimlemede dini unsurların aktif olduğunu gösteriyor.

Vedalaşma imkânı elde eden katılımcılardan K11, K13 ve K18 evlatlarının vefatını önceden bekleyen annelerdir. Bir rahatsızlığı bulunan çocuklarının vefatı kaçınılmaz olup son vaktine kadar anneleri ile vakit geçirmişlerdir. Bu durum, rahat bir şekilde vedalaşmalarını da beraberinde getirmiştir. K5 ve K10 ise bebeklerinin vefatını beklemeyen annelerdir. Ani gelişen bir hastalık sonucunda evlat kaybı yaşamış bu anneler, bebeklerinin vefat edeceğini son anda öğrenmiş ama vedalaşabilmişlerdir.

Vedalaşma imkânının yanı sıra evladın bu vedadan anlayacak yaşta olup olmaması konunun diğer yönüdür. Ölmeden önce evladiyla vedalaşabilen anneler değerlendirildiğinde K5, K10 ve K13'ün bebek yaşta kayıp yaşadıklarından dolayı evlatlarının doğal olarak bu vedadan anlamadıkları görülmektedir. Bu durumda anneliğin getirdiği psikolojiyle bebeğiyle vedalaşma isteğinin olduğu anlaşılmaktadır. K11'in oğlu 17 yaşında, K18'in kızı ise 14 yaşında vefat etmiştir. Bu bağlamda çocuklarının bu vedadan anlayabilecek yaşta olmaları önem göstermektedir. Evladiyla vedalaşma imkânı olmayan anneler değerlendirildiğinde ise çoğunluğun evladı vedadan anlayabilecek yaşta oldukları tespit edilmiştir (K1, K3, K7, K9, K12, K15, K16, K17, K20). Diğerlerinin evlatları bebek yaşta olmalarından dolayı bir vedalaşma olması takdirde de bunu anlamaları mümkün değildir (K2, K4, K6, K7, K8, K14, K19). K7'nin her iki grupta da değerlendirilmesi ise üç evladını farklı yaşlarda (8 aylık, 2,5 yaşında, 9 yaşında) kaybetmesinden kaynaklanmaktadır.

Sevilen bir kişiyle son kez vedalaşmak, insanı derinden üzen ve yaralayan bir eylem olmakla birlikte istenilen bir şeydir. Aynı şekilde evladı vefat etmiş anneler göz önünde bulundurulduğunda, her ne kadar vedanın onlara acı vereceği bilinse de evladiyla son bir kez vedalaşmak istemeleri, psiko-sosyal yönlerden derin bir durumdur. Bu anlamda karşısındaki evladın bu vedayı anlayabilecek yaşta olması, vedaya daha farklı bir anlam katar. Çünkü bu durumda karşılıklı bir vedalaşma söz konusu olabilir. Eğer bu vedayı anlayamayacak yaşta ise tek taraflı bir veda meydana gelir. Ancak her iki durum da annenin psikolojisinde ölüme hazırlık ve evlat ile son kez olduğu fikrini benimseteceği düşünülmektedir.

3.1.2. Ölüm Şekli

Bir yönüyle tecrübe diğer yönüyle travma olarak ifade edilen ölüm hadisesini dini ve psiko-sosyal açıdan daha yakından anlamak adına katılımcılara vefatın nasıl gerçekleştiğine dair soru yönlendirilmiştir. Ölüm şekli altında değerlendirdiğimiz bu bulguları, beklenmedik ve beklenen ölüm olmak üzere iki alt başlıkta ele alınacaktır. Bu çerçevede tecrübeyi anlamlandırma açısından önemli olacağı düşüncesiyle öncelikle ölümün aniden mi yoksa süreç içerisinde mi gerçekleştiğine dair bulgulara yer vereceğiz.

Yapılan mülakatlarda vefatların yarısının ani gerçekleştiğini (K1, K2, K4, K5, K9, K10, K14, K17, K19, K20), diğer yarısının ise hastalık nedeniyle belirli bir süreç sonucunda gerçekleştiğini görmekteyiz (K3, K6, K7, K8, K11, K12, K13, K15, K16, K18). Şüphesiz ki ani gelişen bir ölüm ile beklenen ölüm tecrübeleri arasında bazı farklar bulunmaktadır.

3.1.2.1. Beklenmedik Ölüm

Araştırmamızda ani bir şekilde gerçekleşen vefatlar içerisinde iki farklı cinayet vakası, iki kaza olayı ve altı bebeğin doğum öncesine veya sonrasına dayanan ölümlerine rastlanmıştır.

Ele almak istediğimiz ilk vaka, kabullenilme derecesi yüksek görünen ani ölümlerden cinayet vakasıdır. K17, evladının ölümüyle alakalı detayları şöyle aktarıyor:

“Benim oğlum öldürüldü. Şöyle; arkadaşlarıyla yemek yemeye gidiyor, 2-3 saat mekanda yemeklerini yiyorlar, muhabbetlerini ediyorlar, sonra hesap ödeyip mekanın önünde işte ayaküstü muhabbet dedikimiz. O ara o arkadaş grubunun içerisinde husumetlisi olan birisi varmış ve husumetlilerinin haberi olmuş ve bir araçla gelip sadece husumetli olduğu kişiye değil, ortama karşı ateş açıyorlar, beş kişi yaralanıyor, bir tek benim oğlum olay anında olay yerinde vefat ediyor. Yanlış zamanda, yanlış yerde, yanlış insan. Tabii vadesi o kadarmış. Hiç beklenmedik. Hiç hak edilmemiş bir ölüm. Bir insan ve bir anne olarak baktığımda hak etmedi çocuğum diyorsun. Ama Allah böyle uygun görmüş. Çok karışık. Orada ince bir çizgi var ya. Ölüm hak; bir kabullenme söz konusu. Keşke sıralı ölüm verse; yaşlansak, yaşlandığımız için göçüp gitsek. Mesela, düşündüğüm zaman bir trafik kazası olsaydı veya uzun süre çare aranılan hastalıktan dolayı ölüm olsa farklı mı olurdu, evet; ölümün şekli de fark ediyor

insan psikolojisine. Bu bir cinayet. Benim oğlumun bir davası var ve emniyetle, savcılıkla sürekli irtibat halindeyim ve benim oğlumun dava dosyası cinayet masasında. Çok farklı bir şey.” (K17)

İnsan psikolojisinde ölüm şeklinin belirleyici olduğunu söyleyen annenin ifadelerinde yas tepkisinin ağır olduğu, kendi içinde bazı soru işaretleri barındırdığı görülmektedir. Katılımcının bu ölümün hak edilmemiş olduğunu söylemesi psikolojik anlamda ölümü kabullenemediği düşüncesini beraberinde getirmektedir. Diğer yandan kendisinin oğlunun vadesinin dolmuş olması, Allah’ın böyle uygun görmüş olması, ölümün hak olması gibi dini noktalara değinmesi ise ölümü kabullenme çabasının bir göstergesi olduğu düşünülmektedir.

Yine bir cinayet acısını, bu kez daha 14 yaşındaki oğlu ile yaşayan ve hayatını Almanya’da sürdüren bir katılımcımız, evladını okuldaki bir başka öğrencinin saldırısı sonucu kaybetmiştir. Oğlunun yalnızca merdivenden düştüğü söylenmesine rağmen haber alma anını ve ilk tepkisini “Tam kapıya indim, okuldan telefon geldi; oğlunuz düştü, kafasını çarptı diye. Nasıl dedim. Benim zaten o esnada dünyam yıkıldı. Hastaneye gidecek dedi. Ben zaten o şok esnasında ilk başta inna lillahi ve inna ileyhi raciun dedim.” (K20) cümleleriyle aktarmaktadır. Kendisinin bir anne olarak bazı şeyleri önceden hissettiğini ve yoğun bakımda kaldığı iki haftalık süreçte vefat edeceğine yönelik duygularının daha baskın olduğunu da eklemektedir.

Bir trafik kazası sebebiyle genç oğlunu kaybeden anne, daha sonra ondan kalan hatıraları gördüğünde evladının ölümüne bir nevi hazırlık yapmış olduğunu düşünmüştür. Katılımcımız, evladının vefat öncesi yaşadığı yoğun maneviyatı dile getirirken, ölümünün güzel bir yolda gerçekleştiğini de ifade etmektedir. İHH’nın liseli gençler için teknoloji atılımıyla alakalı bir programında sunum gerçekleştirmek için İstanbul’dan Bursa’ya giderken bir trafik kazası geçirmesi, katılımcının teslimiyetini artırmakla birlikte onu teskin ettiği de görülmektedir. Bu anekdotta katılımcının vefat süreciyle ilgili düşünce ve tutumunda dini yönün ağır bastığı anlaşılmaktadır. Katılımcımız duygularını şu şekilde aktarıyor:

“Vefatından önce son iki yılda çok büyük bir değişim geçirdi, biz sonradan idrak ediyoruz. Yani son iki yılda çok büyük manevi, duygusal ve teşkilatıyla alakalı çok yoğun bir çalışması, kendisini resmen dünya nimetlerinden çekmiş olduğunu fark ettik. İki yıl önce babaannesi vefat etmişti, babaannesiyle ilgili iki buçuk sayfa tarih atarak bir yazı yazmış. Biz onu ölmeden önce bulmuş, okumuştuk. Ondan sonra vefatından üç

ay önce kendi ajandasına tarih atarak bir dua yazmış kendisi, kendi el yazısıyla bir dua yazmış... Kendine yaptığı o duada; biz onun böyle bir yolculuğa hazırlandığını hissettik. Son iki yılda o kendini dünyadan birazcık çekmiş, baya çekmiş ve neredeyse on yılda yapılabilecek şeyleri, o iki yılına sığdırmış. Çünkü biz onu çok az gördük bu iki yıl sürecinde. Çok az gördük. Çok yoğun bir tempoda hem okuluyla alakalı hem teknolojik anlamında bir şeyler yapabilme gayreti hem de teşkilatıyla alakalı yoğun bir çalışma gayreti içinde olduğunu sonradan fark ediyoruz. Ve sanki bu alemden gideceğini, göçeceğini hissetmiş..." (K9)

Bir diğer vaka ise doğumun ardından daha hiç kucağına almadığı evladının vefatını deneyimleyen bir anneye aittir. Üçüzlerini hayata getirdikten sonra içlerinden birini kısa süre sonra kaybetmiş olan katılımcımız, doğumdan önce çocuklarının imtihanlı olacağını hissetmiş ve rüyalar görmüştür. Kendisinin bir tarikata bağlı olması, büyüklerin duasını alması ve tedaviler sonucunda hamile kalmasından başlayarak sürecin başından doğuma kadar yaşadığı sıkıntı ve tevafukların buna işaret ettiğini aktarmaktadır. Katılımcımız, bebeğinin vefat haberini aldığı esnadaki kendisinin ve eşinin tevekkülünü şöyle dile getirmektedir:

"Sabah 5'te telefon çaldı, ben açtım; efendim dedim. Eşim telefonu eline aldı, bir eli alnında diğer eli telefonda; hı, ne zaman gibi şeyler söylüyor. Ben bu sefer anladım. Ne oldu dedim, çocuklardan biri mi dedim. Onun bana ilk söylediği şeyler; sakın, Rabbim muhafaza etsin. Allah verdi, Allah aldı. Sakın ola ki.. Dikkatli ol. Ben de dedim ki; elhamdülillah, Rabbul Alemin bize bir şefaati nasip etti. Sadece sordum, kız mı dedim. Kız dedi. Ne diyeyim. Çok şükür. Rabbim bize bir şefaati verdi." (K19)

Beklenmedik ve ani bir şekilde gerçekleşen ölüme dair bulguların Özçetin'in "Diyarbakır'da Yas ve Din İlişkisi"¹¹⁸ araştırmasının bulgularıyla örtüştüğü görülmektedir. Özçetin'in yaptığı araştırmaya göre beklenmedik ölümlerin kadere bağlanarak daha kolay kabul edilmesi söz konusudur ki bu araştırmada da bu durum tespit edilmiştir. Ancak Özçetin'in araştırmasında kişinin ani ölümlerde yas sürecini daha ağır geçirdiği bulgusu, bu araştırmada her katılımcıya göre değişmekte olduğu görülmektedir. Dolayısıyla yas sürecini daha ağır geçiren anneler olduğu gibi nispeten daha hafif geçirenler de söz konusudur. Ayrıca yaptığımız bu araştırmanın başında anne ile geçirilen sürenin ölümü kabullenmede etkili olduğu öngörülmüş ve onaylanmıştır. Nitekim evladını senelerce büyüttükten sonra kaybeden anne ile

¹¹⁸ Adnan Özçetin, "Diyarbakır'da Yas ve Din İlişkisi," **Düşünen Adam Dergisi**, 2000, C.13, No:1, s. 12-18.

doğumdan kısa bir süre sonra kaybeden anne arasında bir fark olduğu gözlemlenmiştir. K19’da görülen tevekkülün bu minvalde değerlendirilmesi gerekir. Katılımcımızın yaptığı açıklama göz önünde bulundurulduğunda ölümünden önce bebeği ile vakit geçirememesi ve bağ kuramaması, kendisinin aşırı tepki vermemesini ve sakin kalabilmesini sağlamıştır. Dolayısıyla bu anekdotta psiko-sosyal ve dini etkenlerin olduğu anlaşılır.

3.1.2.2. Beklenen Ölüm

Sürece yayılan bir hastalık sonucu gerçekleşen ölümler içerisinde kalp, böbrek, bağırsak, kas ve organ rahatsızlıkları, sarkom, lösemi ve oksijen yetersizliğinden engelliliğe bağlı ölümler yer almaktadır.

Henüz hamileyken doğacak bebeğinin organ rahatsızlığını öğrenen katılımcımız, 15 ay boyunca geçirdikleri zorlu sürecin sonunda gerçekleşen vefatı şöyle anlatıyor:

“Hamileyken çocuğun rahatsızlığını söylediler. Organlarla ilgiliydi rahatsızlığı. Doğar doğmaz ameliyata aldılar. İki, üç defa ameliyat oldu. Genelde hastanede geçirdi çoğu zamanını. Hep ağzında oksijen tüpü gerekiyordu. 0,1 eksik olduğu için, onun için gerekliydi. Orada çok iyi anladım, bir nefesin ne kadar değerli olduğunu. Hiçbir şeysiz nefes alıyoruz. Yanımızda ne bir tüp lazım. Öyle bir rahatsızlığı vardı. Ciğerleri çok gelişmediği için, o da tüm organlarını etkiledi. Kalp atışı hızlandı. Ayriyeten hep bir bakıma ihtiyacı vardı, ayriyeten başka, başka haplar alması gerekiyordu. O yaşa göre. Bir imtihanım geldi geçti işte diyebilirim. Doktorlar çocuğun hasta olduğunu söylüyor ama anneler asla beklemiyor onu. Ölümü yakıştıramıyor. Ölecek diye bakmıyor. Vefat anı da hastanedeydik yine. Nefesle ilgili bir rahatsızlığı vardı. Birkaç hafta hastanede geçirdik, ondan sonra da vefat etti zaten.” (K6)

Katılımcımızın açıklamasına bakıldığında bebeğinin rahatsız olarak doğması, ölümü kabullenmesinde etkili ancak buna rağmen kendisinin ona ölümü yakıştırmaması durumu, bir annenin doğal tepkisi olarak değerlendirmek mümkündür. Bununla birlikte K6’nın yaşadığı ölüm hadisesine imtihan anlamı yüklemesi, bu tecrübeyi anlamlandırmada dini kaynaklara müracaat ettiği anlaşılıyor.

Yer vermek istediğimiz diğer vaka ise 14 yaşındaki evladını lösemi nedeniyle kaybeden bir katılımcımıza aittir. K18, kızına konulan lösemi teşhisinin ardından tedavilerle geçen zorlu süreci şöyle aktarıyor:

“...Kızım 7. sınıfta Allah’a çok meraklı bir çocuktur... Çok merhametli bir çocuktur. Zaten genetik bir hastalığı vardı doğduğundan beri. Doktor ileride lösemi tarzı hastalıklar olabilir diyorlardı. Hep bunun korkusu vardı zaten. 7. sınıfta bir rüya gördü. Anne dedi, ben rüyamda rahmetli dedemi gördüm dedi... Sonra bir ışık belirdi ve o Allah’mış dedi. Bana; Sen çok iyi bir çocuksun, böyle olmaya devam edersen ben seni yanıma alacağım dedi. Bu rüyayı yaşadık. Bu ilk gördüğü rüyaydı. Bir yıl sürmeden hasta oldu. Ve ben o rüyadan sonra hep korktum çünkü bu, kirlenmemiş bir kalbin gördüğü rüya. Bir çocuğun uydurabileceği bir rüya değil. Bana dedi hatta; anne ben ölecek miyim? Allah beni yanına mı alacak dedi. Hayır kızım, sen Kuran okuyorsun. Bak, Allah ne kadar mutlu olmuş, çok sevinmiş, o yüzden gördün dedim ama hep içimde korku vardı. İşte hastalık süreci. Kemik tümörü oldu, bir anda gelişti. Kemoterapiler. Allah hiç kimseye yaşatmasın. Sol kolunu kaybetti ilk başta. Sonra üç akciğer ameliyatı oldu. Bilinç kaybı yaşadı...”

Katılımcımız, çocuğunun doğuştan gelen genetik bir hastalığı, potansiyel lösemi hastası olduğunu ifade etmiştir. Ancak kızının gördüğü rüyadan sonra öleceğine yönelik sorular sorması ve bu rüyanın gerçekleşmesi, annenin korkusunun da tam anlamıyla vücut bulmasına neden olmuştur.

O nefes alamıyor. Bana dedi ki; anne, Allah bana acı çekirtmiyor. Hiçbir şey senin gördüğün gibi değil. Anlatsam da anlayamazsın... Bazen gerçekten insanız ya, o acılar karşısında o kadar çaresizsin ki bazen böyle neden diyesim geliyor. Ama onun o tevekkülü, o sabrı. Ben neyim ki? O acı çekmedim diyor. Düşünsene bir insanın kolu kesilecek. “Anne, son kez tırnağıma oje sürüp çıkarabilir miyim?” diye sordu ameliyatına girmeden önce. Tabii ki dedim... Bütün bebeklerinin saçlarını ördü, öptü, dizdi onları. Dedi ki; ben sizin saçınızı bir daha öremeyeceğim, tırnağıma da bir daha oje süremeyeceğim. Allah böyle istedi dedi. Sonra ben girdim içeri; anne yeter artık, ağlayıp durma dedi. Ya sen bana demiyor musun Allah böyle istedi diye; Allah böyle istedi, neden isyan ediyorsun dedi. Ve ben onun ayağını öptüm, yemin ediyorum ki dedim; Kızım, ben 42 yaşındayım bunu diyemezdim biliyor musun? Sen nasıl bir çocuksun? Sarıldım ona. Bunu herkes söyleyemez ki. Düşün ki parmağın alınacak ertesi gün, uyuyamazsın ki. Bana o gece; anne dön, sana son bir kez sol kolumla sarılacağım. Hemen bir şey olunca; anne elimi tut, dua et derdi. Duaların çok iyi geliyor derdi. Kendi de Ayetel Kürsi falan bilirdi. Küçük bir seccadesi vardı, arada benimle namaz kılardı. Ama kolu alındıktan sonra hiç namaz kılamadı. Eğilmeye cesaret edemedi. Kızım, senin oturduğun yerde sen ibadet ediyorsun biliyor musun dedim.

Görülen şeyin gerçeği yansıtmaması durumu ancak metafizik boyutta açıklanabilir bir hadise olarak görülmektedir. Evladın hastalığı, ameliyatları ve dahi ölümü teslim olmuş bir halde ve tevekkül ederek nasıl güzel karşıladığı aşikardır.

Katılımcının kızı, bu duygu dolu ve acılı anları dini bir bilinçle sonlandırmaya çalışması da önemli bir husustur.

Vefatı da şöyle oldu; doktorlar bize söyledi, artık onun son zamanları. Nefes alamıyor ve entübe olması gerekiyor. Ondan önce kalbinden sıvı çektiler, yoğun bakımda yattı. O gün ben onun yanına gittim ama nasıl bir ağlama; anne, ben artık dayanamıyorum, bu hastalık bitmiyor, anne ben çok yoruldum, anne kolumu istiyorum. Nasıl ağlıyor. Ben de ağlıyorum. Dışarıya çıktım. Hemşire, annesi o anestezinin etkisindedir dedi. Eve gittim eşimle hüngür hüngür ağlıyoruz. Artık gidiyor, vakti kalmadı, biz onu nereye gömeceğiz dedim. Eşim dedi hayır, hala nefes alıyor, yaşayacak dedi. Neyse telefona mesaj geldi; anne, baba, ben iyiyim, sakın beni merak etmeyin. O konuşan ben değildim, içimden biri konuştu, ben çok iyiyim. Gülerek resim atmış yoğun bakımdan. O gece orada kaldı, mesaj attı bana; anne, rüyamda Allah'ı gördüm dedi. Beni ameliyat ederken yukarıdan izledim olanları dedi. Karnıma bir şey sapladılar. Dediler ki kalbi çok kötü olmuş. Sonra anne dedi, ben Allah'la konuştum. Allah yine ışıktı dedi. Allah olduğunu hissediyorum. Ben, Allah'ım beni iyileştir diye dua ettim dedi. Anne, Allah benimle konuştu, bana çok şey söyledi ama ben hatırlamıyorum. Ondan sonra içime bir huzur geldi ve bütün korkularım bitti anne dedi. Ben dedim; kızım neyden korkuyorsun? Ölmekten mi dedim. Hayır, anne dedi. Can çekişmekten. Dedim; kızım, Allah hiç can çekiştirir mi? Allah çocukları çok sever. Ve kızım uykuda gitti, hiç can çekişmedi. İşte onun rüyası, işte bana; anne, hiçbir şey senin bildiğin gibi değil demesi...

Kızının gördüğü rüyadan sonra korkularının bitmesi ve huzurlu hissetmesi, onun teslim olmasını etkilediğini görüyoruz. Aynı zamanda katılımcımızın ikinci kez bir rüyayı yaşaması, kendisini bir hayli duygulandırdığını bu anekdottan anlıyoruz.

Ben öleceğini nasıl söyleyeceğimi düşünüyorum. Bir yandan da ağlıyorum... Seni uyutmak istiyorlar, entübe edeceklermiş dedim... Tamam anne, beni uyutsunlar dedi. Ama kızım dedi, bir daha uyanamayabilirsin dedi. Orada büyük çocuk gibi diyor ki (ağlıyor); merak etmeyin, ben sizin rüyanıza geleceğim. Bak ölüme gidiyor... Kızım o kadar güzel bir Rahman sevgisi gördü ki. O kadar büyük bir Allah sevgisi vardı ki. Onu kim bilir melekler nasıl karşıladı. O gece kalktı; anne bana bir şey yediriyorlar, anne bunun tadı çok güzel biliyor musun dedi. (Ağlıyor). Kek gibi, maske var tam alamıyorum ama bana bir şey yediriyorlar dedi. Ona cennetin meyvesini yedirdiler. Çünkü ben bir hocadan dinlemişim bunu. Ölmeden berzah kapısı açılır, o orayı seyrederek. Ben diyorum ölüyor ama aslında o cenneti seyrediyor. Bana göre ölüyor.

Katılımcımız, evladının hissettiği Allah sevgisine bağlı olarak ölümü kabullenmesi ve henüz dünyadayken güzel yiyecekleri yediğini söylemesi oldukça dikkat çekicidir.

Onu yedi. Suyunu içti. O can çıkma olayına şahit olduk tabii ki. Hep babasından soğuk su istedi. Zemzem içirdim ben ona. Başına Yasin koydum, onu dinlettim. Kendim okuyamadım çok fazla. O entübe, Allah hiç kimseye göstermesin. Ona çocukluğunu anlattık. Onun ayağının altını öptüm. Ona dedim ki; kızım git dedim artık, git cennetine. Sen Allah'ı çok seviyorsun. Evet, ben üzüleceğim ama dedim inşallah orada yeniden bir araya geleceğiz... Evladının başında öyle sakince beklemek çok zor. Ben o entübeyi gördükten sonra dedim ki; Rabbim dedim, ben sana artık dua etmeyeceğim dedim. Sen isteseydin kızımı yaşatırdın, onu iyileştirirdin dedim. Ama kalp söylemiyor dil söylese de. Sonra dedim; Allah'ım beni affet. Ben kimim ki? Onu bana veren sensin. İster yaşatırsın ister yanına alırsın, buna ben karar veremem. O anda annelik duygusu ağır bastı. Öyle bir süreç yaşadık. Vedalaştık. En son kalp masajı yaptılar. Bayram sabahı saat 12'yi 5 geçe. Ama o çoktan gitmişti. Kızım o odadayken, entübedeyken orada olan o değildi. Başka bir yerlere gitti.

Katılımcımızın evladının emanet olduğu bilincine sahip olan bir anne olduğunu dile getirirse de annelik duygusunun ağır basması nedeniyle söylediklerinin kalbinin söylemediğini ifade ediyor. Bu durum psikolojik ve manevi birçok duyguyu beraber yaşamasından dolayı böyle hissettiğini anlayabiliriz.

Ölmeden bir gün önce elini öptüm, her yerini öptüm, saçını okşadım. Zaten azıcık çıkmıştı. Dedim ki; kızım, bize hakkını helal et, elimizden bu kadar geldi dedim. Ondan sonra bir gül kokusu geldi. Allah'ım dedim bu sefer; kızım dedim, seni Peygamber Efendimiz mi karşıladı? (Ağlıyor). Kim almaya geldi dedim. Bütün melekler oradaydı. Eşime dedim ki; ben sigara içiyorum ya, belki ben yanlış koku aldım. Bir gelip bakar mısın dedim. Ay nasıl gül kokuyorsun sen kızım dedi. Yani saçlarında o koku, inanamazsın. Ben hiç dünyada öyle bir koku görmemiştim. İşte onlar bize çok huzur verdi orada. Kızım sen gidiyorsun biliyorum. Ya bu gece ya yarın. Kızım, Peygamberimize çok selam söyle olur mu? Onu çok sevdiğimizi. Dedene, arkadaşlarına, hepsine çok selam söyle. Sen de onlara gideceksin, Allah'a kavuşacaksın. 1,5 ay hiç yıkanmamıştı o çocuk, ben ıslak mendille silerdim onu. Ama onun saçındaki o ipeklik, o kokusu, ya Rabbim ya Resulullah...

Kızının yıkanmamasına rağmen gül kokması hali yine metafizik boyutta açıklanabilir bir hadise olarak karşımıza çıkıyor.

Başında Yasin okudum; son kez sesimi duy kızım dedim. Onun o gülüşünü görseydin. Ya Rabbim.. Açtım tekrar yüzünü; ben asla sana bu kirli gözyaşımı değiştirmeyeceğim dedim. Ben kirliyim. Sen tertemiz bir çocuksun dedim. Allah'ın karşısına güzel gideceksin. O gün gerçekten o gülüş.. Gördü o yerini. O yüz şekli de mi değişir bir anda? Ben vermiştim sana, ben yanıma aldım, hiç üzülme annesi dedin değil mi Allah'ım dedim. Öptük. Başında bekledik... Toprak atılırken; kızım rüyama gel olur

mu? Sözüni tut dedim. (Duygulanıyor). Ben sana gül yaprakları atıyorum, onlar toprak değil. Sen onun altında değilsin, Allah'ın yanındasın. Bedenimiz hepimizin elbette bir gün gidecek ama ruhumuz asla ölmeyecek. Kızımın gidişi çok güzeldi. Bana göre çok acı çekti, dünya gözüyle ama ona göre acı çekmedi.” (K18)

İlahi boyutta birçok deneyim yaşayan kızı ile ilgili hatıralarını ve duygularını dile getiren anne, kızının gördüğü rüyaları, ölüm ve Allah ile ilgili sorularını, hastalığına ve ölüm ihtimaline karşı teslimiyet ve tevekkülünü detaylı bir şekilde ortaya koymaktadır. Psiko-sosyal ve dini tecrübeleri içeren bu açıklamada fiziksel boyutta açıklanamayan; metafizik olarak değerlendirilen farklı mevzuların anneyi rahatlatmış görülmektedir. Katılımcının yoğun tedavilerle geçen süreçte kızının yaşadığı güzelliklere odaklanarak – özellikle vefatının ardından onun gül kokması ve yüzünün tebessümlü bir hal alması – ruhunun sükunete kavuştuğunu ve ölümle baş etmesinde önemli rol oynadığı anlaşılmaktadır. Yalnızca annenin ruh hali değil, kızının ölüm gibi zorlu bir hadiseyi inançla nasıl güzel karşıladığı da gözler önüne serilmiştir. Evladının ölüme karşı tevekkül sahibi olması, hastalığı ve ölümü kabullenışı ve gördüğü rüya sonucunda huzurlu hissetmesi çocuğun inancını ve buna bağlı olarak ölümü karşılamasının en güzel örnekleridir.

Yedi yaşındaki kızını kalp yetmezliği sebebiyle kaybeden K12, onun kritik bir rahatsızlığa sahip olmasını ve zamanla farklı rahatsızlıklara sebep olmasına yakından şahitlik etmiştir. Bunun sonunda gerçekleşen vefata takdir-i ilahi diyen anne, ölümün Allah'tan geldiğini, bunu kabullendiği ve evladının hastalığıyla ilgili elinden geleni yapmasının getirdiği bir sükunete sahip olduğu görülmüştür. Katılımcımız bu konu ile ilgili düşüncelerini şöyle aktarıyor:

“Çocuğumun doğduktan 2 ayına kadar hiçbir şeyi yoktu. 2 aylıkken rahatsızlandı, hastaneye götürdük. Büyük Paris Hastanesine sevk edildi. Kalp yetmezliği olduğu öğrenildi. Bu aşamalarda 2-3 kere çocuğumun kalbi durdu. Kalbi durduktan sonra gözlerine vurdu. Gözleri baya bir hani görme geriliği yaşadı. Güneşe falan kesinlikle çıkamıyordu. 8 yaşına kadar sürekli ilaçlarla durdu, sürekli. Yani günlük 6-7 tane ilacı vardı. Elimden geleni yaptım. Takdir-i ilahi. Kontrollerini aksatmadım, ilaçlarını zamanında verdim çünkü öyle bir rahatsızlığı vardı ki, saatini geçirmeyecektin. Dikkat etmen gerekiyordu. İlaçlar böbreklerine zarar vermeye başladı. Tuz yasaklandı. Yediği içtiği her şeye dikkat etmek gerekiyordu. Takdir-i ilahi. 8 yaşına yaklaşırken de vefat etti.” (K12)

Bu konu ile ilgili ele alacağımız son katılımcı, karnındaki beş aylık bebeğinin böbrek rahatsızlığı olduğunu öğrenmiş; dünyaya geldikten kısa bir süre sonra ise vefat etmiştir. Sürecin başında bu hastalığın tedavisinin imkânsız olduğunu öğrenen anne, yaşadıklarından şöyle bahsediyor:

“... Bu ultrasona girdim, orada parmaklarına kadar sayıyorlar, detaylı. Orada böbreklerinin çok az çalıştığını öğrendik. Dedim ki peki ne yapacağız? Ne yapmamız gerekir? Dedi ki, böyle durumlarda gebeliğe son veriyoruz. Dedim nasıl yani? Hiç mi bir şey yok? Dediler ki, hayır, hiçbir şey yok. İsterseniz size rapor yazabilirim, gebeliği hemen şu anda sonlandırabilirsiniz. Beş aylık hamileyim, her şeyi hissediyorum, beş ayı geçirmişim, hamileliğin en zor kısmını atlatmışım. İlk bebeğimiz, çok heyecanlıyız böyle ne bileyim, zor kısımlar geçti artık derken böyle bir haberle yıkıldım... Çapa’da kurula bile girdim, kurul toplandı, bir sürü doktorlar falan. Dediler ki; ya karnında ölür, ya suyu biter kendiliğinde doğar, ya dokuz ay durur, normal doğar ama ölür veya ölü doğar, bilmem ne. Bir sürü şey söylediler. Hakikaten de baktık, araştırdık, gerçekten de herhangi bir tedavisi yok, böbrekler çalışmıyor yani. Zaten yedi aylık doğdu... Bir gün böyle aşırı derecede bir ağrı, daha önce hiç hissetmediğim bir ağrı. Ya dedim bana bir şey oluyor. Eşime, bana bir şeyler oluyor dedim. Çok değişik bir ağrı. Birden geliyor, birden gidiyor ama hiç kimsenin aklına doğum gelmiyor. Bebeğin de suyu bitmişti zaten çünkü bebek içinde bulunduğu suyu içtiği için ve çiş yapamadığı için, su yenilenmediği için suyu çok az kalmıştı. Ondan sonra ben de zaten bebeğin hayatını sonlandırma vesaire, onları hiçbir zaman düşünemedim. Dini olarak düşünemedim. Ya aslında annelik olarak da düşünemedim. Çok zor bir karar. Dedim ki bu çocuğun hayatını nasıl sonlandırabiliriz. Bu nasıl olacak? Doktor dedi ki sen iyileşeceksin sonra onun kalbi duracak, sonra doğum yaptıracağız. Dedim ki, ben normal doğum yapacaksam niye böyle bir şey yapayım? Dedim ki ya kendi ölürsa, okey, bir şey demiyorum. Ama böyle bir şeye ben kendim karar veremem dedim yani... Ondan sonra beni doğuma aldılar. Birkaç saat sonra doğdu bebek. Bebeğin kalbi durmuştu doğduğunda ama kalp masajı yapmışlar ve tekrardan kendine geldi. Dehşet vericiydi yani. (Gülüyor). O yüzden hiçbir şey hissetmedim, böyle çok boştu yani. Her şey aşırı boştu. Böyle nasıl diyeyim; bir şeyden kurtulmuştum ama başka bir şey başlamış gibi hissettim. Öyle oldu. 34 gün yaşadı. Ondan sonrası vefat etti. Ama o süre çok berbattı. O süre hep hastanede geçti, full yeni doğan yoğun bakımındaydı. Diyaliz bile yapıldı bebeğe.” (K8)

K8, bebeği doğmadan önce yoğun bir sürece girmiş ve ölüm gerçekliği ile yüzleşmiştir. Yaşanan erken doğum ve ardından meydana gelen vefat, katılımcının bu durumu kabullenmesini kolaylaştırmadığı görülmektedir. Beklenen bir ölüm olması ve o ana kadar bebeğinin yoğun bakımda kalması, annesi ile bağ kuramayacağı beraberinde

getirmiştir. Her ne kadar bu durumda annenin ölüm haberini aldığında sakın kalması ve diğer ölümlere kıyasla hafif atlatması öngörülse de yas tepkilerini ağır atlattığını ve üzerinden dört sene geçmesine rağmen hala derinden hissettiğini aktarmaktadır.

Katılımcıların yarısı evlat vefatını ani bir şekilde yaşamış, diğer yarısı ise hastalık nedeniyle belirli bir süreç sonucunda evlatlarını kaybetmiştir. Ölüm şekli itibariyle ölümün beklenen veya beklenmedik şekilde gerçekleşmesi, katılımcıların ölümü kabullenmede ve ona yükledikleri nedensel açıklamalarda etkili olduğu görülmektedir. Elbette bu durum, ölüm şekliyle birlikte anneyle kurulan bağ, karakter, psiko-sosyal ve dini duruma bağlı olarak kişinin yas tepkileri değişkenlik göstermiştir. Dolayısıyla evladı beklenen veya beklenmedik bir şekilde vefat etmesi başlı başına annenin ölümü hafif veya ağır atlatmasında yeterli bir neden olmadığı tespit edilmiştir. Ancak Işık, ebeveyni ölen yetişkinlerle yaptığı araştırmada beklenen ölümlerde kişinin hazırlıklı olması sebebiyle beklenmeyen ölümlere kıyasen daha hafif atlattığını tespit etmiştir.¹¹⁹ Ölüm şeklinin yas sürecindeki belirleyici olup olmamasına yönelik daha fazla araştırma yapılması, bu anlamda bulguların desteklenmesi açısından önemlidir.

3.1.3. İlk Tepkiler

Çalışmamızda evladı vefat eden katılımcıların yaşadıkları olay sonucunda gösterdikleri ilk tepkiler, çok boyutlu olan ölümün psiko-sosyal ve dini etkilerini anlamada ilk adımlardan bir diğeri olarak görülmektedir. Bu bağlamda katılımcılara vefatı öğrendiklerinde ilk tepkilerinin nasıl olduğuna dair soru yönlendirilmiştir. Katılımcılarımızın bir kısmı sakın kalabildiğini bildirirken, bir kısmı değişen derecelerde ve şekillerde tepkiler verdiğini aktarmıştır. Sükûnetten dramatik tepkilere kadar olan skalada kimin nerede yer aldığı ise daha çok kişinin ölümü bekleyip beklememesinin yanı sıra ölüme yüklediği anlam belirleyici olmuştur. Şimdi annelerin ilk anda verdikleri sükûnet, rahatlık, üzüntü, panik ve şok tepkilerine ilişkin anlatılarını sırasıyla ele alacağız.

¹¹⁹ Işık, a.g.e., s. 80.

3.1.3.1. Sükûnet

Katılımcılarımızın önemli bir bölümü (K1, K7, K9, K10, K11, K14, K17 ve K18) evlatlarının vefatını sakinlikle karşılamışlardır. K10 ve K11 evlatlarının vefatını öngördüklerini ve haberi aldıklarında İslamın tevekkül öğretisini sembolize eden Allah'tan gelip “İnnâ lillâhi ve innâ ileyhi râciûn” (Allah'tan geldik, yine ona döneceğiz) sözlerini sarf ettikleri ve bu şekilde karşıladıklarını ifade etmişlerdir. K11 bunu o anda sesli olarak söyleyebildiğini “Üç gün öncesi bana hazırlıklı olun dediler çünkü tamamen belirtiler başladı. Ondan sonra arkadaşımın telefon gelince, direkt “İnnâ lillâhi ve innâ ileyhi râciûn” dedim... İçimden de dedim zaten, arkadaşım da söyledi bana; Allah'tan geldik, Allah'a gideceğiz. Hep böyle kendi kendimi teselli etmek için sesli söyledim...” şeklinde anlatmıştır. Katılımcımızın sakin bir tepki vermesinde 17 yaşındaki engelli oğlunun ölümünü beklemesinin etkili olduğu görülmüştür. Onun bu tepkisi sürecin zorluğuyla baş etme stratejisi olarak dini inancından güç aldığını göstermektedir.

K14 ise aniden ortaya çıkan bir hastalık sonucu bebeğini hızlı bir şekilde kaybetmiş olmasına rağmen “...Çok şükür öyle inancım vardı, ağlamadım, çırpınmadım, feryat etmedim. Allah'ım onu benden daha çok seviyormuş.” ifadesiyle verdiği mütevekkil tepkiyi aktarmaktadır. Allah'ın evladını daha fazla sevdiği düşüncesi onu teskin eden inancın önemli bir parçası olarak görünüyor.

Bir diğer katılımcımız evladının vefat sürecinde neler yaşadıklarını şöyle aktarıyor:

“İstanbul'dan yakın arkadaşı feci bir trafik kazası geçirdi şeklinde bizi aradı... İlk etapta feci bir kaza diye biz yola çıktık ama daha Bursa'ya ulaşmadan biz kazanın ölümlü bir kaza olduğunu anladık. Biz de o esnada internetten, şuradan buradan araştırmayı hiç istemedik. Evladımız yaşıyorsa da hangi durumda ise biz bir an evvel ona ulaşmaya gayret ettik... Biz yolculuğumuz esnasında ölüm haberini aldık diyelim. Biz yola çıkarken aslında acaba öldü mü diye ben düşündüm. Hatta ben arabaya binerken yakın akrabalarımız yanımda, yoksa dedim oğlum öldü mü dedim. Çünkü arkadaşının araması, kendisi dururken. Ve feci bir kaza cümlesinin kullanılması bizim aklımıza o soruyu getirdi zaten. Ama biz tabii ki ne diyelim, anne baba olarak yaralıdır, işte aklımızın bir köşesinde yaşıyor olabilir ihtimali var ama dakikalar ilerledikçe ölme ihtimali de artık bize yerleşti. Fakat ya, gerçekten çok samimi söylüyorum; biz dövünerek, yırtınarak.. Sadece arabada ben vardım. Yani yanımıza birini almak falan

hiç aklımıza gelmedi. Sonra arkamızdan yakın arkadaşlarımız yola çıktılar ama biz baş başaydık, kendimiz yola çıktık. Dövüne, dövüne, hıçkırı, hıçkırı ağladığımı hatırlamıyorum. Kontrollü bir şekilde.. Çünkü amacımız bir an evvel evladımıza gidebilmek. Yolda işte kendimizi kaybetmek veyahut da dövünmenin, gecikmenin hiçbir anlamının olmadığına idrakindeydim. Yani kendimi asla kaybetmedim. Ben Hz. Yunus Peygamberin duasını kendimi bildim bileli çok ederim. Balığın karnında “*La ilahe illa ente sübhaneke inni küntü minezzalimin*”. Bu benim o kadar çok dilime dolandı. Sürekli böyle dualar ediyorum. Ve inanın eşime de yolda giderken birkaç kez söyledim. Ya diyorum ki, tamam sanırım evladım öldü, çocuğumuz öldü ama böyle içimden bir gülümseme hissiyatı geliyor. Güzel bir şeyler, güzel bir hisler gerçekten çok bariz bir şekilde hissettim. Sürekli bu duayı ettim. Sürekli. O an tabii aklım başımdaydı. Kendimde olmadığım bir anı defin sonrasına kadar hiç hissetmedim. Yani öyle bir durumu hiç yaşamadım. Dua ederek, göz yaşlarımız akıyor, eşimin akıyor ama biz öyle çırpınmadan, sakın bir şekilde gitmeye çalıştık.” (K9)

Allah’a olan tevekkülü katılımcının aşırı bir tepki vermemesini, aksine sakın kalmasını sağlamaktadır. Yola çıkmasından itibaren sürekli dua ettiğini dile getiren anne, oğlunun vefat ettiği düşüncesinin yoğunlaşmasına rağmen güzel hisler yaşadığını dile getirmektedir. Bununla birlikte katılımcının mülakat esnasında diğer soruları yanıtlarken oğlunun ahlak sahibi ve ilme önem veren bir genç olma çabasından ve bir hayır işi için yolculuk yapmasından bahsetmiştir. İHH’nın Teknoloji Kampında bir sunum gerçekleştirmek üzere evladının Bursa yolunda olması ve akabinde vefat etmesi, yani bir hayır yolunda emanetini teslim etmiş olması inançlı ebeveynin olumlu hisler yaşamasında ana etken olduğu söylenebilir. Dolayısıyla annenin manevi anlamda yaşadığı hisler, kendisine destek vermekte ve bilinçli bir şekilde sakın kalmasını sağlamaktadır.

K17, oğlunun silahlı bir saldırıya maruz kalarak vefat ettiğini öğrendiğinde yaşaması gereken yoğun duyguları o anda fark edemediğini, çevresindekilerinin aşırı tepkilerinden dolayı mecburen sakın ve soğukkanlı davranması gerektiğini düşünmüştür. Ancak o, bu soğukkanlılıkta, metanetin ve Allah’a olan inancının etkisinin olduğunu düşünüyor.

“... Benim böyle durumlarda enteresan soğukkanlılığım var. Artık o soğukkanlılık mı, metanet mi, Allah’a olan inancımın mı bilmiyorum... Çok ciddi bir şey oluyor, ben o tepkiyi görüyorum. Belki de psikolojik olarak onları o kadar çökmüş görünce, birinin ayakta kalması mı gerekiyor diye o bende mi geliyor, onu da bilmiyorum. Bir şey

olmuş ve bunların hepsi kendini kaybetmiş deyip belki de otomatik olarak kendimi güçlü olarak ayakta tutuyorum...” (K17)

Her katılımcımız sükunetini metanetinden almamış, bazıları bu konuda dışsal yardıma ihtiyaç duymuştur. Bilhassa ani gelişen beklenmedik vefatları tevekkülle karşılamak her zaman mümkün olmayabilmektedir. Buna örnek olduğunu söyleyebileceğimiz K1, üç yaşındaki oğlunun vefatını öğrendikten sonra hastanede verilen sakinleştiriciler sebebiyle sakin kalabildiğini ve gösterdiği ilk tepkileri hatırlayamadığını, “Kendimi kaybettim bilmiyorum. Çok hatırlamıyorum, iğne falan vurdular narkozdaydık, kendimizden geçmişiz yani... İğne vurdukları için her şeyi pek hatırlamıyoruz.” sözleriyle aktarmaktadır. Katılımcının bu durumdaki sükuneti bilinçsiz bir şekilde meydana gelmesinden dolayı bunu teslimiyet veya sabır gibi dini temelli bir hal olarak değerlendirmek doğru olmayacaktır. Ancak onun için kendisine sakinleştirici vurulmaması halinde sükunetini koruyamayacağını kontrolü kaybedeceğini söylemek de keyfi bir iddiadan öte geçmeyecektir, zira kendisine bu fırsat verilmemiştir.

Buna benzer bir durum ise istemsizce sakin kalan K7’e aittir. Çocuğunun vefatını öğrendiğinde diğer kızının nedensiz bir şekilde gülmesi ve herkese gülücük saçarak ortamı fazlasıyla neşelendirmesi sebebiyle hem kendisinin hem çevresindeki eş dostunun istemsizce gülümsediğini ve rahatladığını “Ağlasam bile onun hareketlerinde bir gülümsemem geliyordu. Öyle bir şey oldu. Artık melekleri mi görüyordu, ne oluyordu bilmiyorum ama onun gülmesi, onun hareketleri moral oldu bana, dikkatimi dağıttı o anda” sözleriyle ifade etmektedir.

Ölümü öğrendiği anda sakin kaldığını ifade eden katılımcıların tutumları, içsel veya dışsal nedenlerden kaynaklanabildiği ve ölüm şeklinden bağımsız olduğu tespit edilmiştir. Nitekim evladının öleceğini bekleyen annelerin sakin kaldığı gibi ani bir şekilde kayıp yaşamış annelerin sakin kalması söz konusudur. Bunun aksine evladının vefat edeceğini bilse de ölümü öğrendiği anda sakin kalamayan katılımcılarımız da vardır.

3.1.3.2. Rahatlama

K6, verilen ilk tepkiler arasında rahat hissetme konusuna dikkat çeken tek katılımcıdır. 15 aylık bebeğinin organlarıyla ilgili rahatsızlığının bulunması sebebiyle

vefat sonrası onun huzura kavuşmasından dolayı katılımcımız, kendisinin rahatladığını ifade etmektedir. Fiziksel ve psikolojik açıdan vefata anlam yükleyen bu katılımcımız, teselli bu düşüncede bulduğunun da altını çizmektedir:

“İlk tepkim. Toprağa verdikten sonra rahatladım. Emaneti yerinde gibi. Şöyle insana bir rahatlık geliyor; çünkü çektiklerini gördüm hep. Her gün doktorlarda, hastanelerde, iğnelerdi, ilaçlardı. Bunun okulu var, ileriki hayatı var. Daha çok etkilenecekti, daha çok zorlanacaktı. O tesellim oldu diyebilirim.” (K6)

3.1.3.3. Üzüntü

K13, K15 ve K19 verdikleri ilk tepkileri üzüntü olarak tanımlayan katılımcılardır. K13’ün bebeği dünyaya erken gelmiş, bir aylıkken geçirdiği ameliyat sonucunda hayatını kaybetmiştir. O, bebeğinin vefat edeceğini bildiği halde o anda çok üzüldüğünü anlatıyor.

“Vefat etmeden önce eşime şunu dedim; hazır ol, çocuk gidiyor dedim. Ameliyattan sonra o his geliyor insanın içine. Bir şekilde bunun olacağını biliyordum ama bilmek başka, onu yaşamak başka. Tabii ki aşırı üzüluyorsun. İstedğin kadar onun olacağını bil, üzüluyorsun. Çok uzun bir süre yıprandım, yalan değil.” (K13)

Annelerin verdiği ilk tepkilerin ölümün beklendik veya beklenmedik olmasına bağlı olarak değişkenlik gösterdiği yukarıda ifade edilmişti. Bu durum göz önünde bulundurularak K13’ün yaşadığı üzümlük hissi ve büyük bir tepki vermemesi, ölümün beklendik olmasıyla ilişkilendirilebilir. Ancak burada Lindemann’ın ortaya koyduğu “beklentsel yas tutma” kavramından söz etmek doğru olacaktır. Beklentsel yas tutma, ölüm hadisesini yaşamadan kişinin kederlenmesini açıklayan bir kavramdır.¹²⁰ Kişi, kaybı yaşamadan önce yakınının öleceğini düşünmeye ve acıyı vaktinden önce yaşamaya başlar. Bu durum, bazı kimselerde ölümü daha metanetli karşılamalarına neden olur. K13’te gördüğümüz halin bu kavramla daha fazla anlam vereceğini düşünüyoruz.

Üçüzlerini dünyaya getirdikten kısa bir süre içerisinde bir bebeğini kaybeden K19, abartılı tepki vermediğini ancak üzüldüğünü ifade etmekle birlikte bu durumun annelik iç güdüsünden kaynaklandığını söylüyor. Bir önceki katılımcımızda olduğu

¹²⁰ Işık, a.g.e., s. 84.

gibi bilmek ile idrakin farklı şeyler olduğunu vurgulayan bir katılımcımız, o anki duygularını üzüntü olarak ifade ediyor:

“Abartılı tepki vermedim. Tabii ki, annesin, çok üzülüyorsun. Ama aman aman şöyle, aman aman böyle olmadı... O anda ben şeye çok üzülmüştüm. Morga gittik. Bize saat beşte haber verildi. Hemen yoğun bakım ünitesine gittik. Morgda dediler. Oradaki görevli abi kapıyı açmak istemedi. Daha sonra dedi ki, bak açıyorum ama bağırma çağırma sakın olmasın dedi. Ben de şunu söylediğimi hatırlıyorum; yok abi, niye bağırayım? Ne var ki bağırılacak? Morgda kızımı sarmışlar hasta bezine. Çok üzıldüm. O bezden açarken o kadar naif davrandım ki sanki bir tarafını inciteceğim diye çok korktum. Biliyorsun öldüğünü, biliyorsun ruh bedenden çıkmış ama yine de annelik içgüdüsü ya, bir merhamet var ya. Yüzüne dokunurken dahi canını acıtacağım diye korkuyor insan. Ne kadar bilsen de beynin idrak etmiyor.” (K19)

3.1.3.4. Panik

Bir katılımcımızın bebeği, kusmuğu genzine kaçmasından dolayı boğulma yaşamış ve vefat etmiştir. Ani bir şekilde gerçekleşen ölüm hadisesinden sonra K2, bebeğini görmek için hastaneye gitmek istediğini ancak yanındakilerin izin vermediğini ve bir panik hali yaşadığını aktarmıştır. Anne, şuurdan uzak şekilde yollara düşüşünü ve devamını şöyle anlatıyor:

“O an ben zaten kendimde değildim. Eşim Afyon’dan getirdi çocuğu, burada morga yerleştirdiler. Eşime dedim ne olur beni hastaneye götür. Kim istemez, herkes gösterir tabii ama çocuğu yardıkları için görmemi istemedi eşim. Bakmak için boynundan yarmışlar. O anki şeyle ben gördüm, ben babasıyken dayanamadım, sen görsen hiç dayanamazsın dedi. O bizim meleğimiz dedi, meleğimiz oldu gitti dedi, o yüzden götürmedi. Ama diyorum ya psikolojik o anki baskıyla ben çıktım yola, çocuğumu göreceğim diye hastaneye gidiyorum. Ayağımda ayakkabı yok, üzerimde ceket yok, hiçbir şey yok, sadece çocuğumu görmeye gidiyorum. Ben dedim burada kendimi sıcak tutarken, o orada buz gibi yerlerde yatıyor, üşür, hasta olur. Yani hiç kendimde değildim. Sonra evde bakıyorlar, bulamıyorlar beni. Nerede, nerede. Sonra eşimin aklına geliyor, bana böyle söyledi, belki gider diye. Arkamdan geliyorlar. Yolda görünce diyorlar, nereye gidiyorsun. Ben oğluma gidiyorum diyorum, durdurmayın beni. Eşim de iyice üzülmemi istemedi, gel gidelim dedi. Orada doktorla konuşuyorlar, yok bu saatte giremezsiniz demiş. Ne olur diyorum, bir kerecik bir kere göreyim oğlumu dedim. Hayır dedi, bu saatte gösteremeyiz, bu saatte sizin buraya gelmeniz hata, içeriye kimseyi almıyoruz dedi. Ama o kapıdan sanki koyup gittim, çocuğumu göstermediler, düşünün yani.. Ertesi gün oldu, çocuğumu kabristana götüreceklerinde eve bile

getirmeyeceklerdi. Ben eve gelmesini istedim, son kez vedalaşayım dedim (ağlıyor). Artık anladım, o bir kere gitti, gelmeyecek. Gerçekten çok zor.” (K2)

3.1.3.5. Şok

Birçok katılımcımız ise böylesi zorlu deneyimde meydana gelmesi kuvvetle muhtemel olan şok halinden bahsetmiştir. K3, K4, K5, K8, K12, K16 ve K20 ilk reaksiyonunu şok olarak niteleyen katılımcılarımızdır. Sarkom hastalığına¹²¹ yakalanan oğlunu bir müddet sonra kaybeden K3, vefat haberini aldığı anda taşkın tepkiler vermediğini ama bir şok ve kilitlenme durumu yaşadığını anlatırken de duygulanıyor.

“Şoktaydım, beklemiyordum, kitlendim (ağlıyor). Ama ne bileyim Allah’tan gelen bir şey, metanetliydim, güçlüydüm, kendimi böyle atmadım etmedim, dua ettim çokça. Dedim ki başka bir şey yapamam ama ağır geldi...” (K3)

Katılımcılarımızdan K16, vefatı öğrendiğinde ilk tepkisinin bağırma ve belli ölçüde kendinden geçme olduğunu ifade etmektedir. 39 yaşındaki evladının senelerce kalp rahatsızlığı olmasına rağmen katılımcının onun ölümünü beklememesi, istemsizce bağırmasına neden olmuştur. O, kızını hareketsiz gördüğünde yaşadıklarını şöyle anlatıyor:

“... Ben de namaza duracaktım, kızımın kapısını açtım. Her zaman namaza önce kalkardı, durur, bizi çağırır sabah namazına. Kapıyı açtım, aynı uyuyor, yatıyor. Sağ tarafına dönmüş. Şu elimle salladım. Kızım, kalkmıyor musun namaza dedim, ses yok. Hiç ölüm aklıma gelmiyor ama. Tekrar bir daha salladım. Dedim, namaza kalkmıyor musun? Aynı böyle. Bir kere bir bağırımsım o anda. Bir şey mi oldu diye. Hiç aklıma da gelmiyor. Adam namazı kıldı mı yoksa bozdu mu, artık o kadar hatırlamıyorum. Bana bir kere vurdu, bir şey yok, bir şey yok diye ama o anlamıştı. Beni böyle bir geri çekti ama nereye çekti, nasıl attı hiç bilmiyorum. Komşum gelmiş. O gelmiş, ben kendimi bilmiyorum. Keşke diyorum, bana bir kere, iki kere daha vursaydı belki daha mı ayıkırdım diyorum kendime...” (K16)

Bebeğini beklenmedik bir şekilde bağırarak düğümlenmesi nedeniyle kaybeden K4, ölüm haberini aldığı anda şok anlamına gelen hallerini ve beden tepkilerini

¹²¹ Sarkom hastalığı, yumuşak doku kanseridir ve bağ dokusundan kaynaklanan ve nadir görülen bir kanser çeşididir. Bağ dokusu, vücuttaki dokuları birbirine bağlayan ve destekleyen bir sistemdir. Sarkomlar, kemiklerde, kaslarda, tendonlarda, sinirlerde, kıkırdakta, yağ dokusunda veya kan damarlarında meydana gelebilir.

anlatıyor. Onun hikayesi candan öte sevilen evladın yitiminde yaşanabilecek üzüntü ve çarpılma hali prototipini oldukça net yansıtıyor.

“O an o kadar karışık duygu içerisindeyim ki böyle yüzünde bir hareket oluyor. Zıplama oluyor. Böyle ağlayamıyorsun, tutuyorsun, değişik bir şey oluyor. Vücut olarak ilk önce, affedersin ishal oldum. Bedenin reaksiyonları. Derler ya vücut endişeli zamanlarda böyle tepkiler verir ya, sınav zamanı falan. Aynı şekilde bu. Nereden geldi şimdi bu dedim. Ben korku içindeyim, korkuyorum, ağlıyorum. Bir yandan da öyle ani bir hareket yaptı vücudum. Son doktorlar daha fazla bir şey yapamayız dediler. Bir şey olmuyor dediler. Zaten orada resim kopuyor. Yarısını anlıyorum, yarısını anlamıyorum. O yüzden ağladım, ağladık daha doğrusu. Buydu. Hani böyle bağırma çağırma değil de ağıt. Yani böyle içten gele gele, farklı bir şey, sığdıramıyorsun, dökülüyor böyle göz yaşları. Ağladık bol bol. Ondan sonra da destek arıyorsun. Sure okumaya başlıyorsun, ne bileyim, Allah Allah demeye başlıyorum. Bir taraftan akıyor bir taraftan böyle şey yapıyorum. Yani öyle farklı bir şey oluyor. Allah’ım kimseye evlat acısıyla sınamasın... Ama küçük olduğunda çok daha farklı oluyor. Özellikle bir de böyle emiyor. O kadar yakın olduğunda çok daha farklı bir şey oluyor. Değişik oluyor. Çok duygu, his bununla bağlantılı. Çok değişik bir şey oluyor.” (K4)

Katılımcı, bebeğinin vefatını öğrendiğinde bağırıp çağırmadan çokça ağladığını tarif ederken hemen peşine inancından destek almaya başladığını; Kuran-ı Kerim okumaya ve Allah’ı zikrederek kendini sakinleştirmeye çalıştığını ifade etmektedir. Burada da katılımcının dininden destek aldığı görülmektedir.

Katılımcıların ilk tepkilere ilişkin paylaşılan bulgularda psiko-sosyal ve dini yönlerin iç içe olduğu görülmüş; ölüme verilen tepkinin yorumlanmasında tüm bu açılardan bakmanın gerekliliği anlaşılmıştır. Yalnızca bir yönden bakmak, konuyu eksik bırakacaktır. Işık da ebeveyni ölen yetişkinler üzerinde yaptığı araştırmada katılımcıların ilk tepkilerinin ölüm şekline bağımsız; kişinin huy ve kişilik yapısının, inancının, ebeveynle var olmuş ilişkinin, ebeveyne karşı bakış açısı, ölümü kabullenme durumu ve cenazeyi görme durumu gibi etkenlerin rol oynadığı sonucuna varmıştır.¹²² Her ne kadar bu olgular bizim çalışmamız dahilinde araştırılmamış olsa da değinilen noktalarda bu iki çalışmanın benzerlik gösterdiği anlaşılmıştır.

¹²² Işık, a.g.e., s. 83-92.

3.2. Yas Süreci

Çocuğu vefat eden anneler üzerine yaptığımız bu araştırmanın ikinci ana temasını “Yas Süreci” oluşturmaktadır. Yas süreci, kişinin bir yakınıni kaybetmesi sonucunda yaşanan doğal bir süreçtir.

Bu başlıkta olayın sıcaklığını koruduğu günlere dönecek bu safhada dini ve psiko-sosyal duruma ışık tutacağız. Bu çerçevede psiko-fiziksel durum, rüyalar, profesyonel destek, sosyal destek, manevi destek, din görevlilerin desteği ve başa çıkma mekanizmasına ilişkin bulguları bireysel ve toplumsal oluşlarını da vurgulayacak şekilde paylaşacağız.

3.2.1. Psiko-Fiziksel Durum

Ölümün doğal sonucu olarak kişi, fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal bazı tepkiler geliştirir. Tıbbi araştırmaların sonucunda hissedilen ağrının yalnızca acı veren ciddi bir uyarıcı tarafından değil, psikolojik ve duygusal faktörler tarafından da etkilendiği ortaya konmuştur. Dolayısıyla ağrı, fiziksel ve aynı zamanda psikolojik bir olgudur.¹²³ Ölüm sonrası kişinin geliştirdiği tepkilerin süresi, kişisel farklılıklar ve dış etkenlere bağlı olarak değişkenlik gösterebilir. Normal yas bazı nedenlerle patolojik yasa dönüşmektedir. Bu nedenlerin başında özellikle yasın çok uzun bir sürece yayılması ve kişinin ölümü kabullenememesi gelmektedir. Bu bağlamda araştırmaya katılanlara evlatlarının vefatları sonrasında psikolojik ve fiziksel anlamda bir rahatsızlık yaşayıp yaşamadıkları sorulmuştur. Katılımcıların bir kısmı psikolojik ve fiziksel anlamda rahatsızlık yaşadıklarını dile getirirken, azınlığı teşkil eden bir kısmı ise herhangi bir rahatsızlık yaşamadıklarını ifade etmişlerdir (K1, K5, K6, K9, K11, K13, K18, K19). Öncelikle psiko-fiziksel anlamda bir rahatsızlık yaşamayanları ele alacağız.

Bu gruptaki katılımcılarımız hasta olmasalar da yaşadıklarını birileriyle paylaşmak, sosyalleşmek gibi başa çıkma stratejilerine başvurmak suretiyle süreci geçirmeyi başarmıştır. Onların bu tutumlarının hastalanmamalarının yegâne nedeni olduğunu söylemek mümkün olmasa da önemli bir katkısı olabileceği aşıkardır.

¹²³ Emmons, a.g.e., s. 71.

Bebeğini ani gelişen bir hastalık sonucunda kaybeden katılımcımız, ruhsal veya fiziksel anlamda bir rahatsızlık yaşamadığını ancak bir tür başa çıkma stratejisi olarak yorumlayabileceğimiz şekilde, yaşadığı sıkıntı ve acıyı tanımadığı insanlarla paylaşma ihtiyacı duyduğundan bahsediyor.

“Hayır, asla öyle bir şey yaşamadım. Sadece sürekli paylaşmak istiyordum, anlatmak istiyordum ama bunu etrafımdakilerle paylaşmıyordum. Benim annem beni anlamıyordu mesela. Benim annem çok ayrı bir dünyadaydı, çok daha farklı sorumlulukları... Ben Fransızlarla paylaştım, inanabiliyor musun? Beni tanımayan, Fransız komşularımızla. Böyle içimi bilmeyen, yaşantımı bilmeyen insanlarla yani, beni çok fazla tanımayan insanlarla paylaştım. Ve onlar beni pür dikkat dinliyorlardı. Sürekli onlarla konuşma ihtiyacı duydum. Eşim o dönem küçük bir operasyon geçirdi. Eve gelen hemşirelerle konuşuyordum, onlara anlatıyordum. Onlar da beni pür dikkat dinliyorlardı, benimle üzüliyorlardı. Bu şekilde geçti.” (K5)

K13’ün bebeği bir aylıkken hastalık nedeniyle vefat etmiştir. Kendisi her ne kadar psikolojik rahatsızlık yaşamadığını düşünse de prensip gereği gönderildiği psikolog ile konuşarak rahatladığını şöyle dile getiriyor. Onun durumunu aktif bir başa çıkma stratejisi çerçevesinde yorumlamak mümkün görünüyor.

“Hayır. Biliyorsun, burada her şey sisteminde; test yapıyorlar, depresyona girdin mi falan. Elhamdülillah, öyle bir şey olmadı bende. Ama ne olur ne olmaz diye terapiye yolluyorlar burada. Ama o terapi şöyle iyi geldi; konuştum sürekli. Normalde ilk zamanlarda konuşamıyorsun bu konuyu. Onlar zorla konuşturdukları için belki o konuşmam beni rahatlatmış ve kötü olmaktan kurtuldum. Doğum uzmanlarının çocuğunu kaybedenler için kurduğu bir grup, öyle bir şeye katıldım. 6 kere gittim, 6 haftalık bir süreçti.” (K13)

Bir diğer katılımcımız, bir rahatsızlık hissetmediğini ancak öğrencileriyle birlikte olması sebebiyle kendini iyi hissettiğini dile getiriyor. Psikolojik anlamda maddi şeylerin konuşulmasından sıkıldığını açıklayan anne, bu tarz ortamlardan uzaklaştığını ifade ediyor:

“Bir rahatsızlık geçirmedim, yani psikolojik olarak kendimi kapatmadım. Yalnız şöyle bir şey var; ben işte 1,5 hafta sonra kadar hem görevime başladım. Çünkü 4. sınıf öğretmeniyim, yani bir başka meslek olsa belki biraz daha izin alabilirdim ama öğretmen olunca, çocuklarını nereye kadar bırakacaksın. Görevime başladım ve çocuklarla birlikte olunca kendimi daha rahat, daha iyi hissediyorum. Mesela bizde Şubat tatili bilirsiniz, Şubat tatilinde ev ortamında daha sıkıntılı olduk. Sıkıntılı olduk derken, herhangi bir rahatsızlık anlamında değil, onu daha çok düşünerek. Bir şeylerle meşgul olmak, onu mutlak anlamda unutmak değil ama gününü daha verimli, daha

yapıcı şeylerle geçirdiğini hissediyorsun. Psikolojik olarak bir sıkıntı geçirmedi, sadece özellikle iş ortamında öğretmenler odasında – öğretmen arkadaşlarımın hepsini ayrı ayrı seviyorum – ama onlarla çok fazla bulunmak beni bir parça rahatsız ediyor. Neden rahatsız ediyor? Mesela oturuyoruz, sohbet esnasında işte bilmem ne kadara şu evi alacağız, işte şu özellikteki evi beğenmedim, şunu alacağım. Maddi anlamdaki konuşmalar bana şu an çok boş geliyor. Çok boş geliyor. Yani bu tarz şeylerin konuşulduğu ya da çocuklarıyla alakalı çok basit şeylerin büyütülerek konuşulduğu ortam olarak rahatsız oluyorum. Bilmiyorum, bu psikolojik bir sıkıntı mıdır? Yani kendimi birazcık o ortamdan çekip, daha çok sınıfımda çocuklarla geçirmek beni daha çok mutlu ediyor.” (K9)

Psiko-fiziksel rahatsızlık yaşamayan katılımcılara içerisinde ele alacağımız son katılımcımız, lösemi nedeniyle 14 yaşındaki kızını kaybetmiştir. O, psikolojik bir rahatsızlık yaşamadığını söylüyor, ancak yine bir başa çıkma stratejisinin, bu kez dini olanının işlev gördüğü anlaşıyor.

“Herkes bana dedi git psikoloğa. Ben dedim, benim ilacım Rabbim. Ben Allah’a sürekli şu şekilde dua ediyorum; Allah’ım senin verdiğin sabır olmasa ben zaten duramam. O gücü Rabbim verdi.” (K18)

Tüm katılımcıların yanıtları göz önünde bulundurulduğunda güçlü görüldüğü (K11) veya geride başka çocukları olduğu için (K1, K6) bir rahatsızlık yaşamadıklarını dile getiren anneler de mevcuttur. Bunun yanı sıra hayatın devam ettiği ve ölenle ölümez mantığını işleten katılımcılar vardır (K6, K19). Bazılarında ise başkalarıyla konuşmanın işe yaradığı anlaşıyor (K5, K13). Psiko-fiziksel anlamda bir rahatsızlık yaşamayanların sükûnet ve desteği dinden almaları beklenirken bu durumu dile getiren yalnızca bir katılımcı olmuştur (K18). Diğer etmenleri psiko-sosyal zeminde değerlendirmek daha doğru olacaktır.

Psiko-fiziksel rahatsızlık yaşayan katılımcılara geçecek olursak, onlar arasında bazıları yalnızca psikolojik bazıları yalnızca fiziksel rahatsızlık hissetmiş, bazıları ise her ikisini de yaşamışlardır. K10, K12, K14 ve K17 hem psikolojik hem de fiziksel sorun kaydeden katılımcılarımızdır.

K10, bebeğinin vefatının ardından psikolojik anlamda zor toparlandığını ve yaşadığı fiziksel sıkıntılarını şöyle dile getiriyor:

“Psikolojinin toparlanması baya zor tabii. Kendimi toparlamam, kendimi adapte etmem. Ama fiziksel anlamda birazcık şey oldu; hızlı bir açlıkta bir el, ayak titremesi. Kendimi

öncekine göre vücutta sağlık daha zordu. Ama çok şükür böyle büyük bir kaybım olmadı vücutta ama biraz zayıfladığımı hissettim.” (K10)

Ele alacağımız diğer katılımcımızın 7 yaşındaki kızı, kalp yetmezliği ve böbrek rahatsızlığına sahipti. Anne, kızının ölümünün depresyonu çağrıştıran bazı psikolojik yan etkilerinden buna bağlı olarak fazla kilo kaybettiğinden söz ediyor. Yemeden içmeden kesilmek yas sürecinin en beklendik etkilerinden biri gibi görünüyor ve K12 bununla da mücadele etmek zorunda kalmış.

“Oldu. Ben o zamanlar 75-76 kiloydum... Ben buraya geldiğimde 62 kilo geldim. Hiçbir şey yiyemiyordum. Resmen buramda, boğazımda bir top vardı. Çok zorladı ailem yemem için ama yok, yemeden içmeden kesildim... Yani psikolojik tedavi almam gerekiyordu çünkü kimseyi evime almıyordum. Kapıya geliyorlardı.. Çok samimi arkadaşlarım vardı, komşularım vardı. Kimseyle görüşmek istemedim. Kimseyle görüşmedim de zaten. İşte Türkiye’ye gittik. Ankara’da bir psikolog bulduk. Daha sonra oraya gittim, olayımı anlattım. Sonra bana sakinleştirici ilaçlar falan verdi. Daha sonra ben bunu kullanmaya başladım. 8. ayda falan bıraktım çünkü bana hiç iyi gelmedi. Şöyle iyi gelmedi; içiyordum, uyuyordum. Uyumasam bile uyuyorum böyle. Hiç rutin işlerimi yapamaz oldum, çocuklarımla ilgilenemez oldum. Dedim kendi kendime; ya, ben ne yapıyorum? İç, yat, ölü gibi gez. Hala tabii kimseyle görüşmüyorum bu arada. Kimseyle görüşmek istemiyorum. Bu arada namazlarımı çok aksatmaya başladım. Her şeyde bir isteksizlik başladı. Dedim, bu daha ne kadar sürecek. İki tane daha evladım var, gözlerimin içine bakıyorlar. Her seferinde ağlıyorum, ağlıyorum. Ağzımı kapatıyorum, böyle sessiz ağlamak istiyorum, çocuklar gözümün içine bakıyor. Onlar odalarına çekilip ağlıyorlar. Baktım ki çocuklarımla da psikolojisi bozuluyor. Dedim ki, dur bir kendine gel, ne yapıyorsun dedim kendi kendime. Kızım vefat etti, onun yeri belli zaten. Sekiz yaşında, nereye gidebilir ki. Cennet kuşu o. Dedim ki, sen bu çocukların için ayakta kalmak zorundasın. Kendin için, eşin için. Annen var, yaşlı annen var, abin var. Herkes gözümün içine bakıyor. Bunlar için ayakta kalmam lazım dedim...” (K12)

K12, alıntıda zikrettiği psikiyatr (o psikolog olarak ifade ediyor) müdahalesinin işe yaramadığını düşündüğü için ilaçları bırakma ve tekrar profesyonel yardım almama kararı almıştır. Onun çıkışa geçişi ise vazifeleri dolayısıyla bir öz motivasyon gibi görünüyor. O, artık bu psikolojiden çıkması gerektiğini gördüğü için kendini toparlayabiliyor. Katılımcının, çocukları sayesinde bu olayı atlattığını dile getirse de 4,5 yıl önce kaybı yaşamasına rağmen hala kimseyle görüşmediğini ifade etmiştir. Bu durum, yaşadığı yasın patolojik yasa dönüşmüş olduğu düşüncesini beraberinde

getirmiştir. Ancak bunun net bir şekilde ortaya konması için daha detaylı bilgiye ihtiyaç vardır.

Bir diğer katılımcımız olan K3 ise ondan bir şeyler bekleyenleri olan biri ama o, K12'den farklı olarak hala kendine gelememiştir. Mülakatımızdan yaklaşık 1,5 yıl önce oğlunu kaybeden anne şimdiki durumunu, “Kendim iyi olmam lazım ama şu an gerçekten hiç iyi hissetmiyorum. Ne eşime doğru dürüst bir faydam oluyor, ne çocuğuma faydam oluyor, olmuyor. Herkesin, nasıl desem, bir beklentisi var, öyle diyeyim ama ben veremiyorum. Şu an kimseye bir şey veremiyorum.” (K3) sözleriyle ifade etmektedir.

K14 ise yedi aylık bebeğini ani gelişen bir hastalık sonucunda kaybetmiştir. O da yas sürecinin doğal sonucu olan iştahsızlığın patolojik yasla birlikte, bir yönüyle Travma Sonrası Stres Bozukluğu olarak nitelendirilebilecek şekilde psikosomatik rahatsızlık yaşamış ama yetersiz dil bilgisi nedeniyle psikolojik destek alamamıştır.

“İlaç almadım. Herhangi bir psikolojik destek de almadım. Dancam olmadığı için öyle psikolojik destek almaya da gidemedim. Psikolojik olarak ister istemez bir depresyona girme şeyi oldu yani. Yemek falan yiyemiyordum. Neden böyle diye gidip mideme falan baktırdım. Stresten dolayı oluyor dedi, üzüntüden. İster istemez üzüliyordum. Hiç aklımdan çıkmıyordu. Her yerde her şeyi, hatırası vardı sonuçta. Fiziksel olarak da göğüslerim taşlaştı böyle. Orada dediler yani çocuğun ağzına yüzüne sür, göğsün şişmesin dediler. O da iyi geldi yani. Büyükler böyle önerdiler. Ölen çocuğun ağzına yüzüne sür de göğsün şişmesin dediler.” (K14)

Silahlı bir saldırı sonucunda 24 yaşındaki oğlunu kaybeden anne, psikolojik ve fiziksel anlamda yaşadığı rahatsızlıkları aktarıyor. Onun hikayesindeki rahatsızlıklar ve gerekçelendirmesi göz önünde bulundurulduğunda başa çıkma stratejilerinin, bilhassa aktif olanların fiziksel yan etkilerin de önüne geçen bir etkisi olduğuna dair kanıtlar sağlamaktadır.

“Oldu. Psikolojik de fiziksel sıkıntılar da çektim, hala devam da ediyor. Bir gün çok ciddi olarak fiziksel bir kilitlenme yaşadım. Önce ben bunu gaz sıkışması gibi algıladım, acaba üşüttüm mü falan. Bunlar anlık düşünceler çünkü oturup yemek yerken kilitlendim. Çok affedersin hemen tualete koştum hem bağırsaklar bozulmuş gibi oldu hem kusma başladı falan ama her şey saçma sapan bir zamanda aynı anda oldu ki ne olduğunu anlamadım. O tuvalet muhabbeti bitti ama ben oradan çıkıp salona gidemiyordum, o kadar kilitlendim. Bütün vücuduma iğneler, bıçaklar batıyor. Saç dibimden ayak tırnak ucuma kadar. Kıpırdamak istiyorum, kıpırdamıyorum.

Diyorum ki bir şey yapayım, yapamıyorum. Yardım isteyemiyorum... Bu vefattan 3,5 ay sonrası falan oldu. Çünkü ben çok ağlayamadım. Hatta neredeyse hiç ağlayamadım. Yas tutamadım gibi bir şey... Bu arada daha önceden çok ciddi bir şekilde fil hafızası dediğimiz bir hafızam vardı, şu anda balık hafızası bile yok bende. Her şeyi unutuyorum. Yeni bir bilgi depolamıyorum. Daha önceden görsel hafızam çok iyiydi; yer, yön duygum çok iyiydi, şu anda odaklanamıyorum. Yanıma biri gelse sadece yüz yüze bakıyorum. Ki en nefret ettiğim şeydir benim... Ben ilk beş ay hiç yemek yemedim neredeyse. Sadece sigara ve kahve. Daha yeni görüyorum ki vücudumda ne kan kalmış ne vitamin kalmış. Hiçbir şey kalmamış. Çenemin altında bir kitle oluştu bayramda. Baya bir ağrıyla geldi, korktum. Antibiyotikle halledilebilecek bir şeymiş. Ama doktorumun yapılan tahlillerden sonra bana söylediği cümle şu; “Vücudunuzda kan nerede? Bu kadar kansız nasıl kalmış olabilirsiniz?” Ben de dedim ki, şu an 6,5 ay oldu ama son 1-1,5 aydır bu evdeyim ve mecburen annem ve çocuklar olduğu için yemek yiyorum. Ben dedim neredeyse 5 ay hiç yemek yemedim. Çünkü aklıma gelmiyor. Acıkmıyorsun, susamıyorsun, üşümüyorsun, terlemiyorsun, bütün algıların bitiyor. Ben belki kimse demese 15 gün, 20 gün, bir ay, ne susayacağım ne acıkacağım. Ha sigara, o bir alışkanlık ve stres atma yöntemi olarak düşün. Kahve de beni sakinleştiren bir şey. Bir tek kahve ve sigara geliyor aklıma. Ama acıktın mı? Yok. Halbuki vücut aç, yemesi gerekiyor. Ama açlık hissetmiyorum. Hiç su içmiyorum, susuzluk hissetmiyorum.” (K17)

Psikolojik ve fiziksel anlamda rahatsızlık yaşayan katılımcılar göz önünde bulundurulduğunda çocuklarının ölüm şekli ve ölüm yaşının değişkenlik gösterdiği görülüyor. Dolayısıyla bulgularımızda her iki anlamda da rahatsızlık yaşayan annelerin tecrübeleri yalnızca bu etkenlerle ilişkilendirilemez, diğer psiko-sosyal durumlar da detaylı bir şekilde incelenmelidir.

Yalnızca fiziksel anlamda bir rahatsızlık yaşadığını belirten katılımcımız K20’dir. Aslında onun kaydettiği psikosomatik rahatsızlık, psikiyatrik rahatsızlığın olduğunu ama bunun biyolojik olarak dışa vurulduğunu düşündürüyor. Kendisi rahatsızlıklarını ve sebebini “Şeker hastası oldum, tansiyon falan var şimdi bende. Bunların hepsi de üzüntünün, stresten kaynaklanıyor diyorlar” sözleriyle anlatmaktadır.

Psikolojik anlamda kendilerinde bir farklılık olduğunu ifade eden katılımcılar ise K2, K3, K4, K7, K8, K15 ve K16’dir. Ele alacağımız katılımcımız, bebeği vefat ettikten sonra psikolojisinin bozulduğunu, tekrar hamile kaldığını öğrendiğinde bebeğini aldırma istediğini anlatıyor. Onun hikayesi acının büyüklüğü hakkında da

bilgi veriyor. Böylesi karanlık günler güneşin bir daha doğmayacağı hissini de doğurabiliyor. Ne var ki bazen batan güneşin verdiği zulmet doğan bir güneşle yok olup gidebiliyor. Katılımcımız ferahlığı, başlangıçta istemediği evladıyla bulmuş.

“...Sadece psikolojim bozulmuştu. Allah’a şükür onu da tekrar evlatlarımla doldurmaya çalışıyorum bir şekilde... Kendimi toparlayamadım zaten. O öldüğünde ben bir aylık hamileymişim. Üzüntüden dolayı adet kesintin olmuştur dediler ama daha önceden bildiğim için, oynaşmalar, kıpırdamalar, mide bulantısı, baş dönmesi, dedim bu hayra alamet bir şey değil. Çocuk öldüğünde, ben bunu öğrendiğimde çocuk 3 aylık olmuş, o öldüğünde ben hamileymişim. Test yapıyorum, pozitif çıkıyor. Tabii ben ağlıyorum. O anda anladım, biri giderken o anda Rabbim yerine yerleştirmiş. Ama o anlık psikolojimle hiç istemedim, doğurmayı istemedim. Bu da öyle olacak, bunu da doğuracağım, bu da büyüyecek, bu da 4-5 aylık olacak, bu da ölecek. İstemiyorum, doğurmayacağım, ben bu bebeği aldıracağım dedim... Neyse bir gün yatıyorum, eşimin haberi yok hala. Zaten aldırmanımı istemeyecek. Gece rüyamda yatıyorum, ormanlık gibi bir yerdeyim. Orman ama tek bir ağaç var, orada bir musalla taşı var. Beni musalla taşına yatırmışlar, ağrım var ağrıyı çekiyorum, çocuğu doğuruyorum. Karşımda simsiyah bir kadın. Yüzünü o anda görmedim ama simsiyah. Beni doğurtuyor, kucağına aldığı oğlan, öyle yapınca çocuğu taşa yatırıyor, onu tek tek kesiyor; ayaklarını, kollarını, bacaklarını, kafasını, gövdesini kesiyor. Ağlıyorum, ne olur kesme çocuğumu, feryat ediyorum. Sonra kafasını kaldırdığında kadını görünce.. yüzü tanınmayacak şekildedeydi. Uyanınca hemen ablamları aradım, rüya gördüm, çok etkisinde kaldım dedim, niye gördüm onu da anlamıyorum dedim. Onlar da dediler ki sen aldıracağım deyip durdun, resmen sana kürtaşı yaşatmışlar. Rabbim onu alıp, bunu verdiyse vardır bir hayır dediler. Sonra eşime dedim ben hamileyim, tabii sevindi, mutlu oldu. Tabii ki onun yerini dolduramaz, o bizim bir meleşimiz dedi. Ama tekrar başkalarıyla geçirecek ömrümüz var, vaktimiz var ki Rabbim bize bunu vermiş dedi. Doğurdum, Rabbime şükürler olsun, elhamdülillah diyorum. İyi ki doğurmuşum, pişman değilim. Doğurduktan sonra uykularım bitti, kontrol ediyorum uyuyor mu, nefes alıyor mu, uyuyan çocuğu kaldırıyordum yani.” (K2)

Evlatlarının üçünü kas hastalıkları sebebiyle kaybeden anne, kendisinin yaşadığı zorlu süreçleri detaylı bir şekilde gözler önüne seriyor:

“Evet, oldu. Hep uyumak istedim. Bir şey yapmak istemedim. Kendime çok zor geldi. Nasıl diyeyim, çok boşlukta hissettim kendimi. Hiçbir şeyden mutlu olamadım. Yaklaşık 8-9 ay sürdü. Sonra baktım böyle olacak gibi değil. Bir yere iş başvurusunda falan bulunayım dedim. Kendimi dağıtıyım dedim. Bu çocuklara baktığım süreçte çocuklarım yoğun bakıma falan girdiler. O yoğun bakımda şöyle bir şey oluyordu; ateşleri falan yükseldiğinde ben kalın bir şey giyemiyordum. Mesela o an yorgan

örtmüyordum üstüme. Onlar üşür diye ben de açıktaydım (ağlıyor). Sonra bir gün yoğun bakımda çok yaralı falan olduklarında kızımın yarası düzelene kadar üç gün konuşmadım. Sivilce falan çıkmış böyle, bakamamışlar mı ne. Yoğun bakımdan çıkardılar, yanıma verdiler o şekilde yaralı, sulu görünce bir an konuşmadım, moralim çok bozuldu. Sonra doktorlar dedi, anneyi psikiyatriye falan gönderelim. Sonra psikiyatriye falan gönderdiler beni. Sonra ben konuşmaya başladım. Söyledi, elime falan baktı, normal falan. Ben dedim ki durup dururken bunları yapmıyorum ki. Ben dedim yapmak için sebepim var dedim. Benim psikolojik veya psikiyatrik bir şeyim yok dedim. Benim çocuğum ateşleniyor, üzülüyorum. Havale geçiriyor, üzülüyorum. Hasta oluyor, üzülüyorum. Durup dururken yapmıyorum dedim. Ondan sonra doktor dedi ki bana, bunun psikolojisi çok iyi. İlaç falan kullanmasın. Hatta yazdı reçeteyi, yine elimden aldı. Bunun akli yerinde, her şey bilinçli. Çünkü gerçekten bilinçliydim, bilerek yaptığım bir şey değildi, rahatsızdı çocuğum. O yüzden yapıyorum yani. Bunu hiçbir şey ortalıkta yokken yapanlar var.” (K7)

Dört yıl önce bebeği vefat eden K8, depresyona girdiğini ve kendisine acı verdiğini düşündüğü kimselerle görüşmediğini aktarmaktadır. Yaşadığı o durumu “Bana acı verdiğini, beni anlamadığını düşündüğüm hiç kimseyle görüşmedim. Bu durum neredeyse hala sürüyor olabilir. Görüşmeyi kestiğim kimselerle hala görüşmüyorum, onları görünce sinirleniyorum. Aynı ortamda olmaktan haz aldığım insanlarla bile bir süre görüşmedim.” sözleriyle dile getirmektedir.

Tüm bu katılımcıların açıklamaları sonucunda yalnızca K16 hacca giderek; dolayısıyla dini merkeze alarak iyileştiğini ifade etmiştir: “Evet. Olmaz mı? İyi değildim. İki sene psikiyatriste gittim. Hacca gittikten sonra bıraktım psikolojik ilaçları. Yani psikoloğa gittim.”

Evlatlarının vefatının ardından katılımcılarımızın psikolojik ve/veya fiziksel bir rahatsızlık yaşamış olmaları, ölümün sarsıcı etkilerinden kaynaklanmaktadır. Bu anlamda depresyon, mutsuzluk, odaklanma sorunu, toparlanamama, sürekli ağlama hali, sessiz kalma, kimseyle görüşmeme isteği, dünyaya gelecek bebeğini aldırma isteği ve boşluk hissi gibi kayda değer psikolojik sıkıntılar veya değişimler oluşmuştur. Ayrıca iştahsızlık, kilo kaybı, el ve ayak titremesi, verilen sakinleştiriciler sebebiyle sürekli uyku hali, göğüs şişmesi, mide ağrısı, kusma, ishal, vücut kitlenmesi, kansızlık, hafıza geriliği ve şeker hastalığı gibi fiziksel rahatsızlıklar da bazı katılımcılarımızda baş göstermiştir. Kimisi bu hallerinin geçmiş olduğunu belirtse de kimi anneler yas sürecinin etkilerini hala derinden hissettiklerini dile getirmişlerdir. Özellikle

psikolog/psikiyatrist yardımının ve sosyal çevreden gelen desteğin önemi bu konu altında yeterince ortaya çıktığı kanaatindeyiz.

3.2.2. Rüyalar

Psiko-sosyal alt tema içerisinde ele alacağımız bir diğer konu, katılımcıların rüyaları olacaktır. Freud, “Rüya Yorumu” adlı kitabında rüyayı birer istek tatmini süreci olarak tanımlar. Ona göre rüyalar, id’in arzularının gerçekleştirildiği tatmin olma vasıtasıdır. Uyanık haldeyken ego, haz alma, tatmin olma ve gerilimden uzak durmaya çalışır ancak süper ego, arzu edilen duyguların dizginlenmeden yaşanmasına izin vermediği için rüyalar görülür.¹²⁴ Jung da rüyaların bilinçdışına açılan en önemli kapıları olduğu kanaatinde. Ona göre rüyalar, kaygı ve geleceğe dair arzuları içerebileceği gibi kişinin yaşadığı durumu da yansıtabilir. O, rüyada görülen şeyin gizli bir anlamının olmadığını, mesajının açık olduğunu savunur.¹²⁵ Bilinç ve bilinçdışının önemli tezahürlerinden olan rüyaları sorma nedenlerimizden biri onların da başlı başına etki sahibi unsurlar olmasıdır. Birçok insan acıları karşısında rüyalarıyla teselli bulurken, yine pek çok kimse rüyalara dini ve mistik anlamlar yüklemekte ve bunun üzerinden tutumlar geliştirmektedir. İslam dininde rüyaların anlamlı bir yer teşkil etmesi, vahyin geliş şekillerinden birinin sadık rüyalar olması, Müslümanların rüyalara verdiği öneme bilişsel mesnet sağlamaktadır.

Bu anlamda katılımcılarımıza vefat eden evlatlarını rüyalarında görüp görmediklerini; eğer görüyorlarsa bunun onlara neler hissettirdiğini, görmüyorlar ise görmek isteyip istemediklerine dair sorular sorduk. Çoğunluğu teşkil eden bir kısmı rüyalarında evlatlarını gördüklerini belirtirken (K1, K2, K5, K7, K9, K11, K12, K13, K15, K16, K17, K18, K19, K20), bir diğer kısmı ise hiç rüyalarında görmediklerini ifade etmişlerdir (K3, K4, K6, K8, K10, K14).

Rüyasında evladını görmeyen katılımcılarımızdan K3, K4, K6 ve K14 görmediklerini ancak görmek istediklerini; bunun onları mutlu edeceğinden bahsetmişlerdir. İçlerinden bir katılımcımız, ablasının gördüğü rüyanın etkisinde kaldığını ve bunun kendisini mutlu ettiğini “...Ablam görmüş, anneme söyle demiş

¹²⁴ Mustafa Merter, **Dokuz Yüz Katlı İnsan**, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2017, s. 313.

¹²⁵ A.e., s. 314.

annem imtihanını verdi demiş. Sabretsin demiş, annem imtihanı verdi demiş. Bunlar beni mutlu ediyor. Etmez olur mu? İstedğim, duymak istediğim onlar.” (K6) sözleriyle dile getirmiştir.

Rüyalarında çocuklarını gören katılımcıların büyük bir kısmı bunun onları mutlu ettiğini (K2, K5, K7, K9, K11, K15, K16); bir kısmı ise mutluluğu ve üzüntüyü aynı zamanda yaşadıklarını ifade etmişlerdir (K1, K17, K19, K20).

Üç evladı vefat eden anne, onları rüyasında gördüğünü söylüyor ve rüyaların yorumuna halk inanışlarından birinin onda yaptığı çağrışımı da ilave ediyor.

“Rüyalarım ilk vefat ettiklerinde girmişlerdi. Mesela eşim görmüş, bir kere de ben gördüm. Böyle çiçeklerin içinde takla atarken gördük, oyun oynarlarken. O zaman tabii mutlu olduk. Ben de öyle görmüştüm. Çok fazla ağladığım zaman da.. Bilmiyorum, aklımıza mı geliyor. Büyüklerimiz de der ya; ağlama, çocuk boğulur suda falan filan derlerdi. O artık rüyama girdi. Bir ara çok ağladık, çok ağladım, çocuğumu böyle suda gördüm. Ondan sonra bir daha böyle suda görmedim. Ondan sonra böyle ağlamamaya çalıştım yani. Bilmiyorum, belki batıl inançtır. Öyle bir şeydi. O yüzden de çok ağlamadım, çocuklarımı üzmemeyim. Hani diğer tarafta şey olmasınlar diye.” (K7)

İnsani yardım amaçlı hizmet yürüten bir STK’nın programında sunum yapmak üzere yola çıkan ve trafik kazası sonucunda vefat eden katılımcımızın oğlu, onu tanıyan birçok insan tarafından şehit olarak görülmüştür. Annesi ise bu duruma ilişkin soru işaretlerinin olmasından ve akabinde kendisinin ve tanıdıklarının gördüğü rüyalardan bahsediyor. O evladının durumunu öğrenmek için Allah’tan işaret kabilinden bir rüya gördürmesini dilemiş.

“Çok yalvardım Allah’a. Bir işaret. İşte sağımdan, solumdan herkes şehit oldu, şehit, şehit diyor ama ben temkinli bir insanımdır (gülüyor). Yani şehit olmak bu kadar kolay mı’dan ziyade ben mesela, askere gidiyor, hemen ölen birine şehit oldu demek. Diyorum mesela, acaba Allah yolunda mıydı? Namazını kılıyor muydu? Hangi şekilde vefat etti? Onu sorgularım. Kendi çocuğumda da herkes şehit diyor, acaba şehit mi? O mertebeye ulaştı mı düşünceleri. Allah’ım bana bir ip ucu, haliyle alakalı. O gece gördüm, defnedildiği akşamdı sanırım. Ve bizi kendimizden ziyade, tanımadığımız, bilmediğimiz insanlarda aynen siz nasıl ulaştıysanız, bakıyorum işte ben falanca şu kişiden dolayı yazma gereği duydum deyip, o kadar rüyalarını bizimle paylaşmak isteyenler o kadar çok insan oldu ki. Şimdi onun rüyalarına baktığımızda, ya diyoruz yabancı birisi, oğlumla hiç alakası olmayan bir kişi diyoruz, bu rüyayı nasıl görebilir diyoruz. En son eşimin çok yakın bir arkadaşı, detaylarını anlattığı zaman, işte eşimi aradı, biz bu rüyayı size anlatmaya karar verdik diye. Detaylarını anlattığı zaman, onun

rüyasında göremeyeceği birçok detay onun rüyasında gerçekleşince diyoruz ki, ya bu rüya gerçekten doğru bir rüya diyoruz. Eşim hiç görmedi. Ben bir o zaman gördüm, bir kere de sonra gördüm. Yani her ikisinde de güzel bir şekilde gördüğümüzü düşünüyorum. Bu rüyalar da bizi mutlu ediyor. Hele uzaktan gelen, tanımadığımız, bilmediğimiz bir insan bize bir şekilde ulaşır onu söyleme ihtiyacı, yani illa o rüyasını bize aktarma ihtiyacını duyuyor. İşte az önce de dedim ya Rabbim bize her gün bir şeyle gönderiyor. Bu rüyalar da bunlardan bir bölümü yani.” (K9)

Anlaşıyor ki katılımcının vefat eden evladını güzel bir şekilde rüyasında görmesi kadar eşi gibi yakınlarının ve dahası tanımadığı kimselerin de güzel rüyalar görmesi, anneyi rahatlatan ve olumlu duyguları beraberinde getiren bir durumdur.

K16, rüyasında kızını sağ olarak gördüğünü ve bundan memnun olduğunu şöyle anlatıyor:

“... Bir gördüğümde bohça yaptırıp gelmişti. Bu yeşil bohçayla ne yapacaksın kızım dedim. Anne diyor, bu yeşil bohçayı dayımın gelini verdi diyor, o hediye verdi diyor. O da ağzı dualı bir kız. Görüyorum ama iyi görüyorum gördüğüm zaman. Çok mutlu ediyor beni kızımı böyle görmek. Bir de sağ olarak görüyorum, ölmüş olarak değil. Çok mutlu oluyorum.”

Vefat eden akrabalarıyla birlikte oğlunu rüyasında güzel bir şekilde gören K1, bunun hem mutlu ettiğini hem de hüznlendirdiğini dile getiriyor. Bir çocuğun makamının cennet olduğuna yönelik inancında bir şüphe bulunmazken, onu diğer sevdikleriyle birlikte nimetler içinde görmekten mutluluk duyarken, yine de ona dokunamamanın hüznü zaman zaman ağır basıyor.

“...Anneannemle oğlum rüyama girdiler, birlikte el ele tutuşmuşlar, hoplayıp zıplıyorlar. Sonra da teyzem vefat ettikten sonra gördüm, üçü yeşilliklerin içinde cıvıl cıvıl, kuşlar ötüyor, şelalelerin içinde geziyorlardı. Başka da bayadır görmedim yani. Bu rüyaları görünce mutlu oluyorum çünkü cennette olduklarını biliyorum, yeşilliklerin içinde, Peygamber Efendimizin yanında olduklarını biliyorum ama bazen de hüznleniyorum işte.” (K1)

Özellikle dini yönün ağır bastığı bu rüyada şelale, yeşillikler ve kuşlar gibi betimlemeler İslami geleneğin cennet tasvirine uygun unsurlardır. Rüyanın bu bilişsel arka plandan mı kaynaklandığı yoksa sadık bir haber mi olduğu tartışmasına girmeden onun travma sahipleri için önemli bir yere sahip olduğunda şüphe bulunmamaktadır. Bir başka katılımcımız K17 de oğlunu rüyasında güzel bir şekilde gördüğünü söylüyor, ama rüyayı görmek güzel olsa da ve hatta bu içeriği olumlu bir rüya olsa da

uyandığından gerçek olmaması, onun vefat etmiş olduğu gerçeği bir kez daha yüklenmesi gereken bir zorluk olabilmektedir.

“İki kere gördüm, sonra bir daha gelmedi. Ve çok güzel gördüm. Çok güzel. İkisinde de hem öldüğünün farkındaydım hem de bizde, yani etrafımızda hoca hanımlar falan da var, onlar da öyle söyler, doğru yanlış, bilmiyorum ama konuşmazsa kendi geldi derler. Ruhı birebir geldi derler. İkisinde de konuşmadı benimle. Ve ikisinde de anneciğim çok özledim, gel bir sarılayım, bir de kokunu alayım. Çünkü hem fiziksel olarak hayatında olmasını, devam etmesini istiyorsun ama nereye kadar devam edecekti? Ne yaşayacaktı bilemezsin ki. Şimdi o kadar acı ama o kadar güzel bir sonla gitmişken belki de burada günahkâr bir kul olacaktı. Bilemiyorum ki. Belki birilerinin canını yakacaktı, bilemem ki. Belki bilmeden, istemeden kötü bir şeye vesile olacaktı. Bilemem ki. Evet, kötü bir şekilde benden ayrıldı ama şu anda ben onun iyi olduğunu düşünüyorum. Ama o iki görüşümde de gördüğüm günler, o gün 24 saat bitmedi. Çok ağır geldi. Yani bir yandan görmek istiyorum, bir yandan da diyorum ki; görürsem o günüm iptal. Çünkü çok gerçek gibi oluyor, çok özlemiş oluyorsun ama uyandığın zaman onun rüya olduğunu görünce, aslında her şeyin devam ettiğini görünce...” (K17)

K17’nin anlatısında rüyanın dini kültürümüz içerisinde gelişen yorum formlarından birinin kullanımına dikkat çekmek istiyoruz. Vefat edenin konuşmaması halinde bunun rüyayı görenin psikolojisi kaynaklı olmayıp, ölenin ruhunun kendiliğinden geldiği, yani haberin sahici olduğu inancı söz konusudur.

Kızının kendi ve eşinin rüyasına girdiğini açıklayan K18, bir bayram sabahı karşılaştıkları farklı manzarayı da ekliyor:

“...Ben hep küçüklüğümü gördüm. Babasına şey diyor; baba, ben burada çok mutluyum. Hep beyaz elbiseli, saçları uzun. O kadar parlak bir yüzü var ki diyor eşim. Hep gülüyor, konuşmuyor. İçsel olarak hissediyor. Ben burada çok mutluyum diyor. Bayram sabahı eşim çok hüzünlü kalktı. Bayramda vefat etti ya kızım. O gün o yatağına gelmiş, babasına sarılmış, öpmüş. O kadar mutluydu ki diyor. O sabah eşim çok ağlayacaktı ve o gün onun odasından gül kokusu geldi yine. Ben küçük güller koymuştum. Bir buçuk yıldır buradayız. Eşime dedim ki, fark ettin mi burası farklı bir gül kokuyor bugün dedim. Eşim orada gülün olduğunun bile farkında değil. Biz o odayı ibadet odası yaptık. Orada birlikte namaz kılıp Kuran okuyoruz. Burası bugün gül kokuyor dedi. Evet dedim, ben de aldım dedim. Kızım geldi bugün dedim. Ölen geri gelmiyor ama Rabbim bize böyle şeyler hissettiriyor. Allah kolaylığını, sabrını veriyor.” (K18)

Katılımcımızın kendisi kızının küçüklüğüyle alakalı rüyalar gördüğünü söyleyip detay vermiyor burada. Ancak eşinin gördüğü güzel rüyalarla da kendisinin teskin olduğunu anlıyoruz. Söz konusu katılımcımızın kızı bir bayram sabahı vefat

etmiştir. Bir diğer bayram sabahı gül kokusu gibi olağanüstü bir olayla karşılaşmış olmaları, kızlarının iyi bir şekilde iyi bir yerde olduğu düşüncesini beraberinde getirmiş; bu durum ölümle baş etmelerinde olumlu etkiye sahip olmuştur.

Tüm katılımcıların rüyalarla ilgili yanıtları göz önünde bulundurulduğunda, rüyasında çocuğunu sağlıklı bir şekilde yaşadığını görenler olduğu gibi öldüğünün farkında olarak gören anneler de mevcuttur. Bununla birlikte çocuğunu güzel veya kötü bir şekilde görenlerin olması, rüyaların kişinin psiko-sosyal durumlarıyla yakından alakalı olduğu düşüncesini beraberinde getirmiştir. Rüyaların başa çıkmada önemli bir role sahip olduğu bilinir; bu araştırma kapsamında da olumlu yönde etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Rüyasında evladını gören katılımcıların bir nebze rahatlamaları ve sükuna ermeleri veya kötü bir şekilde görse de ağlama gibi kendi “olumsuz davranışlarını” değiştirmesi (K7) açısından genel anlamda olumlu duygular hissettirdiği sonucuna varılmıştır. Elbette yanı sıra hüzünlenme durumları olabilmekte ancak katılımcılar buna rağmen rüyalarında çocuklarını görmeyi tercih etmişlerdir. Rüyasında vefat eden çocuğunu göremeyen annelerin de onları görme isteği yine bu anlamda anlaşılmalıdır.

Işık’ın yaptığı araştırmada da yetişkin kimselerin vefat etmiş ebeveynlerini rüyada görmelerin onları rahatlattığı; rüyada onları görmenin, gerçek hayatta görüp hasret gidermiş hissi uyandırdığı ve ölen kimseyi rüyada görmenin ölümü kabullenmede kolaylık sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.¹²⁶ Bu bulguların tamamı bizim araştırmamızda da ortaya konmuş, araştırmalardaki benzerlikler dikkat çekmiştir. Ancak Işık’ın araştırmasında ölen ebeveyniyle ilgili görülen rüyaların kişinin ahirette ona kavuşacağı ümidini arttırdığı da tespit edilmiş; evladı vefat eden annelerin paylaştığı anekdotlarda ise bu durum gözlemlenmemiştir.

3.2.3. Profesyonel Destek

Travmatik yaşantıların ardından normal hayata geri dönebilmek için kimi zaman psikolojik öz kaynaklar yeterli olamayabilir, profesyonel destek almak gerekebilir. Bu anlamda katılımcıların yaşadıkları evlat vefatından sonra profesyonel destek alıp almadıklarına yönelik soru sorduk. Verilen cevaplardan çoğunluğu teşkil

¹²⁶ Işık, a.g.e., s. 204-209.

eden bir kısmının profesyonel destek almadığı (K1, K2, K5, K6, K8, K9, K10, K11, K14, K17, K19), yine azımsanamayacak sayıdaki katılımcımızın ise psikolog yahut psikiyatr desteğine başvurduğu anlaşılmaktadır. (K3, K4, K7, K12, K13, K15, K16, K18, K20). Profesyonel destek alan bazı katılımcılarımızın esasen çok büyük sıkıntı yaşamadan destek alma yoluna gittiği anlaşılmaktadır.

Öncelikle yaşadıkları ölüm hadisesinden sonra profesyonel destek almayanları ele alacağız. Bu anneler içerisinde doğal sosyal destekleri veya kendi psikolojik imkanları sayesinde böyle bir yardıma gerek duymadıklarını açıklayanlar olduğu gibi farklı zaruri durumlardan dolayı yardım alamadıkları açıklayan katılımcılar vardır.

Bir katılımcımız, ihtiyacı fazlasıyla hissettiği halde yabancı dili yetmediği için profesyonel destek alamadığını “İlaç almadım. Herhangi bir psikolojik destek de almadım. Dancam olmadığı için öyle psikolojik destek almaya da gidemedim. Psikolojik olarak ister istemez bir depresyona girme şeyi oldu yani. Yemek falan yiyemiyordum. Stres ve üzüntüden oluyormuş...” (14) sözleriyle ifade etmektedir.

Cinayet sebebiyle oğlunu kaybetmiş katılımcımız ise bu desteği kendisi talep etmemiş, çünkü psikologların yardım edemeyeceğini, çünkü kendilerinin bunu yaşamadıklarını düşünüyor. Üstelik o profesyonel yardıma ihtiyaç duymaya devam ediyor.

“Şöyle söyleyeyim; ben hala direniyorum. Psikolojik bir destek almamak için. Onda bile kendimi sürekli bir duvarlar örme halindeyim. Mesela bir doktor arıyorum; diyorum ki, bana 20’li, 30’lu yaşlarda bir doktoru kimse önermesin. Hayatta ne görmüş, bana eğitimle gelsesin. Eğitim önemli bir şey. Ama o eğitimi hayatında deneyimlememişse, hayatında ona dair bir şeyler denk gelmemişse, seni kitaptan okuduğun şey birikimdir. Ama gördüğün, yaşadığın şeyler.. Eğer sen yaşamadıysan bunları, o hep havada kalan bir şey olur... Bana 40 yaş üstü, destek konusunda da çok haşır neşir olmuş olan birini bulmam gerekiyor.” (K17)

Hayatta yaşananların teoriden ibaret olmadığının altını çizen katılımcımız, ancak belirlediği kriterlerin yerine geldiği takdirde profesyonel destek almak isteyeceğini belirterek psiko-sosyal durumlara değinmiştir. Oysa psikolog yahut psikiyatrların kendilerinin tatmadığı acılar karşısında hastasına yardım edemeyeceğinin varsayılması, bu bilimin tabiatı göz önünde bulundurulduğunda pek yerinde görünmüyor.

Katılımcılarımızdan biri geride kalan çocukları ve çevresindeki insanlar sayesinde profesyonel bir destek almasına gerek kalmadığını “Doktora gitmeyi çok istedim ama çocuklarımın bir gülümsemeleri.. Dedim ki benim doktora ihtiyacım yok, bunlar benim yanımda. Allah’a şükür çevremdekiler hepsi kendiliğinden yardım ettiler, zaten öyle zamanlarda dostun olduğu belli oluyor” (K2) sözleriyle aktarmaktadır. Katılımcımızın bu sözlerinden kişinin geride kalan çocuklarıyla vakit geçirmesinin zihni meşgul etmesinden dolayı olumlu etkisinin olduğu hakikatinin yanı sıra onun çocukların varlığından olumlu bir psikoloji üretmesi onun bilgi işleme süreçlerinin de işlevselliğini ortaya koyuyor. Bir başka anlatımla teselli edici çevre kadar onların tesellisini içe almayı sağlayan bakış açısının da önemli olduğunda şüphe bulunmamaktadır.

Bir trafik kazası sonucunda evladını kaybeden bir katılımcımız, başta eş desteği olmak üzere farklı durumlardan destek aldığını söylüyor. O, bizim görüşme talebimizi bile bir işaret ve teselli kaynağı olarak görüyor.

“Hayır, hiç böyle bir şey almadım. Ama bu konuda eşim gerçekten çok yardımcı oluyor. Gün olmuyor ki göz yaşımız akıyor, evet her gün. Bugün mesela okuldan çıktım, önce onun mezarlığını ziyaret ederek geldim. Çocuğumuzla ilgili çok güzel şeyler yapılıyor. Yani seninle görüşme isteğim de, sana, Müslüman bir genç kıza yardımcı olmak, kendimi faydalı hissetmek. Her günümüz oğlumla ilgili bir karamsarlığa, bir özleme hissiyatına girdiğimiz zaman, Rabbim bize sanki güzel bir mesaj, güzel bir şey gönderiyor. İşte onunla alakalı dergiler, onunla ilgili bir bakıyorum Twitter’da işte bir cümle, tanımadığım etmediğim birisi onu paylaşmış. Bir başkasında görmüş, bir başkasının duygularını bir başkası paylaşmış. Yani bunları bile görüyor olmak bizi o kadar çok mutlu ediyor ki... Gerçekten yanlış kelime kullanmak istemiyorum; bizi değerli kıldı. Oğlumuz bizi ölümüyle değerli kıldı birçok insanın gözünde. Bazen diyoruz, ya Rabbim diyoruz biz ne yaptık da hani böyle ölüm güzel olur mu. Biz güzel bir durumun içine düştük diyorum.” (K9)

K9 künyeli katılımcımızın son cümlesi teselli kaynağı hakkında fikir verdiği gibi, bu tecrübenin olumlu tarafı, aileyi yüceltişi ile ilgili dikkat çekici bir mesaj içeriyor. Bir diğer katılımcımız olan K8 de ailesinden aldığı destekler sayesinde profesyonel bir desteğe ihtiyaç duymadığını “Almadım. Bilerek ve isteyerek almadım. Konuştuğum iki üç kişi arasındı; eşim, kayınvalidem ve bir tane kuzenimle yoğun olarak kendimi tam olarak açtığım bu üçü vardı. Kayınvalidem bu konuda gerçekten Allah razı olsun çok yardımcı oldu.” (K8) sözleriyle dile getirmektedir. Sosyal destek

bağlamında eş ve yakın desteğinin psikolojik anlamda rahatlattığı bu örnekte görülmektedir.

K10 ise çevresindeki vaize arkadaşlarının tesellileri sayesinde psikolog veya psikiyatriste gitmediğini söylerken, dindar bireylerin ve bilhassa din görevlilerin bir anlamda manevi danışman işlevinin bulunduğunu anlatıyor.

“Etrafımdaki arkadaşların hepsi vaize. (Gülüyor). O şeyde oldukları için, Allah razı olsun. Hocam, bir şeye inandım; keder paylaşıncı azalır mı. Ve gerçekten o kadar zor anlarda bunun paylaşıldığında azaldığını hissettim. Ama hiç evde oturmam. Zaten Ramazandı, okuldan yorgun gelip evde oturmuyordum. Evde oturmayınca, evde onunla baş başa kalmayınca, onun hatırasıyla, daha iyi hissettim kendimi. Psikoloğa veya psikiyatriste gitmedim hiç.” (K10)

İlahiyat Fakültesi ve Haseki eğitimi almış vaize arkadaşlarından aldığı desteğin dışında katılımcımız, etkin ve üretken yaşantının sağladığı psikolojik konforun da önemine işaret etmiş oluyor.

Bebeğini kaybeden anne, bu travmanın etkisinden bilgi işleme süreçlerinin etkisiyle kurtulabildiğini anlatıyor. Onun bilişsel sermayesinin içeriğinde dini spekülasyon önemli bir işleve sahip olmuş.

“Hayır. Elhamdülillah tefekkür ettiğim için. Allah’tan geldi diyorsun, öyle bir destek almadım da ihtiyaç da duymadım.” (K19)

Ele alacağımız katılımcımız vefat sonrası yanına gelenlerin kendisine teskin edici cümleler sarf etmesinden ve kendi düşünsel faaliyetlerinden söz ediyor.

“Kimseden yardım almadım. Her gelen o cennette, sana şefaati dedi, herkesin başına gelmez öyle ölümler dedi, o seni cennette bekliyor dedi, ondan sonra sabredeceksin, ona kavuşacaksın dedi gelenler. Çünkü ben bir gün gideceğim, o da beni cennette bekliyor, bilmiyorum. Kimseden destek almadım. Oturdum, oturdum ağladım, keşke dedim böyle olmasaydı, Allah’a da şükrettim. Sen dedim, benim oğlumu aldın, bana şefaati yapacaksın orada. Demek bizim günahımız çoktu ki, Sen onu bizden aldın dedim, o bizi cennete götürecekti dedim. Oturdum, oturdum hem dua ettim hem ağladım. (Ağlıyor).” (K1)

Özellikle şefaati konusunun teskin edici bir yönünün olduğu bu durumda ortaya çıkmaktadır. Sabretmenin karşılığı olarak annenin evladiyla ahirette kavuşacağı düşüncesi de rahatlatıcı bir etken olarak değerlendirilir. Tüm bunlarla birlikte katılımcının şükretmesi, yaşadıklarının bir karşılığı olarak kendini minnettar hissetmesi olarak anlaşılabilir. Dolayısıyla psiko-dini yönlerin ağır bastığı bu

anekdotta, şefaatt, sabır, şükür ve ahiret gibi dini kavramların ön planda olduğu görülüyor.

K5, yaşadığı zor olayı diniyle atlatabileceğinin farkında olduğunu ancak başkalarıyla konuşmanın da iyi geldiğini anlatıyor.

“Yardım almadım. Bu dönemi nasıl atlatacağımı biliyordum aslında, İslamiyet olarak, dinimiz açısından ama diyordum, bana konuşmak, anlatmak iyi geliyor. Acaba bir psikoloğa gitsem mi diye düşündüm. Yok işte isyan ettiğimden, depresyona girdiğimden değil. Sadece gerçekten her zaman o olayları anlatmak beni ferahlatıyordu. Bunun nedenini de çözemedim aslında. Neden böyleydi? Ama dediğim gibi Fransızlarla konuştum.” (K5)

Psiko-sosyal ve dini yönlerin bulunduğu bu açıklamada katılımcımızın yabancı kimselerle konuşması, onu tanımayan kimseler olması sebebiyle psikolojik anlamda kendisinin daha fazla rahatlatmasına ve net bir şekilde kendini ifade edebileceği düşüncesini beraberinde getirmiştir.

Profesyonel destek almayanlar arasında ele alacağımız son vakada, katılımcımız vefat eden bebeğinin en hayırlı evladı olduğunu ve onun cennette kendisini beklediğini gerekçesini de içerek şekilde anlatımına döküyor.

“Hayır, almadım. Benim her zaman duam şuydu; Allah’ım hayırlı evlat nasip eyle. Zaten her çocuğuma hamile olduğumu öğrendiğimden beri her gün Yasin okumuşumdur. Oğlum için de iki defa hatim etmeyi nasip etti Allah bana. Allah’ım hayırlı evlat nasip eyle. Vefat ettikten sonra dedim ki, demek ki en hayırlı evladım oymuş, cennette bekliyor beni diye, o benim tesellim oldu. (Ağlamaya başlıyor).” (K6)

Profesyonel destek almayan katılımcıların nedenleri göz önünde bulundurulduğunda, dinin merkezi bir konumda olduğu anlaşılmaktadır. Dini sayesinde ayakta durabilen ve farklı bir destek aramayan katılımcılar söz konusudur. Ancak psiko-sosyal anlamda değerlendirilen çevresindekilerin desteği, geride kalan çocukları sayesinde veya kendini başka bir şeyler yaparak faydalı hissetmesi sebebiyle ölüm ile baş etme durumları da görülmektedir.

Ölüm sonrası profesyonel anlamda destek alan katılımcılarla yaptığımız görüşmeler sonucunda elde ettiğimiz bulgulara geçecek olursak, dokuz katılımcımızın böyle bir girişimi olduğunu söyleyebiliriz. Psikolojisinin bozulduğu gerekçesiyle destek alanlar K3, K4, K7, K12, K15, K16 ve K20 olup; K13 ve K18 ruhsal anlamda bir sıkıntı yaşamamasına rağmen destek amacıyla psikolog ile görüşmüşlerdir.

K7, aldığı destekten “Hep Allah’ıma dua ettim, hep kendi kendime teselli ettim. Söylediğim gibi başta işte psikiyatriye göndermişlerdi ama hiç ilaç kullanmadım.” sözleriyle bahsetmektedir. Profesyonel anlamda bir destek aldığını ifade eden katılımcımızın dua ile kendini teselli etmesi, başa çıkmada dinin ve özellikle duanın önemine vurgu yapmaktadır.

K7 de olduğu gibi başka katılımcılarımız da profesyonel desteğin yanı sıra din ve inancından yararlanmayı sürdürmüştür. Psikolog desteği aldığını ifade eden bir diğer katılımcımız, ilahi anlamda yaşadığı hisleri de dile getirmektedir:

“Herkes bana dedi git psikoloğa. Ben dedim, benim ilacım Rabbim. Ben Allah’a sürekli şu şekilde dua ediyorum; Allah’ım senin verdiğin sabır olmasa ben zaten duramam. O gücü Rabbim verdi. Psikoloğa tabii ki gittim. Konuştum. Ben onları teselli ediyorum gibi oldu aslında. Bu konuda bir ilaç yok ki. Bu Allah’ın bir sınavı ve ölüm de hak. Hepimiz öleceğiz. Bunun kaçıışı yok. Ya Rabbim deseydi ki, bir kısmınıza ölüm var, bir kısmınıza ölüm yok. Rabbim dilesse her şey olur, değil mi? Ben de sonsuz kaldım bu dünyada. İşte o ne kadar kötü bir şey. Ama Allah’ım ne diyor; imanlı olun, sabredin, isyan etmeyin, Ahirette sevdiklerinizle buluşturacağım. Onları yüzleri parlak. Çocukların cenneti yok mu? Rıdvan cenneti bildiğim kadarıyla... Sonsuz Rabbimin varlığına inanıyorum. Ve yeniden dirileceğimize inanıyorum. Ölüm benim için Allah’a kavuşmak sonrasında kızıma tabii ki kavuşmak. Kızım bana ölümü sevdirdi.” (K18)

K18, psikoloğa gitmesinin yanı sıra dinden aldığı desteği detaylı bir şekilde gözler önüne sermiştir. İman, dua, sabır ve ahiret gibi olgulara dikkat çeken katılımcımız, en büyük güç kaynağının bunlar olduğu dile getirmesi, yine dini başa çıkmaya bir örnektir.

Sarkom hastalığı sonucunda oğlunu kaybeden katılımcımız, aldığı profesyonel destekle ilgili tecrübelerini şöyle aktarıyor:

“Oldu. Psikoloğa gidiyorum. Hapa başladım o dönemde, ki karşıyım, çok karşıyım. Yan etkilerinden dolayı, bir şekilde vücudumu uyuşturuyor ama bazen de diyorum ki gerekiyor. Tamam, dozu yüksek olmasa da. Bir ara aldım sonra bıraktım, kilo alıyorum otomatikman, bu da beni rahatsız ediyordu. Psikoloğum da diyor ki neden almıyorsun, sana iyi gelir diyor, yüksek doz değil, tavsiye ederim diyor. Çok verdi. Çünkü gerçekten yaşayamadım, hiçbir şeyi yaşayamadım çünkü hiç bitmedi, hep bir yoğunluk. Diyorum ya, sınav o kadar büyük bir sınav ki, o geliyor, o geliyor, o geliyor, şu ana kadar geldim ama nasıl geldim bilmiyorum. Değilim yani iyi değilim. Hiç. Güçlü duruyorum, herkes diyor çok güçlüsün. Ama derler ya hani, içi beni yakar dışı seni yakar. Ama mecbur, evde ufak bir oğlum var 12 yaşında, büyük ikizin eşi var... Psikoloğum da diyor, bir

meşguliyet bul, kafan dağılsın, bir şey yap, çalışır mısın ne yaparsın, hobi mi yaparsın, hani bir şeyler yap ki kafan dağılsın diyor. Dedim doğru ama ne yapabilirim onu da bilmiyorum. Normalde benim günlük iki saatlik işim vardı, gitmedim, onu bıraktım. Çocuğumun vefatından sonra kendime gelmem lazımdı. O arada hazır değildim, okulda görev yapıyorum, çocuklara dikkat ediyorum, o da bana şu an çok fazla gelir. Bilmiyorum. Psikoloğum da öyle dedi, hapını al dedi, başla dedi tekrar, bilmiyorum... En azından anlatıyorum psikoloğuma, o da bana söylüyor, yapılacak şeyleri söylüyor ama yine benim elimde. Yani bana diyor, şöyle şöyle. Allah'tan bir de Türk buldum, yani Alman'ın kültürü farklı, Türk'ün kültürü farklı. En azından benim dilimden anlıyor, kültürümü, örf ve adetimi biliyor, dinimi biliyor, en azından. Ama Alman'a gitsem onlarda daha farklı bir bakış açısı var. Yol yordam gösteriyor, böyle böyle yapman lazım, eğer yapmazsan işin içinden çıkamazsın. Tamam, çok güzel motive etmeye çalışıyor, fikir veriyor ama bende olan bir şey, yani benim elimde olan bir şey. Yaparsam daha iyi olurum, yapmazsam olduğum yerde sayıklarım, böyle kalırım. Yani şöyle; benim huzurlu, mutlu olmam lazım. Huzura çok ihtiyacım var, sakinliğe çok ihtiyacım var. Bana diyor ki kur, Türkçede rehabilitasyon, doktorum öneriyor. İlla git diyor. Benim ufaklık zaten annemin döneminde çok yalnız bıraktım.” (K3)

K3, yaşadığı zorlu hadiseyi ve ardından yaşadıklarını tüm boyutlarıyla anlatmaktadır. Katılımcımızın kaybının üzerinden yalnızca bir yıl geçmiş ve vefatı atlatamadığı anlaşılmaktadır. Profesyonel destek veren kişinin din ve kültürünün öneminin altını çizen anne, Almanya'da yaşamasına rağmen Türk ve Müslüman bir psikolog bulmasının memnuniyetini açıklamaktadır. Katılımcımızın bu açıklaması, yas sürecindeki kişinin konuştuğu kimse tarafından tam anlamıyla anlaşılmasının önem ve ihtiyacına işaret ettiğini düşünmekteyiz.

Profesyonel destek alan katılımcımız, buna duyduğu ihtiyacı anlatırken, Davranışçı psikoterapide sıkça uygulanan yüzleşme ve taşıma tekniklerini kullanmış, hem de bunu gittiği psikologdan değil, psikolojiden anlayan abisinden öğrenmiş. İşe yarayan bu stratejinin yanı sıra o, psikologla görüşmeyi de ihmal etmemiş.

“Psikolojik destek aldım. İlk ikinci veya üçüncü haftadan sonra gerçekten psikolojimde okey dediğim, delleniyorum dediğim anlar oldu. Bunun bir bağlantısı da var. Hastanedeyken, oğlumun haberini beklerken, eğer hayırlısı ise Allah bize nasip eder, hayırlısı ise ona can verir, bozuk plak gibi bunu tekrarlayıp durdum, tamam mı? Bu benim beynime işledi. Sonra iki üç hafta sonra böyle uykularımda çocuğun araba koltuğuyla bir yere koşuyorum, Allah'ım sen can ver, Allah'ım sen istersen can verirsin diye. Bir şekilde onun geri döndüğüne kendimi inandırmışım. Bu da psikolojimde sanki gelecek ümidi kalmış. Mesela morgda iki üç gün kaldı, o arada şöyle bir düşüncem

vardı; acaba birileri gidip de kontrol ediyor mu ki tekrar canlanıyor mu diye. Bunların hepsi beynime yerleşmiş, o da patlak verdi yani. Abimle konuştum. Abim de böyle psikolojiye falan ilgisi var. Nasılsın falan diye sormak için aradı iki üç hafta sonra. İyi değilim, kendimden geçiyorum falan dedim. Ne oldu, bana anlat dedi. Dedim böyle, böyle rüyalar görüyorum.. Oğlum öldü, bunu kendine sürekli tekrarlayan lazım. Rüya gördüğünde, uyandığında da oğlum öldü diye kendine tekrarlar dedi. Öldüğünü idrak etmen lazım. Çok dört köşe. Mantıklı tabii. Ondan sonra onu yapmaya başladım. Gece uyanıyordum, ağlayarak uyanıyordum, oğlum öldü, oğlum öldü diye kendi kendime tekrarlıyordum. Gün aşırı tekrarlıyordum. Ondan sonra daha iyi olmaya başladım. Psikoloğa baya uzun süre devam da ettim. Yaklaşık 8-9-10 hafta falan devam etmişimdir. Sigortanın karşıladığı bir şeydi. Kriz yardımı gibi bir şeydi. Onlar da öyle bir şey var. Psikolojik olarak insan imanlı olduğu zaman İslami yönden bunun sana nasıl bir faydası olacağını duymak istiyor. Neleri kaybedip de aslında neleri kazandığını falan psikolojik yönden öyle bir yaklaşım var. Ama gidince sadece ben anlatıyordum. Bizim dinimize göre diyordum. Anlatıyordum. Hem ağlıyordum hem de ona anlatıyordum. Ağaçlar da öyle diyordum, kışın çıtır çıtır oluyorlar, kırırıyorsun, ölüler ama yaza tekrar canlanıyor diyordum. Hem ona anlatıyordum hem kendime aslında anlatıyordum. Double anlatım yapıyordum açıkçası. Psikoloğum Türk veya Müslüman olsaydı çok daha farklı olurdu. O zaman iki avantajın olurdu; hem psikolojik açıdan konuşarak içindekini döküyorsun, öbür taraftan da İslami yönden aslında sana verdiklerini hedeflemiş olsan çok daha farklı olurdu.” (K4)

Katılımcımızın görüşeceği psikoloğun Türk ve Müslüman olması isteğine yönelik açıklamaları, K3’ün açıklamalarına paralel olarak görülmektedir. Danimarka’da yaşayan K4, kendisinin anlaşılma istediğine ve bunun da ancak Türk veya Müslüman bir psikologla görüşmesine bağlı olarak gerçekleşebileceğini vurguluyor. Bu takdirde katılımcımız, avantajının daha fazla olacağını farkındadır.

Profesyonel anlamda bir destek sağlanması, öncelikle katılımcıların konuşarak rahatlamasını ve ilaç alarak sakinleşmesini sağlamaktadır. Psikolog veya psikiyatristin kişiyi tam anlamıyla anlaması ve kişiye yönelik çözümler üretebilmesi için onun da aynı dine, dile veya kültüre sahip olmasının vurgulanması önemli bir husustur. Bu açıdan yurtdışında yaşayan vatandaşlarımız için bu imkanların genişletilmesinin gerekliliği anlaşılmaktadır.

Dinin de bunun yanı sıra etkin bir role sahip olduğu görülmektedir. Nitekim dini inancı kuvvetli olan kimselerin ölümü daha sakinlikle kabul edebildiğine daha önce değinmiştik. Kişinin inancı veya çevresindekilerin manevi destek kaynağı olması

sebebiyle kişide normal seyreden yas tepkilerin olması, ölümü kabullenmesi ve onunla baş etme sürecinde din ve maneviyatın rolünü net bir şekilde ortaya koyar.

Profesyonel destek alan ve almayan katılımcıların tamamını değerlendirdiğimizde, bunun ölüm şeklinden bağımsız bir durum olduğunu görüyoruz. Oysa Murat'ın yaptığı araştırmada beklenen ölümlerde profesyonel desteğe başvurulmadığı; ani ölümlerde ise başvurulduğu saptanmıştır.¹²⁷ Bu durum, beklentisel yas yaşamaya fırsat bulmuş kimselerin profesyonel anlamda destek ihtiyacı hissetmemesi; zamansız ve ani kayıplarda ise kişinin yas tepkilerinin şiddetiyle baş edemediği için profesyonel destek ihtiyacı hissetmesinden kaynaklanır. Ancak evlat vefatı gibi bir annenin en yakını sayılan kimseyi kaybetmiş olması, bu desteğin nicelik ve nitelik bakımından dinamik olması; yani kişiye göre değişkenlik göstermesi doğal bir durum olarak karşılanmalıdır. Dolayısıyla katılımcılarımızın her biri psiko-sosyal ve dini yönlerden farklılık göstermesi nedeniyle profesyonel yardıma başvurmaları da beklediğimiz bir sonuçtur.

3.2.4. Sosyal Destek

Sosyallik ve diğer insanlarla iş birliği içerisinde yaşamak kişiye başta psikolojik sağlığı olmak üzere çeşitli yararlar sağlamaktadır. Nitekim bir çalışmada sosyal destek ağların ve güçlü sosyal bağların ruhsal ve fiziksel sağlığı olumlu yönde etkilediği, daha az fiziksel hastalığa yakalanılmasını, daha az depresyona girmeyi, bu hastalıklardan daha çabuk çıkmayı sağladığı, dolayısıyla daha düşük ölüm riskini beraberinde getirdiği tespit edilmiştir.¹²⁸

Çalışmamızda gerek travmanın yoğun yaşandığı günlerde gerekse sonrasında nasıl bir sosyal destek alındığı ve bunun ne tür etkilerinin olduğunu öğrenmek amacıyla katılımcılara sorular yöneltilmiştir. Elbette ki psikologların sağlayacağı terapötik destek de bir sosyal destektir, ancak bu noktada profesyonel olmayan, kişinin yaşamı boyunca edindiği sosyal ilişki ağları ve bunların tesiri söz konusu edilmektedir.

¹²⁷ Murat, a.g.e., s. 188-189.

¹²⁸ Carr, a.g.e., s. 317.

3.2.4.1. Eş Desteği

Çocuk kaybı yaşayan anneler, bu acıyı ebeveyn olarak eşleriyle birlikte yaşamaktadırlar. Çoğu zaman kişinin en yakını olan eşi, böylesi travmatik süreçlerde de en çok desteğine başvurulmuş ve en çok destek alınan ve büyük ölçüde de karşılıklı yarar sağlanan kimseler olmaktadır. Çalışmamızda bu nedenle sosyal destek altında öncelikle eş desteğine yer verdik.

Bu bağlamda katılımcılarımıza “Eşiniz ile bu süreçte birbirinize destek verme anlamında neler yaşadınız? Çocuğunuzun yatağa bağlı kalma/sürekli hastanelere gitme/daimî olarak okula veya işe gidememe durumları söz konusu ise eşinizden o dönemde yardım aldınız mı? Genel anlamda bu durum size neler hissettirdi?” Dolayısıyla özellikle evladı bir hastalık sonucunda vefat ettiyse bu desteği, hastalık sürecinin başını da dahil ederek eş desteğinden bahsetmelerini istedik. Çoğunluğu teşkil eden bir kısmı eşlerinden destek gördüğünü (K1, K2, K3, K4, K8, K9, K12, K13, K14, K15, K16, K18, K19), bir kısmı ise bu anlamda bir destek göremediklerini ifade etmişlerdir (K5, K6, K7, K10, K11, K17, K20). Ancak bunlardan K11’in eşinin vefat etmiş olması ve K17’nin boşanmış olması, belirtilmesi gereken bir husustur. Dolayısıyla eş desteği alma imkanları olmadığı için onları bu kapsamda değerlendirmek doğru olmayacaktır.

Öncelikle eş desteği alamayanlara ilişkin bulguları paylaşacağız. Zikredilmeye değer ilk tespitimiz, ilişkilerin iyi olması karşılıklı desteğin önemli belirleyicilerinden biri olmaktadır. İyi olmayan ilişkiler söz konusu olduğunda ise bu zorlu süreçte destek de olmayabilmekte veya zayıf kalabilmektedir. Vefat sürecinde sorunlu bir ilişkilerinin olduğundan bahseden bir katılımcımız, “...Çok fazla bir desteğimiz olmadı birbirimize. Çok fazla böyle dile getirip şey yaptığımızda hafif bir tesellimiz oldu. Diyorum ya, o zamanlar ilişkimizin biraz sıkıntısı vardı. Hatta ondan sonraki kız doğuncaya kadar bizim bu şeyimiz düzelemedi.” (K10) sözleriyle birbirlerine destek veremediklerini anlatıyor. Bir ilişkide ciddi sorunların bulunması, ölüm gibi zorlu bir olayda dahi bu çiftimizi bir araya getirememiş, birbirlerine destek vermeye engel olmuştur.

Bir diğer tespitimiz ise hayatın yoğun temposu, iş-güç galesi böylesi zorlu anlarda bile duyguları yoğun ve doya doya yaşamayı engelleyebiliyor. Üç katılımcımızın eşleri işlerinden dolayı destek sağlamamış. Yalnız, bunlardan birinde

işler biraz da bahane olmuş gibi görünüyor. K5 kodlu bu katılımcımızın anlattıkları ise destek olmayışın biraz erkek düşünce yapısının, biraz eşin bilgi işleme tarzındaki farklılığın biraz da kültürel kodlarımızın etkisi olduğu söylenebilir. Katılımcımızın eşi konuyu açmanın acıları derinleştireceği, sönmesi gereken ateşin tekrar tekrar harlanacağını endişesiyle eşyle bu konu üzerinde konuşmaktan kaçınmış. Pasif ve duygu odaklı bir strateji gibi duran bu tutum onu teselli etmeye yetmemiş görünüyor.

“Açıkça konuşmak gerekirse, eşimle neler nasıl yaşadım hatırlamıyorum. Ama hatırladığım bir şey var ki, eşim pek bahsetmezdi bu konularla ilgili. Dediğim gibi eşim hafta içi asla yoktu, iş yerindeydi. Ve hafta sonu da asla bu konuları açmazdı. Onunla pek bu konuda bir bağımız yoktu açıkçası, bir iletişimimiz yoktu. Sonradan söylüyor bana, seni daha fazla asla üzmemek istemediğimden, konuyu sürekli açıp seni üzmemek istemediğimden, ben kendi içimde yaşadım, sen kendin yaşadın. İkimiz de mahvolmuştuk aslında bu olaydan sonra. O kendi açısından yaşamayı tercih etti. Fazla bu konuyu açmadı, hatta hiç açmadı o günden sonra desem inanır mısın? Hiçbir şekilde. Sürekli ben açıyordum, o da sürekli kapatmaya, geçiştirmeye çalışıyordu. Hastaneye sürekli gittiğimizde birlikteydik, uzaktaki işe ondan sonra başladı. Tek bir gerçek var ki, ben bu olayı Rabbimle atlattım. Derdimi ona havale ettim, hep ona anlattım, hep ona söyledim. Başka da kimse aslında benim derdime çare bulamadı. Ondan gayri benimle kimse ilgilenmedi, içimi ferahlatan olmadı.” (K5)

Eşinden destek göremediğini ifade eden K5, işin doğası gereği anlatmak, açılmak ve rahatlamak ihtiyacını her an yerde onu duyan Allah ile doldurmuştur. Tümüyle bir dini başa çıkma olması bakımından da katılımcımızın anlatısının önemli olduğunu vurgulamalıyız.

K6 ve K7’ninki ise gerçekten iş güç gailinden kaynaklı bir desteklemeyiş gibi görünüyor. K6, eşinden beklediği desteği onun iş hayatından dolayı görememiş, ancak önceki katılımcımızdan farklı olarak o eşinin manevi desteğini hissetmiş. İstemsizce yapılan desteksiz bırakma bu zaruret nedeniyle mazur görülmüş.

“Eşimin o sıralar iş icabı çok dışarıda olması gerekiyordu. Onun için çok aşırı arkamda hissedemeyebildim yani... Onun için eşimi de suçlamıyorum çünkü iş icabı mecburdu. Manevi olarak yanımdaydı yine. Doğumunda, ölümünde her zaman yanımdaydı ama işte o süreçte çok yanımda olamadı. Hastaneye gidip gelirken yalnızdım yani.” (K6)

Eş desteğinin yalnızca ölüm anında ve devamındaki yas süreciyle sınırlı olmadığı; özellikle bir hastalık yaşanıyorsa tedavi veya kontrollerin de dahil olduğu

hastalık sürecinin en başından itibaren, yani hastalık haliyle mücadelenin yoğun şekilde sürdürüldüğü süreçte gerekliliğini görüyoruz.

Üç evladını kas hastalığı sebebiyle kaybeden K7, işi sebebiyle eşinden destek alamamış, hastalık sürecindeki zorluğu tek başına göğüslemek zorunda kalmış. Ancak o da bu durumu şikayet konusu yapmıyor, anlayışla karşılıyor.

“Şöyle bir şey vardı; eşim asgari ücretle çalışıyordu, yoruluyordu bazen tabii ki de. Ben de diyordum, ben bir ev hanımıyım, o kendi işiyle uğraşsın, ben de kendi çapımda çocuklarımla ilgileneyim. O da yorulmasın. Hep kendim uğraşıyordum yani. Eşim de ilgileniyordu ama çoğunlukla da ben kendim tek başına. Çünkü dediğim gibi birini hastaneye götürüyordum. Geliyordum, diğerini götürüyordum. Sonra geliyordum, eşyalarını götürüyordum. Tabii bunların iğneleri falan vardı. Tek tek iğnelerini taşıyordum...” (K7)

Evladını bir diğer çocuğun darbının etkisiyle kaybeden katılımcımız, oğlunun acı haberini aldığı anda, çocuğun yoğun bakımda kaldığı süreçte ve ölüm anında, biraz da konunun medyaya yansımaları ve kaotik bir ortam olması sebebiyle karmaşık şeyler yaşamış. O, yaptıkları ve yapmadıklarından dolayı içten içe eşine kızgın ve kırgın.

“Birbirimize destek olamadık. İki haftalık bir süreçti oğlumun vefatına karşı. Ailem yanımdaydı ama eşime karşı büyük kırgınlıklarım var atlatamadım hala. Birbirini insan yanlış anlayabiliyor. Olay burada olunca medya tarafından çok takip edildik; öldü mü, kaldı mı, gidiyorlar mı, geliyorlar mı? O süreç çok zordu. Hastaneye pasaportla giriş yapıyordu çünkü o kadar kalabalıktı ki; Hollanda’dan, Belçika’dan çevre geldi. Eşim dedi ki; benim oğlumun bu kadar seveni mi vardı. Zaten Müslüman Müslümanın kardeşidir. Bir de bu olaydan sonra herkes şey yapmak istiyor. Bir de herkeste bir gidip göreyim oldu, artık olay nasıl oldu mu diye, gidip göreyim dercesine mi. Ondan sonra hastane büyük bir alan oldu. Dışarıda yenilip içiliyor. Biliyorsun bizim kültürümüzde de sabahtan akşama kadar haber bekliyorlar ya. Sonra ben de istemedim. Sadece aile, yakınları girsin, başka kimse girmesin diye. Bu medya falan olayı olunca – hiç hatırlamıyorum oraları – ama eşim orada bir şey söyledi; iyi o zaman röportaj verin dedi. Haberler çıkıyor o esnada. Ben sinir krizi geçirdim. Bütün masayı falan dağıttığımı hatırlıyorum ama olayın nasıl oraya geldiğini hatırlamıyorum. Çay bardaklarından dolayı elimde kesikler oluşmuştu, baygınlıklar geçirmeye başladım. Eşimin o sözü tetikledi yani. Beni bir anne olarak anlamadığını düşündüm, sanki medyaya meraklıyım gibi algıladım. Sen ne diyorsun dedim, ailemin önünde masa dağılmış. Sonra yapmayın etmeyin. Hastaneye gidince de doktorlar kontrol altına aldılar beni kendime bir şey yaparım diye... Sonradan da eşimle sorunun şeyi yani; beni biraz kontrol ettiler, ailem; ne yapıyor, ne ediyor, ağlıyor mu dercesine. Odasını hiç kaldırmak istemedim,

resimlerini falan astım, onlar gelip çıkardılar hepsini. Kendimi odaya kilitleyip ağlıyordum. Beni oradan kopardılar yani. Bir de eşim oğlumun o ilk gününde haber geldiği zaman Avusturya'daydı iş için. İlk haber geldiğinde ben eşimi aradım ama ulaşamadım. Ona ulaşamayınca ben orada çok psikolojik olarak bir şey yaşadım. Sonra başkaları hemen ölecek deyince başkaları ulaşmaya çalıştı. Onlar ulaştı ama benim ulaşmamam bana orada bir etki bıraktı.” (K20)

Buraya kadarki örneklerde tersini görmüş olsak da ölüm bireysel olarak yıpratıcı olmakla birlikte sosyal anlamda birleştirici rol oynayabilmektedir. Katılımcılarımızın önemli bir çoğunluğu beklendiği üzere eşlerinden gerekli desteği görmüştür. Bunlardan, K13 desteğin karşılıklı olduğunu “Herhalde ilk defa biz eş olarak o kadar birbirimize destek verdik. Normal hayatta.. Dünyanın şeyinden bazen birbirine dikkat etmiyorsun. Böyle bir durumda bunu daha iyi anlıyorsun.” (K13) sözleriyle ifade ediyor. Yukarıda gördüğümüzün aksine burada ölümün, destek anlamında bir araya getiren – dolayısıyla birleştirici – bir olgu olduğunu görüyoruz.

K4, eş desteğinin teselli edici yönünün yanı sıra aşırılıklar karşısında da teskin edici rolünü söz konusu ediyor. O da eşiyle birbirlerine olan karşılıklı desteğini anlatıyor.

“Birbirimize iyi destek olduğumuzu düşünüyorum ben. Birbirimizi çok temkin ettik, birbirimize tesellide bulunduk. Böyle olduğunun doğru olduğunu söyledik... Hayırlısını dilediğimiz için de kadere razı gelmekten başka bir çare yok. Yani desteğimiz iyi oldu birbirimize. Öyle bir aksilik falan olmadı veya ters bir şey olmadı, elhamdülillah.” (K4)

Bir diğer katılımcımız eşinin kendisine bu süreçte çok destek verdiğini anlatıyor. Görüleceği üzere eşi, Hz. Peygamberin deneyimini hatırlatmak suretiyle ona adeta bir manevi danışmanlık yapmış. Belki nasihat ve teselli sözlerinin o hengamede bir işe yaramayacağı zannedilebilir, bu zan haklı olabilir. Bununla birlikte hangi sözün nerede ve ne zaman etkili olabileceğini kestirmek mümkün değil. K9 eşinin bir sözünü adeta işaretlemiş ve unutmuyor.

“Mesela ilk iki üç gün geçti, eşim bana dedi ki, Peygamber Efendimiz vefat ettiğinde ertesi gün, mesela onu çok net hatırlıyorum – herkes dedi, günlük işlerine, her şeye geri döndüler. Yani öyle bir yas turalım, üzülelim, arkasından feryat figan edelim veya Peygamber Efendimizin hayatı. Annesi öldü, babası öldü, bir evladı hariç bütün çocuklarını kendisi yaşarken vefat etti ve o defnetti. Yani bu acıları Rabbimiz Peygamberine, yani en kıymetli dediği insana yaşattırken, bize de bunu yaşattıysa, yani bir bildiği mutlaka vardır. Yani hep kendimi bırakmama konusunda zaten kendime yani

kendim olarak da bırakmamıştım ama her daim eşim bana bu örnekleriyle, bu destekleriyle oğlumuzun inşallah güzel bir mertebede olduğunu her daim bana hissettirdi, yanımda oldu, onun desteği gerçekten çok büyük. Dışarıdan değil yani, biz kendi kendimize. Çok eş dost yanımızda oldular, hepsinden Allah razı olsun.” (K9)

K2, eşiyle yas sürecinde yaşadıklarını “O kendisi içine kapandı, ben devamlı konuştum. Elimizden geldiğince birbirimize destek çıktık, işte o bizi cennette bekliyor, diğer çocuklarımız var dedik, onlar için ayakta kalmak zorundayız dedik.” (K1) sözleriyle ifade ediyor. Bu örnekte de görüldüğü gibi, insanların bilgi işleyişleri diğerlerinden farklı olmaktadır. Öte yandan erkekler de genel olarak kadınlardan farklı düşünce ve tutum sahibi olmaktadır. Bu vakada daha çok erkeklerden bekleneceği üzere adam içine kapanmayı kadın ise konuşmayı tercih etmiş.

Ele almayı uygun gördüğümüz son katılımcımız eşinden önemli bir destek almış. Adam eşine duygusal yıpranmayı engelleyici, olayın olumlu yönlerine bakmasını sağlayıcı sözler söylemiş. Anlaşıldığı kadarıyla bu sözler onun aklında yer etmiş ve işe yaramış.

“Eşimle birbirimize destek verdik. Verdik. Çünkü eşim de sürekli gözümün içine bakıyor. Bilmiyorum neden. Sekiz sene çocuğum öyle hastalık geçirdi ya. Sanki böyle, ben ve eşim tek çocuğumuz oymuş gibi yaşamışız, biliyor musun? Aman ona bir şey olmasın, acıktı, o üşüyor, ona bunu alalım, onun içinde kalmasın, her şey onun olsun, onun olsun diye eşim, ben, bütün her şeyimizi ona vermişiz. Sevgimizi de her şeyimizi. Tabii sadece ben değil, eşim de çok kötü oldu kaybettiğimizde. Onun da işlerinde aksaklık falan oldu bir süre. Bir ay falan gidemedi. Daha sonra isteksizlik falan. Yani ben bu psikolojik sorunları yaşadığımda o da benimle git gel yaptı, Türkiye’de kaldı. Birbirimize destek olduk mu, olduk. Sürekli konuşuyordu, işte. Ben onu teselli edemiyordum, o beni daha çok teselli etmeye çalışıyordu. Zaten çok çekiyordu diyordu, kurtuldu diyordu. Artık canı acımayacak diyordu. Çünkü ben sürekli iğne yapıyordum çocuğuma, kendim yapıyordum. Düşünsene, çocuğuna iğne yapıyorsun, gözünün önünde anne yapma diye bağırıyor, yapma diye yalvarıyor yani. Bunlar bitti. Acısı, her şeyi bitti dedi. Aslında bunun için mutlu olman gerekiyor dedi. Bu konuda bana konuşarak destek verdi.” (K12)

Bu hikayede yas süreçleri hakkında bir bilgiyi daha teyit edici bir içerik söz konusudur. Şayet ölüm birçok acı ve çilenin arkasından gelmişse, en azından sıkıntıların sona ermiş olması söz konusu olmakta, toplumsa çokça duyduğumuz şekliyle vefat eden kişi bir anlamda kurtulmaktadır. Öte yandan bu hikayede diğer

birçoğunda olduğu gibi, teselli etme görevinin daha çok erkeğe düştüğü gerçeğini bir kez daha görüyoruz.

Sonuç itibarıyla, konu, evlat kaybı olunca her iki ebeveynin de duygusal ve sosyal desteğe ihtiyaç duyduğu aşıkardır. Bu noktada en önemlisi ise eşlerin birbiriyle olan dayanışmasıdır. Evliliğin sorunlu olması, ölümle ilgili birlikte konuşamama, bir başka ifadeyle duyguyu bastırma, söylenen sözlerden yanlış manalar çıkarma, erkeğin çalışma rutininin yoğun olması gibi durumların söz konusu olduğunu ve kişinin eşinden destek alamamasına neden olduğunu görüyoruz. Eş desteği alan katılımcılarda ise ölümün birleştirici bir olay olduğunu, çiftin karşılıklı iletişim halinde olarak birbirlerine destek çıkabildiklerini ve dini telkinlerin ve örneklerin önemli olduğunu tespit ettik. Burada ne kadar verimli bir destek sağlanırsa, çiftin ölümü kabullenmesi bir o kadar kolaylaşabilir. K2, K4, K9, K12 ve K13'e dair paylaştığımız anekdotlar da bu söylemimizi kanıtlar mahiyettedir, zira bu katılımcılarımızın verdikleri diğer yanıtlardan onların halihazırda artık kabullenmiş kimseler olduğunu tespit ettik.

3.2.4.2. Aile Desteği

Sosyal destek altında değerlendirilen bir diğer konu aile desteğidir. Aileden alınan sosyal destek, insanların zor ve stresli dönemlerinin üstesinden gelmelerine yardımcı olur. Bu bağlamda katılımcılarımıza vefat sürecinde ailelerinin rollerine dair soru yönlendirilmiş; ailesinin yanlarında bulunup bulunmaması, onların tutum ve davranışları ve buna bağlı olarak neler hissettiklerinin öğrenilmesi amaçlanmıştır. Katılımcıların çoğunluğunu teşkil eden bir kısmı ailelerinden destek aldığını ifade ederken (K1, K2, K4, K6, K8, K9, K10, K13, K15, K16, K18, K19, K20), bir kısmı ise alamadıklarını dile getirmişlerdir (K3, K5, K7, K11, K12, K14, K17).

Öncelikle ailesinden destek alamadığını açıklayan katılımcılarımızı ele alacağız. Bu grupta olanların anlatıları, sağlam olmayan aile yapısının böylesi durumlarda kendini daha da belli ettiğini göstermektedir. Bu noktada çok ilgi çekici bir diğer bulgu ise eşinden yardım alamayan katılımcılarımızın aynı zamanda ailesinden de yardım almamış olmasıdır. Bir katılımcımız ailesinin cenaze esnasında seferber olsa da asıl şoku atlattıktan sonra hiç yanında olmadıklarını, kendisinin aile desteği açısından çok eksik kaldığını detaylı bir şekilde anlatmıştır.

“Etmemeleri, evet. Zaten çok tuhaf bir aileydik, çok kopuk bir aileydik baştan beri. Aslında bunun hepsini baştan anlatmam gerekir ki anlayabilesin. Oğlumun vefatından sonra apar topar işlemleri halledebildik, elhamdülillah, Allah’ın izniyle. Cenazeyi uçakla birlikte Türkiye’ye babasının köyüne götürdük. Allah onlardan razı olsun, o gün hepsi seferber oldu, yardımcı oldu, amenna. Burada diyecek hiçbir lafım yok. Herkes üzerine düşen görevi yaptı, çabaladı, çırpındı, bizlere yardımcı oldu. Takdir edersiniz ki, eşimle ben allak bullak, çok kötüyüz. Elimizi bile kaldıramıyorduk, kolumuzu kaldıramayacak bir an, bir dönem yaşadık. Onlar bizim yerimize, kardeşlerim bizim yerimize tüm işlemleri hallettiler, seferber oldular. Maddi, manevi yönden, her türlü yardımda bulundular ve biz oğlumuzu götürdük. Neden bilmiyorum, haberim de yok, bize gidiş geliş iki haftalık bilet almışlar... Sonra Fransa’ya dönünce her şey unutulmuştu, ben bunu gördüm. Ailemden bahsediyorum. Hiçbir şey yaşanmamış gibi. O akşam ben eve gittim ve aslında ondan sonra her şey yeni başlamış oldu benim için. Çünkü yalnızdım. Eşim direkt işe başladı ve ben yalnızdım, annem gelmedi, ilgilenmedi. Bu beni çok üzdü. Nasıl anlatayım bilmiyorum, gerçekten çok üzücü. O da ayrı bir üzüme sebebiydi. Ayrı bir beni yıpratıcı bir süreçti. Annem ilgilenmedi, gelmedi, sormadı, kızım iyileştin mi, bugün nasılsın demedi. Hiçbir zaman yani. Sanki her şey unutulmuştu, bitmişti. Ama ben çok kötü bir süreç geçirdim. Sürekli içimde bir acı, sürekli içimde bir acı. Bir temizlik yapsam, beş dakika sonra yere yığılıyorum. (Duygulanıyor). O dönemden ne hatırlıyorum, biliyor musun? Her anımda yere yıkılarak ağladığımı hatırlıyorum. Çok üzücü, çok kederli bir dönemdi. Ama atlattık elhamdülillah. Rabbime şükür. O an Rabbime dönmeme vesile oldu. Tesettürüme dikkat etmeme vesile oldu. O zamanlar 19-20 yaşlarındaydım ve birçok şeye vesile oldu. Namazıma başlamama vesile oldu. İlim öğrenmeye çabalamama vesile oldu. Tesettürüme dikkat etmeme vesile oldu. O olay aslında beni normalinden daha fazla Allah ile iç içe olmamı sağladı. Beni aldı, çok doğru bir yola iletti, Rabbime şükürler olsun. Bu benim için bir kurtuluş, mutluluk, değişimdi o süreç benim için. Ve aslında hepsi olumlu, iyi yöndeydi, hiç kötü yönde olmadı. Hani diyorlar ya depresyona girmek diye. Bir Müslümanın asla girmeyeceği bir şey depresyon. Depresyona girmedim. Çok güzel bir yola girdim... Benim annem beni anlamıyordu mesela. Benim annem çok ayrı bir dünyadaydı, çok daha farklı sorumlulukları. Tam o dönemde, Allah nasip etti, eşim uzaklara çalışmaya gitti. Bütün hafta içi yanımda yoktu ve ben yalnızdım. Benim kız kardeşim yoktu. Ve benim erkek kardeşlerim, onlar da evli, barklı, çalışan insanlar, kendi hayatlarını idame ettiriyorlardı, yani fazla sağa sola bakmıyorlar. Bir annem kalıyordu geriye, o da pek takmıyordu diyebilirim tabiri caizse. Pek ilgilenmiyordu. Ona bile ben derdimi anlatmıyordum, onunla bile paylaşmıyordum ki içim rahatlasın (ağlamaya başlıyor). Onlar da ayrı konu aslında. Ailevi olarak çok büyük eksiklikler yaşadım. Anneme göre her şey tam yolunda gidiyor olsa bile, onun için bizi bir

tuttuğunu söylerdi, çok sevdiğini söyler ama çok daha farklı olaylar vardı orada da...”

(K5)

Katılımcımızın açıklamasından anlaşıldığı üzere yalnızca ölümün yaşandığı an değil, devam eden yas sürecinde de aile desteği önemlidir. Kişinin yanında ailesini hissederek ve onlarla acısını paylaşarak kendine gelmesi beklenirken bu durumun gerçekleşmemiş olması hatırdan silinemeyecek derecede etki bırakabilmektedir. Ne var ki eşinden destek alamadığı için derdini Allah’a açarak teselliye onda bulduğunu yukarıda zikrettiğimiz bu katılımcımız, aile desteği olmaması da onda dini bir yönelim meydana getirmiştir ve katılımcımız her ne kadar onların tutumuna içerlese de dini gelişiminden hoşnut ve razı görünmektedir. Bu bulgu, Eryücel’in dini başa çıkma çalışmasıyla tamamen uyumludur. Nitekim o, ölüm hadisesinden sonra kişiye aileden destek verecek kimsenin kalmaması veya destek olması beklenen aile üyesinin destek olmaması durumunda en büyük desteğin Allah olduğunu tespit etmiştir.¹²⁹

K7 ailesinden destek almadığını söyleyen bir başka katılımcımız ve yukarıda işaret edildiği üzere tıpkı K5’te olduğu gibi o da ailesinin yanı sıra eşinden destek alamamıştı.

“Şöyle bir şey var; ben aileme hiçbir şeyimi yansıtmadım. Hiçbir sıkıntımı yansıtmadım. İyi dedim, böyle gidiyor dedim, idare ediyoruz dedim. Sık boğaz etmedim. Çünkü psikolojik mi neyse, herkesin benden sıkıldığını düşündüm. O yüzden böyle insanlarla konuşmam gerekiyordu. Ama durmadan benim çocuğum hasta, benim çocuğum şöyle böyle deyip de insanlarla da konuşamıyorsun, niye? Çünkü, bir kere seni dinleyebilirler, ikinciye seni dinlemeyebilirler, sıkılırlar, bunalırlar. O yüzden bir yerde unutmam gerekiyor. Sağlıklı bir çocukmuş gibi. İnsanlarla iletişim kurmak için yapman gerekiyor. Nasıl ifade etmeliyim bilmiyorum ama anlamışsınızdır. Sıkılacaklarını düşündüğüm için çoğu şeylerimi yansıtmadım. Bu anlamda ailemin yardımı dokunmadı. Çünkü annem babam var. Abim desen dış devletler. Kimsenin bana yardımı olmadı. Yalnızdım yani. Ben çocuğum vefat ettiğinde babamı istedim ama babam gelmedi. (Duyulanıyor). İlk çocuğumda da gelmediler.” (K7)

Ailesinden destek alamayan bir diğer katılımcımız da K12’dir ve o da aynı zamanda eşinden destek alamamıştır. Daha da ilgi çekici olan ise o eşini bu noktada suçlamadığı gibi ailesinin de bir mazereti olduğunu düşünmektedir. Bununla birlikte aile desteğini alamamanın ızdırabını duymadığı da söylenemez.

¹²⁹ Sema Eryücel: ”Yaşam Olayları ve Olumlu Dini Başa Çıkma,” **Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 2013, C.10, No:23, s. 264.

“Benim babam ben 3 aylıkken öldü. Benim annem Türkiye’de. Sürekli telefonda görüşme şansım var. Kayınvalidem de buraya 600 km uzakta. Kayınvalidemin de çok gelme şansı yok. Kaynım benim 28 yaşında bir kaza geçirdi, omuriliğinden rahatsız. Hani böyle gelseler bile bir günden fazla kalamıyorlar. Gel git böyle arada oldu ama telefonda görüşmeler oldu. Açıkçası böyle yan yana bir şeyimiz olmadı. Onu çok iyi anladım yani; gerçekten insanın ailesinin yanında olması kadar önemli başka bir şey yokmuş. Ben mesela arkadaşlarımı, komşularımı kabul etmedim ama aile öyle olmazdı. Onları mecburen eve alacaktım ama yapamadım yani her zaman da istemiştım yanımda olmalarını. Bu sadece vefat esnasında değil, hastalıkta da böyleydi. Ben mesela kızımila beraber hastaneye gidiyordum. Bir kere gittiğimde, en az yattığım bir haftadır yoğun bakımda. Düşünsene, bu böyle neredeyse 8 sene boyunca devam etti. Hastanede de kaldığım oldu böyle. Beni bırakmak istemiyordu küçük olduğu için. Doktorlar gitmemi istemiyorlardı, onun yanında kalmamı istiyorlardı. Onun yanında tamam, ben destekçisiydim ama ondan hariç 2 tane daha çocuğum vardı. O zaman çocuklarım küçüktü; oğlum 7 yaşında, kızım 3 yaşındaydı. Ben onları bir arkadaşına emanet edip de gidiyordum, düşünebiliyor musun? Burada tanıştığım bir arkadaşım baktı benim çocuklarıma çünkü eşimin de hastaneye gidip gelme durumu vardı. Ben çok Fransızca bilmediğim için onun da sürekli hastaneye gidip gelme durumu vardı. Sadece eşim çocukları alıp, akşam evde yatırıyor. Bazen yatırmadığı bile oluyordu. Bazen kızım kriz geçirdiği zaman eşimle beraber kalıyorduk. Benim çocuklarım başkalarının evinde kalıyordu. Yani o zaman tabii ki çok aradım ailemi. Çok aradım aile eksikliğini. Ama annemin gelme ihtimali yok. Türkiye’den nasıl gelebilir ki buraya. Kayınvalidemin hiç gelme ihtimali yok çünkü kendinin sakat bir oğlu var, yaşlı bir eşi var. Benim kayınvalidem 60 yaşında ve iki tane sakat insana bakıyor. Onun derdi benimkinden büyük. Onun da o şansı yoktu. Şöyle bir şey var; halamız var burada. Eşimin ablası var ama ondan da hiçbir destek görmedim yani.” (K12)

K17, oğlunun vefatından sonra ailesiyle birlikte olduklarını ancak acılarının çok büyük olmasından dolayı kimsenin kimseye faydasının dokunmadığını şöyle ifade ediyor:

“Şöyle; aslında bir aradayız ama herkes aynı acıyı hissettiği için kimse birbirine yardımcı olamıyor. Kimse. Çünkü bunu biri konuşmaya başlasa sonucunda ne gelecek biz tahmin edemiyoruz. Çok ağır geldi. Bazı ölümler gerçekten çok ağırdır. Bir de oğlum çok sevilen bir çocuktu. Hani ailede hep vardır ya, hep farklı. Ne yaparsa yapsın, yaramazlık da yapsa affedilen, ortama girdiğinde şenlendiren, hep aranan. Tabii. Yeğenlerim de var, iki farklı çocuğum da var ama oğlum şahsına münhasır bir çocuktu. O farklıydı. Çok farklıydı. Ondan büyük ihtimalle; kimsenin bunu konuşmaya,

paylaşmaya cesareti yok. Ben kendimi bıraksam, ağlasam – ki çok ihtiyacım var – ama onu bile yapamıyorum. Çünkü ben ağlarsam çocuklarım var, annem var.” (K17)

Bu anekdot diğer açıklamalardan ayrı tutulması gerekir. Söz konusu anne, ailesi tarafından yalnız bırakılmamış, ölüm sonrası hepsiyle bir arada olmuştur. Ancak bu birlikteliğin desteğe dönüşmesi mümkün olmamıştır. Burada fiziksel olarak yanında bulunmak ile manevi anlamda destek vermenin birbirinden ayrı durumlar olduğunu anlıyoruz. Bunun yanında, katılımcımızın örtük şekilde bu birliktelikten yararlanmış ama bunu kendisinin de fark etmemiş olması mümkündür.

Ailesinden destek gören katılımcılarımız içerisinde K4, ailesinin kendisine fazlasıyla destek olduğunu ve özellikle ilk zamanlarda hiç yalnız bırakmadığını dile getiriyor ve görüleceği üzere bu destek ona iyi gelmiş.

“Onlar da ellerinden geldiğince yardım ettiler. Çoğunun da işi olduğu için. Büyük abimin dükkanları vardı o zaman, şu an da var. Onun bir iş temposu vardı, eşleri de öyle; temizlik de çalışıyor onlar da ama fırsat oldukça, mesela akşamları hemen bir uğrarlardı. Özellikle de ilk zamanlarda çok uğrarlardı. Konuşurduk. Hani belirli bir süre sonra da insan yavaş yavaş idrak ediyor. Başkaları geldiğinde de biraz daha kafan dağılabiliyor, çabuk dağılıyor. Daha çok yalnız kaldığın zamanlar daha çok düşünmeye meyilli oluyorsun mesela. Annem zaten ilk zamanlar, sanki iki veya üç hafta, yanlış hatırlamıyorsam, bizde kaldı. Destek normal bir şekilde vardı, az değildi. Tam net hatırlamıyorum ama hatırladığım, akşamları beraber oturduğumuz vakitler baya vardı hani. Biri gelemese diğeri gelirdi, diğeri gelemese öbürü geliyordu mesela.” (K4)

Bir diğer katılımcımız ailesinin kendisine verdiği desteği ve bundan duyduğu memnuniyeti anlatıyor. Sadece ölüm şokunu atlatmada değil, ölüme kadar olan süreçte de ciddi bir destek ihtiyacının olduğu anlaşıyor.

“...Ama ailem yanımdaydı. Kardeşim olsun, ailem olsun, kendi ailem her zaman yanımdaydı... Çok yardım ettiler. Onların yardımı bir arka oldu. Bir buçuk yaşında bir çocuğum daha vardı. Hastaneye gidip geldikçe o çocuğu rahatlıkla bırakabiliyorsun ailene. Ablam vardı. Ailene bırakabiliyorsun, arkada kalmıyordu. Hasta olana odaklanabiliyordum. Hastaneye gidip gelme ihtiyacım vardı, mesela süt götürmem gerekiyordu her zaman. Bir saatlik yoldu. Annem hep yanımdaydı o zaman. Zaten en büyük Allah’ım yanımda da bu dünyada da annem yanımdaydı, evet. Kardeşim yanımdaydı, evet. (Duygulanıyor). Elhamdulillah.” (K6)

Katılımcımızın, vefat eden çocuğunun tedavi sürecinde geride kalan çocuklarını rahatça ailesine bırakmasının kendisini hafiflettiğini görüyoruz. Yukarıda K12’nin bahsettiği durumun aksi burada söz konusu. Anlaşılan o ki, hastaneye sürekli

gidip geline durumlarında aile desteği daha önemli oluyor. Eğer eş desteği bir sebepten dolayı yoksa veya onun da kişiyle birlikte olma durumu varsa, aile desteği daha da önem kazanıyor.

Süregelen rahatsızlıkların ve hastane koşuşturmalarının olduğu vakalarda desteğin önemini K19'un hikayesinde de bulmak mümkündür. O, ailesinin fiziksel olarak doğrudan bir yardımı olamasa bile arayıp sorma şeklindeki yardımlarından istifade ettiğini anlatıyor.

“Yani herkes kendi acısını yaşıyor ya. Tabii ki annemler olsun, ablamlar olsun en ufak bir şeyde sürekli yanıma gelmeye gayret ettiler. Tabii ki yanımda değiller. Haftanın beş günü hastane işlerim oluyor mesela, her gün çağırıyorsun, her gün gelemezler. Ama sürekli sorarlar, ederler ne yaptın ne ettin. Veya bir şey olduğu zaman hemen telkin verirler; Allahu Teala’dandır, şöyledir, böyledir. Kula bahane bulma vesaire. Yani öyle.” (K19)

K13, eşinin ve kendi ailesinin verdiği desteği çok yakından hisseden katılımcılarımızdandır.

“Özellikle annem, hastaneye taşındı desem yeridir çünkü ben doğum yaptıktan sonra Odense’ye yerleştirdiler bizi. Odense’de bu erken doğum uzmanıymış. Annem de diğer adadan her gün git gel, git gel olacak iş değil, biliyorsun. O yüzden annem geldi, otele yerleşti. Daha iyisini isteyemezdim. Babamın sağlık durumu iyi değil, o fazla gidip gelemedi. Eşimin ailesi de çok destek verdi.” (K13)

Katılımcımız her iki aileden de destek aldığından dolayı memnuniyetini dile getirdiğini görüyoruz. Ancak annesinin desteğini özellikle vurgulaması, aile desteği içerisinde anne desteğinin ne kadar değerli olduğuna işaret ediyor.

Aile desteği yalnızca ölümün yaşandığı esnada değil, devam eden yas sürecinde de önemli ve etkili bir rolü vardır. Bu bahis altında ailesinden destek alamayan katılımcılarımızın anekdotlarını değerlendirdiğimizde öncelikle sağlam olmayan aile yapısının evlat vefatı gibi acı bir olayda daha da belirgin hale geldiğini söylememiz mümkündür. Bununla birlikte eşinden destek göremeyen katılımcıların, aynı zamanda ailesinden de yardım alamaması oldukça dikkat çekicidir. Ayrıca böyle bir süreçte ailenin destek olması, anne açısından faydalı veya yeterli olduğu anlamını taşımaz. Nitekim K17, fiziksel anlamda ailesinin bir arada olmasına rağmen bu birlikteliğin desteğe dönüşemediğini ifade etmiştir. Burada fiziksel olarak yanında bulunmak ile manevi anlamda destek vermenin farklı olgular olduğunu anlıyoruz.

Ailesinden destek gören katılımcılarımızı ele aldığımızda ise hem ölümün yaşandığı esnada hem de yas sürecinde aldıkları destekten olumlu anlamda bahsederken özellikle anne desteğini vurgulamaları oldukça dikkat çekicidir. Hastaneye gidip gelme durumunda ailenin varlığı ve onların desteği, bu desteği hisseden ve hissedemeyenler tarafından belirtilmiş olması önemlidir. Dolayısıyla aile desteği yalnızca ölüm anında ve yas sürecinde değil, ölüme kadar giden sürede de gerekli olduğu anlaşılmaktadır. Fiziksel olarak ailenin kişinin yanında bulunması mümkün değilse dahi arayıp sorarak yanında olması, bazı katılımcılar tarafından bir yardım göstergesi olarak görülmektedir.

3.2.4.3. Cenaze Törenine Katılım

Sosyal destek altında değerlendirdiğimiz son ve önemli konu cenaze töreni esnasında verilen destektir. Kültür açısından cenaze törenleri, ölümün kabullenilmesinde önemli rol oynamakta, özellikle aile ve toplumsal bağları güçlendirmede etkili olmaktadır. Ölen kimseye duyulan sevgi ve saygı cenazeye katılım miktarında belirleyici olabilmektedir. Toplumumuzda ayrıca cenaze sahiplerinin uğraşmak zorunda kalmaması için konu komşu tarafından cenaze evine yemek ve helva gibi yiyecekler gönderilir. Bununla birlikte ölünün arkasından dualar ve Kur'an-i Kerim okunması, ölünün güzel şekilde anılması, cenaze yakınlarının bu zorlu süreçte teselli bulmasında etkili olur.¹³⁰ Bu dayanışma ortamında ağızların tadını kaçıran ölüm hadisesinin etkileri bir nebze olsun azaltılmış olur.

Psiko-sosyal ve dini yönleri olan bu cenaze törenlerine dair detayları paylaşmak adına katılımcılara evlatlarının cenaze törenlerinin nasıl gerçekleştiğine dair soru sorulmuştur. Katılımın yüksek olması ebeveynin sosyal çevre tarafından değer gördüğü veya vefat edenin sevilen ve önemsenen biri olduğu hissiyatını doğrudan vermesi, daha da önemlisi onların şahitliklerinin Allah katında da makbul olma ümidinin sağlaması açısından önemli bulunmaktadır.

Öncelikle tüm katılımcıların vefat eden evlatları için cenaze töreni düzenledikleri belirtilmelidir. Cenaze töreninin kalabalık olup bundan memnun olanlar olduğu gibi (K2, K3, K4, K6, K7, K9, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K17) bu

¹³⁰ Göka, a.g.e., s. 198-200.

durumun önemsiz olduğunu (K1, K20) veya rahatsız edici olduğunu (K8) ifade eden katılımcılar da olmuştur. Bununla birlikte daha az bir katılıma sahip olanlar içerisinde bundan üzüntü duyanların (K19) olduğu gibi bunun önemsiz olduğunu ifade eden katılımcılar da vardır (K5, K10, K18).

Bir katılımcımız evladının cenaze töreninden “Kalabalıktı. Bunun için mutluydum, iyi hissettirdi bana. Değer verdiği insanların, onlara ihtiyacın olduğunda yanında olmaları güzel bir şey.” (K13) sözleriyle çevresinin vefakâr tutumundan duyduğu memnuniyetini dile getiriyor.

K3, covid-19 sürecinde pandemi dönemi olmasına rağmen oğlunun cenaze namazına çok fazla insanın katılmasından ve oğlunun sevenlerinin olmasıyla bağlantılı gördüğü bu manzaranın sağladığı olumlu duygularını aktarıyor.

“... Neyse dediğim gibi korona dolayısıyla böyle de olunca, bu sefer dediler ki benim eşim de DİTİB’teki başkanla akrabalığı var, bir de özel bir hoca var, çok güzel maşallah sesi. O dedi, ben gelip okuyacağım. Yani cenaze namazını ben kıldıracağım dedi. Ama dedik böyle böyle korona, nasıl olacak bu iş. Oranın mezarlığın orada kapella diye – hani onların kilise şeyi var ya, cenaze, orası sırf koca büyük bir park alanı. Çok büyük ama. İzin verdiler. Dediler ki, kim gelmek istiyorsa gelsin cenaze namazına. İnanmayacaksın, ben böyle bir şey görmedim. Yani, ben 300 diyeyim sen 500 de. O derece. Gelen gelene. Gelen gelene. Benim oğlum o kadar sevecen, o kadar arkadaş edinmiş ki anlatamam sana. O halimle bile ben de cenaze namazını kıldım, dayandım, kılacağım dedim oğlumun cenaze namazını. Öyle güzel bir cenaze olamazdı. Çok kalabalıktı, çok. Düğünü belki bu kadar olmazdı. Çok mutlu oldum, çok gurur duydum oğlumla. Dedim ki, maşallah ne arkadaş çevresi varmış oğlumun. Yani, o kadar şey çocuktu ki... Ondan sonra benim oğlum hiç durmazdı. Çok çabaldı. Oradan girerdi, oraya işe girerdi, oraya işe girerdi, onu tanırdı. Ya oğlum diyordum bir dur, bir dur annem. O kadar çevre ne.. Anne şu, şu. Ya o kim diyorum, yok arkadaş. Ona gidiyor, o arkadaş. Çok yerlere girdi, çalıştı. 14 yaşından beri çalıştı, ikisi de. Ama maşallah diyorum ya, çok gururlandım oğlumla. Cenazesi aşırı kalabalıktı. Çok. Kendi tarafı, eşimin tarafı, babasının tarafı, yani baya bir kalabalıktı, çok da güzel oldu yani. Allah herkesten razı olsun.” (K3)

Katılımcılarımızdan K17, oğlunun cenaze törenine gelenlerin çoğunu tanımadığını ve bunun ardında yatan nedenleri şöyle anlatıyor:

“Çok kalabalıktı. Çok. İnsanlar sığmadı camiye. Uzaktan yakından tanıdıkları gelmişti. Dolmuş taşmış. Bunlar bana ne hissettirdi biliyor musun? Oğlum yaşarken çok rahat bir çocuktu. Hep arkadaşlarıyla, hep dışarıda, hep işi vardı. Hep derdim ki, oğlum dışarıdan

görenler zanneder ki holding sahibisin, genel müdürsün, o kadar yoğunsun. Bir ara dedim; bir randevu defteri yap kendine de arkadaşlarından, arkadaşlarının ailelerinden fırsat bulursan ben de göreyim seni, özlüyorum seni falan diye tiye alıyordum durumu ama gerçekten o kadar seyrelemişti görüşmelerimiz. Hep işim var. Anne geleceğim. Hiç hayır da çıkmaz benim çocuğumun ağzından. Kimsenin kalbini kırmaz. Ve oğlumun ölümünden sonra benim evime gelen insanların 4/3'ünü ben tanımıyorum biliyor musun? Ve hepsi kapıdan feryat figan ederek, yanarak içeriye girdiler. Benim çocuğum; biri hastanede hastamız var demiş oraya koşmuş, biri düğünümüz var demiş oraya koşmuş, biri cenazemiz var demiş oraya koşmuş. Kim nerede ne derdim var, yetiş dediyse benim çocuğum oraya gitmiş. Benim çocuğum 24 yıl kendi için hiçbir şey yapmadı, bak inan ki. Okulunu bitirmedi, ehliyet al dedim almadı, askere git dedim gitmedi. Çocuk farkında olmadan bu hayatının sonlanacağını bilerek sürekli birilerine yardım ederek, birilerine faydam olsun diyerek yaşamış. Cenazesi o yüzden kalabalıktı. O yüzden gelenlerin 4/3'ünü ben tanımıyordum. Benim çocuğum herkesin çocuğu olmuş. Allah'ım dedim ben zaten razıyım, dünyanın en kötü insanı olsaydı bile o benim evladım. Ama Allah'ım ben razıyım, sen de razı ol. Benim çocuğum herkesin gönlünü, herkesten hayır duası alıyor, hiç kimsenin ağzından da o çocuk işe yaramazdı, serseriydi, aman işte oldu da bitti gitti. Böyle bir olumsuz ima bile mümkün değil. Hala arkadaşlarının içerisinde tansiyon hastası olan, psikolojik tedavi gören, hala kendini toparlayamayan insanlar var. Bırak bizi. Ben anneyim. Anneannesini, kardeşleri var, evet, ateş bizde ama düşün ki arkadaşları böyle.” (K17)

Kalp rahatsızlığı sebebiyle kızını kaybeden anne, kalabalık bir cenaze töreni olmasından dolayı memnuniyetini ifade ettiği gibi özellikle öğrencilerinin o esnada nasıl davrandığını da ekliyor:

“Aşırı kalabalıktı. Aşırı. Çok mutlu oldum kalabalık olmasına. Öğrenciler yattılar, yattılar mezarına, ağladılar. Okuttuğu öğrenciler de varmış, bize demezdi diyorum ya sana. O öldükten sonra çocuklar mezarlıklarda ağladılar. Sonradan duyduk ki onun okuttuğu çocuklarmış. Çocuklar çok yıkıldılar. Öğretmenimiz olmasa bizi okuldan atıyorlardı falan dediler. Gelin dedi babası da, onun niyetine ben vereceğim dedi. Bir iki sene geldikten sonra çocuklar artık herhalde tayin oldular, öğretmen mi oldular, göreve mi gittiler, yoklar artık iki üç senedir...” (K16)

Bebeğini ebedi hayata uğurlayan bir anne ise onu tanımamalarına rağmen gelenlerin kendisini sevindirdiğini dile getiriyor:

“Kalabalıktı... Bütün eş, dost, akrabalar, herkes gelmiş işte. Böyle bir rüya gibi geliyor bana. Sanki senin değil, bir başkası gidiyor gibi. Değişik bir duygu ya. Hani insan düğününde o kadar heyecanlanırım zannediyorsun ya, kendin yaşayınca bir farklı oluyor bazı şeyler. Ne mutlu oğlum dedim. Arkanda, cenaze namazında hiç daha bu

dünyaya seni tanımadan etmeden gelenlerin var diye insan seviniyor, hevesleniyor. Bir teselli olabiliyor.” (K6)

Cenaze töreninin kalabalık olmasının önemsiz olduğunu düşünen katılımcılarımız içerisinde K5, duygularını şöyle ifade ediyor:

“Biz çocuğumuzu ertesi gün Türkiye’ye götürdük uçakla. Orada eşimin köyü var. Orada insanlar katılmıştı, hepsi de katılmıştı. Allah onlardan razı olsun. Çok kalabalık değildi, çok da az değildi. Orta derece diyebilirim. İsterse kimse olmasın, isterse de mahşeri bir kalabalık olsun, o anda bir annenin gözü öyle bir şey görmüyor. Sadece acımla baş başaydım. Sadece acı çektiğimi hatırlıyorum. Diğer şeyler gözümde zerre kadar yoktu yani.” (K5)

Katılımın çokluğu nasıl olumlu etki uyandırıyor da düşük oluşu da bir o kadar üzücü olabilmektedir. Öyle ki üçüz çocuklarından birini doğum sonrası kaybeden anne ise “Az ve özmüş. Ben katılamadım zaten. Babası, dedeleri, amcalar. Az olmasına üzüldüm. Babasına dedim cemaatten katılım nasıldı diye. Cemaatten kimse yoktu dedi, bir iki kişi gelmiş herhalde.” (K19) sözleriyle cenazede az kişinin bulunmasından üzüntü duyduğunu dile getirmektedir.

Cenaze töreninde çok kalabalık olmasından rahatsız olduğunu söyleyen tek katılımcımız K8 olmuştur. O aslında bunun iyi bir şey olduğunu şimdi biliyor olmasına rağmen, o günlerin yas psikolojisiyle farklı bir bilgi işleme sürecini işlettiği için katılımın çokluğundan üzüntü duymuş.

“Aşırı kalabalıktı. Bundan bile rahatsız oldum. Niye bilmiyorum. Dedim ki, yani neden bu kadar göz önünde oldu? Çünkü insanları düşündüğümde daha bir sene olmamıştı bizim düğünümüze aynı ekibin, aynı ekibin bizim düğünümüze katılımını, o mutluluk halinden aynı ekibin bizim daha ev ziyaretine gelmeyen insan, gelmeyen insan derken yani fırsat bulup, daha o süreç geçmeden bizim için bir cenazeye katıldılar. Bu da beni üzdü daha sonrasında. Aşırı derecede üzdü. Ne gerek vardı falan diye.. Ya aslında kızılacak bir şey değil, bu güzel bir şey aslında şimdi bakıldığında. Aşırı kalabalıktı. Bir aylık bir bebek için bir cami dolusu insan. Veya ne bileyim bir sürü arabalar bilmem neler. Ama bu beni daha sonrasında üzdü yani. Şu an üzüyor mesela. O aylarda bu beni üzdü. Şöyle; bu bir imtihandı. Atıyorum eşinle imtihan olursun, bunu çok fazla insan duymayabilir. Parasal anlamda mesela, bunu dışarıya pek yansıtmasan aslında kimse senin evde aç kaldığını falan bilmez. Bu bir imtihandır aslında ama benim imtihanım tüm uluslararası (gülüyor). Yani çok fazla yayıldı, anladın mı? O beni üzdü. İnsanların bana üzülmesi de.” (K8)

Açıklamalardan anlaşılacağı üzere cenaze töreninin kapsamı ve o esnada verilen tesellilerin ilgili kişiye etkisi; karakter, psikoloji, sosyal durum, dini tutum ve kişinin olayları nasıl algıladığına bağlıdır. Kaybı yaşayanın yakınları cenaze törenine katılarak acılı ailenin kederini paylaşırlar. Acıların paylaşılmasına bağlı olarak ilişkilerin güçlenmesi beklenebilir. Cenaze törenine katılımın fazla olması kişinin veya ölen evladının çevresi tarafından çok sevildiği düşüncesini de beraberinde getirebilir; hatta yas sürecinin daha rahat geçirilmesini sağlayabilir. Katılımın düşük olması da az sayıda örneği olmakla birlikte olumsuz değerlendirme ve duyguları beraberinde getirebilmektedir.

3.2.5. Manevi Destek İhtiyacı ve Destek Alma

Katılımcılara yine sosyal destek kabilinden olarak manevi desteğe ihtiyaç duyup duymadıkları sorusu yönlendirilmiştir. Hem psikolojik hem sosyal hem de dini yönü bulunan bu soruya katılımcılarımızın büyük bir bölümü olumlu, yani manevi desteğe ihtiyaç duydukları yönünde cevap verirken (K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K11, K12, K14, K15, K16, K17, K19, K20); bir kısmı ise böyle bir destek aramadıklarını ifade etmişlerdir (K1, K10, K13, K18).

Öncelikle manevi desteğe ihtiyaç duyulmayan vakalardan elde ettiğimiz bulguları takdim edeceğiz. Bazı katılımcılarımızdan biri (K1) manevi anlamda bir teselliye ihtiyaçlarının olmadığını, bazıları ise halihazırda manevi desteği hissetmelerinden dolayı ayrıca bir teselliye ihtiyaç duymadıklarını belirtmişlerdir (K10, K13). Olumsuz yanıt veren K1, “Pek olmadı. Çocuklar olduğu için onlarla ilgilendim, pek ihtiyaç duymadım. Devamlı iş gördüğümüz için, çiftçiyiz, onu et bunu et derken kafası dağılıyor insanın.” sözleriyle meşguliyet nedeniyle manevi bir destek ihtiyacı hissetmediğini dile getirmiştir.

Lösemi sebebiyle kızını kaybeden anne, kimseyle görüşmek istemediğini, çünkü manevi veya dini destek verecek kimselerin sözlerinin onun için anlam ifade etmediğini, bildiğinin ötesinde bir şey öğretmediğini düşünüyor. O ayrıca söylenen sözlerin teselli amaçlı olduğunu ve gerçek bir empati içermediğini düşündüğü için manevi desteğe olumlu bakmıyor, ancak aynı acıyı yaşayanlarla görüşmenin kendisine iyi geldiğini şöyle ifade ediyor:

“... Kimseyle görüşmek istemiyorum. Evlat acısı yaşamış annelerle konuşuyorum birkaç tane. Onlarla güzel anlaşıyoruz. Çünkü bizi hiç kimse anlayamaz. Bu acıyı yaşamayan kimse anlayamaz. Empati kurabilir. Ama insanlığın da bir şeyi anlaması için bir acı gerekmiyor. Empati farklı bir şey. Bu acı üstüne çok yorum yapmak karşı tarafı üzer çünkü her anne zaten evladının cennette, Allah’ın yanında olduğunu biliyor. Sürekli bunu söyleyip.. Hani Allah korusun, o kişiye evladını cennete gönderir misin diye sorsalar ne derler? Hiçbiri vermez. Herkes hani çok inançlıydı. Hani çok inançlıydı. Ver. Hangi anne der bunu. Bu yüzden diyorum; bunlar kolay şeyler değil. Biz zaten bunun inancındayız. Zaten Allah’a inanıyoruz. O Allah’ın yanında, cennette çok güzel bir yerde. Ona inanmazsak zaten beklemeyiz ki. Sadece sabır dile. Ama sürekli aynı şeyleri söyleyince karşıdaki bunalıyor.” (K18)

Katılımcımızın düşünceleri K8’in düşüncelerine paralel olarak görülmelidir. K8 de “Manevi destek olarak sadece aynı acıyı yaşayanlarla görüşmek istedim.” sözleriyle kendisine manevi anlamda teselli olacak şeyin aynı acıyı yaşayanlarla görüşme olduğunu dile getirmiştir. Aynı acıyı paylaşmanın beraberinde getirdiği birbirini karşılıklı olarak daha iyi anlama, daha derin bir empatinin önemli nokta olduğunu düşündürmektedir.

K13 manevi desteğe ihtiyaç duymayan katılımcılarımızdan olup, sorumuzu “Hayır çünkü ihtiyacım olan desteği gördüm zaten. Yanımda olan bir ailem var, çok samimi olduğum bir hoca var. Çok sıkıldığımda onu arama imkânım vardı. Sağ olsun zaten sürekli uğruyordu yanıma.” şeklinde yanıtlamıştır. Benzer bir cevabı K10 ise “Manevi desteğe ihtiyacımın olmaması, benim arkadaşlarımın bu fonksiyona sahip olduklarından kaynaklanmaktadır. Benim yanımdakiler resmi olmasa bile zaten o görevdeki hocalar, ilahiyatçılar, o manevi fonksiyondaki insanlar olduğu için ayrıca bir ihtiyacım olmadı...” şeklinde vermiştir. Görüldüğü üzere her iki katılımcımız da sorumuzdan profesyonel bir manevi danışmandan destek almayı kastettiğimizi düşünmüş ve zaten bu nitelikte yakınlarının olması nedeniyle özel görevlendirilmiş bir manevi danışmana ihtiyaç olmadığını bildirmiştir. Burada oldukça önemli bir hususa dikkat çekilmelidir. Öyle ki manevi danışmanlığın bir ihtiyaç haline gelmesinin temel nedenlerinden biri, kişinin manevi öz kaynaklarının yetersiz olması veya kimi zaman öz kaynak bulunmasına rağmen travmanın büyüklüğü nedeniyle yeterli olmaması iken bir diğer nedeni de sosyal çevrenin ve yaşanan ortamın seküler olmasıdır. Dindar ve maneviyatı ileri olan insanların toplum içerisinde yaygın oluşu dışarıdan

görevlendirilen bir manevi danışmanlık uzmanına olan ihtiyacı azaltacaktır. Nitekim bu iki katılımcımızın çevresinin bu anlamda yeterli kaynağı sağlaması sayesinde manevi desteğe özel bir ihtiyaç hasıl olmamıştır.

Manevi desteğe ihtiyaç duymayan katılımcıların yanıtları göz önünde bulundurulduğunda, aile ve iş nedeniyle manevi desteğe ihtiyaç duymayan annelerin bulunmasıyla birlikte manevi teselli aynı acıyı paylaşanlardan ve din görevlilerinden görenler de söz konusudur.

Manevi desteğe ihtiyaç hisseden katılımcılar içerisinde rahatlamak amacıyla konuşarak, eş dost tarafından anlaşarak, aynı acıyı paylaşanlarla görüşerek veya kendisine hâl hatır sorularak manevi anlamda destek aradığını söyleyen anneler söz konusudur. Bunun yanı sıra Allah inancından, ahiret inancından, peygamberlerin yaşantılarından gibi dini temelli manevi desteğe ihtiyacı olduklarını dile getiren katılımcılar da mevcuttur.

Bir katılımcımız, birilerinin manevi desteğine değil ama Allah’a bizzat yönelerek maneviyatla teselli bulmaya ihtiyaç duyduğunu anlatmaktadır. Bu, aslında yukarıda zikrettiğimiz bizzat sahip olunan dini/manevi psikolojik sermaye olarak ifade edebileceğimiz öz kaynağın ta kendisidir.

“Çok hissettim, aşırı ihtiyacım vardı. Ben bir kere şöyle bir insanım; kalabalık hiç sevmem. Yanımda beni teselli etmeye çalışan insanları da sevmem. Nedense böyle bir kişiliğim var. Ben yalnızlığı tercih ederim ve Allah’la yalnız konuşmayı tercih ederim. Ona derdimi anlatmayı ve ondan teselli istemeyi tercih ederim. Her konuda. Yani aslında evet, şu an yanımda şu olsun, bu olsun gibi düşünürüm ama o zaman geldiğinde de ben derim ki hayır, benim aslında bunlara ihtiyacım yok. Benim kişilere ihtiyacım yok, benim kişilerin düşüncesine ihtiyacım yok, işte beni teselli etmelerine asla ihtiyacım yok. Çünkü ben kendini bilen bir insanım. Ve benim sadece Allah’a ihtiyacım var. Bu şekilde düşünüyorum. Psikolog, asla düşünmedim, asla gitmedim. Sadece konuşmaya ihtiyacım vardı. Ben o süreci anlattığım zaman rahatladığımı hissediyordum. Allah’a anlatıyordum, derdimi O’na anlatıyordum, yalnızlığı tercih ettim her zaman, yalnız olmayı tercih ettim her zaman. Peygamberleri de düşünüyorum. Bildiğimiz kadarıyla bildiğimiz peygamberlerin hayatları çok vahim, çok üzücü, çok büyük acılar yaşamışlar. Evet, onlar kendi kendine Allah’tan beklemler tesellilerini, başka kimse yardımcı olamazdı zaten onlara Allah’tan başka, hiç kimse. Ben de o şekildeydim yani, kimse bana yardım edemiyordu. Kimsenin düşüncesi, kimsenin tesellisi – eşim dahil – yardım edemiyordu çünkü ben farklı

düşünce yapısına sahiptim, yalnız kalmak istiyordum. Kısaca Allah’la dertleşeyim de tesellimi sadece Rabbimden bekleyeyim diyordum.” (K5)

Aynı öz sermayesini devreye sokan diğer katılımcılarımız ise K6 ve K15 olmuştur. Bir diğer katılımcımız başta Allah’tan, peygamberlerin hayatlarından, hadislerden, Kuran-ı Kerim’den destek almasından şöyle bahsediyor:

“En büyük desteğim peygamberler oldu. Onların hayatları. Hadistir, Kuran’dır. Allah’ımın bize verdiği şeyler bana en büyük destek oldu. Öteki dünyada çocuğunu kaybetmiş anne babaları neler beklediğini duydukça, onlar bizim için en büyük destek... Şöyle söyleyeyim, kendim olarak bir derdim, bir sorunum, bir problem direkt gitmeyi daha çok şey yapıyorum. Ne bileyim secdede biraz daha uzun kal, içini dök o beni daha çok rahatlatıyor. Başkaları bana çok şey veremez. Başkalarına çok yönelmedim. Bu her şey için geçerli. Tek evladımı kaybettiğim için de değil.” (K6)

K15, bir taraftan manevi destek aradığını ve çevresinden bu desteği gördüğünü bir taraftan da kendi dini ve maneviyatı kullandığını anlatmaktadır.

“Evet. Eş dosttan destek aldım hep. Dışarıya çağırırdı arkadaşlar, onlarla oturmak iyi geliyordu. Hep kitaplar okudum böyle. Kendi kendime de destek oldum işte. Ben kimim ki diyorum. Peygamberimiz yaşamış bunları. Gözünün önünde kızları, oğulları ölmüş. Birini yıkarken böyle damla, damla ağlamış. Biz kimiz ki diye çokça dua ediyorum. Ondan da biraz destek buluyorum.” (K15)

Söz konusu üç katılımcının peygamberlerin hayatlarından destek aldıkları görülmektedir. Allah’ın evlat kaybı gibi zor bir imtihanı peygamberlere de yaşatmış olması, bu anneleri teskin etmekte ve rahatlatmaktadır.

K19, kişinin böylesi bir süreçte Allah ile birlikte kullardan da teselli beklediğini ifade ediyor:

“Tabii yanımdakilerden de güç alma gayretinde bulunuyorum. İlla ölüme göre değil. İmtihan da olsa, ağır bir imtihanım da olsa hemen ya Rabbim diyorum. Arkadaşlarıma da yanımda olun diyorum. Başımı omzunuza koyayım istiyorum. Biliyorum ki o kişinin maneviyatı, kalbi bana dokunuyor. Bunu hissedebiliyorsun. Bunu hissetmek de istiyorsun. Karşıdaki kişi de hissettirsin istiyorsun. Teslimiyetin Allahu Tealaya ama yanında kul da istiyorsun. Allahu Teala’dan sana telkin ettirecek kul da istiyorsun. Allah’ım birini karşıma çıkar, onu konuştur. Onun her konuşmasını Allah’tan ummaya çalışıyorsun. Bu şekilde baktığın zaman evet. Ne kadar teslim olursan ne kadar iman gücün olursa da olsun, kula insan muhtaç oluyor. Bir telkin duymak istiyorsun. Zaten acılar paylaşılmamış olsa öldükten sonra ziyaretler olmazdı ölü evine.” (K19)

Katılımcımızın Allah’tan ve arkadaşlarından teselli görmek istediğini söylemesi ve bunlardan güç aldığını ifade etmesi maneviyatın yalnızca kişinin dini

inanç ve motivasyonunda beslenmesinin yeterli olmadığını, türdeşimiz olan insanların sosyal ve manevi desteklerinin gerekli olduğunu göstermektedir.

K7 de evlatlarının kaybından sonra manevi destek arayanlardan, ancak çevresinden böylesi bir koltuk çıkışını bulamadığını söylüyor. O da öz manevi sermayesinden beslenmiş.

“Duydum ama olmadı pek fazla destek. Birilerinden destek göremedim. Kimisine inandıysam, kimisine inanmadım. Yani manevi destek sadece kendim oldum bence. O zamanlardaki duygularımı pek bilmiyorum ama o zamanlar ben çok Peygamber Efendimiz, Ali falan böyle suratlarını görüyordum ama.. Hocaya da anlattım. Bazı teselli amaçlı rüyamda bir şeyler oluyordu. O zamanlar bana farklı bir duygu veriyorlardı. Destek oluyordu öyle bir şey görmem. En ufak bir şey daha doğrusu, o bana teselli oluyordu. Hani değişik bir şey, değişik bir duygu yani.” (K7)

Katılımcımızın anlatısı dini başa çıkmada önemli olduğunu tespit ettiğimiz ve bu araştırmada hususi başlık ayırdığımız rüyaların da belli bir yerinin olduğunu göstermiştir.

Katılımcımız K20 ise manevi desteğin toplumsal kaynaklarından biri olan dini grup ve cemaatlerin katkısını, “Manevi destek. Bizim dergahlar var, orada. Kendimi o şekilde tedavi mi ettim desem. Oradan destek gördüm. İhtiyacım olduğunda, bir enerji düşüklüğü olduğunda dergâha gidiyorum, o ortamda bulunmam bile destek veriyor bana.” (K20) sözleriyle ortaya koymaktadır.

K4 ise kişinin yas sürecinde manevi destek ihtiyacının olduğunu ama bunun alelade bir yaklaşımla olmaması, işin ehli kişilerin bilinçli bir şekilde yapması gerektiğini anlatıyor.

“İnsanın tabii ki manevi desteğe ihtiyacı oluyor. Belki insan o anda kendi fark etmiyor. Belki sadece dinlenmeye ihtiyacı olduğunu düşünüyor. Kimse beni rahatsız etmesin, konuşmasın. O an dünyanın zaten senin gözünde hiçbir değeri yok, bir anlamı yok, bir hedefin yok, bomboş oluyorsun. Sap gibi oluyorsun, affedersin. Her şey anlamsız geliyor, bir şey hissetmiyorsun. O ortamda insanın tabii ki desteğe ihtiyacı olacak. Ama bilinçli birisi, bu konu hakkında konuşacak. Senin içinde yer etmesindense, onu konuşturmalısın. Zaten sen konuştukça yarası azalıyor, hafifliyor bir şekilde. İçinde patlamaktansa normalleşiyor, genelleşiyor. O zaman daha rahatlıkla konuşabiliyorsun.” (K4)

Katılımcıların çoğunluğu ölüm sonrası manevi desteğe ihtiyaç hissettiklerini dile getirmişlerdir. Bunların açıklamaları göz önünde bulundurulduğunda genel

anlamda “manevi” kavramının “dini” kavramıyla eş anlamlı kullanıldığı anlaşılmaktadır. Dini açıdan Allah inancı, ahiret inancı, dini kitaplar okuma, peygamberlerin hayatı, teslimiyet gibi konulara dikkat çeken katılımcıların, din adamlarından destek görmeye dair bir görüşlerinin olmaması, dikkat çeken bir husustur. Bunun yanı sıra özellikle konuşma ve dertleşmeyi vurgulayan anneler söz konusudur. Kişinin içini dökmesi ve karşı taraftan anlaşılması hali, ruhsal anlamda rahatlamayı beraberinde getiren, kişinin düşüncelerini yeniden kontrol altına almasında ve ölümle başa çıkmasında önemli bir araç olarak değerlendirilmektedir. Dolayısıyla manevi destek sayesinde kişinin rahatlama arayışı sağlanabilmektedir.

Genel anlamda katılımcılarımıza manevi destek ihtiyaçlarına yönelik sorular sorulmasıyla birlikte manevi danışmanlık ve rehberliğe yönelik sorular da sorulmuştur. “Bu süreçte manevi danışman ihtiyacı hissettiniz mi? Görüştüğünüz oldu mu? Sizce manevi danışmanın yas sürecinde rolü nasıl olmalıdır?” sorularını katılımcılarımıza yönlendirdik. Bu konu için ayrıca bir başlık açmadık, zira katılımcılarımızın tamamı manevi danışmanlık ve rehberlik kurumuna dair bir bilgiye sahip olmadığını, bu kurumun ne tür hizmetler verdiğini bilmediklerini ifade ettiler. Yurtdışında kalan vatandaşlarımıza bu kurumu Türkçe ifade ettiğimiz gibi Almanca, Fransızca ve Danca olarak yaşadıkları ülkenin dilinde de ifade ettik ancak bu girişim, bir farklılık olmasına neden olmadı.

Manevi danışmanlık ve rehberlik kurumunun bilinmemesinin üzerine araştırmacı olarak kurumu tanıttıktan sonra “Eğer bir manevi danışmanla görüşme durumunuz olsaydı ona karşı nasıl bir beklenti içerisinde olursunuz?” şeklinde sorumuzu yeniden düzenleyerek katılımcılarımıza yönlendirdik. Manevi danışmanlık ve rehberliğe dair tanıtımımızdan yola çıkarak kuruma dair düşünceleri oluşan katılımcılarımız, yas sürecinde olan kimseye manevi danışmanın nasıl faydalı olabileceğini ve kendilerinin ne gibi beklentilerinin olduğuna dair fikirlerini paylaştılar.

Bir katılımcımız manevi danışmandan beklentisini “Beni dinlemesi, bana biraz destek olmasını, moral vermesini, içime su serpmesini beklerdim kendim için. Birazcık daha anlayabilsem. Beni biraz hafifletsin isterdim.” (K2) sözleriyle ifade etmektedir.

Bir diğerkatılımcımız, manevi danışmanın dinleme rolünün yanı sıra pratik şeylerin halletmesine yönelik oluşan düşüncelerinden şöyle bahsediyor:

“Genel anlamda çocuğu vefat eden anneyi dinlemesi gerekir diye düşünüyorum. Ve pratik şeyleri halledebilirse, yani en ufak bir yardımda bulunursa o insan için paha biçilemez olur.” (K13)

K15 ise manevi danışmanlık beklentisini, üstelik aslında bildiği ama ondan duymak istediği hususları “Oturup dinlemesi konuşması; bu Allah’tan geldi, senin çocuğunu daha çok sevdiler diyebilir. Bunları duyunca ben ferahlıyorum mesela. Konuşmalar rahatlatırdı.” (K15) sözleriyle paylaşmaktadır.

Bebeğini kaybetmiş bir anne olan K6 da benzer şekilde belli ölçüde bildiklerini manevi danışmandan duymak istemektedir. O, manevi danışmanın Allah’ın verdiği müjdeleri ve Hz. Peygamber’in bu durum başına geldiğinde nasıl davrandığı gibi bilgileri söylemesinin kendisine yeterli geleceğinden bahsediyor:

“Kuran’da, çocuğunu kaybetmiş ailelere ne gibi müjdeler veriyor Allah’ım. Veya Peygamberimiz ne yapmış, nasıl. Onları anlatsa yetiyor bir anneye bence. Yeter. Yeterli olabilir. Yani cennette köşk bekliyor, işte size şefaatchi olacak, sizsiz cennete girmeyecek. O sözler rahatlatıyor. Çünkü garantili sözler. Buradaki insanlar ne bilecek ne garantisi verecek. Ama Allah’ımın sözü farklı.” (K6)

Bir katılımcımız, manevi danışmanın nasıl bir tutum ve davranışa sahip olması icap ettiğinden bahsederken özellikle onun söylememeye dikkat etmesi gereken cümlelere dikkat çekiyor. O kendi tecrübesinden yola çıkarak, kaş yapayım derken göz çıkartılmasın dercesine adeta manevi danışmanlara yol haritası çiziyor.

“... Manevi danışmanlıkta dinen bir temelin atılması gerekir. Mesela diyorum ya, hayırlısı.. Bu sözü kişiyi dinden çıkarabilir o anda. Mesela, sen bu suçu yaptığın için evladını alarak Allah seni cezalandırdı gibi. Etraftan söylenen böyle şeylerin asılsız olduğunu. Allah verdiği her şeyi kendisinin aldığını ve bunun en çok dokunan ayağının imtihan olduğunu, en güzel bir şekilde temellendirerek insanların zihinlerine yerleştirmesi gerekir diye düşünüyorum. Bildiğim kadarıyla manevi destek alanlarını bunları anlatıyor. Başka bir anlam koyamıyorsun orada. Birisi geliyor, kefarettir diyor. İnsanın kendi suçları için kefaretenmesi, hani suçum diyorsun. Allah bu kadar büyük bir kefaretenmi senden.. Sana şey veriyor.. Yaptığın bir kötülük için mislini vereceğim derken o kadar büyük kötülükle mi kefaretin alacak? Allah adaletsiz mi? Başkalarının çocuğu yaşarken senin çocuğun niye öldü? Ya da niye mesela doktorlarla gidip hesaplamıyorsun? Onların ihmali.. Baya bir.. İnsanın içine şüpheler gelebiliyor

ama onların tek şeyi, düşündüğüm kadarıyla imtihan duygusuyla daha çok anlamlandırılabilceğı.” (K10)

Ele alacağımız son katılımcımız manevi danışmandan bekletişini “Konuşmak, destek olmak önemli. Sadece yanında bulunmak bile insana yetiyor bazen. Çocuğunun iyi yerde olduğunu söylemesi mesela, bunlar iyi geliyor insana.” (K18) sözleriyle ifade ediyor.

Katılımcılarımızın manevi danışmanlığa yönelik tüm yanıtları psiko-sosyal ve dini zeminde değerlendirilecek tarzdadır. Öncelikle yine belirtmek isteriz ki bu yanıtlar, kurumun kısa bir tanıtımından sonra ortaya çıkmıştır. Biz bu bulguların yine de faydalı olacağı kanaatindeyiz. Katılımcılarımızın yas sürecinde manevi danışmandan beklentilerini şu şekilde sıralayabiliriz: dinleme, konuşma, hâl hatır sorma, morla verme, rahatlatma, destek olma, kişinin bir ihtiyacı olup olmadığını sorma, kişiye değer verme, kişinin içine su serpme, kişiyi hafifletme, kulağa hoş gelen şeyleri söyleme, kaybı yaşamış aileye dini anlamda verilen müjdeleri söyleme, Hz. Peygamber’in zorlu olaylarından örnekler verme, kişiye dua etme ve vefat eden evladının iyi yerde olması.

Katılımcılarımızın yanıtlarından konuşmak ve dertleşmek gibi acıyı paylaşmaya yönelik durumlara işaret etmeleri, ayrıca dini anlamda teselli iştirmeye ihtiyaçlarının olması yas psikolojisinde manevi danışmanın çok boyutluluğuna dikkat çekiyor. Ancak manevi danışmanın rolüne dair ince ayrıntıların belirlenmesinden önce bu kurumun duyurusunun ve tanıtımının yapılmasının, öncelik verilmesi gereken bir iş olduğu bu araştırmada bir kez daha ortaya çıkmıştır. Yurtiçi veya yurtdışında yaşayan vatandaşlarımızın bulundukları ülkede ücretsiz bir hizmet alabilirken bundan bihaber olmaları da ayrıca düşündürücüdür.

3.2.6. Din Görevlilerinin Desteğı

Din görevlilerin desteğine dair paylaşacağımız bulguları, toplumsal dini alt temada değerlendirdiğimizi belirtmek isteriz. Kişi, sıkıntılı zamanlarında din adamlarının veya cemaat üyelerinin sağladığı ilgi ve yardımdan maddi ve manevi açıdan yararlanabilir. Bu bağlamda katılımcılarımıza din görevlilerinden veya cemaatlerinden yeterli manevi destek alıp almadıklarına yönelik fikirlerini sorduk. Yas sürecinde din adamlarından yeterince destek gördüğünü ifade eden katılımcılar (K3,

K7, K13, K15, K16, K19) olduğu gibi görmediğini söyleyenler de olmuştur (K1, K2, K4, K5, K6, K11, K12, K14, K17, K18, K20). Bunun yanı sıra çevresindeki insanların ilahiyat kökenli olmasından dolayı yeterince manevi destek gördüğünü ifade eden anneler de mevcuttur (K8, K9, K10).

Öncelikle din adamlarından veya cemaat üyelerinden manevi destek görmediğini ifade eden vakaları sunacağız. Bir katılımcımız, din adamlarının yas sürecindeki kişiyle ilgilenmesine yönelik düşüncelerini ve bu konuyla ilgili kendi tecrübelerini paylaşıyor:

“Yok. Vermedi. Maalesef o konuda hizmetleri zayıf. Açık söyleyeyim yani. Bence din görevlileri, hangi cemaat olursa olsun gerçekten; hak yolunda olan din görevlileri böyle ailelerin kaybı olanlara, ya da kaybı olmayıp da hasta olan mesela; gerçekten özel ilgilenmeleri lazım. şu anda ben mesela o kadar şey yaşadktan sonra ben ilk defa, şimdi paylaşıyorum seninle mesela, o kadar kayıp, gurbet içinde yaşadım, gurbet içinde bir daha gurbet yaşadım, kayıplarım oldu. Ben üzölüyorum. Alman psikoloğuna gittiğim için üzölüyorum. Neden? Biz biliyoruz tamam, tarikattır, tasavvuftur ama din görevlilerinin bu konuda hizmetleri sıfır yani. Gerçekten sıfır. Ama Türkiye’de Rukiye Karaköşe, psikolog, bilirsin belki. Onu çok seviyorum. Ben onda danışmanlık aldım mesela. O da ilahiyatı bitirmiş. Çok sevdiğim, değerli bir insan. Hem psikolog hem din-manevi şeyi vardı. İki şeyi vardı. Hatta İstanbul’a ofisine gittim. Ondan danışmanlık aldığımda buradaki psikologlardan çok farklı olduğunu gördüm. İnsanı dini yönden de yönlendiriyor... Din görevlisinin haftada bir kez bile o aileyi veya o kişiye araması hâl hatır sorması, bir şeye ihtiyacın var mı. Bu soru çok önemli. Nasılsın sorusu ve bir şeye ihtiyacın var mı.O insanın belki bir şeye ihtiyacı yoktur ama nasılsın demeli diye düşünüyorum.” (K11)

K11, böyle zorlu bir süreçte din görevlilerinin daha fazla hizmet sunmalarını beklediğini; dini, manevi ve psikolojik açıdan desteğin önemine işaret ederken dil ve kültür açısından da bir uyumun olması gerektiğini ifade ediyor. Böylece katılımcımızın tam anlamıyla anlaşılmak, kendini rahat hissetmek, dini ve kültürü açısından doğru yönlendirilmek istediğini anlıyoruz. Ancak katılımcımızın Almanya’da ikamet ettiğini belirtmek isteriz; din ve kültüre yönelik vurgusu bundan kaynaklanıyor. Bununla birlikte katılımcımız, din görevlisinin, kaybı olan aileye hâl hatır sormaya dair beklentisini de dile getirerek yas sürecinde kişiyle hemhal olmanın önemini vurguluyor.

K17 de din görevlilerinden bir destek görmediğini, özellikle kadın hocaların böyle bir süreçte eksikliğinin altını çiziyor. Onun hikayesinde vefatın covid-19 pandemisine denk gelmesinin daha da dezavantajlı bir duruma neden olduğunu görüyoruz. Diğer taraftan destek veren hocanın söylediği bir sözün bile ne ölçüde tesir edebileceği anlaşıyor.

“Yok be. Öyle bir şeyimiz yok. Pek bir sistemimiz yok... Bizim Diyanetle alakalı ya da hocalarla alakalı böyle bir şey yok. Biz o süreçte mesela kadın hoca bulamadık. Biz kadınlar evde toplandık, çok kalabalık olunca, erkekler de dernek gibi bir yerde yemek verildi. Şimdi erkek hoca erkeklere okuyor, kadınlara da okuyor ama kadın okuyamıyor. Şimdi biz kadın hoca aradık, kimse pandemiden dolayı gelmek istemedi kalabalık diye. Erkeklere okuyan hocaya sorduk, sağ olsun utana sıkıla da olsa geldi, dedi ki; kadın hoca bulamamışsınız, evin içinde sizin için de Yasin'imizi, duamızı okuyalım dedi Allah razı olsun. Sakın isyan etme, senin oğlun inşallah şehitlik mertebesinde diye ilk söyleyen oydu. Mesela o bana iyi geldi mi o cümle? Bana ferahlık verdi mi? Evet. Sonuçta bizden daha çok okumuş, bu konulara daha hâkim olmuş bir insan eğer bunu söylüyorsa, onun da bir ilmi var... Bana oğlumun iyi yerde olduğu söylenmesi iyi gelir mesela böyle bir durumda...” (K17)

Yine gurbetçi bir katılımcımız olan K4 de din görevlilerinden fazla bir destek göremediğini söylüyor, ancak o da hocanın onunla kurduğu diyalogu aklında tutmuş. Onun anlatısı da böylesi zamanlarda din görevlilerinin sözlerinin tesirini ortaya koyuyor. Öte yandan yukarıda işaret ettiğimiz hususu katılımcımız bizzat söylüyor. Din görevlisinin kimsenin bilmediği şeyleri söylemesi beklenmiyor, aksine ondan biliniyor da olsa o anda güzel şeylerin işitilmesi isteniyor.

“Camiden pek destek geldiğini hatırlamıyorum. Hocanın söylediği kelime çok şeydi.. Oğlum camiye getirildi, namazı kılınıp gidecek. Orada hoca yanıma geldi, dedi, inna lillah diye başladı, gerisini ben getirdim. Bu ya dedi, ne güzel dedi. Sizin için çok güzel bir şey dedi, sizin cennette bir köşkünüz var, şefaatiniz var. Çok acı ama.. Böyle şeyler çok önemli. Sen bir parça veriyorsun, için acıyor ama kat kat, misli, sen sabrettiğinde bu sana dönecek. Bu da doğru yapmanın bir onayı gibi. O da bir nebze olsun insanın içine su serpiyor... Senin aslında o an çok derin detay psikolojiye, bilgiye ihtiyacın yok ki. Tam o esnada bir şeyler öğrenmenin peşinde değilim. Kulağıma hoş gelen şeyleri, senin bildiğin şeyleri bana söyleyeceksin. Ben dinleyeceğim, içimdekilere tercüman olacaksın. Çünkü neye ihtiyacım olduğunu sen biliyorsun o esnada. Benim sadece sana içimdekileri açmam gerekiyor. Karşılıklı konuşacağım, diyecek nelerim var onları dinleyeceksin. Bildiklerini kendin yüksek söyleyebilse zaten sorun yok. Allah hediye

olarak onu bana verdi, sonra aldı ki bana cenneti verecek. İnandığım şeyi acımdan dolayı unuturum ya, sen hatırlatacaksın...” (K4)

Din görevlilerinden destek almayan ve çevresinde zaten birçok ilahiyatçı olduğunu ve onlardan da bir şey dinlemek istemediğini bildiren K8, bazen bilmenin de bir işe yaramadığını, o psikolojinin içerisinde bilgilerin de nötralize olabildiğini anlatıyor. Ancak o yukarıdaki iki örnekten farklı olarak, bu sözleri başkasından da duymak istememiş, adeta kendisini kapatmış.

“Yani dini destek olarak zaten dediğim gibi çevremdekilerin çoğu ilahiyatçı olduğu için onlardan yeterince destek gördüm. Bizzat ben ilahiyatçı olduğum için, hatta şöyle söyleyeyim; bir doktorla görüşmüştüm, o benim ne okuduğumu falan bilmiyordu. Telefonda görüştüm sadece, bir erkek doktordu. Doktor tabii ki karşısındakinin dini yaşantısının ne olduğunu bilmiyor. İki alakasız insan, konuşuyoruz orada. Hayatta dedi, imtihanlar vardır. Dedim ki bu tavsiyeyi benim size vermem gerekir. (Gülüyor). Bunu benim demem gerekiyor halbuki. Ama işte ne kadar dindar olursan ol, o yaşadığın şey seni tamamen sıfırlıyor. Bu tavsiyeyi sen verecekken, veremiyorsun. Yani ben bunu yaşamamış olsam ve birisinin çocuğu vefat etse derim ki, hiç üzülme bu sana ahirette şefaathçi olacak falan, günahsız çocuk falan, bir sürü şey söylerim. Hiçbir önemi olmaz benim için. Bunları duymak da dediğim gibi mutlu etmedi. Yani beni rahatlatmadı. O yüzden dayımla gidip yüz tane seans yapabilirdik, yüz kere görüşebilirdik. Bir kere bile görüşmedik. Bu konu hakkında hiç konuşmadım. Bazı ortamlarda konuştuğumuz oldu tabii ama hiç neredeyse konuşmadım. Hiç konuşmadım. (Gülüyor).” (K8)

Din adamlarından veya cemaatinden destek aldığını ifade eden katılımcılar içerisinde ise K7, iletişimde olduğu din görevlisinin kendisine destek olmasından şöyle bahsediyor:

“Manevi destek sadece hocamdan çok gördüm. Kuran hocamdan. Onunla çok konuştum. Kursu zaten bir sene gittim. Bir sene de çalışırken gidip gelmişim. O bana çok destek oldu, konuştu benimle. Hep aynı şeyleri anlatmaya çalıştı. Çoğuna inandım. Bir de bir arkadaşım vardı, o destek olurdu bana, başka da olan olmadı yani. Hocama çok inanırdım, çok severdim. Oydu yani bana destek veren.” (K7)

Ölüm sonrası bir kimseyle konuşmanın kişiyi rahatlattığı daha önce ele alınmıştı. Katılımcımızın bu yanıtından özellikle güvenilir ve sevilen bir hoca ile konuşmanın daha farklı bir destek sağladığı görülmektedir.

K12, başsağlığı esnasında bir hocanın verdiği tesellinin rahatlatıcı olduğunu dile getiriyor:

“Bir arkadaşım var, onun da dini konularda güzel tecrübeleri var. O çok destek oldu bana. İşte evime başsağlığı için bir hoca getirmişti. O gün ben çok rahatladım. O gün çok güzel konuştu benimle. Bilmiyorum, çok rahatladım açıkçası. Çünkü o zamanlar daha şey zamanlarımdı, acılı zamanlarımdı benim. Çok rahatlatı beni.” (K12)

Verilen yanıtlardan, kişinin zor zamanlarında din adamlarının veya cemaat üyelerinin sağladığı ilgi ve yardımla rahatladığı görülmüştür. Böyle bir desteğin söz konusu olmadığı katılımcılarda ise onlarla görüşecek ve dini teselliler verecek kimselerin olmasına ihtiyaç duyulduğu ortaya konmuştur. Nitekim Amerika Birleşik Devletleri’nde ani bir şekilde evlat kaybı yaşamış anneler üzerine yapılan bir araştırmada annelerin büyük çoğunluğunun kişilerarası dini desteğin başa çıkma sürecinde sıkça başvurdukları bir etkinlik olduğu tespit edilmiştir.¹³¹ Ayrıca katılımcılarımızın bir bölümü, din adamlarının hizmet eksikliğini özellikle kurumsal açıdan değerlendirmiştir.

Gurbette yaşayan ve cami organizasyonuna aşına olan katılımcılarımızın biri dışında (K19) hiçbirinin cemaat üyelerinin yas sürecindeki desteğinden ve bu yönde bir beklentilerinin olup olmadığından söz etmemesi ise bir başka bulgu olup, konuya münhasır çalışma yapılması gerektiğini düşünüyoruz.

Elde ettiğimiz bulgulardan yola çıkarak kurumsal veya daha özel anlamda din görevlilerinin, yas sürecinde olan kimselerle daha fazla ilgilenmesinin gerektiğini; bunun için başta cenaze sahiplerini detaylı bir şekilde takip etmenin gerekliliğini ve kaybı yaşayan ailenin ne tür ihtiyaçlarının olduğuna dair bir tespit yapılmasının önem arz ettiğini tespit ettik. Kişinin üyesi olduğu veya yakınında oturduğu camiden destek almasının diğer yönü, cemaat üyelerinden gelen desteğe bağlı olup; bu kimselerin kayıp yaşamış aileyle daha fazla irtibatta olmasının, acılı ailenin kederini paylaşmasına ve destek hissetmesinde önemli bir etken olacağı kanaatindeyiz.

3.2.7. Başa Çıkma Mekanizması

Zor zamanlarda kişi durumu anlamlandırma, kaybettiği kontrolü yeniden kazanma ve teselli bulma arayışına girer. Stresli ve sıkıntılı durumlarda kişinin içsel istek ve dışsal şartları idare etmek için kullandığı düşünce ve davranışların tamamı

¹³¹ Miriam J. Anderson, vd.: ”Psychological and Religious Coping Strategies of Mothers Bereaved by the Sudden Death of a Child,” **Death Studies**, 2005, C.29, No:9, s. 818.

başa çıkma olarak değerlendirilir. Bu süreçte kişi, yaşamak istemediği gerçek ile beklentisini uzlaştırmaya çalışır. Başa çıkma sürecinde kişinin sergilediği tutum ve davranışlar birer başa çıkma etkinliğidir.¹³² Başa çıkma mekanizması, hayat boyu gelişime tabi olmakla birlikte kişisel özelliklerden ve çevreden etkilenen çok boyutlu ve dinamik bir yapıdır.

Bu araştırmada psiko-sosyal ve dini olmak üzere iki kategoride ele alacağımız başa çıkma mekanizma yahut stratejileri tespit ettik. Öncelikle psiko-sosyal başa çıkmaya yönelik bulgularını sunacağız.

3.2.7.1. Psiko-Sosyal Başa Çıkma

Psikolojik ve sosyal yönü bir arada bulunduran başa çıkma stratejilerini ana hatlarıyla incelediğimizde “Elinden Geleni Yapmış Olma Tesellisi”, “Kurtuluş Tesellisi”, “Araştırma Yapma”, “Yeni Uğraşlar Edinme”, “Öğrencilerle Vakit Geçirme”, “Yeni Çocuk” ve “Hayvanlara Yardım Etme” gibi düşünsel, duygusal ve davranışsal etkinlikleri görüyoruz.

3.2.7.1.1. Elinden Geleni Yapmış Olma Tesellisi

Katılımcılarımızdan K4’ün bebeği ani bir şekilde rahatsızlanmış, gün boyu yoğun uğraşlar sonunda ise vefat etmiştir. O bu deneyimle başa çıkmada düşünsel bir stratejiye başvurmuştur.

“Benim oğlumdan kalma psikolojimde bir de şu var; bütün gün o zaman çabaladım, uğraştım mesela, sonunda şöyle dedim: “*Ben elimden geleni yaptım, Allahu Teala nasip etmedi, yanına aldı*”. Eğer onda pasif olsaydım, şu an nasıl olurum tahmin edemiyorum. O yüzden önden tedbirimi alırım, ne olursa olsun bu. Ondan sonra Allah’a havale ederim. Ondan sonra yapacak başka bir şey yok. Dua, doktora gitme, o şekilde yani.” (K4)

Ölüm sonrası yalnızca kişinin sergilediği davranışları değil, bu vakada olduğu gibi düşünceleri de başa çıkmaya dahil olmaktadır. Katılımcımızın hastalık şüphesiyle çocuğunu doktora göstermesi ve dahası evine ambulans çağırması, elinden geleni yeterince yapma tesellisi duymasını sağlamıştır. Tam anlamıyla İslam’ın tevekkül anlayışıyla örtüştüğünü düşündüğümüz bu örnek, bize İslam dinin emir, yasak ve

¹³² Ayten, a.g.e., s. 37-38.

tavsiyelerinin fitrata uygunluğunu, bir başka ifadeyle insana ruhen ve bedenen iyi gelen hükümler olduğunu görmemizi sağlıyor. Nitekim Şahin, tevekkül yöneliminin psikolojik sebep ve sonuçları üzerine yaptığı araştırmada tevekkül halinin rahatlama, psikolojik dayanıklılık, huzur, bencillik ve hırs tan korunma, kabullenme, iyimserlik, çok boyutlu bakış açısı, benlik saygısını artırma, öfke kontrolü, pozitif kişiler arası iletişim gibi psikolojiye iyi gelen yönlerini tespit etmiştir.¹³³

Bir diğer katılımcımız, çocuğunun hastalığı döneminde yaşadıklarından şöyle bahsediyor:

“Yok. Şu yönden çok rahatım; Allah’tan geldi. Çünkü benim çocuğumun ilk iki ayına kadar hiçbir şeyi yoktu. Birden rahatsızlandı. Benim de hiç keşke dediğim bir şey olmadı çünkü elimizden gelenin fazlasını yaptım. Benim eşim de bunu söylüyor. Başımı yastığa koyduğum zaman rahat uyuyorum. Şöyle rahat uyuyorum; ha, çocuğumu kaybettiğim için tabii ki çok üzülüyorum. O hep içinde böyle bir ateş, biliyor musun? Sönüyor. Ama şu yönden rahatım; benim çocuğum hasta olup da ben onun tedavisini yaptırmasaydım. İşte isteklerini yerine getirmeseydim, bakmasaydım, o zaman bir vicdan azabı çekerdim. Bir keşkem yok çünkü elimden gelenin fazlasıyla, kendimden ödün verdim. Dediğim gibi, benim çocuğum dışarıya çıkamıyordu güneşten dolayı. Benim komşularım dışarıda yaz günü. Dışarıda oturuyorlardı. Bana telefon ediyorlardı, ya gel aşağı. Kızıma soruyordum beş dakika inelim mi diye. Çünkü benim okula gidiyor dediğime de sanma ki böyle bütün gün okula gidiyor. Benim kızım bir saat gidiyor, benimle beraber gidiyor, onu içeriye koyuyorum, ben koridorda oturuyorum, bir saatlik dersini görüyor, onu alıp, geliyorum eve. Bu şekilde. Normal okul ama özel öğretmenin olduğu özel bir sınıf. Bir saat bir ders veriyor ona. Biz böyle yapışık ikiz gibiydik onunla. Ayrılmaz ikiz gibiydik. Komşularım da işte gel dışarıda oturalım, işte hepimiz dışarıdayız diye. Balkondan bakıyorum hepsi oturuyorlar, evimizin önü de müsait. Ve ben kızıma soruyorum bunu; kızım inelim mi beş dakika, oturalım mı? Hayır anne, istemiyorum, canım istemiyor dediği zaman ben kalıyorum. Demek istediğim, ben kendimden ödün verdim. Senelerce dışarıya çıkmadım, senelerce arkadaşlarımla görüşmedim. Her sene izine giden ben, ailemi görmeye, üç sene bile gitmediğim oldu, üst üste. Rahatsızlığından dolayı. Kendimden ödün verdim yani.” (K12)

Katılımcımızın bir anne olarak kızının tüm tedavilerini takip etmiş, onun isteklerini yerine getirmiş, ona düzgün bir şekilde bakmış ve kendinden ödün vermiş

¹³³ Meryem Şahin, “Dini Bir Değer Olarak Tevekkül Yöneliminin Psikolojik Sebep ve Sonuçları Üzerine Araştırma,” (Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2018, s. 144-146.

olması, kendisinin rahat olmasına; vicdan azabı çekmemesine ve bir pişmanlığının olmamasına neden olduğunu görüyoruz.

Her iki katılımcımızda da gördüğümüz, elinden geleni yapma tesellisi bir psiko-sosyal başa çıkma etkinliği olarak karşımıza çıkıyor. Bu teselli sayesinde söz konusu annelerin, ölümü kabullenmede ve onunla baş etmede kolaylık hissettikleri anlaşıyor.

3.2.7.1.2. Kurtuluş Tesellisi

Uzun süren, bir de acılarla devam eden hastalık süreçlerinin yıpratıcılığı yüksek olduğu gibi, hastayı acılarından arındırma imkânı olmadığında vefat bir kurtuluş olarak değerlendirilmekte, kaybın büyüklüğüne rağmen belli ölçüde teselli sağlamaktadır. Bir katılımcımız evladının hastalık sürecinde çok fazla eziyet çekmesinden dolayı vefatını bir kurtuluş olarak gördüğünü açıklıyor. Bu anlamda düşünsel bir başa çıkma stratejisini devreye sokan bu katılımcımızın bir diğer tesellisi de elinden geleni yapmış olmaktır.

“... Evet, elimden geleni yapıyordum ama çocuk için bir kurtuluş muydu.. Çünkü çocuk çok eziyet çekiyordu. O makinalarla, o şeylerle.. Anlatamam yani. O duygu da vardı ama bilmiyorum. Benim şöyle bir duygum vardı; bir saat de olsa daha fazla nefes alsın çabasıydım. Ama ben anneyim, ben öyle yaparım ama diğer taraftan da düşündüğüm zaman öyle çocukların bir kurtuluşu bence ölüm. Çünkü çok eziyet çekiyordu. Benim elimden de çok eziyet çekiyordu. Ben anneydim, onu iyileştirmek için, bir saat nefes alması için eziyet ediyorduk. Nasıl eziyet ediyordum? Göğsüne vuruyordum, sırtına vuruyordum balgam çıksın diye. Hani eziyet ediyordum resmen çocuğa. O da kolay bir şey değil. Gerçi acı çekmiyor falan dedi. Ama acı çekmez olur mu, insan o da sonuçta. Bir nevi kurtuluştı onlar için. Onun duygusu da vardı tabii benim içimde. Belki o yüzden de çok fazla isyan edememişimdir. Niye böyle verdin diye de isyan etmedim, niye böyle öldü falan da.. Üzüldüm, çok üzüldüm ama bu şekilde düşünerek.. Ama benim yanımdakiler de hep böyle konuştular. Eziyet ediyorduk yavruya, çocuk çok çekmişti, sen de çok çektin, sen de şöyle yaptın, çocukların böyleydi, hani çok fazla üzülme. Tabii ben hiç durmuyorum, ağlıyorum sürekli ama onların verdikleri o teselliler de, hani o an beynine giriyor o şey yani. Biraz da olsa o değiştiriyor duygularını, o teselliler. Ruhunu açıyor biraz, biraz yani.” (K7)

Evlatlarının üçünü genetik bir hastalık sebebiyle kaybeden anne, tedavilerinin ne kadar eziyetli geçtiğini anlatmıştır. Böylece katılımcımız, ölümü çocukları adına

bir kurtuluş olarak görerek ölümleriyle baş etmeye çalışmıştır. Dikkat çeken farklı bir husus ise çevresindekilerin bu düşüncede olup, katılımcımıza bu düşünce ve duyguyu benimsetmiş olmalarıdır. Düşünce tarzlarıyla ilgili anekdotlara baktığımızda, genel anlamda başa çıkmada bilişsel faktörlerin oldukça etkili olduğunu görüyoruz.

3.2.7.1.3. Araştırma Yapma

Bir katılımcımız bebeğinin vefatından sonra bilgi amaçlı araştırmalar yaptığını şöyle ifade ediyor:

“... Bilmiyorum herkes böyle mi yapıyor ama ben sürekli bilgi araştırdım. Videolar dinliyordum, kitaplar okuyordum falan. Hep bir şekilde kendime bir şeyler katmaya çalışıyordum. Benim kazancım ne? Ben kaybettim ama kazancım ne? Saçma olabilir ama bilgiye ihtiyacın oluyor. Olan şeyin senin için iyi olduğuna inanmak için geçerli sebeplere ihtiyacın var. Bunun bilincinde olabilmek için okuman lazım. Okuduğunu tekrarlayan lazım. Şeytan unutturuyor çünkü. Anında seni kandırabiliyor. O yüzden mecburen okuyordum... Ben çocuğumu kaybetmeden önce dinimizde çocuk ölümünün ne olduğunu bilmiyordum. Hiç aklıma gelip de araştırmadım. Saf oluyorsun. Böyle şeyler olmayacak sanıyorsun ama olduktan sonra dedim, tamam, Rabbim bunu yazdı. Ama neden? Bu neden oluyor? Sonra araştırmaya başlıyorsun. Neden dinimizde böyle bir ihtimal var? Sonuçta her şeye mantıklı bir cevabı var dinimizin. Tıbben tamam ama dinen bu benim için ne demek? Onu araştırıyorsun. Cevabını bulunca da rahatlıyorsun. İster istemez insan bir arayışa giriyor. Dedğim gibi benim bilmediğim bir konuydu. Aklıma gelip de araştırmazdım yani...” (K4)

Burada katılımcımız konunun gerek tıbbi gerekse dini yönünü araştırmak suretiyle bir yönüyle dini, diğer yönüyle düşünsel ve davranışsal başa çıkma yöntemini icra etmiştir. K4’ün, ölümün neden kaynaklandığını ve ölümden dolayı kendi kazancının ne olacağını öğrenmek istediğini dile getirmesi, yas sürecinde teselli bulmada bilişsel olarak tatmin olmanın önemini ortaya koymaktadır. Bilişsel tatmin kimi zaman “vardır bir hikmeti” mantığında olarak, kimi zaman da bu hikmetin ne olduğu hakkında bilgi sahibi olarak gerçekleşmektedir. K4’ü tatmin eden bilişsel çaba ikincisi olmuştur.

3.2.7.1.4. Yeni Uğraşlar Edinme

Yas süreçlerinde ortaya konulan stratejilerden biri de stresörlerden uzaklaşmaktır. Kimi bunu pasif yahut işlevsel olmayan alanlara kaçmakla, kimi ise

onu geliştiren yararlı etkinliklere yönelmek suretiyle gerçekleştirmektedir. Genetik bir rahatsızlık sebebiyle evladını kaybeden K8, bu durumla başa çıkabilmek için yeni bir üniversitede farklı bir bölüme yazıldığını anlatıyor. Onunki gelişim fikrinden ziyade ağırlıklı olarak kaçış ve teselli arayışı gibi duruyorsa da aktif ve işlevsel bir strateji olduğuna şüphe yok.

“... Daha sonrasında bu duygudan kurtulmak için ve uzaklaşmak için daha doğrusu çoğu insanla, ücretli öğretmenlik yaptığım o esnada genelde 12. sınıfa giriyordum ve beraber soru çözüyorduk. Dedim ki ben de sizinle sınava gireceğim, bakalım ne yapacağım falan dedim. Onlar da dediler, ya hocam ortalamayı yükseltme falan, klasik. (Gülüyor). Sınava bir gittim bu arada, girdim. Dedi ki eşim, istersen biz sana bir tercih yapalım belki havan değişir, ortamın değişir. Dedim ki olur, en yakın okullardan yazalım. Kriterim de yakın olması. Yakın okullarından yazdık, Medipol’de iki sene okudum, önlisans. Elektronörofizyoloji diye bir bölüm okudum. Hiç alakasız. Dedim ki bakalım. İsmi en karışık, hiçbir fikrimizin olmadığı bir bölüm olsun. Hakikaten de çok uzun, tek kelimelik aşırı uzun bir bölümdü, hatta üç haftaya yakın ismini tam söyleyemedim. Tam bu sıralardan yazalım, özel üniversite olduğu için niye para vereyim, alakasız, saçma, ruh sağlığım düzelecek diye. (Gülüyor). Bir gelecek hedeflesem tabii düşünürdüm de, oraya tam burslu olarak girdim. İki sene de o şekilde insanlardan uzaklaştım. Tamamen beni hiç tanımayan, hatta aynı yaşta olduğumuzu zanneden, dersine girdiğim öğrencilerle aynı yaşta olduğum milenyum çocuklarıyla, 2000’lilerle. Orada büyük olduğumu bilmediler tabii. Ne yaşadığımı hiç bilmiyorlardı zaten. Sadece evliyim, ikinci üniversite yapıyorum, ne okuduğumu da bilmiyorum, bir hedefim yok yani, hobisine okuyorum. (Gülüyor). Onlara göre kendimi bir tık daha zeki hissediyorum, aslında alakası yok. Bence tabii yani, herkes oraya gittiyse demek ki aynı seviyedeler yani, birkaç puanla. O şekildeydi. Kendimi baya bir rahat hissettim orada.” (K8)

Vefat sonrası katılımcımızın yeni bir eğitime başlama durumunu, bir başa çıkma etkinliği olarak değerlendiriyoruz. Yas sürecinde odak noktasını dağıtmak, tanınmadığı bir yerde bulunmak ve insanlardan uzaklaşmak, katılımcımızın kendini rahat hissetmesini sağlamıştır.

3.2.7.1.5. Öğrencilerle Vakit Geçirme

Vefat eden bir çocuğun ödünlmesini yeni bir çocuk yapmadan da gerçekleştirmek mümkün görünüyor. Öğretmen olan bir katılımcımız, öğrencileriyle vakit geçirmesinden ve onlara rol model olmaya çalışmasından bahsediyor. Kendisinin Din Kültürü öğretmeni olması ise ayrıca olumlu etki etmiş.

“Şimdi öğretmen olduğumu söylemiştim. En kıymetli şeyimin öğrencilerim olduğunu düşünüyorum. Yani 19 tane öğrencim var, belki bir tanesine veya iki tanesine dokunabilmek. Ben eskiden beri şunu yapardım; kılâyım kılmayayım okulda, işte öğle saatinde üstüne basa basa, işte çocuklar ben öğle namazına gidiyorum veyahut da ekstra oruç tuttuğumda – Ramazan’da zaten tuttuğumu biliyorlar – bugün ben oruçluyum.. Bunu bir öğretmenleri olarak önlerinde bir model olma anlamında her zaman vurgulardım. Ama bunu birazcık daha artırdım diyebilirim. Dini boyut. Her daim oğlumu da.. Sınıfta bir şey oluyor; çocuklar diyor, abinizle ilgili konuşmak beni üzmüyor. Çünkü üzüyorlar benim halime bazen ister istemez gözümünden yaş akıyor. Onun diyorum her hali beni çok mutlu ediyor, ben bundan dolayı ağlıyorum veya bundan dolayı gözümünden yaş akıyor. Yani ben teselliyi öğrencilerimde buldum diyebilirim. Sırf dün birkaç öğrencimin bulunduğu camiye giderek belki onlarla rastlaşım diye, iki tanesiyle teravihte karşılaştım. İşte öğretmenimiz de teravihe geldi, model olabilmek adına. Normalde öncesinde olsa çok zorlanacağım bir şey inşallah bu hafta sonu yapacağım. Tüm sınıfımın öğrencilerle iftar açacağım. Onlarla şu an ilgileniyor olmak, onlarla dersin dışında her fırsatta manevi, Rabbimizle alakalı, Peygamberimizle alakalı şeyleri her noktada sıkıştırıyorum. Zaten din dersi de olduğu için 4. sınıfta, her fırsatta oradan yaklaşıp işe girmeye çalışıyorum. Yani teselliyi kesinlikle.. İyi ki öğretmenmişim diyorum, başka bir meslek olsaymış da bu rahatlığa ulaşamazdım. Yani öğrencilerimde buldum diyebilirim.” (K9)

Başta çıkma faaliyeti olarak bir öğretmenin öğrencileriyle vakit geçirmesi, kendisinin onlarla teselli bulmasını sağlamıştır. Ancak salt bir beraberlikten ziyade öğrencilerine Allah’ı anlatma ve onlara rol model olma adına yaptığı farklı etkinliklerden bahsederken bunu dini bir hedef doğrultusunda yaptığı açıktır. Ancak biz bu anekdotun dini yönünden ziyade psiko-sosyal yönüne odaklanmayı tercih ettik.

3.2.7.1.6. Yeni Çocuk

Psiko-sosyal başta çıkma etkinliklerinden bir diğeri, vefat eden çocuğun yerini doldurmak, onun yaşattığı veya yarım bıraktığı duyguları devam ettirmek ve belki de vefat edene yapamadıklarını yapmak üzere dünyaya yeni bir çocuk getirmedir. Katılımcılarımızdan bir kısmının (K1, K2, K4, K5, K6, K10, K14) vefat eden çocuklarının ardından tekrar hamile kalmaları söz konusu olmasıyla birlikte üç katılımcımız, bu durumu özellikle bir etkinlik niteliğinde ele almıştır (K1, K4, K10). Dahası bu, sadece travmayı yaşayanların değil, çevredekilerin de sahip olduğu bir fikirdir. Bir katılımcımız vefat eden evladının acısını daha hızlı atlatması için

çevresinden gelen tavsiyeyi “Bir tane daha çocuk yapın diyenler oldu, en azından onlarla vakit geçirirsiniz, kafa dağıtırınız dediler, öyle yani.” (K1) sözleriyle ifade etmektedir. Nitekim o, tekrar bir bebek sahibi olmuş, yeniden annelik duygusunu yaşamıştır.

Yeni bebek yaparak teselli olma arayışının yersiz olmadığı anlaşılıyor. K4, tekrar çocuklarının olmasının üzerine ölüm acısının yavaş yavaş kaybolduğunu “... o acı, o yası yavaş yavaş ortadan kayboldu. Çünkü onun üstüne başka çocuklarım olmuş olmasaydı o zaman o hala canlı kalırdı.” (K4) sözleriyle aktarmaktadır.

K10 ise bir evladın yerini ancak diğer bir evladın doldurmasından şöyle bahsediyor:

“... evladın yerini az da olsa acısını evlat dindiriyor. Tamam, bir an bile unutmuyorsun bebeği. Zaten dediğim gibi, kalbine gömüyorsun. Başka bir yer bulamıyorsun yani onu koyacak. Ama evlat biraz daha acısını alıyormuş. Biraz daha oyalıyormuş.” (K10)

Çocuğu vefat etmiş annelerin olumsuz duygularını düzenleme ve kaybettikleri anlamı ve kontrolü yeniden kazanma amacıyla bir çocuk yapmakta oldukları görülmektedir. Söz konusu üç katılımcımız, bunu bilinçli bir etkinlik olarak ele almışlardır; diğer annelerden de böyle düşünenler olabilirse de görüşmelerde buna dair bir bilgi paylaşmamıştır. Ölüm sonrası katılımcılarımızın yeniden evlat sahibi olmaları bu anlamda ölümü kabullenmede, ölümle baş etmede, psikolojinin toparlanmasında ve rutin hayata dönmelerinde etkili bir yol olduğu gözler önüne serilmiştir.

3.2.7.1.7. Hayvanlara Yardım Etme

Bir başka ödünleme ise insan olmayan canlılara yardım etmek suretiyle gerçekleşmektedir. K18 de bunu yaptığını anlatıyor.

“... Etrafımdaki hayvanlara çok yardım etmeye çalıştım mesela. Her gün kedilere.. Hamile bir kedi vardı, her gün eşimle ona mama taşıdık. Okşadım. Ve bir gün dedim ki; bunu dedim, ablan cennetten gönderdi dedim. Ablana dua et, tamam mı dedim. O gece eşim rüyasında kızımızı gördü; bembeyaz elbiseli, dedim ya melek gibi. O kadar yüzü parlak ki diyor eşim. Ve kızımız öyle güzel gülümsüyor ki, gözleri o yardım ettiğimiz kedinin gözleri oldu dedi. O kadar güzel bir rüyaymış ki. Kızımız böyle yaklaşıyormuş, o göz aynı o kedinin gözleri gibi diyor. Kedinin gözleri de çok güzeldi. İşte bunlar bizi mutlu ediyor... Kızımız belki şifa meleği oldu Allah'ın yanında dedim. Sonra bir anda kucağıma bir kedi atladı. Yemin ediyorum. Kedi topal ama. İnmiyor

kucağımdan. Aldım, yemek yedirmeye götürdüm. Kedi indi kucağımdan. Yürüyerek indi gitti. Belki bize o anda öyle gösterildi. Yani mucize tarzı şeyler yaşadık.” (K18)

Katılımcımızın hayvanlara – özelde kedilere – yardım etmesini, yemek yedirmesini ve onları sevmesini psiko-sosyal başa çıkma etkinliği olarak değerlendirmekteyiz. Eşiyle birlikte yaptıkları bu yardımlardan sonra gördükleri rüyalar, çiftin yaptıklarının doğru olduğuna kanaat getirmelerini sağlamıştır.

Psiko-sosyal başa çıkma etkinlikleri, sunduğumuz bu örneklerle sınırlı değildir ancak mülakatlarımızdan bu temalar ön plana çıkmıştır.

3.2.7.2. Dini Başa Çıkma

Din, kişinin hayatında önemli bir role sahip olduğundan olayların nasıl değerlendirilip anlamlandırılacağını da etkiler. Hayatın farklı ihtiyaçlarına cevap veren dini inanç ve uygulamalar, bazen gerçeklerin değiştirilemediği durumlarda algıyı değiştirme ve ona sabretmede etkili olduğu için başa çıkma sürecinde de yararı olur. Dolayısıyla dini inanç ve uygulamalar; insanların zorlukları aşmasında, olumsuz duygusal sonuçları engellemede ve hafifletmede etkili olur. Bunun yanı sıra dini inanç ve uygulamaların anlamının korunması veya dönüştürülmesinde ve sorun çözümünün kolaylaştırılmasında kullanılması, dini başa çıkmanın fonksiyonları içerisinde yer almaktadır.¹³⁴

Bu başlıkta başa çıkma mekanizması dini yönden değerlendirilerek evladını kaybetmiş annelerin başvurdıkları dini başa çıkma stratejileri ele alınacaktır. Bunlar olumlu ve olumsuz dini başa çıkma olmak üzere iki alt başlıkta işlenecektir.

3.2.7.2.1. Olumlu Dini Başa Çıkma

Dini başa çıkma, dinin başa çıkma sürecindeki görevi açısından olumlu ve olumsuz dini başa çıkma olmak üzere ikiye ayrılır. Olumlu dini başa çıkmada kişi, tecrübe ettiği olayı atlatabilmesi için dini ve Allah’ı bir yardımcı ve destekçi olarak görür. Burada Allah ile güvene dayalı bir ilişki söz konusudur. Dolayısıyla bu süreçte dini unsur ve süreçler bulunur ve bunlar başa çıkmayı olumlu anlamda destekler.¹³⁵

¹³⁴ Ayten, a.g.e., s. 40-41.

¹³⁵ Göcen, **Kavram Atlası: Din Psikolojisi I**, s. 135.

Burada öncelikle olumlu dini başa çıkmaya dair elde edilen bulgular ele alınacaktır. Bu bulgular, “İnanç Boyutu”, “Dini Tutum Boyutu” ve “İbadet Boyutu” olmak üzere üç alt tema halinde işlenecektir.

3.2.7.2.1.1. İnanç Boyutu

İnanç Boyutu teması altında “Allah İnancı”, “Ahiret İnancı”, “Kader İnancı”, “Şefaât İnancı” ve “İmtihan İnancı” alt temaları ön plana çıkmaktadır. Bunların tamamının, katılımcılarımızın inanç yapısına ve ölümle başa çıkmada inancın rolüne ışık tutacağı düşüncesindeyiz.

3.2.7.2.1.1.1. Allah İnancı

Kişinin Allah’a inanmasında ve dine yönelmesinin arka planında pek çok etkenin varlığından söz edilebilir. Ölüm hadisesiyle karşılaşan bir kimse göz önünde bulundurulduğunda, kişinin güçsüzlük ve çaresizlik hissettiği bir dönemde kendini emniyete almak, kendine güven sağlayacak kudretli bir varlığa yönelerek sığınmak ister.¹³⁶ Fromm, insanda bir şeye yönelim ve bağlılık sisteminin olduğunu ve bunun varoluşun ayrılmaz ve çok güçlü bir parçası olduğunu ifade etmektedir. Dinin evrensel olması da tam olarak bu yönelim ve bağlılıktan kaynaklanmaktadır. Ona göre kişi, yönelecek ve bağlanacak bir amaca sahip olma açısından dinsel bir ihtiyaç duymaktadır. İnsan bu anlamda bir doyum yaşadığı takdirde istek ve hayallerinin tatmini yönünde bir güven oluşmaktadır ki bu da kaygı ve endişelerinin azalmasına veya rahatlamasına neden olmaktadır.¹³⁷

Zorlu yaşam olaylarıyla karşılaşan insanlar, hayatlarındaki kontrolü yeniden ele almak için başa çıkma yöntemlerine başvururlar. Bu durumda kişi, Allah ile iş birliği kurarak dini teslimiyet yoluyla veya Allah’ın müdahale etmesi için dua etme gibi yöntemlerle kendi durumlarıyla başa çıkmaya çalışırlar. Daha üstün bir varlığa bağlanma hissini sağlayan din, ona bağlı olarak kişinin bir sorunla karşılaşması durumunda manevi teselli bulmasını ve rahatlamasını sağlamaktadır. Araştırmamızın bu kısmında katılımcılara karşılaştıkları vefat hadisesiyle başa çıkabilmek için Allah inancından destek alıp almadıklarını; inancın bu anlamda katkısı olup olmadığı

¹³⁶ Hüseyin Peker, **Din Psikolojisi**, İstanbul, Çamlıca Yayınları, 2017, s. 76-78.

¹³⁷ Peker, **a.g.e.**, s. 79-80.

sorulmuştur. İstisnasız her katılımcı (K1-K20) bu süreçte Allah inancından destek aldıklarını söylemiş ve buna dair düşüncelerini paylaşmışlardır.

Katılımcıların Allah inancıyla ilgili en sık başvurdukları dini başa çıkma etkinlikleri arasında dua unsurunun bulunduğu gözlemlenmiş, katılımcıların evlatlarının vefatı ile başa çıkmada duanın etkin bir role sahip olduğu görülmüştür. Örnek olarak verilecek ilk alıntı K5'e aittir. O, başa çıkma yöntemini Allah'a yakınlaşmak olarak ortaya koymuştur. Katılımcı, duygu ve düşüncelerini şöyle ifade ediyor:

“Ben Allah’a daha fazla yakınlaşmayı tercih ettim. Onunla daha fazla zaman geçirmeyi tercih ettim. Mesela secde daha uzun kalmayı tercih ettim. Mesela ağlarken gözyaşlarımı akıttığım çok oldu, O’nunla orada dertleştiğim çok oldu çünkü beni sadece Allahu Teala bilir, sadece O anlardı beni, başka kimse anlamazdı beni. Yaşamayan hele hiç anlayamaz. Bundan dolayı sadece O’nunla vakit geçirdim elhamdülillah. Sadece Kuran-ı Kerim’im olsun, ibadetlerim olsun, namazım ve seccadem olsun. Seccadem gerçekten benim en yakın arkadaşım oldu o dönemlerde. Elhamdülillah ki ben böyle bir süreç geçirebildim çünkü elhamdülillah ki bilinçli insanlardık...” (K5)

K5, Allah’a yakınlaşma sırasında bu yakınlıkla özdeşleştirdiği seccadesini ön plana çıkarmıştır. Bu örnekte kişinin, soyut yönelimi olan seccadeyle somutlaştırdığını görüyoruz. Bununla birlikte katılımcımızın Allah ile yakınlaşma ve dertleşme, O’na uzun süre secde etme, O’nunla çok vakit geçirme, Kuran-ı Kerim okuma, namaz kılma gibi dini ibadetleri inançla özdeşleştirdiğini de anlıyoruz. İnancı bunlardan bağımsız bir olgu olarak görmediği kanaatindeyiz.

Katılımcılardan ikisi (K4, K6) hayrın ve şerrin Allah'tan geldiği inancına dikkat çekmiştir. Buna örnek olarak K4’ün açıklamasını paylaşmak istiyoruz:

“Onun üstesinden gelebilmek için hem psikolojik hem de iman açısından Allah’ım sen yardım et diyorsun. Psikolojim iyi, ben atlatırım, o öyle olmuyor. O kadar kolay olmuyor. İllaki araştırıyorsun, Allah’a sığınıyorsun. Allah’ım içimdeki ateşi hafiflet, gönlümü ferahlat, aklıma sahip ol, mukayyet ol falan diye dua ediyorsun, yalvarıyorsun. Muhakkak oluyor. Mesela Allah’a inanmayan biri olmuş olsa bile muhakkak bir şeye sığınması lazım. Bunun üstesinden gelebilmek için... Psikolojide insana ne yardım edecekse, bir şeyden yardım alabildiğini düşünmesi lazım. Bizde elhamdulillah öyle değil. Bizde belli, hayrın ve şerrin de Allah’tan geldiğini bildiğimiz için. Bize şer olarak görünen belki de hayırdır. O yüzden o bilinç bizi hafifletiyor.” (K4)

Bu anekdottan hareketle katılımcımızın Allah'a sığındığını, acısını hafifletmesi/gönlünü ferahlatması/aklına mukayyet olması için O'na dua ettiğini ve araştırma yaptığını vurguluyor. Bu ifadelerden katılımcımızın, kişinin dini benimsediği ve bilinçli olduğu kadar bu zorlu olayı anlamlandırmak için ne tür düşünce ve davranışlara sahip olması gerektiğini açıklıyor. Psikolojik ve dini anlamda insanın bir şeylere tutunması gerektiğini ifade etmekle birlikte bunları Allah inancı kapsamında değerlendirmesi oldukça önemlidir.

K7, K10, K12 ve K16, ölüm sonrası ayakta kalabilmelerinin Allah inancına sahip olmalarından kaynaklı olduğunu açıklamışlardır. K7, çocuklarından üçünü genetik bir kas hastalığı sebebiyle kaybetmiş ve bu durumu "Benim ayakta durmamın sebebi zaten inancım. Ayakta durmamın sebebi, hani aklımı kaybetmememin sebebi, hani daha ayağımın üzerinde durmamın sebebi inancımdır benim, kesinlikle. Kesinlikle inancımdır. İnanmasa insan olmaz yani. Aklını kaybeder" (K7) sözleriyle dile getirmiştir. Katılımcımız net olarak Allah'a olan inancını ve bunun sayesinde aklını yitirmemesine dikkat çekmiştir.

Engelli oğlunu kaybeden anne, vefat sebebiyle Allah'a sığınarak teselli bulmanın yanı sıra Allah'ın varlığını daha fazla idrak edebildiğini anlatıyor.

"Allah'ın varlığına.. Ahirete inandığımız için, az önce söylediğim gibi; biz burada misafiriz yani. Allah'ın varlığını daha çok idrak ediyorsun. Bizim elimizde olan bir şey değil ölüm. Rabbim ol dedi bizi dünyaya getirdi. Zamanı, vakti geldiğinde de canını alacak mesela. Aldı da. Bu insanın imanını kuvvetlendiriyor... En büyük tesellim zaten Allah'a sığınmaktı." (K11)

Katılımcılar namaz kılma, Kuran-ı Kerim okuma ve dinleme, Allah'a dua etme, O'na sığınma, O'na yakınlaşma, zikir, bu işin dini yönünü araştırma, teslimiyet bilincine sahip olma, bu olayın imtihan olduğunu düşünme, Allah'ın evladını çok sevdiğini düşünme ve evladına kavuşacağını düşünme şeklinde Allah inancına bağlı farklı düşünsel dini başa çıkma yöntemlerine değinmişlerdir. Bunun yanı sıra katılımcıların çoğu Allah inancı sayesinde ayakta durabilmiş ve ölümü anlamlandırabildiklerini vurgulamışlardır. Birçok alanda kendini gösteren dini başa çıkmanın, inanç alanında da çok güçlü bir etkiye sahip olduğunu görüyoruz. Katılımcılarımızın ifadelerinden sahip olunan iman ve Allah inancının kişiyi motive ettiğini ve ölüm ile başa çıkmada etkin bir role sahip olduğunu teyit etmiş olduk.

Nitekim Sami, pandemi nedeniyle yakınıını kaybeden kimselerle yaptığı araştırmada katılımcıların tamamı yas sürecinde dini inancın stresle mücadele konusunda etkili olduğunu beyan etmişlerdir.¹³⁸ Ateş'in şehit aileleri ve gaziler üzerine yürüttüğü araştırmada Allah inanç ve algılarının başa çıkma sürecini olumlu etkilediği ve Allah ile kurulan teslimiyete dayalı bağ, ailelerin hayatlarına devam etmeleri anlamında yardımcı olduğunu tespit etmiştir.¹³⁹ Bunun aksine Pasquale'nin yurtdışında ebeveyn kaybı üzerine yaptığı araştırmada dini inancın bu zorlu olaydan etkilendiği ve ateizme sürükleyen bir faktör olduğunu tespit etmiştir.¹⁴⁰

3.2.7.2.1.1.2. Ahiret İnancı

Manevi teselli ve rahatlama bulması altında değerlendirilebilecek bir diğer konu ahiret inancı, yani öldükten sonra tekrar dirilme ve bu dünyada yapıp edilenlerin karşılığının kalıcı olarak alındığı ebedi hayata yönelik imandır. Kişinin ahiret inancından destek alıp almaması belirleyici etkenlerdendir. Ahiret inancına dair bulguları ortaya koymak anlamında katılımcılara “Ahiret inancınız size nasıl bir etki sağlıyor? Ahiret inancınız varsa, size ne gibi olumlu veya olumsuz duyguları beraberinde getiriyor? Sizce ahiret inancı ölümle başa çıkmanızda yardımcı oluyor mu? Ahiret inancınız yoksa, ölümle başa çıkmanızda başvurduğunuz farklı inançlar var mı?” soruları yönlendirilmiştir. Verilen yanıtlardan tüm katılımcıların ahirete iman ettiği görülmüş, ahiret inancının çoğuna destek verdiği tespit edilmiştir (K1, K2, K3, K4, K5, K6, K9, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K17, K18, K19, K20).

Ahiret hayatının katılımcılar tarafından önem arz ettiği aşıkardır. Bu olguya yüklenen anlamlar içerisinde özellikle ahireti bir buluşma mekânı olarak gören katılımcıların sayısı fazladır (K5, K6, K9, K11, K12, K13, K16, K17, K18). Bu konuya ışık tutması için oğlunu bir trafik kazası sonucunda kaybeden anne olan K9'un açıklamasına yer vermek istiyoruz. O ahiretin birçok başka anlamlarının yanı sıra bir kavuşmayı da çağrıştırdığını anlatıyor.

¹³⁸ Said Sami, “Covid-19 Nedeniyle Yakınlarını Kaybeden Bireylerde Yas Süreci ve Dini Başa Çıkma,” **İlahiyat Tetkikleri Dergisi**, 2021, C.1, No:55, s. 435-436.

¹³⁹ Ateş, a.g.e., s. 163-166.

¹⁴⁰ Göcen, Genç, “Ebeveyn Kaybı Yaşamış Bireylerde Otobiyografik Bellek, Allah Tasavvuru ve Dini Başa Çıkma,” s. 313-349.

“Ahireti hep son zamanlarda doğal olarak oğluma kavuşma olarak hep düşünüyorum ama bunun eksik kaldığının farkındayım yani. Amacım sadece orada oğlumla buluşmak, kavuşmak değil.” (K9)

K11 ise insanın dünyada misafir olduğunu, sevdiklerinin ahirette olması ve onlara kavuşmak için amellerine özen göstermesi ve gayret etmesi gerektiğini, bununla birlikte Allah’ın rızasını daha fazla kazanması gerektiğine dair düşüncelerini “İnsan bu dünyada tamamen bir misafir olduğunu düşünüyor. Şu anda benim bütün sevdiklerim hepsi ahirette. Benim ne yapmam lazım o zaman? Ahiret için amellerimi daha düzgün yapmam lazım. Rabbimin rızasını daha çok kazanmam lazım. Daha çok gayret etmem lazım... Şu anda benim tesellim, benim bütün sevdiklerim orada. Bütün sevdiklerim. Allah’ın izniyle onlara kavuşacağım...” sözleriyle paylaşmıştır.

Bir katılımcımız, ahiret inancının vefat ile başa çıkmasında kendisine verdiği desteği “Ahiret inancım bana bu yolda destek oldu. Allah’a şükrettim, nasıl olsa kavuşacağız. Bugün olmazsa yarın...” (K1) sözleriyle aktarıyor. Ahiret inancının ve orada evladına kavuşma fikrinin, katılımcıyı teselli etmesi sebebiyle olumlu etkisi olduğu görülmektedir.

Katılımcıların sıkça vurguladıkları hususlardan biri vefat edenlere ahirette kavuşma ümididir. K6, evladının ahirette kendisini beklediği için sevindiğini dile getiriyor. İlgi çekici bir şekilde o, kendisini ölüme öylesine hazırlamış ki bu dünyada kalacaklardan ayrılmanın burukluğundan bahsetmesine rağmen oradaki kavuşmanın tesellisinden söz ediyor. Onun anlatısında dikkat çekici bir diğer husus “gerçek dünya” unsurudur.

“Ahiret. Kavuşma anını bekliyorum. İnşallah yani. Burada oturursun da Türkiye’ye gidiyorsun, orada da farklı insanlar bekliyor ya seni. Buradan ayrılacağına üzülüyorsun, tabii ki buradakilerden. Ama orada da bekleyenim var diye çok güzel bir duygu oluyor. Er geç 47 yaşına kadar gelmişim, bir 15-20 senem daha geçse diyorsun, gelip geçici bu şey. Ama gerçek dünyada da bekleyenim var diye seviniyorsun. Yoksa boynu bükük giderdim. (Gülüyor).” (K6)

K17 de bir kavuşma motifinden söz ediyor. Onun resmettiği hikayede oğlu cennetin kapısında bekliyor ve içeri birlikte giriyorlar. Cennet ümidini besleyen ise oğlunun suçu olmaksızın kaza kurşunuyla öldürülmüş olması.

“Bu ölümün daha geniş bir katmanı var... O görüntüleri ben ilk gün izledim. Vurulma anını. Düşündüğüm ilk şey neydi biliyor musun? Kelime-i şehadet getirmiş midir?

Çocuğumun aklına gelip de Allah onu nasip etmiş midir? Çünkü ben sonra birkaç hoca hanımla tanıştım. Bizim evimize okumaya gelen erkek hoca da aynı şeyi söyledi; bak kızım, çok acı bir şey yaşadın ama zaten çok genç, ne kadar günahı olabilir? Artık silahla öldürülmüş, hiç haberi yokken, hiç suçu yokken. Şehitliğin mertebeleri vardır. Allah inşallah onu şehitlik mertebelerine kabul edecektir. Bunu kitapta defalarca yeri vardır. Okuyan da bilir... Ben şu an inanıyorum ki oğlum o şehitlik mertebelerinden birinde cennetin kapısının birinde beni bekleyecek ve elimden tutup, benimle birlikte girecek. Çünkü ben bunu bu şekilde düşünmezsem hem imanımı zedelemiş olacağım hem de kafayı yemiş olacağım...” (K17)

Katılımcımızın ahirette kavuşmaya yönelik düşüncesinin şehitlik konusundan da kaynaklandığını görüyoruz. Psiko-dini yönlerden açıklayabileceğimiz bu anekdotta kendisinin de ifadesinden anlaşılacağı üzere; bu şekilde düşünmezse imanının zedeleneyeceği ve psikolojisinin bozulacağı fikri, ölümü kabullenmede, onunla baş etmede ve hayatına devam etmede ne kadar etkili olduğunu anlıyoruz.

Ayakta kalmasının büyük bir sebebinin ahiret inancı olduğunu açıklayan bir başka katılımcımız, kızının cennette olacağını ve onunla orada buluşacağına olan inancını şöyle ifade ediyor:

“Ahiret inancı bizi yaşıyor. Allah ayetinde sizi yeniden dirilteceğim diyor. Orada dirilme var. Allah’a kavuşma var. Allah’a layık kullar olabilirsek. Elbette ki günahlarımız var, günahlarımızı çektikten sonra eninde sonunda Rabbim bizi ahiretinde yeniden bir araya getirecek. O inanış olmasa biz nasıl yaşırdık? O buluşma olmasa... Kızım Rabbimin yanında. Cennette en güzel yerde. Bunu bilerek ölmek bile ne kadar güzel. Biz onu göremesek de o mutlu ya, bize o da yeter. Ben Allah’ın bizi buluşturacağını inanıyorum.” (K18)

Ahiret inancına dair yapılan tüm bulgulardan ölümün, bir son veya yok oluş olarak görmedikleri; ahireti ise Allah’a ve sevdiklerine kavuşulan yer olarak tanımladıkları tespit edilmiştir. Işık’ın yaptığı araştırmada da aynı sonuca varıldığı görülmüş,¹⁴¹ ahiret inancının ölümü kabullenmede ve onunla baş etmede etkin bir rolü olduğu kanaatine varılmıştır. Aynı zamanda Sami, pandemi nedeniyle yakınlarını kaybeden kimseler üzerine yaptığı araştırmada ahiret inancının yalnızca öteki dünyada kavuşmayı değil, bu dünyada yaşanan sıkıntıların karşılığının ahirette Allah tarafından verileceğine dair umuda işaret ettiğini tespit etmiştir. Nitekim Kula, deprem

¹⁴¹ Işık, a.g.e., s. 175.

sonrası yakınlarını kaybeden kişilerin en çok destek aldıkları dini başa çıkma etkinlikleri arasında ahiret inancının olduğu ortaya koymuştur.¹⁴²

3.2.7.2.1.1.3. Kader İnancı

Kader inancı, kişinin bir zorluk anında destek ve teselli bulabildiği bir diğer inanç türüdür. Katılımcıların çoğu kader olgusunu alın yazısı ve ilahi takdir olarak değerlendirip, bunun değiştirilemez bir olay olduğunu vurgulamaktadırlar (K1, K2, K3, K7, K9, K11, K12, K14, K15, K16, K17, K18, K19, K20).

Evlatlarının vefatını kaderlerinin bir parçası olarak gören katılımcılar, kendi işlerinde kadere dair bir soru işareti barındırmamaktadırlar. Katılımcılar kaderi hükme bağlanmış kesin sonuçlar olarak görmektedir. “Herkes alnına yazıldığını görür, bana da bunu yazmış ki ben de bunu bir şekilde görecektiğim” (K2) sözleriyle bu durumu dile getiren katılımcımız, bebeğinin vefatıyla karşılaşmasının değiştirilmez olduğunu ifade etmektedir.

Kader konusuna dair en net yaklaşımlardan birini K20’nin ifadelerinde buluyoruz. Başına gelen vefat hadisesine rağmen kader inancında bir değişiklik olmadığı gibi bunu kaderinin bir parçası olarak gördüğünü şöyle ifade ediyor:

“Biz mesela buraya taşındık başka bir yerden; insanlar dedi ki, oradan taşınmasaydınız böyle bir şey olmayacak mıydı? Ben diyorum; eğer bu benim imtihanım ise, bu olacaktı. Ben orada kendimi uzak hissettim, cemaate. Onu iki türlü görebilirsin; orada annemgil falan çok yakın değildi, ben biraz dıştaydım. Oğlan çocuklarını büyütmede çok zorluk çektim. Eşimin o konuda pek desteği yoktu. İşte baba, işe gidiyor geliyor. Camilere götürmek, eğitim vermek, çok yoruluyordum. İşten gelip çocuklarımı alıyordum yine götürüyordum. Çocuklarım buluş çağına erince Almanların içki içmesine falan ben daha çok şey yapıyordum. Ondan sonra diyorum ki; insan diyor ki, belki de buraya gelmem.. Ben buraya hicret niyetiyle geldim, burada dergahlar var. Dergahlara yakın olmak için. Ben çocuklarımla 100 km yapıyordum her gün. Dedim ki olmaz, ben yıprandım. O taraftaki evimizi yıktık, bu tarafta başladık. Şimdi öyle diyenlere imanımdan dolayı diyorum ki; öyle mi olacaktı yoksa tam tersi mi? Rabbim beni bu tarafa çekti. Ben oradan taşınmak için kriz geçiriyordum. Eşime diyordum ki, ben burada kalırsam öleceğim. Öyle bir his geldi bana. Eşim dedi ki biz bu evi aldık, borcu bitecek. Hayır dedim, ben burada ölüyorum. Sen bana destek olmuyorsun falan. Onun için ameller niyetlere göredir diyorsun ya; Allah’ım ben senin rızan için taşıyorum çünkü cemaatim yok dedim. Yani çoluğumu çocuğumu kaybettim diye hissediyordum.

¹⁴² Sami, a.g.e., s. 437.

Eğer orada olsaydım, bu kaderimizde yazılıysa.. Çünkü orada da eroin kullanımı falan olunca ben iyice tedirgin oldum. Belki orada daha yalnız kalıp, Allah'tan uzaklaşacaktım. Bu olay orada olsaydı yani. Ben evladımı da kaybettim ama neden buraya taşındım diye isyan etmedim. Ben bu olayı yaşayacakmışım dedim hep kendime. Bu olacakmış ve böyle olacakmış.” (K20)

Kaderinde bu imtihanın yer aldığına dair düşüncelerini açık bir şekilde ifade eden katılımcımız, taşınmasına bağlı olarak yine bu durumun kaderinin değişmez bir olayı olacağını ve bundan dolayı Allah'a karşı isyan etmediğini de eklemiştir.

Oğlunu bir trafik kazası sonucunda kaybeden katılımcımız, özellikle teslimiyet konusuna dikkat çekmektedir:

“Teslim oldum yani. Ben farklı bir boyutta kesinlikle düşünmedik. Eşim de aynı şekilde, ben de aynı şekilde. Biz kadere boyun eğdik, farklı bir şey asla düşünmedik.” (K9)

K18 ve K19 kader üzerinde çok düşünülmemesi ve yorum yapılmaması gerektiğinin altını çizen annelerdendir. Katılımcılarımız, ecelin belirli olduğunu ve ölümün Allah'ın emri olduğunu da söylemektedirler. Bu konuya ilişkin K18, kızının ölümü üzere yaptığı değerlendirmeyi “Kader buymuş. Rabbimin bir planı var hepimiz hakkında. Bir plandı. Eceldi. 14,5 sene yaşaması gerekiyordu. Bunun üzerine çok fazla düşünüp, bir yorum yapmıyorum fazla. Böyle yaşamamız gerekiyordu. Böyle oldu.” sözleriyle dile getirmektedir.

Bazı katılımcılarımız kader için yine aynı kökten gelen başka bir deyişi, takdir-i ilahi tabirini kullanılmıştır. Örneğin K12, alması gereken tedbirleri aldığını ve vefatı engelleyemeyeceğine olan inancını şöyle anlatıyor:

“Takdir-i ilahi böyle. Ben ne yapabilirim ki. O çocuğun ömrü o kadar biçilmiş. Bir şey yapamazdım ki ben. Çünkü diyorum ya, elimden geleni fazlasıyla yaptım kendimce. Daha fazla ne yapabilirdim bilmiyorum. Diyorum kendime, daha fazla ne yapabilirdim. Acaba bende mi bir eksiklik oldu, ben mi yapamadım, benden mi kaynaklı ama yok çünkü elimden geleni fazlasıyla yaptım. Takdir-i ilahi diyorum.” (K12)

Bir diğer katılımcımız olan K17, oğlunun ölümünden sonra kadere ilişkin benimsediği yaklaşımını anlatırken, öncelikle insanların bunu şekillendiremeyeceğine yönelik düşüncesini paylaşmıştır. O başa geleceklerin değişmediğini ama bunlar karşısında alınan kararların, bunların Allah'a olan bağlılığa yaptığı katkının önem arz ettiğini anlatıyor.

“Valla ben bize yazılmış bir kader olduğuna inanıyorum. Bizim çok şekillendirebileceğimize inanmıyorum. Yani evet, akıl verdim, yol verdim ama benim

için kader şu; doğum ve ölüm noktası belli. Bu arada yaşanacaklar belli. Ama bizim sınıdığımız şey bence, imtihanımız dediğimiz şey; sen bunları yaşarken Allah'a yakınlaşıyor musun, uzaklaşıyor musun? Kul hakkı yiyor musun, yemiyor musun? Birilerinin canını yakıyor musun, yakmıyor musun? Yani karar verme noktada hep karşına iki seçenek çıkıyor ya, bir evet bir hayır. Bir olumlu bir olumsuz. Sen orada doğru kararı verebiliyor musun? Bence imtihan edildiğimiz nokta bu. Yoksa doğum belli, ölüm belli. Aslında yaşayacağımız olaylar da belli. Değişmiyor bunlar. Değişen şey, bizim yaptıklarımız. Bizim karar vererek yön değiştirdiklerimiz. Zaten Allah'ın da imtihan dediği şey bence o nokta. Çünkü ben sana akıl verdim, doğruyu yanlışı da gösterdim. Bunları bir Peygamber aracılığıyla da indirdim, bilgi verdim. Aklın eriyor, okudun ya da birileri bir şekilde sana öğretti. Benim yolum bu; doğru dediklerim bu, yanlış dediklerim bu. Bunları yaparsan sevap, bunları yaparsan sevap dedim. Hatta bunun sonunda bir ödül ve ceza koydum ama sen onların tam olarak ne olduğunu da bilmiyorsun. Bilen insanlara da cennet cehennem ne diye sorsak kimsenin net bir cevap verebileceğini sanmıyorum ben. Sadece cennet ödül, cehennem ceza. Bunların daha büyük açıklamasını görmemiz için oraya gidip görmemiz veya gidip gelenlerin bize anlatması lazım. Ben iyi bir insan olursam, doğru bir insan olursam, günah işlemezsem benim ödülüm cennet diye düşünüyorum. Orada ne olduğunun bir önemi yok. Ben sadece Allah'ın rızasını kazanmaya çalışacağım. Diğer türlü pazarlığa girer zaten, tövbe haşa.” (K17)

Ele alacağımız son katılımcımız ise kadere dair kabullenme durumunun zorluğunu dile getirerek sonuç itibariyle Allah'ın yazdığı kaderin bu yönde olduğunu şu sözleriyle ifade ediyor:

“Bak bu boyutları hiç düşünmemiştim. Kader. Bazısı diyor kader yok diyor. Alın yazısı mı deniliyor, kader mi deniliyor. Alın yazısı var deniliyor. Ya insan kabul etmek istemiyor. Kader diyoruz da.. Allah'ın takdiri diyoruz, kabul ediyoruz. Onun ötesine geçemem ben. Allah böyle istedi diyorum, Allah'ın bir bildiği vardır diyorum, aldı evladımı, yapacak bir şey yok diyorum, ne yapayım diyorum. Tamam, çok zor, kabullenmesi çok zor ama asla Allah'a karşı gelemem. Asla. Asla. Hepimizin gideceği yer orası, herkes gidecek oraya, kimseyi engelleyemezsin, mümkün değil. Allah öyle istedi, takdir-i ilahi diyorum. Ne güzel, bazen şöyle kendimi de motive ediyorum, ne güzel yanına aldı. Güzel yere gitti diyorum, ne diyeyim. Güzel yönden bakmaya çalışıyorum.” (K3)

Katılımcımızın bu açıklamasından dini başa çıkmanın etkili olduğu vekaleten kontrolün sağlanmasına rastladık. Kişi, hayatında gerçekleşmiş ve gerçekleşebilecek kötü durumların kontrolünü ilahi bir güce atfederek kendisinin yapması gerekenleri,

ilahi varlığın vekaleten yerine getirdiğini düşünür. Çoğunlukla insanlar, bu tavrı mutlak çaresizlik hissettiklerinde takınırlar.¹⁴³

Ulaşılan bulgulardan yola çıkıldığında, kişinin sahip olduğu kader inancının ölüm ile başa çıkmada etkin bir unsur olarak ona manevi bir destek sağladığı ve teskin ettiği gözlemlenmektedir. Ölümün Allah'tan geldiğine inanan bir kimse için bu zorlu olayın kaçınılmaz ve değiştirilemez olduğu düşüncesi vurgulanması gerekmektedir. Ölüm hadisesinin katılımcılar tarafından sorgulanmaması; kontrolün Allah'ta olması düşüncesi oldukça önemlidir. Dinin ölümle ilgili verdiği bilgiler, kişinin ölüm hadisesini anlaması ve açıklaması açısından güçlü bir kaynak olduğu görülmektedir. Ayrıca din, ölümden sonrası için de ışık tutar. Kişi, dinden aldığı ümitle ruh sağlığını koruyabilir.

Işık'ın yaptığı araştırmada kişilerin, ölüm sebebi ve zamanıyla ilgili kendilerinin bir payı ve sorumluluğu olmadığını bilmelerinden dolayı suçluluk hissetmedikleri; kaderi belirleyen Allah'ın takdirinde bir anlam aradıkları tespit edilmiş, bu sonucun da bizim bulgularımızı onaylar mahiyette olduğu görülmüştür.¹⁴⁴ Nitekim Ateş, şehit yakınları ve gaziler üzerine yaptığı araştırmada katılımcıların yaşadıkları acı veren hadiseyi anlamlandırırken kader ve imtihan inancından destek aldıklarını ortaya koymuştur.¹⁴⁵ Zikretmek istediğimiz son çalışma Murat'a aittir. O, yas ve dini başa çıkma üzerine yaptığı araştırma sonucunda kader ve ecel inancının kişilerin anlam dünyasına önemli katkıda bulunduğunu ve kişinin kendisine aşırı yüklenmesine engel olduğunu tespit etmiştir.¹⁴⁶

3.2.7.2.1.1.4. Şefa'at İnancı

Doğrudan aracılık olan evladının kendisine şefa'atçi olacağına dair inanç, önemli dini başa çıkma etkinliklerinden olup manevi bir teselliği temsil eder. Katılımcılarımız arasında evladının kendisi için ahirette şefa'atçi olacağı düşüncesinin yoğun olduğunu gözlemledik. Katılımcılarımıza özel olarak şefa'ate yönelik soru sormadık, ancak farklı konularda elde ettiğimiz yanıtlardan şefa'at meselesiyle ilgili bazı bulgular gündeme gelmiştir.

¹⁴³ Ayten, a.g.e., s. 63.

¹⁴⁴ Işık, a.g.e., s. 209.

¹⁴⁵ Ateş, a.g.e., s. 140-143.

¹⁴⁶ Murat, a.g.e., s. 222.

Katılımcılarımızdan bazıları evlatlarının kendileri için şefaathçi olacağı düşüncesinin teselli ettiğini açıklamışlardır (K1, K2, K4, K5, K6, K16, K19, K20). Bir katılımcı açıkça bu düşünce sayesinde bebeğinin vefatı ile başa çıkabildiğini “Allah’ın var olması, bebeğimizin bizim için şefaathçi olacağına inanmamız bununla baş etmemize yardımcı oldu. Hep dua ettim, Yasin okurdum, Kuran okurdum. Buna da şükür.” (K2) sözleriyle aktarmaktadır.

İmtihanına şükretmesine bağlı olarak evladının kendileri için şefaathçi olacağını düşünen anne, ahirette ihtimali olan durumları göz önüne koyuyor:

“... Böyle şeyler insanı üzse de düşüncemiz, bilincimiz, o bize şefaathçi olacak, cennet kapısında bekleyecek. Annemi, babamı götürmeden içeri girmem diye Allah’a yalvaracak. Bizim için ateşle aramıza perde olacak, inşallah. Tabii ki ona göre şükredebilirsek... Hani aslında o ölmüyor. Aslında ebedi hayata intikal etmiş oluyor. Sen de belirli bir süre sonra buluşacağını düşüneceksin... Bence şöyle bir yeri var ahiretin. Ümit ediyorum tabii ki, kitabımı sağ tarafımdan alayım, sırat köprüsünden geçeyim, ölümümde kelime-i şehadet getirerek, Kuran ile, iman ile vefat edebileyim diye ümit ediyorum tabii ki ama o an bilemem. Şeytana uyup, ayağım kayar belki. Şu anki düşüncem sonradan olmayabilir. O yüzden ahiret düşüncesi burada, en azından oğlum var, en azından onun yardımıyla, belki bir şekilde Allahu Teala’ya karşı olan günahlarımı affeder. Kılmadığım namazlarımın günahlarını affeder. O şekilde bir etkisi olabilir...” (K4)

Katılımcımız ahlak ve ibadet açısından Allah’ın emirlerine uymaya çalıştığını ancak sonuç itibari ile ahirette ne olacağını bilmediği için şefaath meselesinin önemine dikkat çekmektedir. K4, her ne kadar bebeğinin kendileri için şefaathçi olması için şükretmesinin gerektiğini vurgulasa da en azından onun yardımı ile günahlarının bağışlanacağını ümit etmektedir. Bu durum katılımcıya manen destek vererek ölüm ile başa çıkmasında önemli bir araçtır.

Ele alacağımız son katılımcımız, oğlunu ve karnındaki bebeği kaybetmiş olup şefaath durumunun nihai kurtarıcı olabileceğinden şöyle bahsediyor:

“... Allahu Teala ile konuşuyorum; bu benim acım, özlüyorum, yeri geliyor ağlıyorum ama hiçbir zaman demedim ki Allah kahretsin ki niye benim çocuğum. Allahu Teala’nın verdiği sözlere sığındım. Ne diyor; onlar şefaathçi, onlar cennette... Allahu Teala diyor ya, kendi amellerinize güvenmeyin, benim merhametine güvenin diyor. Tabii biz insanız, hata yaparız. Mesela benim ibadetli olmam bir şey ifade etmeyebilir, yanlış bir şeyden dolayı hepsi gidebilir. O benim garantim gibi biraz. Rabbim şefaathçi diyor. Geçen yine okudum, cennete kadar evlat annesine şefaathçi olacak diyor. Allah’ın o

sözüne artık o kadar güveniyorum ki. Ben en küçük çocuğumdan sonra bir daha hamile kaldım, o da karnımda öldü 5 aylıkken. Birisinden birisi muhakkak diyorum yani. Allah'ın izniyle. Herkes de diyor öbür tarafta şefaathçi var diyorlar. Ben yine istediğim gibi yaşayayım, ibadetlerimi aksatayım, zikrimi fikrimi aksatayım, nasıl olsa benim garantim var bu hayrı vermeyeyim gibi bir şey değil yani. İnsan daha çok yapıyor. Nerede eksikim var diye insan kendini sorgulamaya başlıyorsun.” (K20)

Katılımcımızın yaşadığı ölüm hadiselerine isyan etmemesinin, onların cennette olmalarından ve kıyamet gününde şefaathçi olacaklarından kaynaklandığını görüyoruz. Özellikle Allah'ın merhamet sıfatına dikkat çeken K20, kendi amellerine güvenmemek gerektiğini ancak şefaath durumunun garanti olduğunun da altını çiziyor. Bu anekdotan hareketle kişinin ahirette evlatlarıyla kavuşacağını ve onların kendisine şefaathçi olacağı katılımcımızın ümidinin devam etmesine, ibadetlerinin çoğalmasına ve kendi eksikliğini sorgulamasına neden olduğu anlaşılmaktadır.

Ölen çocukların ahirette anne babasına şefaathçi olacağı durumu, önemli dini başa çıkma etkinliklerinden olduğu bulgularımızca onaylanmıştır. Bu inanç, katılımcılarımızın ölümü kabullenmesi, onunla baş etmesi, evladıyla kavuşacağı ümidinin oluşması ve evladın anne babasına doğrudan aracılık ederek günahlarının bağışlanıp cennete girmelerini sağlaması düşüncelerinin oluşmasında çok etkili olduğu tespit edilmiştir. Murat da yaptığı araştırma sonucunda ölen çocukların ahirette ailesine şefaathçi inancının, kişinin ölüme bir anlam katmasını sağladığı ve ahirete yönelik korkuların oluşmasını engellediğini ortaya koymuştur.¹⁴⁷

3.2.7.2.1.1.5. İmtihan İnancı

Dini başa çıkmanın inanç boyutu altında kişinin, evladının ölümüne bir imtihan gözüyle bakması konusu da yerini alır. İmtihan inancı, manevi destek ve teselli sağlamasının yanında, imtihanın anlamına uygun şekilde dine yönelme ve dini gereklilikleri yerine getirme sonucunu doğurmaktadır. Bir başka anlatımla imtihan inancı bir yönüyle teselli ediciyken diğer yönüyle dine yönelten bir unsurdur. Din psikolojisi açısından bakıldığında, bir tutumun dindarlıktan ne kadar etkilendiği kadar, dindarlığı ne kadar etkilediği de önemlidir.

İmtihan inancına dair katılımcılarımıza özel hazırladığımız soru bulunmadığı halde farklı soruları yanıtlarken yarıdan fazlası, yaşadıkları ölüm hadisesine imtihan

¹⁴⁷ Murat, a.g.e., s. 204.

anlamını yüklediklerini ifade etmişlerdir (K1, K4, K6, K8, K10, K11, K12, K15, K17, K18, K19, K20).

Bir katılımcımız yaşadığı ölümü imtihan olarak değerlendirdiğini ve bu imtihanını geçtiğini düşünmesinden şöyle bahsediyor:

“Şöyle söyleyeyim; zaten her canlı ölümü tadacak. Benim kızım da sekiz sene boyunca gerçekten çok çekti. O küçücük bedeniyle başladı. İki aylık bebek yani. Sekiz yaşına kadar çok çekti, çok canı yandı. Bu benim imtihanımdı. Ben bu imtihanımı geçtiğimi düşünüyorum çünkü elimden geleni fazlasıyla yaptım. Şöyle söyleyebilirim; o benim cennet anahtarım diyorum. Cennet kapım diyorum ben ona.” (K12)

Özellikle hastalık süreci geçirmiş çocukların vefatına imtihan gözüyle bakılması, yaşanan yoğun tedavi süreci de göz önünde bulundurulduğunda daha derin bir anlam taşıdığı kanaatindeyiz. Katılımcımızın kullandığı “Her canlı ölümü tadacaktır” tabiri ise bir Kuran-ı Kerim ayeti olup, ayetin devamı “Sizi bir imtihan olarak hayır ile de şer ile de deniyoruz. Ancak bize döndürüleceksiniz”¹⁴⁸ şeklindedir. Bu ayet gibi farklı ayetler de imtihan edilmeye ve bunun nedenlerine yönelik bir çerçeve sunar. Katılımcımızın da bu ayete olan aşinalığını göz önünde bulundurursak, kendisinin ölümün bir son olmadığına yönelik düşüncesini ortaya koyduğunu düşünebiliriz. Aynı zamanda imtihan inancının kendisinin ölümle başa çıkmasında önemli bir araç olduğu kanaatine varmamıza neden olmuştur.

Bir diğer katılımcımızın ailesi, ölüm sebebiyle kendilerini suçlamış, bunun ardından acılı anne “Allah’tan geldik, Allah’a gideceğiz tekrar dedim. Bu bizim sabrımız, imtihanımız dedim, sabredeceğiz dedim.” (K1) sözlerini onlara karşı dile getirdiğini aktarmış, başına gelen olayı bir imtihan olarak değerlendirdiğini ortaya koymuştur. Ancak dikkat çeken ayrı bir nokta, annenin teselli edilmesinden ziyade onun ailesini teselli etmesidir.

Ölümün kişiyi Allah’a yakınlaştıracak olduğu gibi uzaklaştırmasının da mümkün olduğuna, bir başka anlatımla kişinin bilgiyi nasıl işlediğine bağlı olarak farklı sonuçlara ulaşabileceğine dikkat çeken katılımcımız, işin nihayetinde bir imtihan olduğuna vurgu yapıyor.

“Kişiye göre değişiyor. Allah’a karşı sevgine göre değişir. Beni yaklaştırdı. Ben öyle hissediyorum. Zaten imtihan seni yaklaşıtıyorsa ödülüdür, uzaklaşıtıyorsa cezadır.

¹⁴⁸ Kur’an i. 10. Taha 21/34-35.

Başına gelen imtihan. Ben Rabbimden hiçbir zaman kopmadım. Ben böyle bir insandım zaten. Belki de bu yüzden bu kadar güçlü durabildim. Ben kendimi hazırlıyormuşum aslında. Tabii bunu sonradan anlıyorum. Bazısı içki masasında derdini bitirmeye çalışıyor. Bazısı sürekli gezip tozuyor. Bazısı haşa, Allah’a isyan ediyor; neden aldın diyor. Ben bu dünyada çocuğumla mutlu olmak istiyordum, öteki tarafı istemiyorum diyor. Çok türlü türlü ya. Kişinin Allah sevgisine bağlı. İdrak edebilmek çok önemli. Hakikati görmek istiyorsan, Allah’la birebir kalıp konuşma ve onu kalpten hissetmen lazım. O sana gösteriyor.” (K18)

K6, hadise öncesi yolunda giden bir hayatının olduğunu ve bundan dolayı Allah’ın kendisini sevip sevmediğini düşündüğünü ve akabinde olanları anlatıyor:

“Şu vardı, severek evlendim. Hep duyuyoruz ya, Allah sevdiği kuluna bir şeyler vermiş, bir dert verirmiş. Veya kendini hatırlatmış. Ve bir evladım daha vardı. İki üç senelik evliyiz. Bunu duyduktan sonra içimden şu geçti; ben Allah’ıma şükür sevdiğimle evlendim, durumum ne kadar iyi, işim var, bir çocuğum var, çok mutluyum, acaba beni Allah’ım sevmiyor mu diye aklımın ucundan geçti. Düşündüğüm oldu. Ve sonra bu imtihanı Allah’ım bana yaşattı. (Ağlıyor). Orada hissettim Allah’ımı bir daha. Demek sevdiği kuluymuşum diye kendi kendimi teselli ettim.” (K6)

Ölüm nedeniyle katılımcımızın Allah’ın sevdiği kulu olduğunu hissetmesi, kendini teselli etmesi için yeterlidir. Sevildiği için imtihan edildiği düşüncesi, dini başa çıkmaya net bir örnektir.

Kişinin imtihanını algılayıp algılayamadığının onun Allah’a yakınlaşıp yaklaşmayacağını, yani yaklaşımın dini bir sonucunun bulunduğunu ifade eden katılımcımızın aynı zamanda bu düşünce yapısından psikolojik açıdan destek aldığını görüyoruz.

K4, bebeğinin vefatından sonra ölüme bakışında bir değişiklik yaşadığını anlatırken, bu hadiseyi imtihan olarak anlamlandırıldığını ve Allah’ın bu imtihanı onlara bağışladığını “...Şükrettik. Şükür Allah’ım, Sen bize bunu nasip görmüşsün, bağışlamışsın, demek ki bizi seviyormuşsun ki bizi bu şekilde imtihan ediyorsun diyebildik. Ama şeytan da çok, çok, çok uğraşıyor. Öyle az falan değil...” sözleriyle ifade etmektedir. Böylesi dramatik yaşantıların, bunlara şükretmek gibi pozitif taraflar barındırdığı kadar, isyanı da barındırarak çift yönlü maruz kalışa sahne olduğunda şüphe yoktur. Açıkça güçlü iman sahiplerinin bile hadiseyi tek taraflı bir şekilde olumlu algılayıp yaşaması kolay olmamakta, adeta negatif ve pozitif düşünceler köşe kapmaca oynamaktadır. Fakat nihai kerte de güçlü iman pozitif düşüncelerin galebe

çalmasını sağlamaktadır. K4'ün anlatısından bu mücadeleden galip ayrıldığını anlıyoruz.

Kişinin ölümün Allah tarafından geldiğini ve bunun bir imtihan olduğunu benimsemesi, yas sürecinde yaşadığı stresli olaya anlam vermesine; sabır, tevekkül ve rıza göstermesine vesile olmaktadır. Nitekim Murat, yaptığı araştırmada katılımcılarının çoğunun yaşadıkları kaybı anlamlandırırken imtihan gibi dini argümanları kullandıklarını tespit etmiştir.¹⁴⁹

Allah inancına sahip kimselerde dünya hayatının geçici ve imtihanlarla karşılaşılacağı düşüncesi hakimdir. Çocuk ölümü de en zorlu imtihanlardan biri olarak görülmekle birlikte kişinin dinine uygun hareket etmesi sonucunda ahiret hayatının iyi olacağı vaadi söz konusudur. Dolayısıyla bu imtihan inancının, yas sürecindeki kişinin uç noktaya gitmeye eğilimli olan düşünce ve davranışlarını dengelemeye yardımcı olduğu söylenebilir.

3.2.7.2.1.2. Dini Tutum Boyutu

Olumlu Dini Başa Çıkma başlığı altında işlenecek diğer konu, “Dini Tutum Boyutudur”. Buna bağlı olarak “Sabır” ve “Şükür” hallerine ilişkin bulgular paylaşılabacaktır. İslam dininde önemli yere sahip olan sabır ve şükürün, kişinin ölümle baş etmesindeki rolüne ilişkin ayrıntılı bilgi sunacağı kanaatindeyiz.

3.2.7.2.1.2.1. Sabır

Sabır, sözlükte “engellemek, hapsedmek, güçlü ve dirençli olmak” anlamlarına, ahlaki bir kavram olarak ise “üzüntü, başa gelen sıkıntı ve belalar karşısında direnç gösterme, olumsuzlukları olumlu kılmak için gösterilen metanet gibi anlamlara gelir”.¹⁵⁰ Sabır hali, İslam dininde övülen ve değerli hallerdendir. Nitekim Kuran-ı Kerim ayetlerinde sabrın önemi üzerine durulmakta, sabırlı olanlar yüceltilmekte ve onlara karşılığında verilecek mükafatlar anlatılmaktadır. Allahu Teala bir ayetinde “Ey iman edenler! Sabır ve namazla yardım dileyin. Şüphesiz Allah sabredenlerin yanındadır”¹⁵¹ buyurmuş, Kendisinin sabredenlerle birlikte olduğunu vurgulamıştır. Sabra dair bir diğer ayet, Kasas suresinde şöyle geçmektedir: “Kendilerine ilim

¹⁴⁹ Murat, a.g.e., s. 218-219.

¹⁵⁰ Mustafa Çağrı, “Sabır,” *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*, 2008, C.35, s. 337.

¹⁵¹ Kuran i. 10. Bakara 2/153.

verilmiş olanlar ise şöyle derlerdi: ”Yazıklar olsun size! İman edip iyi işler yapanlar için Allah’ın mükafatı daha üstündür. Ona da ancak sabredenler kavuşabilir.”¹⁵²

Dini başa çıkma içerisinde sabır hali, önemli etkinliklerdendir. Kişi, sıkıntılı bir durumla karşılaştığında özellikle daha sıkıntılı durumlarla kıyas yaparak, kimi zaman ise bunun bir imtihan olduğunu bilerek kendi haline gönüllü olarak dayanma, direnme ve sonucu bekleme eğilimindedir. Bu psikolojik süreçte sabır, tüm dini başa çıkma unsurlarına paralel olarak düşünülebilir bir unsurdur. Sabır, aynı zamanda iyi oluş ile de yakından alakalıdır. K4, K6, K14, K18, K19 ve K20 görüşme esnasında farklı bağlamlarda sabır konusuna değinmişlerdir.

K6 süreçle başa çıkmada sabrı ön plana çıkaran katılımcılarımızdan olup sabrın öneminden şöyle bahsediyor:

“... Sabır. Her şeyin başı sabır. Sabırlı olmayı nasip etsin. Zahmet olmadan da rahmet olmuyor. İnşallah Allah herkesi imtihanını verenlerden eylesin. Peygamber bile babasını tanımadan onu kaybediyor, annesini tanımadan onu kaybediyor, amcası, dedesi derken. En sevdiği bu, Allah’ın sevdiği. Resulümüz. Onun için ne diyeyim. Bizler de bir evlatla zaman zaman hatırlatıyorsa kendini.. Bilinçli olmak çok güzel. Seni ne beklediğini bilmek. Bunu da gerçekten diyorum; insana sadece iman güç veriyor. Yoksa kafayı yer insan eğer öteki dünyayı bilmeseydi, Allah’ı bilmeseydi, sabrı bilmeseydi, mükafatı bilmeseydi kafayı yer. Kendi kendini kahreder. Başkalarına da verimli olamaz, çocuklarını da ihmal eder.” (K6)

K6, ölüme karşı sabretmeden bahsetmekle birlikte farklı dini başa çıkma etkinliklerine değinmiştir. Hz. Peygamber’in yaşadığı zor olaylar ile kıyas yaparak yaşadığı olumsuz olayla baş etmeye çalıştığı, olumsuz duygularının yerini olumlu duygular ile doldurmaya çalıştığı görülüyor. Hz. Peygamber’in kendisinden daha zor olaylar atlattığını anlatan katılımcımız, O’nun Allah’ın en sevdiği kulu olmasına da atıf yaparak kendi başına gelen olayı büyütmemeye ve sabır göstermeye çalıştığı anlaşılıyor. Kişinin sabretmesine karşılık ahiret hayatında mükafat verilecek olması da katılımcımız için bir teselli kaynağı olduğu kanaatindeyiz.

K14, evladının cenaze töreni esnasında sabır göstermesiyle ilgili yaşadıklarını şöyle ifade ediyor:

“... Her zaman için sığınyoruz Allah’a. Zaten Allah inancına sahip olmasak insan feryat eder yani. Allah sabır veriyor o anda yani. Herkes feryat edip ağlıyordu. Ben çok

¹⁵² Kuran i. 10. Kasas 28/80.

sakindim. Burada da öyle ağlamadım, orada da ağlamadım. Rabbim öyle bir sabır ve sükûnet verdi...” (K14)

Bebeğinin defnedildiği esnada sabırlı ve sakin kalmayı başaran anne, bunu Allah tarafından verilen bir hâl olarak görmektedir. Katılımcımızın inançlı olması ve her konuda Allah’a sığınması, ölüme sabır göstererek baş etmesinde etkin bir role sahip olduğu anlaşılmaktadır.

Bir diğer katılımcımız ise evlat kaybından sonra yaşadıklarına şöyle yer veriyor:

“... Oğlum vefat etti, iki ay geçmeden yine hamile olduğumu öğrendim. Bu bize bir hediye idi. Sabrettiğinde, Allah’a tevekkül ettiğinde bir şekilde Allahu Teala onun mükafatını veriyor... Sen bir parça veriyorsun, için acıyor ama kat kat, misli, sen sabrettiğinde bu sana dönecek. Bu da doğru yapmanın bir onayı gibi. O da bir nebze olsun insanın içine su serpiyor.” (K4)

Katılımcının karşılaştığı ölüm hadisesine sabır ve tevekkül hâli göstermesinin mükafatı olarak kısa süre içerisinde tekrar hamile kaldığını; bunu Allah’ın verdiği bir mükafat olarak gördüğünü açıklamaktadır. Dünyada gördüğü mükafatın yanı sıra sabretmesinden dolayı ahirette de kendisine bir karşılık verileceği düşüncesinin, kişiyi teskin ettiği ve ölüm ile başa çıkmasında etkili olduğu anlaşılmaktadır.

Lösemi sebebiyle kızını kaybeden anne, sabır olmasaydı ayakta kalmasının mümkün olmayacağını “Herkes bana dedi git psikoloğa. Ben dedim, benim ilacım Rabbim. Ben Allah’a sürekli şu şekilde dua ediyorum; Allah’ım senin verdiğin sabır olmasa ben zaten duramam. O gücü Rabbim verdi.” (K18) sözleriyle aktarmaktadır. K18, sabrın başa çıkmada en etkili yardımcılarından biri olduğunu ifade etmekle birlikte burada bir tercihte bulunduğu dair bir açıklamaya yer vermektedir. Bir psikologdan alacağı yardım yerine Allah’tan alacağı yardım ve desteği tercih etmenin toplumumuzda sıkça dile getirildiğini ve uygulandığını söylemek yanlış olmayacaktır.

Din, sıkıntılı olaylarla karşılaşan kişiye teselli vermede, yeniden kontrol kazanmada ve yaşadığı olayı manevi olgunlaşma için bir fırsata dönüştürmeyi hedefler. Sabır hali, bu araçlardan biri olmakla birlikte bu hale yönelik birçok araştırmada tespitler yapılmıştır. Örneğin Ateş, yaptığı araştırma sonucunda şehit ailelerinin sıkça sabır dileğinde bulunduklarını; sabrederek Allah’tan yardım

beklediklerini ortaya koymuştur.¹⁵³ Murat ise ani ve travmatik kayıp yaşayanlar üzerine yaptığı araştırmada katılımcıların yaptıkları dualarda en çok kendileri için sabır istediklerini tespit etmiştir.¹⁵⁴ Işık da kayıp yaşayan kimselerin zor zamanların üstesinden gelmede sabır, tevekkül ve şükür gibi dini unsurlardan destek aldığını; ebeveyn vefatından sonra sabırlı olma halinin yetişkinlerin kaybı metanetle karşılamalarını, isyan etmemelerini ve aşırı tepkiler vermemelerini sağladığını tespit etmiştir.¹⁵⁵ Bu çalışmaları yalnızca konumuza yakınlığı sebebiyle zikrettik; literatürde sabırla ilgili pek çok farklı araştırmalar da mevcuttur.

3.2.7.2.1.2.2. Şükür

“Dini Tutum Boyutu” altında ele alacağımız ikinci ve son konu “Şükür” haline ilişkin bulgulardır. Çocuk vefatı gibi travmatik bir hadisenin şükür boyutunun olduğuna dair bulgu hayli ilgi çekicidir.

Emmons şükürün en kapsayıcı tanımını verir: “Verilen bir iyilik, alınıp kabul edildiğinde; o iyiliğin değerini fark etmek, onu verene güzel bir şekilde karşılık vermek, kişinin kendisine sunulan bir şey ya da kendisine yapılan iyiliğin ardından duyduğu takdir etme, minnettarlık durumunu yaşaması ve bunu ifade etmesi olarak anlatılabilir”.¹⁵⁶ Daha çok dini referanslı olan şükür hali, derin ve manevi bir anlam ihtiva eder. Şükür; bir duygu, tutum, ahlaki bir erdem, alışkanlık, ruh hali veya bir başa çıkma etkinliği olarak tanımlanabilir ancak önemli olan husus, şükürün bunlardan yalnızca birini değil hepsini kapsamasıdır.¹⁵⁷

Kişi, tahmin etmediği ve istemediği olumsuz durumlarla karşılaştığında şükür haline bürünebilir. Bu anlamda şükür, karşılaşılan olumsuzlukla birlikte kaygı, stres, umutsuzluk ve anlamsızlık duyguları ile baş etmede de etkili bir yoldur. Kişi, bulunduğu olumsuz durumundan daha kötü durumda olanlarla kendini kıyaslayarak yoğun bir şükür haline girebilir.¹⁵⁸ Bununla birlikte araştırmamızın da net bir şekilde

¹⁵³ Nesibe Esen Ateş, “Dua ve Dini Başa Çıkma: Şehit Aileleri, Gaziler ve Gazi Aileler Örneği,” **Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 2019, C.33, No:17, s. 57.

¹⁵⁴ Murat, a.g.e., s. 238.

¹⁵⁵ Işık, a.g.e., s. 189-191.

¹⁵⁶ Crumpler Emmons, “Gratitude as Human Strength Appraising The Evidence,” **Journal of Social and Clinical Psychology**, C.19, No:1, s. 57-59.

¹⁵⁷ Gülüşan Göcen, **Şükür: Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü**, İstanbul, DEM Yayınları, 2014, s. 32.

¹⁵⁸ Ayten, a.g.e., s. 45.

ortaya koyduğu ve aşağıda görüleceği üzere şükürün, “iyi, daha kötüsü olmadı” anlayışının ötesinde başka boyutları da söz konusudur.

Şükür olgusunun psikolojik sağlık ile ilişkilendirildiği birçok araştırma mevcuttur. Bunların sonucunda şükürün depresyon ve hayat memnuniyetsizliğini azalttığı ve olumlu sosyal karşılaştırmalara yönlendirmesinden dolayı kişinin daha mutlu ve huzurlu olduğu saptanmıştır. Şükür hali, insanların karşılaştıkları olayların zihinlerindeki kodlamasını değiştirerek veya geliştirerek kişinin mutluluğuna katkı sağlar.¹⁵⁹

Şükür hali bağlamında katılımcılarımıza karşılaştıkları vefat hadisesi içerisinde şükrettikleri bir şeylerin olup olmadığına yönelik soru yönlendirdik. İki kişi hariç katılımcılarımız şükrettikleri bir/bazı şeylerin olduğunu ifade etmişlerdir (K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K17, K19, K20). Şükür nedenleri içerisinde evladının kendisi için şefaatçi olacağına şükür (K1), geride yaşayan çocuklarının olmasına (K2, K3), Allah’ın yeni bir evlat bağışlamasına (K5), Allah’ın daha kötüsünden koruduğuna (K1, K6, K16), çocuğun ölüm şekline (K1, K4), kendinden önce rahatsız evladının vefat etmesine (K7), kişinin anne olabilmesine (K8, K13), çocuğunun ahlaklı bir Müslüman olarak vefat etmesine (K9), vefat eden evladından torunları olduğuna (K15), sevenleri olduğuna (K12), kişinin Allah’ın sevdiği kulu olduğuna (K6), evladının Allah’ın sevdiği kulu olduğuna (K20), kişinin imanlı olmasına (K19) ve tasavvuf ehli olması dair şükür hallerinin (K11) olduğunu görüyoruz.

Bir kaza sebebiyle oğlunu kaybeden anne, onun kendisine şefaatçi olacağı için Allah’a şükretmesinden şöyle bahsediyor:

“Oturdum, oturdum ağladım, keşke dedim böyle olmasaydı, Allah’a da şükrettim. Sen dedim, benim oğlumu aldın, bana şefaatçi yapacaksın orada. Demek bizim günahımız çoktu ki, Sen onu bizden aldın dedim, o bizi cennete götürecekt dedim. Oturdum, oturdum hem dua ettim hem ağladım. (Ağlıyor).” (K1)

K1 bu olay ile karşılaşmamaya dair “keşke” içeren bir cümle sarf etse de o da Allah katında şefaat edeceği düşüncesiyle şükrettiğini dile getirmektedir. Bu düşüncenin onu teskin eden bir işlevinin olduğu da ortadadır. Aynı katılımcının daha kötüsünün olmadığı ve ahirette kavuşacakları için de şükrettiğini “...Allah’a şükrettim,

¹⁵⁹ Göcen, a.g.e., s. 38-40.

nasıl olsa kavuşacağız. Bugün olmazsa yarın. Daha kötüsü olmadığına şükrediyorum...” sözleriyle anlatmaktadır. Son olarak oğlunun traktörden düşmesi sebebiyle bedeninin tek parça olduğuna dair şükrettiğini de ekliyor:

“Şükrediyorum, daha da kötüsü olmadığına. Bütün olduğuna. Kimisi de dedi ki, laf çıktı traktör ezmiş dedi, paramparça olmuş dedi. Ama bütüncüydü. Cennette bütüncü. Kanı bazen rüyama giriyor, beyazca duruyor, bozulmamış daha. Bedeni dahi bütüncü astarın içinde duruyor. Hiçbir şey olmadı bana diyor, hani 12 yaşından öncekiler cennetlik olurlar ya, o şekilde bütüncü duruyor, bozulmadan.” (K1)

Katılımcımızın bu son anekdotunda kıyaslamacı kontrol türüne – bu minvalde kıyaslamacı şükür türüne – rastlıyoruz. Kıyaslamacı kontrol, kişinin olumsuz bir durum karşısında daha kötü bir durumu zihninde canlandırarak, daha kötü olan durumun gerçekleşmemiş olmasından dolayı kendini teselli etmesidir. Bu tutum, insanların karşılaştıkları sıkıntılı olayı kabullenmesinde kolaylaştırıcı ve stresini azaltmada etkin bir role sahiptir. Bu durumda meydana gelen şükür hali, ölümle başa çıkmada önem arz eder.¹⁶⁰

K6, bebeğinden daha kötü durumda olanları göz önünde bulundurarak şükrettiğini şöyle anlatıyor:

“Her zaman şükrüm bu yöndeydi; Allah bana bu hastalığı, çocuğu verdi ama bin şükür ki, çok anneler var, hastane kapılarında, derman bekleyen, doktor bekleyen, sıra bekleyen.. Çok çaresiz anneler var. Ben yine ne bileyim, en iyi hastanede, en iyi doktorlarda bir şeyler aradım. Bir şeyler destek olundu. Allah’ım bir kapıyı kaparsa bir kapıyı açtı bana. Hep şükrüm o yönde oldu. Daha kötüleri düşündüm. Daha asker annelerini düşündüm, yılları geçmiş. Peygamber Efendimiz evlatlarını kaybetti, torunlarını kaybetmiş. Dediğim gibi imanlı bir insana çok güç, kuvvet veriyor.” (K6)

Daha kötüsü ile kıyas yaparak kişinin kendi durumunu hafifletmesi, katılımcımızın ölüm ile baş etmesinde etkili olduğu anlaşılmaktadır.

Evladı acı çekmeden öldüğü için şükreden K4, kendi halini annelerin önünde acı çekerek hayatını kaybeden çocuklarla kıyaslıyor.

“...Suriye’de o zamanlar çok savaş vardı, yanlış hatırlamıyorsam. Hani annelerin gözü önünde evlatlarının parçalanması, acı çekerek ölmesi falan. Ben çok şükrettim ona. Şükür ki acı çekmedi, kollarımda öldü. Kendin verdin kendin aldın ama acı çekmedi. Kolunun kopması, havaya uçması gibi psikolojiyi hiç düşünemiyorum. Onun acısını hiç düşünemiyordum. Sırf o bile benim için çok büyük bir nimetti.” (K4)

¹⁶⁰ Ayten, a.g.e., s. 62.

Burada yine beterinden korunduğuna dair kişinin şükretmesi söz konusudur. Bir diğer katılımcımız, her haline şükrettiğini şöyle anlatıyor:

“... Şükrediyorum her halime... Her gün şükrediyorum. Şükürler olsun elim ayağım tutuyor, nefes alıyorum, çocuklarım şu an sağ diyorum. Onlara daha çok yapıştım, önemsiyorum onları... Daha çok şükrediyorum ki verdiği nefese, verdiği cana, ne bileyim, her şeye, çocuklarıma. Ne olursa olsun, ufak bir şey olduğu zaman üstlerine gidiyorum, aman oğlum şöyle yap, aman oğlum böyle, ne bileyim, bambaşka oluyor insan. Yani insanoğlu onu yaşadığı zaman farklı bakıyorsun, farklı görüyorsun her şeyi.” (K3)

Katılımcımız, kendi sağlığına, hayatta olmasına, evlatlarının sağ olmasına şükrettiğini dile getirmesiyle birlikte çocuklarına karşı daha ilgili davranmaya başlaması da ölüm psikolojisinin farklı bir boyutunu yansıtıyor. Bu konuyu ‘Evlatlarına Bakış’ başlığı altında ayrıntılı bir şekilde ele alacağız.

Vefat eden bebeğinin ardından yeniden çocuk sahibi olan anne, duygularını “Şükrettiğim, Rabbim bana tekrar nasip etti. Nasip etmeyebilir de. Rabbim o kadar büyük ki benim dualarıma icabet etti ve bana evlat nasip etti tekrardan.” (K5) sözleriyle dile getirmektedir. Yaşanılan çocuk kaybı sonrası yeniden anne olma durumu, başa çıkma altında daha önce değerlendirilmiş olup bunun şükür sebebi olmasından kaynaklı olarak dini başa çıkma altında ele alınmıştır. Yeniden çocuk sahibi olmanın bu anlamda kişide rahatlık ve bir o kadar odak noktası değişimi yaşamasında etkili olduğu görülmektedir.

Çocuklarından üçünü genetik kas hastalıkları sebebiyle kaybeden anne, kendisinden önce onların vefat etmesinin şükür sebebi olduğunu “Yani şükrettiğim şeyler, dua ediyordum hani. Ya diyordum çocuklarımdan önce ben ölürsem, yaşadığıma şükrediyordum o zamanlar. En çok ona şükrediyordum. En büyük korkum oydu; ya çocuklarımdan önce bana bir şey olursa onlara kim bakar, kim bakar.” (K7) sözleriyle açıklıyor. Katılımcımızın bu düşüncesinin ardında yatan sebep, çocuklarının ciddi rahatsız olup, ileriye yönelik onların bakım ve ihtiyaçlarının zor olmasından kaynaklanıyor. Katılımcımız, kendisinin onlardan önce ölmediği için, yani daha kötüsünü yaşamadığı için şükrettiğini görüyoruz.

K13, anne olduğu için şükrettiğini şöyle ifade ediyor:

“İyi ki olmuş. Doğduğu için çok mutluyum. Anne olmak benim için başlı başına şükür sebebi. Çocuğun hayatta kalmış veya kalmamış, bu önemli değil. Çok büyük bir his. Ve

hayatım boyunca bunun için minnettar olacağım... Onun sayesinde ben anne oldum. Onun sayesinde ben farklı bir insan oldum. Ondan sonra daha iyi bir insan olduğuma inanıyorum. Hayata daha farklı bir yerden bakmaya başlıyorsun. Kızım sayesinde geride olan kızıma limitim daha geniş oldu. Sınırlayıcı bir anne olmaktan çıktım. Şunu yapma falan diyen olmamayı öğrendim. Farklı bir anne oluyorsun böyle bir şey yaşıyorsun.” (K13)

Anneliğin kendisinde neden olduğu olumlu değişikliklere değinen katılımcımız, özellikle çocuğunun hayatta olup olmamasından bağımsız olarak anneliğin daha derin bir anlam içerdiğini söylemesi oldukça dikkat çekmektedir.

K15, vefat eden oğlunun iki çocuğunun olması ve mezarının yaşadıkları yerde bulunmasından dolayı şükretmesinden şöyle bahsediyor:

“Var canım. İyi ki çocukları kaldı diyorum. Büyük oğlu 15 yaşına girdi. Sesi falan aynı oğlumunki gibi. Gördüğümüzde içimiz yanıyor. Çocuklarını görünce, iyi ki çocukları var diyoruz. İyi ki mezarı burada diyoruz. Her hafta gitmesek de ayda bir gidiyoruz yanına, çocuğumuza okuyoruz, seviyoruz onu, bırakıp geliyoruz sonra. Oradan geldiğimde de hiç konuşmam. Bir sükût gelir.” (K15)

Torunlarını oğlundan kalan bir parça olarak gördüğünü dile getiren katılımcımızın, bundan hüznle birlikte mutluluk duymakta olduğu anlaşılmaktadır. Ancak bu durumun kendisini teselli etmesinin yanı sıra rahatlattığına dair net bir sonuca ulaşamamıştır. Bunun yanı sıra katılımcımızın Danimarka’da ikamet etmesi ve kabrinin orada bulunması olumlu yönden psikolojisine etki ettiğini görüyoruz.

Oğlunun Allah’ın sevdiği kulu olduğunu düşünen annede yaşasaydı daha kötüsü olabilirdi düşüncesi hakimdir. Kendisi “Hep işte diyoruz ya; Allah onu daha çok sevmiş. Belki böyle hayırlısıdır. Belki kötü bir insan olacaktı ileride. Onlara şükrettim. Erken gitti. Cennette olduğuna kesin eminim yani, rüyalarla gördük bunu...” (K20) sözleriyle şükrettiği hususlara değinmiştir.

Katılımcımızın bu ifadesi tahminsel/bilgisel kontrol tarzına bir örnektir. Tahminsel/bilgisel kontrol türü; kişinin birtakım tahmin/bilgilere dayanarak gelecekle ilgili iyi yorumlarda bulunmasını, kendini o şekilde rahatlatmasını, sorunlarından kurtulacağını düşünmesini sağlar ve umutsuzluk ile kuruntulara sahip olmasını engeller. Kişi, Allah’a olan inancını, güvenini, gelecekle ilgili umut ve olumlu

tahminlerini yansıtır.¹⁶¹ K20'ye yönelik paylaştığımız bu anekdot, tahminsel/bilgisel kontrol türüne bir örnektir.

Evlat kaybı yaşamış annelerin yaşadıkları hadise ile ilgili kendilerini rahatlatacak ve teselli edecek düşünceleri benimsemeleri olağandır. Böyle zorlu bir süreçte manevi desteğin önemi oldukça belirgindir. Şükür haline ilişkin bulgularımız bu kapsamda değerlendirilmelidir.

Kişinin ölüm esnasında veya sonrasında şükredecek bir şeyleri benimsemesi, olumlu dini başa çıkma faaliyeti olarak değerlendirilir. Tüm katılımcıların açıklamaları göz önünde bulundurulduğunda şükür sebebiyle kişilerin kendilerini daha huzurlu hissettikleri, ölümü kabullenmede ve onunla baş etmede kolaylık yaşadıkları anlaşılr. Katılımcılarımızın ölümü bir kurtuluş olarak görmeleri, evlatlarının ölüm şekline yönelik şükretmeleri, evlatlarının hayattayken sergiledikleri davranışlarından memnun oldukları için şükretmeleri gibi konular söz konusudur. Işık'ın araştırmasında da ebeveyn kaybı yaşamış yetişkinlerin şükür sebeplerinin içerisinde ebeveynlerinin yaşamları ve ölüm şekilleri yer almaktadır.¹⁶² Korona pandemi nedeniyle yakınlarını kaybeden kişiler üzerine yapılan bir araştırmada olumlu dini başa çıkma etkinlikleri arasında şükür hâlinin yer aldığı görülmektedir.¹⁶³ Bulgularımızla örtüşen bir diğer araştırma Ateş'e ait olup, şehit aileleriyle dini başa çıkma üzerine yaptığı araştırma sonucu onların bu durumdan yakınmaya değil şükretmeye yöneldiklerini tespit etmiştir.¹⁶⁴

3.2.7.2.1.3. İbadet Boyutu

“Olumlu Dini Başa Çıkma” altında ele alacağımız son tema “İbadet Boyutudur”. İbadet, kişinin gerginlik ve stresten kurtulmasında ve buna bağlı olarak ruh sağlığını korumasında etkilidir.¹⁶⁵ Bu konuya ilişkin olarak “Dua”, “Kabir Ziyareti” ve “Hayır Yapma” bulgularımızı paylaşacağız. İbadetler bölümünün bu konularla sınırlı olmadığını ancak katılımcılarımızın yanıtlarından bu ibadetlere ilişkin bulguları elde ettiğimizi belirtmek isteriz.

¹⁶¹ Ayten, a.g.e., s. 62.

¹⁶² Işık, a.g.e., s. 190.

¹⁶³ Sami, a.g.e., s. 441.

¹⁶⁴ Ateş, a.g.e., s. 159.

¹⁶⁵ Peker, a.g.e., s. 119.

3.2.7.2.1.3.1. Dua

“Bir dini davranış formu olarak dua, kişinin sonsuz ve kudret sahibi olarak gördüğü yüce varlıkla kurduğu iletişimidir”.¹⁶⁶ Başta James olmak üzere birçok psikoloğa göre dua, dinin özünü ve ruhunu temsil eder. Hayatta karşılaşılan farklı zorluklarla başa çıkmada kullanılan yöntemlerin başında dua gelir. Maddi ve manevi birçok amaçla başvurulmuş dua, yaşamın temel manevi dinamiklerindendir.¹⁶⁷ Dua, kişinin sıkıntılı zamanlarından kurtulması adına sıklıkla başvurduğu dini bir etkinlik olup manevi bir çabayı temsil eder. Dua, hadiseler karşısında hayatı daha anlamlı hale getirir ve insanların daha güçlü olmalarını sağlar. Ayrıca insanlar zor zamanlarında yaptıkları dualar aracılığıyla kendilerini daha iyi hissederler.¹⁶⁸

Allport’a göre kişi, duayı niyetinin son sınırını içeren ve kendisini Tanrı’ya ulaştıran bir araç olarak görür. Genel anlamda ise kişinin niyeti, bir yardım beklentisi ve kendisine yönelen objeden bir yanıt umuduyla bütünleşir. Bu durum ise kişinin karşılıklı olmayan bir ilişkiyi benimsemesinin zorluğundan kaynaklanır. Dolayısıyla niyetin objesi olan Tanrı’nın kişiye uzatacak bir yardım elinin olduğu düşünülür.¹⁶⁹

Dua, kişiye derin yönlerinin, sınırlarının, kaynaklarının ve eksikliklerinin farkına varmasında ve benlik bilincini geliştirmesinde yardımcı olur. Aynı zamanda dua, özgüveni ve umut tazelemeyi beraberinde getirerek bir başa çıkma etkinliği olarak bilinçli veya bilinçsiz bir şekilde sıkça tercih edilir. Dua, kişinin sıkıntı, kaygı ve öfkelerini azaltma etkisiyle birlikte psiko-sosyal uyumunu da artırır.¹⁷⁰

Çoğu katılımcılar farklı sebeplerden dolayı dua ettiklerini ve özellikle yas sürecinde dualarının çoğaldığını ifade etmişlerdir (K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7, K8, K9, K11, K14, K15, K16, K17, K18, K19, K20). Katılımcıların çocuğunu rüyasında görmesi için, Allah ile dertleşmek için, kendi içinin ferahlaması ve sabretmesi için, evladının arkasından dua göndermek için ve geride kalan evlatlarını güzel bir şekilde yetiştirmek için dua etmeleri örnek olarak sunulabilir. Bu bulgulardan bazıları sunacağız.

¹⁶⁶ Göcen, **a.g.e.**, s. 105.

¹⁶⁷ Horozcu, **a.g.e.**, s. 228.

¹⁶⁸ Ayten, **a.g.e.**, s. 42.

¹⁶⁹ Gordon Allport, **Birey ve Dini**, Çev.: Bilal Sambur, Ankara, Elis Yayınları, 2016, s. 149-150.

¹⁷⁰ Akif Hayta, “İbadetler ve Ruh Sağlığı: Dini Pratikler ile Psikososyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma,” **Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları**, 2006, s. 172-174.

Bebeğini kaybeden bir katılımcımız, vefat sonrası özellikle onu rüyasında görmek için çokça dua ettiğinden bahsediyor:

“... Bilmiyorum bazen eşimin kendisine de söyledim; çok dua edeyim. İlk o anki psikolojimle, dua edeyim Rabbim gösterson. Her gün dua ederdim, açardım Yasin okurdum, ne olur göreyim, rüyalarım gel, rüyalarım gel, görmek istiyorum, tekrar kucağıma basmak istiyorum, yani hep öyleydim.” (K2)

Kaybedilen yakını rüyada – özellikle iyi bir şekilde – görmek, kişiyi rahatlatır ve o anki yoğun hasret duygusunu bastırır. Bu yüzden katılımcılarımız arasında evladını rüyada görmeye dair dua edildiğine çokça rastlamaktayız.

K7 evladının tedavi sürecinde yaşadığı zor bir durum karşısında yaptığı duanın kabul edilmesinden şöyle bahsediyor:

“O zaman Allah’ımın o kadar yanımda olduğunu hissettim ki. Yani bu kadar mı duamı kabul eder. Demek ki içten edilen dua kabul ediliyor. Tamam o derdi, o sıkıntıyı bana verdi ama içimden dua ettim ve o duamı kabul etti. Mesela o bana çok büyük bir mutluluk verdi. Çok güçlendim ben o duamı kabul ettikten sonra. Hani inandım ki, demek ki bunaldığım zaman Allah’ım bana bir yerden bir sebep verecek. O yüzden çok huzurlu hissettim, yanımda olduğunu. Tamam, derdim vardı, sıkıntı verdi ama gerçekten içten dua ettiğim zaman duamı da kabul etti. O bana çok güç verdi. Baya gitti o huzur bana. O benim yanımda oluşu. O yanımda olması bana baya uzun bir süre yetti yani, tesellisi. Çok mutlu oldum.” (K7)

Anlaşılan odur ki, dua etmek kadar duanın gerçekleştiğine şahit olmak da kişiye huzur, mutluluk ve teselli vermekte; ayrıca dua etmeye devam etmek için de motive etmektedir.

Kişinin ölüm sonrası bir dost ile buluşma ve konuşma ihtiyacının olduğunu vurgulayan K6, o dönemde insanın içini dökmek istediğini “...Biriyle daha fazla dertleşme ihtiyacı oluyor ölümden sonra. O olabilir. Belki daha içten dua ediyorsun, belki daha bir içini dökmek istiyorsun. Bir dostunla buluştuğunda nasıl bir duygu oluyorsa öyle bir ihtiyaç olabilir, evet.” (K6) sözleriyle ifade etmektedir. Katılımcımızın Allah’a bir dost gibi içini dökmelerini ve içten dua etmesini ölümün neden olduğu dini başa çıkma stratejisi gibi karşımıza çıkmaktadır.

Evladı bir cinayet kurbanı olan K17, oğlunun vefatından sonra onun adına yapılan dua ve hayırların kendisini ne kadar mutlu ettiğinden şöyle bahsediyor:

“... Ben fiziksel olarak evladımı kaybetmiş olabilirim. Nefes aldığım sürece bu acıyı yaşayacak olabilirim ama ben çok fazla artı maneviyat kazandım... Bugün 219. gün.

Hala birçok yerden dua edilir ve haberim olur. O kadar çok dua edildi, o kadar çok hayır aldı ki. Onun hayrına yapılan şeyler, yapılan dualar, indirilen hatimler. O kadar çok nasip oldu ki. Ve hiç bilmediğim, hiç tanımadığım insanlarla. Ben şu anda vefat etsem, biliyorum ben, nasiptir tabii belli olmaz ama şu anki fikrimle, görüşümle söylüyorum; ne benim cenazem o kadar kalabalık olur ne bana o kadar dua nasip olur. Her şeyin o kadar güzeli nasip oldu ki.” (K17)

Dua etmenin yanı sıra dua almanın da bu süreçte rahatlatma etkisi bulunduğu görülmektedir. Tanındığı insanlardan dua aldığı gibi tanımadığı insanlardan da dua alması katılımcıyı manevi anlamda güçlü kılmakla birlikte teskin etmektedir.

Kızının vefatından sonra imanından güç aldığını söyleyen bir katılımcımız, inancının etkin rolüne şöyle işaret ediyor:

“Yoksa duramazdım ki. Neyle duracaktım ben? Şu düşüncede bir insan olsaydım; öleceğiz, hepimiz toprak olacağız, bir daha diriliş olmayacak. Ee, ben öldüm o zaman. Ama Rabbim şu şartı istiyor; imanlı olun, isyan etmeyin, Allah sizi ahirette buluşturacak. Allah bunun sözünü vermiş, hiç sözünden cayar mı? Caymaz. Allah bizi sevdi, buna layık gördü. Bu iman gücü olmasaydı, Allah sevgisi olmasaydı ben de yaşayamazdım zaten. Ben hep Allah’a diyorum; Allah’ım beni bırakma. Ben seni çok seviyorum. Rabbim diyorum, senin verdiğin güç olmasa ben zaten duramam. Kızım senin yanında, o çok mutlu. Ama insanım ben ağlıyorum bazen Allah’ım diyorum. Beni affet diyorum. Rabbim de bizi biliyor zaten.” (K18)

Katılımcımızın duaya ilişkin açıklamasının, Horozcu’nun isimlendirdiği “samimi hitap duası” ile benzeştiği kanaatindeyiz. Konuşma dilinde dua veya arkadaşça dua manalarına gelen bu samimi hitap dua türünde kişi, samimi bir dosta seslenircesine dua eder.¹⁷¹ K18’in Allah’a hitap ettiği “Ben seni çok seviyorum” cümlesi bu minvalde değerlendirilir.

Sabır ve şükür gibi tutumların yanı sıra duanın psikolojik iyi oluş ile yakından alakalı olduğu biliniyor. Kişi, ilahi bir güçten yardım dileme, Onunla sıkıntısını paylaşma gibi birçok sebeple dua edebilir. Duanın gerçekleşmesine şahit olmanın, kişinin inancını kuvvetlendirdiği tespit edilmiştir. Böylece kişinin ibadetlerine daha fazla önem verdiği ön görülmekle birlikte bu duruma ilişkin net bir bilginin ortaya konulamadığı ifade edilmelidir. Bunlarla birlikte kişinin dua almasının da destek ve teselli veren bir durum olması, ulaşılan önemli bulgulardandır.

¹⁷¹ Horozcu, a.g.e., s. 224.

Duanın dini başa çıkma ve psikolojik iyi oluş ile alakalı olmasına yönelik pek çok araştırma yapılmıştır. Bunların hepsini saymak mümkün olmamakla beraber bu çalışmayla benzer sonuçlar ortaya koyan araştırmaların bazıları paylaşılacaktır. Gassallarla ilgili yaptığı araştırmasında Çelik, kişinin yaşadığı zorluk karşısında; meslek icabı cenazelerle ilgilenmelerinden dolayı çokça dua ettiklerini tespit etmiştir.¹⁷² Abay ise savaşa tanıklık eden medya mensupları üzerinde yaptığı çalışmada onların savaş esnasında sıkça dini başa çıkma etkinliği olarak duaya başvurduklarını; duanın savaş ortamındaki muhabirleri sakinleştirmede etkin bir role sahip olduğunu ortaya koymuştur.¹⁷³ Ateş'in şehit ve gazi aileleriyle yaptığı araştırmada da dua etmenin dini başa çıkmaya olumlu etkide bulunduğu görülmüştür. Yaşanılan acıyı tekrar yaşamama, acıya karşı sabır vermesi, acıyı hafifletmesi ve sağlıklı bir yaşam vermesi gibi farklı konular için Allah'a dua ettikleri tespit edilmiştir.¹⁷⁴ Murat ise yaptığı çalışma sonucunda ani kayıp yaşamış kimselerin, ölüm hadisesinden sonra dua etkinliğini artırdıklarını ve buna sıkça başvurduklarını tespit etmiştir.¹⁷⁵ Son olarak Işık'ın araştırmasını zikretmek istiyoruz. O, ebeveyn kaybı yaşamış yetişkinlerin, yaşadıkları acıyla baş etmek için dua ederek Allah'a sığındıklarını; dini gün/gecelerde ve kabir ziyaretlerinde çokça dua ettiklerini; ebeveynlerinin dini ve ahlaki bir kişi olarak dua ettiklerini tespit etmiştir.¹⁷⁶ Duanın iyileştirici rolü, sıkıntılı durumlarla başa çıkmada ve ölümü kabullenmedeki etkisi bu şekilde ortaya konmuştur. Dua, zorlu yaşam olaylarında sıkça başvurulmuş bir dini başa çıkma etkinliği olarak karşımıza çıkar.

3.2.7.2.1.3.2. Kabir Ziyareti

İnanan insanlar için mezarlıklar, ölüm ile yaşamı birleştiren bir nevi uzlaşma mekanıdır. Kişinin dini inancının derecesine bağlı olarak mezarlığın anlamı değişkenlik gösterir. Kabirler, dindar kişiler tarafından günlük hayattan sıyrılıp ölüm

¹⁷² Döndü Çelik, "Gassallık Mesleği Yapanlarda Ölüm Algısı, Dindarlık ve Dini Başa Çıkma Üzerine Nitel Bir Araştırma," (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2021, s. 75.

¹⁷³ Fatma Abay, "Savaşa Tanıklık Eden Medya Mensuplarında Psikolojik İyi Oluş ve Dini Başa Çıkma: Nitel Bir Araştırma," (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2021, 134-143.

¹⁷⁴ Ateş, a.g.e., s. 150-156.

¹⁷⁵ Murat, a.g.e., s. 234.

¹⁷⁶ Işık, a.g.e., s. 180.

sonrası hayatı düşünerek tutum ve davranışlar geliştirmeye sebep olan olumlu bir dini unsur olarak görülür. Bunun yanı sıra inançsız, din dışı hayat süren veya dine şüpheyile yaklaşan kimseler için kabirler, yalnızca ölümü hatırlatan doğal bir olay olarak görülür.¹⁷⁷ Din psikolojisi açısından düşündüğümüzde ise mezar ziyaretinin önemli bir başa çıkma işlevi gördüğüne şüphe bulunmamaktadır.

Araştırmamız çerçevesinde katılımcıların kabir ziyaretlerinde neler hissettiklerini tespit etmek amacı ile “Çocuğunuzun kabrini ziyaret ettiğinizde ne tür duygular yaşıyorsunuz?” sorusunu yönlendirdik. Katılımcılarımız mezar ziyaretleri esnasında duygulandığını (K4, K17), hüznlendiğini (K7, K13, K15), acı hissettiğini (K5), özlem duyduğunu (K9, K11, K12, K20), mutlu olduğunu (K8, K13, K14), rahatladığını (K6, K12, K16), huzurlu hissettiğini (K17, K18), kızdığını (K17), çocuğunun öldüğüne inanmadığını (K3) aktarmaktadırlar. Yanıtlar içerisinde en fazla hüzn, özlem, mutluluk ve rahatlama duygularının olduğu görülmektedir. Ayrıca annelerin evlatlarının kabirlerini ziyaret sıklığı, mezarlarının yaşadıkları şehir veya ülkelerinde olup olmamasına göre değişkenlik göstermektedir.

K6, “Onu ziyaret edince çok rahat ediyorum. Çocuklarımla gittiğim zaman diyorum, bak oğlum, getirdim kardeşlerini diyorum. (Ağlıyor). Hepsi okuduklarında rahatlıyorum. Hepimiz orada olacağız nasıl olsa.” sözleriyle bebeğinin kabrini ziyaret ettiğinde rahatladığını dile getirmektedir.

Kızının kabrinde huzur olduğunu vurgulayan anne, gittiğinde ona yaptığı konuşmadan şöyle bahsediyor:

“Öyle bir huzur var ki o kabirde. Bütün kabirleri burada ben gidip ziyaret ederim. Oranın huzuru. Hele kızımın kabrini görsen. Bahçede kalıyor, yemyeşil, deniz kenarında. Ona ben kuş yuvası aldım yanındaki ağaca. O kuşları çok severdi. Üstüne çiçekler ektik. Kabrine gittiğim zaman kızım orada değil diye düşünüyorum. Öyle bağırıp, çağırıp, ağlamıyorum asla kabri başında. Kızım, seni çok seviyorum. Yerin çok güzel. Sen benim yanımdasın. Sen burada değilsin ama bu Allah’ın gösterdiği dünyadaki evin diyorum. Sen benim kalbimdesin, kalpte yaşayanlar asla ölmez diyorum. Böyle bir değişik oluyor o kabri gördüğüm zaman ama bir huzur var orada...” (K18)

¹⁷⁷ Hökelekli, **Ölüm, Ölüm Ötesi Psikoloji ve Din**, s. 134.

K18 kabir ziyaretinde bulunduğunda hissettiği huzurun yanı sıra kızının kabrine yaptığı bakımdan da bahsetmektedir. Mezarlık ziyareti esnasında yapılan uygulamalar, ölümle baş etmekle ilgili olduğu kadar kabrin bakımını yapmak, onu sulamak, çiçek ekmek ve kuş yuvası almak, ölümün acısı ile baş etmeye yardımcı olan başa çıkma uygulamalarındandır. Bu durum, ölüme ve kabir hayatına olumlu anlamlar yükleme açısından da önemli bir etkidir.

Bir katılımcımız kızının kabrini ziyaret etmek için sabırsızlanmasından ve akabinde yaşadığı duygulardan şöyle bahsediyor:

“... İzin dönüşü Ankara’ya gittiğim zaman köye gitmek için can atıyorum çünkü biliyorum beni beklediğini, görmek istiyorum. Gidiyorum, tam böyle mezarlığın kapısından girerken, bilmiyorum ya, boğazım düğümleniyor. Başına vardığımda da ister istemez boşalıyorum, ağlıyorum. (Gülüyor). Ama sonra bakıyorum, rahatlıyorum. Konuşuyorum onunla, onun beni duyduğunu biliyorum, rahatlıyorum. Toprağını öpüyorum, mezar taşını öpüyorum, geliyorum yani.” (K12)

K12, tek bir duygudan değil; heyecan, acı, hüznün, rahatlama, konuşma, toprağını ve mezar taşını öpme gibi farklı duygu ve davranışlarından bahsetmiştir. Görüşmecinin ifadesinden anlaşıldığı üzere evladı toprağın altında olsa dahi kendisini beklediğini; dolayısıyla kızının gördüğünü, işittiğini ve bu ziyaretten haberi olacağı düşüncesine sahiptir. Bu düşüncenin kaynağında dini inanış olabileceği gibi farklı sebepler de yatabilir.

Bir diğer katılımcımız, kızının mezarlığını ziyaret ettiğinde hissettiklerini şöyle aktarıyor:

“Hem sevinç hem hüznün aynı zamanda. Danimarka’da defnedildiği için, onu ziyaret edebildiğim için mutluyum. Diğer kızım, ablama gideceğim ben, pembe çiçek alacağım demesi bir sevinç. Tam anlatabileceğimi sanmıyorum. İçin buruk ama huzur dolusun.” (K13)

Fransa’da yaşayan ama çocuğu Türkiye’ye defnedilen katılımcımız ise bebeğinin kabrini ziyaret ettiği her seferde rahatlama hisseden öncekilerin aksine çok kötü olduğunu anlatıyor.

“Türkiye’ye her gittiğimizde kabrini ziyaret ediyoruz ve salya sümük aynı acıları hissediyoruz ve çok kötü aslında, çok ağır şeyler, çok ağır şeyler yaşıyoruz ve her ziyarette kötü geçiyor. Hiçbir hafifleme olmuyor, fark ettim de. Evlat bu çünkü. Çok daha bebektir, çok daha küçüktü, çok şeyler yaşadı, üç aylıkken ameliyat geçirdi, iki hafta komaya girdi, uyudu. Hiç gözlerini açmadı, hiç konuşmadı.. Konuşmadı derken

zaten bebektir de. Yani hiçbir şeyini görmedik. Sadece üç ay bir yaşadık birlikte ve o anda yeni yeni gülmelere başlıyordu, kahkahalar atıyordu, gülüyordu, işte sana tepki vermeye başlıyordu. O anları unutamıyorum, o anlar çok kötü. Ondan sonrası da çok zor. Aşırı zor bir durum. Allah kimseye yaşatmasın evlat acısı. Dediğim gibi, bundan dört sene önce babam da vefat etti, babamı da kaybettim, gerçekten aynı duygular değil, aynı hisler değil. Evlat bambaşka. Hala benim içimde, hala benimle yaşıyor içimde. O aslında bizi terk etmedi. O hisleri yaşıyorum. Her zaman yanımda hissediyorum. Ve her zaman ondan bahsedildiği zaman maalesef ki kalbim anında paramparça olabiliyor. Çok kötü şeyler, duygular yaşayabiliyorum, çok hüznlenebiliyorum. Kötü, yani kötü. Rabbim kimsenin başına vermesin. Ama ümidimi asla yitirmedığım için aslında bu benim için hem de bir mükafat gibisinden görebiliyorum. Öyle hemen kendimi teselli etmeye çalıştığım anda da.. Teselli etmezsem eğer kendimi, gerçekten çok kötü olacağım. O yüzden kendi kendimi tekrardan teselli ederek, tekrardan biraz daha yaşama sevinci kazanabiliyorum Allah'ın izniyle.” (K5)

Katılımcımızın her ziyaretinde acı duyması, yurt dışında yaşaması sebebiyle ziyareti sıkça yapamaması, dolayısıyla normalleşme sürecinin gerçekleşmemesinden kaynaklanıyor olabilir. Bu ölümü kendisi için bir mükafat gördüğünü söylemesi, dini anlamda kişiye neleri kazandırdığını düşünmesiyle ilgilidir ki diğer açıklamalardan da bu durum anlaşılmaktadır. Bu katılımcıda görüldüğü üzere mezarlık ziyaretleri her zaman rahatlatıcı olmamaktadır. Bazı insanlar kabir ziyareti esnasında özlem duygusu ile başa çıkamamakta ve ziyaret etmede zorlanmaktadırlar.

Din psikolojisi bağlamında yapılan bazı çalışmalarda dini başa çıkma bağlamında kabir ziyaretleri araştırılmıştır. Nitekim Işık, yaptığı araştırma sonucunda ebeveyn kaybı yaşayan yetişkinlerin kabir ziyareti esnasında anne babalarıyla konuştuklarını, dertleştiklerini, ağladıklarını, Kuran-ı Kerim okuduklarını; ayrıca onların ahiret üzerine düşünme, ölümü hatırlama, ölen ebeveynin kabirdeki halini merak ve hayal etme, onu özleme, huzur bulma gibi duyguların varlığını tespit etmiştir.¹⁷⁸ Bu bulguların çoğunluğu bizim araştırmamız sonucunda da vardığımız bulguları teyit etme etmekte; böylelikle kabir ziyaretlerinin olumlu dini başa çıkma etkinlikleri arasında yer aldığını tekrar ortaya koymuş oluyoruz.

¹⁷⁸ Işık, a.g.e., s. 198.

3.2.7.2.1.3.3. Hayır Yapma

Kişinin bir başkasına yardım etmesi başlarına gelen bir olumsuzluğu defetme, daha kötüsünden korunma veya bir olumsuzluk gelmesin niyetiyle yapılabilir. Bu durumda özellikle sadaka dağıtma gibi etkinlikler görülür. Sadaka dağıtmaya dair eğilim, kültürdeki sadakanın başa gelebilecek belaları defetme anlayışından beslenir. Kişi, sadaka dağıttığında bu düşünceden hareketle sorumluluğunu yerine getirdiği duygusuna bürünür. Dolayısıyla bir dini başa çıkma etkinliği olarak başkasına yardım etme; kişide iyilik, güven ve umut duygularını beslemekle birlikte zor durumlarla mücadele etmesinde de yardımcı olur.¹⁷⁹

Görüşmecilerimize teselli amaçlı Allah’a daha yakın olup olmama isteğine dair soru sorulmuş, aralarından K3, K13, K14 ve K20 hayır yapmaya dair uygulamalarına yer verdiklerini dile getirmişlerdir.

Bir katılımcımız oğlunun vefatından sonra çokça bağışta bulunmasına dair ifadelerini şöyle aktarıyor:

“... Allah’a yakın olmak için çocuğum öldüğünden beri çok bağış yapıyorum. Çok. Hep oğlum için. Benim oğlum gittikten sonra daha çok bağış yaptım. Benim Bangladeş’ten bir arkadaşım var, orada bir yetimhanesi var. Oraya devamlı bağış gönderiyoruz, kuyular yaptırıyoruz, işte kurban kestiriyoruz, işte bütün annemin şeylerine, oğlumun şeylerine, oğlum namına hafız okutuyoruz, çocuk tuttuk. Yani çok hayır yapmaya çalışıyorum. Bunları asla söylemem. Hiç sevmem ama en azından daha çok yardım ediyorum, bağış yapıyorum. Bu ölümlü dünyada kimse bir şey götürmedi ne kadar bağış yaparsam ne kadar dua alırsam, o kadar iyi yani.” (K3)

Katılımcımızın yer verdiği bağışlar içerisinde yetimhaneye yardım, hafız okutma, su kuyusu açtırma, kurban kesme gibi farklı amaçlar için yapılan dini amaçlı yardımlar söz konusudur. Bu hayırları vefat eden oğlu ve annesinin adına yaptığını; bu dünyada aldığı duaların, ahirette kendisi için iyi olacağını vurgulaması da önemlidir. Bu iyiliklerin ahiret hayatında kendisini karşılayacağı fikrinin, ölümle baş etmesinde etkili olduğu görülmektedir.

K20 de oğlunun vefatının ardından “...Genç de olsa sadakasını, duasını, mevlidini, böyle şeylere kendim ve kardeşleri için de yapıyorum. Biliyorum, biz gidiciyiz. Ben gittikten sonra çocuklarım da o hayırları devam ettirsinler. Bizim

¹⁷⁹ Ayten, a.g.e., s. 46.

kurtuluşumuz o zaten. Bu dünyada ne yaptıysak, öbür dünyada hepsi karşımıza çıkacak” sözleriyle hayır yaparak Allah’a yakın olmak istediğini dile getirmektedir. Yaptığı hayırların ahiret hayatında karşılık bulacağı düşüncesi, bunun kendileri için bir kurtuluş olacağı fikrini de beslediği görülmektedir.

Bir diğer katılımcı kendi çocuğu hayatta olmasa da başka çocuklar için yardım ettiğini “O aralar daha fazla hayır yapmışımdır çocuklu aileler için. Tamam benim çocuğum yok ama başka çocuklara yardım edebilirim demiştim. Hala da aynı şekilde düşünüyorum. O konuda farklı oldum diyebilirim.” (K13) sözleriyle ifade etmektedir. Evladı vefat ettikten sonra hayır yapmasında bir artış olduğundan bahseden anne, olumlu duygularını bu şekilde beslediği ve ölümle bu şekilde başa çıktığı düşünülmektedir.

Evladı acı çekmeden öldüğü için şükreden K4, kendi halini annelerin önünde acı çekerek hayatını kaybeden çocuklarla kıyaslıyor.

“...Suriye’de o zamanlar çok savaş vardı, yanlış hatırlamıyorsam. Hani annelerin gözü önünde evlatlarının parçalanması, acı çekerek ölmesi falan. Ben çok şükrettim ona. Şükür ki acı çekmedi, kollarımda öldü. Kendin verdin kendin aldın ama acı çekmedi. Kolunun kopması, havaya uçması gibi psikolojiyi hiç düşünemiyorum. Onun acısını hiç düşünemiyordum. Sırf o bile benim için çok büyük bir nimetti.” (K4)

Burada yine beterinden korunduğuna dair kişinin şükretmesi söz konusudur.

K14, kendisinin değil ama eşinin fazlasıyla hayır yaptığını bildiriyor.

“Yakın olabilmek için herhangi bir şey olmadı ama. Ancak hayır bakımından eşim çok yaptı. Ben ağzımı açmadan o kendisi çok şey yapar. Allah bin kere razı olsun. Herkese yardımda bulunur yani. Allah da onun elinden eksik etmiyor, çok şükür ya Rabbi. İllaki verdiği şeyler karşı geliyor.” (K14)

Katılımcımız aynı zamanda yaptıkları hayırların karşılığını gördüklerine de dikkat çekerken bir anlamda ölümle baş etmede hayrın etkin rolünü ihsas ettirmiş olmaktadır.

Dini başa çıkma bağlamında başvurulanan etkinliklerden birinin hayır yapmak olduğunu ortaya koyan başka araştırmalar da bulunmaktadır. Örneğin Işık, ebeveyn kaybı yaşamış kimselerin sadaka dağıtma gibi çeşitli dini uygulamalarla Allah’ın rızasını kazanmaya çalıştıklarını ortaya koymuştur.¹⁸⁰ İbadetleri yerine getirmek, kayıp yaşamış ailelerin dini içerikli başa çıkma stratejisidir. Araştırmamızda, kişinin

¹⁸⁰ Işık, a.g.e., s. 187.

yaptığı ibadetler sebebiyle Allah’a yakınlık hissettiğini, vicdanen rahatladığını, sıkıntılı ve stresli olayla mücadele edebildiğini, ölümü kabullenebildiğini açıkça ortaya koyan bulgulara ulaşılmıştır.

3.2.7.2.2. Olumsuz Dini Başa Çıkma

Dini başa çıkmanın bir diğer boyutunu negatif dini başa çıkma oluşturur. Kişinin dinine ve Yaratıcısına kızabilmesi, isyan etmesi, onlardan hoşnut olmaması, olumsuz duygular beslemesi, Allah ile cedelleşmesi olumsuz veya negatif başa çıkma kapsamında ortaya konulan tutum ve davranışlardır. Yaptığımız araştırma sonucunda “Olumsuz Dini Başa Çıkmaya” yönelik bulgularımız “Olumlu Dini Başa Çıkma” kadar çok değildir. Yine de elde ettiğimiz bulgular ışığında bu tema altında “Bedel Ödeme Düşüncesi”, “İsyan”, “Allah’ın Terk Ettiği Düşüncesi”, “İmtihanı Kaybetme” ve “Allah’a Karşı Kırgınlık” konularını işleyeceğiz.

3.2.7.2.2.1. Bedel Ödeme Düşüncesi

Olumsuz dini başa çıkma altında ele alacağımız bir konu, kişinin işlediği günahlardan dolayı Allah’ın bir ceza olarak sıkıntılı olayı yaşattığı yorumudur. Katılımcılarımızda bir kısmı bu düşünceye sahip olduğu veya kafalarını kurcaladığını görüyoruz (K1, K3, K4, K5, K7, K9, K17, K19). Kendi günahlarından dolayı evladının vefat ettiğinin düşünen anneler olduğu gibi kendisinin atalarının günahlarını çektiğini düşünenler olmak üzere iki farklı yaklaşım söz konusudur.

Bir katılımcımız günahlarının oğlu tarafından çekilip çekilmediğini düşündüğünü ve sonraki kanaatini paylaşıyor:

“Bizim günahlarımızı o mu çekti diye düşünüyorum, kendi kendime konuşuyorum. Ama bir taraftan da diyorum, demek ki Allah’ın sevdiği kuluymuş ki, erkenden onu almış diyorum. Allahu Teala seven kullarını daha erken almış, demek ki Allah onu seviyormuş ki daha çabuk yanına aldı diyorum, o şekilde.” (K1)

Bu katılımcımızda günah çekmeye yönelik düşüncenin kesin olmadığını, bu anlamda git gel yaşadığını anlıyoruz. Sonradan Allah’ın sevdiği kulu olduğu için öldüğü fikrinin daha ağır bastığını görüyoruz.

Bir hastalık sonucunda genç oğlunu kaybeden annenin, bedel ödeme anlamında bu zorlu olayı yaşadığına dair karışık düşüncelere sahip olduğu görülüyor:

“...Acaba dinle mi alakalı, bilmiyorum. İslam’la alakalı olur mu bilmiyorum. Bazen de diyorlar ya bir şeyin bedelini ödüyorsun ya da annenin veya babanın bir şeyisini çekiyorum, bilmiyorum. Anlam veremedim yani. Öyle yorumlar da var. Oluyor, konuşuluyor, söyleniyor. Ya da büyük konuşmanın mı. Ya da eskiler bir şey yaptılar da ben mi çekiyorum, bilmiyorum. Onu da düşünüyorum...” (K3)

Katılımcımız başına gelen vefatı değerlendirirken atalarının günahını çektiğine veya büyük konuşmanın etkisi mi olduğuna karar verememesi, bu tarz yorumları çevresinden duymasıyla yakından alakalı olabilir. Nitekim K7’nin anlatısında buna dair ipuçları buluyoruz.

“Mesela ilk çocuğum olduğunda hani bilmiyorum, kayınvalidem falan derdi işte annenin babanın ettiğini çekiyor derdi, tamam mı? İlk çocuğumda. Ben de düşünüyordum, düşünüyordum. Çünkü 17 yaşta, çocuk yaşta. Durumumuz da iyi değildi. Babam fakirken verdi onlara. Düşünüyorum, ben daha hiç kimseyi tanımadım ki, kimseyi görmedim. Köy yeri, kimseyle kötü bir günahım olmadı, bir şeyim olmadı. Artı çok saygılı birisiydim, kimseye bir kötü sözüm olmadı. Yani niye? Benim ne günahım vardı ki benim ne günahımı çeksin? Bazen o beni üzerdi. Zannediyordum benim yüzümden oldu. Farklı bir psikoloji oldu bende bir ara. Ama hiçbir şeyim yoktu ki benim. Yani ne günah işlemiş olabilirsin ki? Evden daha yeni çıkmış, evlenmişim. Köy yerinde zaten babam evden çıkmamıza izin vermezdi.” (K7)

Köy yerinde günah işleme durumunun olmadığını ve buna bağlı olarak yaşadığı olayı tanımlayamadığını dile getiren K7, çevresinden duyduğu bu sözler nedeniyle çocuklarının ölümlerine bir anlam yüklemeye zorlandığını kendisi ifade etmektedir.

K5, kendi günahları sebebiyle bebeğinin hayatını kaybettiğini düşünmesinden şöyle bahsediyor:

“Ben kendime yordum, biliyor musunuz? Ben nerede, ne hata yaptım? Ben nerede, ne günah işledim acaba ki. Tabii o zamanki acıyla böyle düşünüyordum. Ama şu anki düşüncem apayrı, başka. Ama o zamanlar öyle düşünüyordum. Ben ne kadar kötü bir insandım acaba? Ben ne hata yaptım? Ben ne kadar büyük bir günah işledim acaba? Sürekli kendimi sorguya çekiyordum ki Allahu Teala bana böyle bir acı yaşattı. Ben ne yaptım acaba? Düşünüyordum, düşünüyordum, düşünüyordum. Evet diyordum, şurada eksiklerim var, benim burayı tamamlamam lazım ki Allahu Teala bana bu acıyı bir daha yaşatmasın. Evet diyordum, şu ibadette şu kadar eksikliğim var, orayı tamamlamam gerekiyor veya yaptığım şu iyilikte bir eksikliğim var, belki anne babama karşı bir eksikliğim mi var? İşte kardeşlerime karşı, aileme karşı, eşime karşı ya da Allahu Teala’ya karşı.. Ben ne yaptım acaba? Ne eksikliğim var? Sürekli kendime bunları

soruyordum ve sürekli bir şeyleri tamamlayabilmek için çabalıyordum yani. Gerçekten o zamanlarda kendime bu şekilde çok şey yaptım, sorguladım, çaba gösterdim ki o eksik taraflarımı tamamlayayım ki Allah bana böyle bir acıyı tekrar nasip etmesin, vermesin.” (K5)

Katılımcımız her ne kadar ölüm sonrası bu düşüncenin kendisinde hâkim olduğunu dile getirse de bunun dini dönüşüm yaşamasına neden olduğunu da ifade etmektedir. Dolayısıyla olumsuz dini başa çıkmaya yönelik tutumun değiştiğini anlatmaktadır. Dini eksiklikler anlamında kendindeki durumları tespit ettiğini ve bunları tamamlamak için çaba sarf etmesi önemli bir hususu teşkil etmektedir. Öyle ki negatif dini başa çıkma olarak yorumladığımız bu davranış kişinin dini açıdan kendini sorgulamasını ve neticede davranışlarına çeki düzen vermesini sağlayabilmektedir. Nitekim K4, buna ilişkin olarak tıpkı çocuğunun ileride acı çekmesini engellemek için bir annenin onu döverek cezalandırması gibi, K4 bebeğinin vefatı için şefkat tokadı yorumunu yapmış ve neticede dini olarak toparlanmıştır.

“Biraz şefkat tokadı olabilir diye düşündük kendimizce. Çünkü namazlarımız çok gevşekti. Dilde farklı, gönülde farklı ama ibadet olarak da farklıydı. Kötü olan şu ki, insanoğlu kendini geliştirmedikçe, güncellemedikçe, ne yaşarsa yaşasın şu dünyada çok çabuk unutuyor. Çünkü öyle bir kargaşanın içindeyiz ki, o kadar çok meşgalemiz var ki. Şu an bile oğlum gibi bir tecrübemiz olsa bile hala ibadetlerimizde eksiklik var. Niye? Çünkü güncellemediğin sürece şeytan seni oy alıyor, kandırıyor, çok seçeneği. Veya biz tam bilmiyoruz. Bir şeyler var. Ama bu bir şefkat tokadıydı diye düşündük, oğlumun vefatı. Bir kendinize gelin, bu dünya sadece maddeden ibaret değil gibi. O yüzden biraz silkeledi bize. Ama o silkeleme ne olursa olsun, ben şu an bunun bilincindeyim ve o yüzden bir çaba içerisindeyim...” (K4)

Bir katılımcımız hamileliğinde üçüz bebeklerinin cinsiyetini öğrenmesinden sonra aklından geçirdiklerini ve yaşadığı suçluluk duygusunu aktarıyor:

“Şu var bende; ne kadar insan bir kız evladı istese dahi, şunu düşünüyorum; tabii ki takdir Allahu Teala’dan. Ben ilk defa cinsiyetini öğrenmeye gittiğim zaman, doktor ilk önce kızı söyledi. Kız dedi. Ben kız evladını duyunca çok sevinmedim. İkincisine erkek deyince daha çok sevindim nedense. Benim çocuğum olmuyor ya; erkek evlat soy sop yürütüyor ya, alt zeminde böyle bir şey mi vardı anlayamıyorum. Ama oysaki kız çocuklarını daha çok seviyorum. Üçüncüsünde de çok bir sevgi yaşamadım ama. Bazen şunu derim; acaba o sevgiyi yaşamadığımdan dolayı mı Allahu Teala aldı diye kendi kendime kızarım. Yani oradaki şeyler hala beni etkiler ve hala üzülüyorum. Sadece orası uhde kaldı içimde. O suçluluk duygusu bende oluştu, altı ay boyunca onu üzerimden atmaya çalıştım. Yani o ultrasondan sonra altı ay boyunca karnımda hep

kızım, kızım diye sevdim. Sürekli. Kızım, kızım sonra oğlanlar. Sonra da o durum olunca haliyle dedim, acaba benden mi kaynaklandı? Orayı işte geçemedim. O suçluluk duygusunu geçemedim. Evet, kız evladı içimde kaldı. Rabbim isteyen herkese nasip etsin.” (K19)

Vefat eden kızının cinsiyetini ilk öğrendiğinde çok sevinmediğine bağlı olarak ölümle karşılaştığına dair düşüncelerini hala yenemediğini dile getiren katılımcımız, suçluluk duygusu yaşamaya devam ettiğini eklemiştir.

Kişinin kendi veya atalarının günahlarından dolayı ceza mahiyetinde ölüm hadisesini yaşadığı düşüncesi, olumsuz dini başa çıkmaya örnektir. Verilen yanıtlardan, bu tarz düşüncelerin kişiyi dinden uzaklaştırabileceği gibi bir uyarı anlamında algıladığı için dine yakınlaştırma imkanına da sahip olduğu anlaşılmaktadır. Dolayısıyla ölümle başa çıkmada olumlu ve olumsuz sonuçları olabilen bu tutum, kişiye bağlı bir durum olarak değerlendirilmektedir.

3.2.7.2.2.2. İsyen

Olumsuz dini başa çıkma altında değerlendirilen bir diğey konu ölüme karşı isyan hissidir. Katılımcılarımızdan K11 ve K4, bu tutuma dair açıklama yapmışlardır.

K11, içinden geçirdiğı isyanı şöyle dile getiriyor:

“Nefis taşıdığımız için kısa, içimizden, dışımdan değil de içimden böyle bir isyan geçti yani. Çünkü biz beşeriz, insanız yani. O evladımız olsun, diğey kayıplarımız olsun. İşte az önce annemin, babamın beni vermesi. İşte benim Almanya’ya gelmem mesela. Kısa bir içten bir isyan oluyor. İster istemez. O kadar imanımız güçlü değil yani.” (K11)

Katılımcımızın isyanının ölüm ve evlenmesine bağlı isyanlar olduğunu kendisi ifade ediyor. Dolayısıyla bunun Allah’a ve kadere isyan içerdığı kanaatindeyiz. Olumsuz dini başa çıkmaya bir örnek olsa da katılımcının diğey açıklamaları göz önünde bulundurulduğunda oldukça zayıf görünmektedir.

Bir diğey katılımcımız, anlam arayışına bir yanıt bulma açısından başa gelen ölümü şeytan işi olarak görmeye yönelik açıklama yapıyor:

“Bir insan böyle bir şey yaşamadıysa, özellikle de imanı kuvvetli değilse tutunması çok zor. Çünkü çok farklı yerlerden vuruyor insanı. Şeytan aşırı bir şekilde seninle uğraşıyor. Rahatça normalde söyleyebilirdim: Neden oğlum? Ben İslam’a göre yaşıyordum falan mesela, tövbe, haşa. Öyle bir şey asla söylemedim. Şükrettik. Şükür Allah’ım, Sen bize bunu nasip görmüşsün, bağışlamışsın, demek ki bizi seviyormuşsun ki bizi bu şekilde imtihan ediyorsun diyebildik. Ama şeytan da çok, çok, çok uğraşıyor.

Öyle az falan değil. İlk iki haftası zordu. İlk iki haftasından sonrası daha da zordu.

Ondan sonra idrak ediyorsun onun gerçekten gittiğini.” (K4)

Kişinin imanının gücüne bağlı olarak isyan edebileceğini ifade eden K4, şeytanın sataşmasına her an kapılabileceğinin de altını çiziyor. Bu tarz düşüncelerin kişinin aklına gelmesi, olumsuz dini başa çıkmaya örnektir. Ancak burada katılımcımızın isyanın eşiğinden dönmesi söz konusudur. Kendisi, şükür, nasip ve imtihan hususlarının farkında olarak bu olumsuz tutuma sahip olmadan ölümle başa çıkabildiğini anlıyoruz.

3.2.7.2.2.3. Allah’ın Terk Ettiği Düşüncesi

Allah’ın ölüm gibi sıkıntılı ve yardıma muhtaç bir süreçte kişiye yardım etmediği düşüncesi, olumsuz dini başa çıkmaya bir diğer örnektir. Bunu dile getiren tek bir katılımcımız mevcuttur (K8). Katılımcımız ölümü kelami açıdan değerlendirirken, kendisinin Allah’ın yardım etmediği kullarından olduğu hissinden şöyle bahsediyor:

“...Hani şey vardır ya, bu hangi konuda vardır? Kelamda sanırım. Kelamdır büyük ihtimalle. Hani şeyler var ya, mucizeler. İşte peygamber olmadan önce gösterdiği mucizeler, işte peygamberlerin. İşte Allah’ın veli kullarına vermiş olduğu mucizeler. Ya da Allah’ın işte hiç Müslüman olmayan, tamamen dindarlıkla alakası olmayan insanlara vermiş olduğu, yani onların yetilerine uygun şekilde vermiş olduğu şeyler; işte ilhaz olur, keramet falan, var ya ihanet, meunet. Bir tane şey var burada; Allah’ın yalnız bıraktığı kulları. Yani şöyle söyleyeyim sana: yardıma ihtiyacı olduğu anda, Allah’ın yardım etmediği kulları. Bu inanmayanlar için. Yani konu olarak inanmayanlar için. Kendimi orada gibi hissettim. Aşırı derecede yardıma ihtiyacım var ve yapayalnızım gibi hissettim. O yüzden dedim aslında, bir yere sığınmak istedim ancak bir de şeyi biliyorum mesela; bu çocuk ölecek. Sen ne yaparsan yap, bu çocuk ölecek. Ne kadar da dua da etsen. Tabii, bir mucize de olabilir. Belki tıp o esnada buna bir çare bulabilir. (Ağlıyor). Ancak bu, genetik bir bozukluk olduğu için henüz böyle bir teknoloji yok yani. Bu çocuk kayıp yani. Hatta bir tane doktor bana şey dedi, bu bebek kayıp bebek dedi... Yani inanılmaz bir çaresizlik içindesin. İnanılmaz. Böyle yastıkları ısıtarak ağladığımı. Eşime diyordum ki.. Evde şöyle bir konsol var bizim. Kafamı şu konsolun köşesine çarpıp parçalamak istiyorum, sırf bu çaresizliği hissetmemek için yani. Çok berbat bir şeydi. O yüzden sığınacak bir yer aradım ancak sığınacak hiçbir şeyin olmadığını biliyordum.” (K8)

Allah'ın yalnız bıraktığı insanlardan olduğu düşüncesinin olumsuz dini başa çıkma altında değerlendirilmesinin nedeni, ilahi anlamda bir yalnızlık ve çaresizliğin hissedilmesinden kaynaklanmaktadır ki K8'de durum açıkça görülmektedir.

3.2.7.2.2.4. İmtihanı Kaybetme

Şefaate meselesine olumlu bakan katılımcıların yanı sıra K8, bu durumdan farklı bir bakışa sahiptir. Bir anne ve baba olarak vefat eden evladının kendilerine şefaate olma meselesini bencillik ve menfaatlenme olarak tanımlaması, bu yanıtı olumsuz dini başa çıkma olarak değerlendirmemize neden olmuştur. Genetik bir hastalık sebebiyle bebeğini kaybeden anne, şefaate ile ilgili düşüncelerini şöyle paylaşıyor:

“Tabii şimdi bebek olduğu için ve hamile olduğum için, beni avutmak istedikleri için; işte o sana şefaateçi olacak, ne güzel işte. Hiç böyle bir şey yaşamamış olanlar. Atıyorum biri bana şey dedi mesela, benim 8 tane çocuğum var ve hiçbirinin ahirette cennete gideceğinden emin değilim. Hepsi dindar insanlar aslında ama bunların hiçbirinin garantisi yok diyor. Ama diyor senin bir tane çocuğunun garantisi var, bu ne kadar güzel bir şey. Evet, hepsi çok güzeldi. Şey diyorlar, işte bak, inşallah bize de şefaateçi olur falan, başkaları. Atıyorum eşimin ananesi falan. Bu benim için o kadar teselli edici bir şey değildi ki yani. Ben bu çocuğu bana şefaateçi olsun diye doğurmadım ki. Bu şey gibi hissettirdi bana; ben bundan menfaatleneceğim. Çocuğum öldü, ben bundan menfaatleneceğim. Neden menfaatleneyim yahu? Keşke ölmeseydi gibi düşündüm. (Duygulanıyor). Bunun bana menfaat sağlayacağı bencillik gibi geldi daha doğrusu. İmtihan içerisinde olduğumu baya bir sonra fark ettim. Benim hayatımda yaşadığım ilk kayıp. Çok şükür şu ana kadar dedelerim, herkes yaşıyor. Bir kayıp yok. Ölüme nasıl bir tepki vereceğimi bilmiyorum. Ne kadar ağlanır, bilmiyorum. Tamamen ben geliştireceğim diye düşündüğüm için. Dediğim gibi, ne tepki vereceğimi bilemedim. Belki de geçemedim sınavı. Büyük bir ihtimalle geçemedim. (Gülüyor).” (K8)

Katılımcımızın çevresindekilerin teskin etme amacıyla şefaate ilişkin söylediği sözler, bu durumda etkisiz olmuştur. K8, şefaati bencillik ve menfaatlenme kavramlarıyla açıklamasından dolayı buna olumsuz bir anlam atfetmiştir. Bu bulgu, olumsuz dini başa çıkmaya önemli bir örnek teşkil etmektedir. Yapılan araştırmalarda ise şefaate ilişkin böyle bir anlam yüklendiği bulgusuna rastlanılmamıştır.

3.2.7.2.2.5. Allah’a Karşı Kırgınlık

Olumsuz dini başa çıkma altında ele alacağımız son konu, Allah’a karşı kırgınlık olup yine aynı katılımcımız üzerinden bulgumuzu sunacağız. K8, bebeğinin vefatı sebebiyle Allah’a karşı kırgınlık hissetmesinden şöyle bahsediyor:

“... Allah’a kendimi kırgın gibi hissediyorum dedim. Yani böyle çok sevdiğin bir insan seni böyle en düşmüş anında seni yalnız bırakır ya. Kendimi böyle kırılmış gibi hissediyorum Allah’a karşı. Aşırı kırgınlık. Ama tabii ki de şöyle; bir Allah olduğuna.. Şey gibi olmadı mesela; ben deist oldum, Allah bizi yarattı bıraktı, bize müdahale etmiyor, Allah isteseydi işte çocuk ölmezdi, ya da ne bileyim o genler gelmezdi. Yüzde yirmibeş ihtimal sonuçta. Biz bunu yaşadık, bu acıyı yaşadık falan. Bunları da şey yapmadım, böyle düşünmedim ama bir kırgınlık oldu daha sonra geçti. Ama bunu Allah’a karşı dedim ki, Allah’ım ben dedim, bunu yaşadığım için çok üzgünüm, çok üzüldüm, kırıldım da kendimi çok yalnız hissettim ama dedim daha sonrasında geçti yani. Dedim ki, ateist neden Allah’ın olmadığını düşünür? Bunu ben düşünürüm mesela. Bir insan Allah’ın olmadığını neden düşünür? O an hepsinin neden olduğunu anladım yani. İnsanlar gerçekten yokluk hissediyorlar. Yok yani. Öyle şeyler yaşıyorlar ki diyorlar ki bir Allah olsaydı bunu yaşamama izin vermezdi diyorlar ve ben bunun için neden başımı örteyim ki deyip vup başını açıyorlar. Benim kuzenim açtı mesela. Biz buna engel olamadık. Ben dedim ki, o bunu hissediyor, bırakın arkadaşlar yapacak hiçbir şey yok. Ben onun ne hissettiğini çok iyi anlıyorum. Ben böyle bir şeyi hiç düşünmedim açıkçası. Yani dedim ki, Allah beni bu konuda çok büyük yalnız bıraktı ya da ne bileyim, bunu yaşamama izin verdi. Namaz kılmıyorum demedim. Kesinlikle hiçbir ibadetimden ya da ne bileyim imanı, itikadi konuda hiçbir tereddüttüm, şüphem olmadı, sadece çok sevdiğin bir insana kırılırsın ama yine de gönlün onunladır ya, hep öyle oldu. O geçti şu anda, kırgınlığım geçti çünkü insan artık bir saat sonrasında yavaş yavaş duyarsızlaşıyor. İyi ki de duyarsızlaşıyor. Alışıyor. Ve unutuyor. Unutmak hakikaten iyi bir şey çünkü ilk zamanlarda her saat başı 25-30 dakika düşünüyorsam mesela şu anda günde 2-3 defa aklıma geliyor. Muhakkak her gün aklıma geliyor ama çok şükür çok daha az geliyor. (Gülüyor).” (K8)

Katılımcımız her ne kadar ölüm sonrası hissettiği yalnızlık ve çaresizlik nedeniyle kırgınlık hissettiğini ifade etse de inanç ve ibadet anlamında kendisinde olumsuz bir değişim olmadığının altını çizmektedir. Onun yeterince güçlü şekilde yaptığı vurgunun üzerinden geçmekte yarar görünüyor. Negatif dini başa çıkmanın birçok türünde Allah denkleminden çıkarılmıyor, aksine onun varlığı, gücü ve tasarrufu tam bir imanla kabul ediliyor.

3.3. Güncel Durum

Bulgularımızı ele alacağımız son tema, “Güncel Durum” temasıdır. Bu temayı “Güncel Psiko-Sosyal Durum”, “Güncel Dini Durum” ve “Güncel Anlam Dünyası” olmak üzere üç alt temada ele alacağız.

3.3.1. Güncel Psiko-Sosyal Durum

Katılımcıların güncel psiko-sosyal durumlarını ortaya koymak amacıyla “Ölüm Acısı”, “Ölünün Anılması”, “Diğer Çocuklarına Bakış”, “Çocuğun Akranlarına Bakış”, “Keşke Söylemi” ve “Aynı Tecrübeyi Yaşayanlara Tavsiyeler” konularına ilişkin bulgular işlenecektir.

3.3.1.1. Ölüm Acısı

Akut yas dönemleri bitmiş olsa da evlat kaybı yaşamış kimselerin üzerinden geçen zamana rağmen ölüm acısını yaşadıkları bilinmektedir. Yas tutanın kişilik yapısı, psikolojisi, vefat edenle ilişkileri, bu ilişkiye yüklenen anlam vb. çok sayıda faktörün etkisiyle farklı seviye ve şekillerde yaşanan üzüntünün güncel durumunu öğrenmek amacıyla katılımcılardan yas süreçlerinin nasıl başlayıp, nasıl ilerlediğine ve özellikle yaşadıkları acının zamanla hafiflemesi, çoğalması veya aynı kalmasına dair his ve düşüncelerini aktarmaları istenmiştir. Katılımcıların çoğunluğunu teşkil eden bir kısmı zamanla acılarının hafiflediğini (K2, K6, K7, K8, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K20); bir kısmı acılarının aynı şekilde devam ettiğini (K1, K3, K5); biri acısının arttığını (K17); biri özlem anlamında hislerinin yoğunlaştığını (K9); ikisi hiç acı hissetmediklerini (K4, K18) ve biri yalnızca anne merhametinden kaynaklı bir üzüntü hissettiğini (K20) ifade etmişlerdir. Söz konusu duygu ve tutumlar için kişinin bireysel, psikolojik, sosyolojik, kültürel ve dini unsurlar yoluyla oluşan bir süreç olduğu düşünülmektedir.

Bir katılımcımız, kendisinin hissettiği acının zamanla hafiflediğini “Hafifledi. Şöyle söyleyeyim; şimdi otursam yine saatlerce ağlarım ama o esnada kayıp çok daha farklıydı tabii ki (duygulanıyor). Zaten bence öyle kalıyor olsaydık kesinlikle şu zamana kadar sağ kalmazdım...” (K8) sözleriyle dile getirmektedir. Bu sorumuza verilen cevaplardan elde edilen kıymetli bir bulgu da insanın unutma, alışma yahut

duyarsızlaşma olarak nitelenebilecek vasfının hayati önemi'dir. Acılar ilk anda olduğu gibi kalsa muhtemelen insan psikolojisinin iflası da kaçınılmaz olacaktır. Benzer şekilde K10 yas sürecinde unutkanlığın psikolojik önemini şöyle dile getiriyor:

“Tabii ki hafifledi. Unutma duygusunun nimet olduğunu anladım hocam. Eğer unutmama duygusu olmasaydı insan o andaki acıyla inan en fazla bir gün yaşayabilir, ondan sonra delirir.” (K10)

Vefatın ardından hissedilen acının yerini gündelik hayatın aldığını ifade eden katılımcımız, kendisine teselli veren düşünceleri şöyle aktarıyor:

“O anki acısı ile şu anki durumu kıyaslayamam çünkü şu an acısı yok. Şu an senin aklında sadece. Şöyle, bizim Müslüman olarak keşke diyebileceğimiz bir şey yok çünkü keşkelere yer yok bizim hayatımızda. Olan, hayırlı olduğu için oluyor. Hayırlısına da inandığımız için şu an acısı yok açıkçası. İnsan özlüyor mu? Özlem oluyor. Ama öbür taraftan insan kendini toparlıyor. Hayırlısı ise öte tarafta tekrardan buluşacağız. Bir ayağımız sonuçta cennet mi cehennem mi belli değil ama belki, bir ihtimal o bizi korur, kurtarabilir. Onun ümidi var açıkçası. Ama acı, bir annenin bir evladını kaybetmesinin acısı tanımlanamaz. Bence hiçbir şeyle kıyaslanamaz. Hani bir hastalık olsa önden bir hazırlığın olur... O anın acısı çok farklı olduğu için şu an ve de ilk zamanlar başka evladını kaybetmiş annelerin anlattıkları insanın çok ilgisini çekiyor. Birden oraya odaklanıyorsun. Aslında bu durumu yaşayanların çok olduğunu fark ediyorsun. Aynı hamileyken gözüne sürekli hamilelerin çarptığı gibi. Bu böyle bir psikoloji... Demek ki Allahu Teala öyle bir insana his veriyor ki. İnsan çiğ süt emmiştir denmiyor boşuna. Bir müddet sonra o acının yerini gündelik hayata çeviriyor. Belki üstüne çocuklarını alıyor. Bir şekilde o acı gidiyor, sadece onun hayali ile hatıraları kalıyor. Öyle bir durum söz konusu. O yüzden acı, o anda çok acı oluyor. Belki bir sene falan öyle oluyor çünkü oğlum vefat etti, iki ay geçmeden yine hamile olduğumu öğrendim. Bize bir hediye'di. Sabrettiğinde, Allah’a tevekkül ettiğinde bir şekilde Allahu Teala onun mükafatını veriyor.” (K4)

Katılımcımızın burada üzerinde durduğu meseleler, psiko-sosyal ve dini yönlerden ele alınabilir meselelerdir. Ancak dini yönünün daha ağır bastığını görüyoruz. Öncelikle bir Müslümanın keşke dememesine ve yaşananın hayırlısı olduğuna yönelik açıklaması; ahirette tekrar buluşmaya ve bebeğinin kendisini cehennemden koruyacağına dair ümidi; ayrıca sabır ve tevekkül gibi kavramları dile getirerek yanıt vermesi, dinin yas sürecindeki rolüne işaret ediyor.

K13, acısının hafiflediğini söylüyor, ancak yasın yerini alan farklı bir duygudan, özleminden söz ediyor.

“O acıyla yaşasan, yaşayamazsın. O imkânsız. Aynı acı var desem yalan olur o yüzden ama aynı özlem var. Bunlar iki farklı şey. Öyle büyük bir acıyla asla yaşayamazsın.”
(K13)

Acısının hafıflediğini dile getiren bir diğer katılımcımız, çocuğunun güzel bir yerde olmasının ve acı çekmemesinin verdiği teselliden söz ediyor:

“Tabii ki hafıfledi gülüm. Hafıflemese insan ayakta duramaz ki. Hafıfledi gülüm. O andaki daha değişik bir şok, bir acı. Şimdi hafıfledi. Şimdi tesellim, onun güzel bir yerde olduğu. Tesellim acı çekmemesi. Bedenen, sağlık yönünden acı çekmiyor. Hani onlar bana teselli oldu şu anda.” (K11)

Yine evladının dünyada canı yanmadığından dolayı olaya iyi bakmaya çalışan bir katılımcımız, o acının bir ölçüde hafıflese de kaybolmadığını bildiriyor.

“O acıyı gerçekten bunu yaşamayan bilmez. Rabbim kimseye göstermesin. O bitmiyor yani. Gerçekten bitmiyor. Şunu söyleyeyim; gün içerisinde ister istemez aklına gelebiliyor. Tamam, her vakit gelmiyor ama gelmediği gün de yok. Onun bir hayali, istediği bir şey, sevdiği bir şey görüyorsun. Bak, 4,5 yıl geçtiği halde hala her gün onu hatırlayabiliyorum. Her gün onun yüzü gözümün önünde yani. O anki acı tabii ki çok, çok farklı bir şey ama şu anda da şöyle bir şey var; kızımın canı yanmıyor, tertemiz gitti. Biz bu dünyadayız ama ben bilip bilmeden.. Tamam, günah işlememeye çalışıyorum ama günah işliyoruz, gideceğimiz yolda, kim bilir daha ne kadar çok günahla gideceğiz ama benim kızım tertemiz gitti. Yani o gittiği yer belli. İçim o yönden çok rahat.” (K12)

Bir diğer katılımcımız olan K6 da acının ilk dönemdeki düzeyinde olmadığını bildirenlerden, bebeği anıldıkça duygulandığını ancak onun cennette olması sebebiyle düşünülmesi gereken bir durumunun olmadığını vurguluyor:

“Şöyle canım, her gün oturup da oğlumu düşünüyorum desem yalan olur. Düşünülecek bir durumu da yok. Şöyle yok; cennette olduğunu biliyorum. Hiç şüphesiz biliyorum. Bu dünya zaten gelip geçici, bunun da bilincindeyim. Bu da acımı hafıfletti. Allah’ım elimdekilerinin hakkını vermeyi, onları iyi yetiştirmeyi nasip etsin Allah’ım. Bu dünyasını da öteki dünyasını da kazananlardan eylesin... Ama zaman zaman, aklıma geldikçe, böyle konular oldukça, açıldıkça o içimde bir şey oluyor. (Duygulanıyor).”
(K6)

Evladının vefatının ardından acısının hafıflemediğini, aksine daha da arttığını ifade eden katılımcılar arasında bir yıl önce oğlunu kaybeden K3, durumunu “Aynı. Aynı. Acıyor. Aynı. (Ağlıyor)” sözleriyle ifade ederken, vefatın üzerinden geçen sürenin de önemli olduğunu gösteriyor.

K1, acısının aynı şekilde devam ettiğini ve oğlunu sürekli yanında hissettiğini şöyle anlatıyor:

“Vefatının üzerinden 2,5 yıl oldu. 2019’un kasımında vefat etti, 2 yıl bitti. Acılarım aynı, değişen bir şey yok. Sanki evin içindeymiş gibi, yürüyormuş gibi geliyor bana... Sanki o yanımdaymış gibi, hiçbir şey yok. Sanki yanımdaymış gibi sürekli, yoksa ben oraya gidecekmişim gibi geliyor bana. Ayakta da durmak zorundayım çünkü diğer çocuklarım var... Atlatamadık, kalbimizde yaşıyor, beynimizden silip atamıyoruz ama yine de elimden geldiğince devamlı yanına gitmeye çalışıyorum, okuyorum. Eşim de gidip geliyor. Atlatmış mıyız? Atlattık mı atlatmadık mı bilmiyorum. Allah’ım birini aldı, birini verdi, hani vakit geçiriyoruz ama aklım hep onda. (K1)

Katılımcımızın yeni bir evlat sahibi olması, onunla zaten vakit geçirmesine vesile olsa da ölüm hadisesini atlatmasını sağlamadığı, acılarının aynı kalmasını engelleyememiştir.

Bebegini yirmi yıl önce kaybeden K5, onun adı anıldığında kalbinin hala paramparça olduğunu şöyle ifade ediyor:

“Şimdi şöyle bir durum var; hayatımıza devam ediyor muyuz? Ediyoruz. Bu da aslında acı bir gerçek ama hayatımıza devam etmek zorundayız. Diğer çocuklarımızla.. Elhamdulillah dört tane daha çocuğumuz var ve onlarla ilgilenmek zorundayız, yaşamak zorundayız, yaşadığımız müddetçe Allah’ın rızasını kazanabilmek için yaşamak durumundayız. Bundan dolayıdır ki acıkıyoruz, susuyoruz, yiyoruz da, içiyoruz da, yeri geliyor gülüyoruz da, yeri geliyor ağlıyoruz da ama oğlumun adı geçtiği anda, ondan bahsedildiği anda ben yine aynı acıları yaşıyorum. Aradan bunca sene geçmesine rağmen ondan bir konu açıldığı zaman ve ondan konuştuğumuz zaman, şu an bile onu konuştuğumuz zaman benim kalbim paramparça... Fark ettim ki, her ondan bahsettiğimde gerçekten kalbim paramparça oluyor. Aynı hisleri, aynı acıyı ben şahsım olarak hissediyorum.” (K5)

Acısının öldüğü zamandan daha fazla olduğunu dile getiren tek katılımcımız, oğlunu silahlı bir saldırıda kaybeden K17’dir. Kendisi bunun altını “Şu anda daha fazla. Şu anda daha fazla” sözleriyle çiziyor. Ancak oğlunun vefatının üzerinden yalnızca altı ay kadar bir sürenin geçmesi, bu acının hala taze ve giderek katlanması beklendik bir durumdur. Özellikle katılımcımızın evladını ani ve travmatik bir şekilde kaybetmiş olması, şu an yaşadığı acının daha fazla olmasının bir açıklaması olabilir.

Son olarak ele almak istediğimiz katılımcımız, kendisinde bir acının bulunmadığını, yaşadıklarının ve düşündüklerinin kendisine huzur verdiğini şöyle ifade ediyor:

“Ben şöyle anlatıyorum bu yas süreci.. Yas süreci demek istemiyorum. O çok itici o kelime. Yas çok itici geliyor bana çünkü onun bir süreci yok. Diyorlar ya 6 ay, 2 yıl. Bu gözünü kapayacağın vakte kadar devam edecek bir süreç. Evladının yokluğuna alışmak hiç kolay bir şey değil. İlk 3 ay yoksun zaten, hatırlamıyorsun bir şey. Bir şey yaşıyorsun ama rüya mı gerçek mi? Memleketteki evimizin odası kızımızı defnettiğimiz yere bakıyordu. Uyandık. Eşim dedi ki; sen ne kadar sakınsın, onun elini tutmadan uyumazdın. Ben artık onu Allah’a emanet ettim dedim, şimdi Rabbim onun elini tutuyor cennette dedim. Ama bu inanç hiç kaybolmadı. Herkes dedi ki, bunlara ilaç mı verdiler. Hayır. Çünkü kızım bana şunu dedi; anne, ben ölünce sakın üzülme çünkü ben Allah’a kavuşacağım, cennete gideceğim. Hatta ağlama anne. Şimdi bunu diyen bir evlada, Rabbim ona her şeyi göstermiş, bana bağırarak, isyan etmek yakışır mıydı? Bir de kime bağıracağım ki zaten? Öyle bir hakkımız yok. Ölüm hak. Hepimiz öleceğiz zaten. Kimse ölümsüz değil. Herkes der ki; şuram yanıyor. Bende hiçbir yanma yok. (Gülüyor). Allah beni yakmadı diyorum ama ben ne yapıyorum? Bazen elime kızım gelip dokunuyor. Öyle bir sıcaklık hissediyorum ki kalbimde Rabbimin sevgisi var. Ben her namazı kıldığımda; Allah’ım diyorum, kızıma selam söyle, onu çok sevdiğimi söyle diyorum. Bu bana huzur veriyor.” (K18)

Öncelikle K18’in yaşadığı süreci, yas süreci olarak tanımlamak istememesi, psikolojik anlamda bu sürecin bir sonun olmamasına yönelik düşüncesinden kaynaklandığı söylenebilir. Herkesin ölümlü olduğu gerçeğinin de katılımcımızın ölümü kabullenip onunla baş etmesinde etkili olduğu görülmektedir. Dini yönlerin ortaya çıktığı bu ifadede, özellikle katılımcının “...Şimdi Rabbim onun elini tutuyor cennette...” sözü, güçlü bir metafor olarak çok vurucudur. Allah’a emanet etme, kızının cennette olması, Allah sevgisi gibi farklı dini olgulardan destek aldığı anlaşılmaktadır.

Yas sürecinde yaşanan duygu ve davranışların, ölüm hadisesinden sonra hissedilen acının; bunun çoğalması veya azalması öngördüğümüz üzere kişinin karakter, psiko-sosyal ve dini yapısına göre değişmektedir.

Acısı zamanla hafifleyen katılımcılar için en az dört, en fazla yirmi yıl önce yaşanan vefatlar söz konusudur. Bunlar içerisinde beklenen ölümler olduğu gibi beklenmedik ölümler de yer almaktadır. Evladının vefatının ardından hissettiği acının aynı şekilde devam ettiğini dile getiren katılımcılar içerisinde ise bir, iki ve on sekiz yıl önce yaşanan ölümler mevcuttur. İçlerinden ikisi ani, üçüncüsü ise beklenen bir vefattır. Dolayısıyla geçen sürenin ve ölüm şeklinin bu katılımcılar özelinde belirleyici

olduğu söylenemez. Acısının fazlaştığını dile getiren tek katılımcımız, kısa süre önce genç oğlunu cinayet sebebiyle kaybetmiştir. Zaman geçtikçe acının çoğalması ani ve travmatik olan bu ölümden kaynaklandığı düşünülebilir. Ölümün üzerinden geçen sürenin ve kişinin başka çocuklarının hayatta olması, acıyı hafifletmede etkisi olduğu kadar ilahi anlamda evladının iyi bir yerde olması fikri, şefaatçi olacağı düşüncesi, yaşanan olayın kişi için hayırlısı olduğu düşüncesi teselli veren etkenlerden olduğu görülüyor.

3.3.1.2. Ölünün Anılması

Yakınları vefat eden kimseler, onlar her anıldığında yeni bir duygu atmosferine girebilmektedir. Kimi yakınlar bunu hafifçe kimi ise derinden yaşamaktadır. Bu sebeple katılımcılarımıza “Çevrenizdeki insanlarla vefat eden çocuğunuz hakkında konuşurken neler hissediyorsunuz?” sorusunu yönlendirdik. Katılımcılarımızın çoğu bu durumdan memnun olmadığını (K1, K2, K5, K8, K10, K11, K12, K15, K18, K20); kimi bu durumdan memnun kaldığını (K9, K16, K17); kimi çevresinde bu konunun zaten açılmadığını ifade ederken (K3, K6); bir kişi bu olayla ilgili konuşmak istemesine rağmen konuşamadığını (K7) bildirmiştir. Katılımcılarımızın bu soruya verdikleri cevaplar içerisinde memnuniyetin ötesinde başka geri bildirimleri de olmuştur. Kimi katılımcılar maddi ve manevi anlamda çocuklarını hatırlatan unsurlara dair hislerini aktarmıştır. (K1, K4, K16). Son olarak bir kişi bu durumla ilgili duygu ve düşüncesini hatırlamadığını aktarmıştır (K14).

Ele alacağımız ilk katılımcımız, vefat eden oğlu hakkında konuşmadığını, kimseyle acısını paylaşmadığını ifade ediyor. Onun bu tutumunda anmanın verdiği ruhsal zorluğun yattığını anlayabiliyoruz.

“Konuşmuyoruz. Konuşmuyoruz ki. Şöyle diyeyim, ben çevremden çok uzaklaştım, pek konuşmuyoruz. Oğlumu konuşsam, ben eşimle konuşuyorum daha çok. Yani bazen hüzünleniyorum, ağlıyorum, resimlerine bakıyorum, (ağlıyor), ikizi hep bir şeyler gönderiyor, hikayesinde paylaşıyor kardeşini, yazılar paylaşıyor, ben zaten kopuyorum yine. Ama ben kimseyle paylaşmadım, kimseyle konuşmadım, öyle, paylaşmadım. İlk defa seninle böyle paylaşıyorum.” (K3)

Bir diğer katılımcımız ise kendisinin Almanya’da yaşaması ve ailelerin Türkiye’de yaşaması nedeniyle bu olayın fiziksel durum nedeniyle pek konuşulmadığını şöyle açıklıyor:

“O kadar çok böyle.. Biz burada Avrupa’da olduğumuz için çok aile.. Ne derler.. Hep benim, hem eşimin tarafı Türkiye’de olduğu için, burada çok aşırı olmadı öyle. Zaten sonra hamile kaldım. Öyle çok konuşulmadı. O dönem konuşuldu, defnedildikten sonra çok konuşan, eden olmadı. Zaman zaman oldukça da aynı senin gibi görüştük, ettik, ağladık. Öylece geçmiştir.” (K6)

Yaşadıkları zorlu olayın çevresinde konuşulmasından memnun olmayan annelerin sayısı bir hayli çoktur. Bir katılımcımız ölünün arkasından konuşulmaması gerektiğini düşünüyor, konuşulduğunda ise üzüldüğünü şöyle dile getiriyor:

“Konuyu açmalarına, tekrar konuşmalarına üzülüyorum çünkü hani derler ya, ölünün arkasından fazla konuşulmaz, konuşuyorlar şöyle de böyle de. Ben hiçbir şey demiyorum, içime atıyorum. Sessiz sessiz dinliyorum.” (K1)

Bu anekdotta toplum tarafından sarf edilen bir söylemin, katılımcımız için ne kadar önem arz ettiğini görüyoruz. Bu söylemin, kişinin kendi duygu ve davranışlarından daha fazla ön plana çıktığını, katılımcımızın etrafındakilerin konuşmaması ve kendisinin de bu konuda susmasından anlıyoruz.

K2, kendisine söylenen teskin edici sözlerin neler hissettirdiğinden bahsediyor. O, anıp anmamadan ziyade ne şekilde anıldığının belirleyiciliğine ilişkin fikir verecek sözler söylüyor.

“Az önce de söyledim, daha bebek, Rabbim bir daha verir, üzülme, o sana şefaatçi olacak.. Tabii onlar öyle söyleyince çok sinirleniyordum, giden benim evladım. Ölen benim evladım oldu, sizin değil. Hani başından geçenler de, yani evladını kaybedenler de aynı tepkiyi veriyorlardı, alışırsın yarın, bir suyun başına gelir, yani bir daha olur diyorlardı. Üzülme, kendini yıpratma. Gerçekten çok saçma geliyordu. O anda duyduklarım çok saçma geliyordu, işte ağlama, üzülme. Yani o anda zaten çocuğa dair evde bir şey koymamışlar, yani bırakmamışlar. Hani koklayabileceğim, sarılabileceğim. Kendini daha fazla üzmesin, yıpratmasın diye yapmışlar. Artık zaman geçtikçe insanları anlıyorum, daha iyi anlıyorum. Tabii o anda adamın psikolojisi darmaduman olduktan sonra hiçbir şey anlamıyorsun. Diyorum ya boğulacak gibiydim, dedim konuşmayın artık. Öyleydi.” (K2)

Ne şekilde anıldığının önemli olduğunu, dahası kullanılan kelimelerin bile mühim olduğunu K19’un anekdottundan da anlıyoruz. O, annesinin bebeği hakkında kurduğu yanlış bir cümlenin kendisini çok üzdüğünü paylaşıyor:

“Annem telefonda şunu söylemişti. Çok zoruma gitmişti. Ben hastanede yattığımdan dolayı dedeleri, amcası vesaire gömmeye gitti. Babası vesaire. Annem şunu söylemişti telefonda; kız öldü. Öldü kelimesini o kadar ağır gelmişti ki. Öldü. Öldü dedikleri

zaman moralim o kadar bozulmuştu ki. Çok ağırıma gidiyordu. Onu böyle daha naif söylemelerini isterdim. Öldü kelimesini hiç sevmiyordum. Vefat etti. Dünyasını değiştirdi. Bunlar biraz daha naif geliyordu bana. O kadar zoruma gitti ki annemin o kelimesi. O anda annemi duymak, görmek istemedim. Annem niye böyle benim yanımda konuşuyor diye düşündüm. Tabii ki anneme bir şey diyemiyorum. Onlar gömmeye gittikleri zaman; tam Cuma saatiydi, Allah'ım şefaati var dedim. Bakıyordum, mutluydum. O saatte mutluydum. Ama ne zamanki eve geldim. Üzüntüm çok, çok katlandı. Ne zamanki toprağın altına girdi, çok farklı oldu. İdrak durumuna geçildi. Sürekli ağladım. Sürekli acıktı mı? Bir şey istiyor mu? Biliyorsun ama konduramıyorsun.” (K19)

Katılımcımızın açıklamasından “öldü” gibi bir kelimenin kişinin psikolojisini derinden etkilediğini ve bunun üzüntüye neden olduğunu anlıyoruz.

Bir diğer katılımcımız, bebeği hakkında konuşulduğunda üzüldüğünü şöyle dile getiriyor:

“O zamanlar çok üzüyordum beni. Onu kaybettiğimden dolayı çok üzülüyordum yoksa o konuşan kimseye bir kızgınlığım, ona bir şeyim olmuyordu. Sadece içimden çok üzülüyordum. Ama artık kimse de bahsetmiyor ondan o yüzden sadece ben hatırlıyor gibiyim, sanki kimse hatırlamıyormuş gibi onu artık. Sadece ben. Kimse de konuşmuyor artık. Ama ilk zamanlar tabii ki ondan bahsedildiği zaman tabii ki insanı çok üzüyordu. Ondan bahsedildiği zaman.. Yani nasıl anlatsam bilmiyorum ama çok üzücü bir durumdu. Üzülüyordum, evet.” (K5)

Burada altı çizilmesi gereken nokta, katılımcımızın şahıslara kızmayıp vefat konusuyla ilgili konuşulduğu zaman üzülmeleridir. Ancak şu an, herkesin bebeğini unuttuğu ve o yüzden kimsenin konuşmadığı düşüncesi psiko-sosyal anlamda önemli bir husustur.

K11, daha başka bir psikolojik yaşantıdan söz ediyor. O, evladı vefat etmiş bir anne olarak tanınmanın kişiye burukluk hissi vermesinden “İnsana bir burukluk veriyor, tabii ki. İnsan üzüyor. Bir burukluk veriyor. Bak, evladını kaybetmiş bir anne diyorlar. O zaman bir buruk oluyor. İnsan kendini ne kadar teselli etse de bir burukluk, bir acı oluyor.” sözleriyle bahsediyor.

Taziye süresinin ne kadar olması gerektiğine dair fikrini beyan eden K10, yaşadığı hisleri şöyle ifade ediyor:

“Hocam, ben bir şeye inandım var ya; üç günden sonra taziyenin doğru olmadığına. Mesela aynı yerdeydik Haseki'deydik. İlk üç gün içerisinde taziye, yani başsağlığı dileyenler, Allah razı olsun. Ama ondan sonra gelip Haseki'de.. Kendini mutlu etmeye çalışıyorsun. Hatta tebessüm etmek

bile insanın psikolojisini biraz daha canlandırıyor, değil mi? Ya sen zamanında gelmemişsin. Ya gelmediyse işi var, gücü var, hiç sorun değil. Sonra seni sineye, kenara çekiyorlar, üzgün, üzgün bir şeyler söylüyorlar, tekrar senin yararı yenileyip başsağlığı dilemeye çalışıyorlar. Onlar çok ağırına gidiyordu. Onlar beni çok şey yapıyordu. Keşke hiç gelmeseydiniz de ben daha fazla teşekkür etseydim. Daha iyi olurdu. Geçştirip, bir an önce çıkmak istiyorum. Yine de tutup, bir şeyler soruyorlardı. O çok kızdırıyordu beni (gülümsüyor).” (K10)

K8, çevresindekilerin bebeğinin taşıdığı genetik hastalık için bilgi amaçlı soru soruyorsa bunun hakkında konuştuğunu ancak diğer türlü konuşmaları kabul etmediğini şöyle anlatıyor:

“Zaten herkesle konuşmuyorum bu konuyu. Ama konusu açılacak olursa, konunun içeriğine göre, yani mesela hani genetik olarak bir bilgi almak istiyorlar, genetik nasılmış, neymiş, bilmedikleri için insanlar; o konuda normal bilgi veriyorum. Onun dışında mesela konusu olduğunda falan, şöyleydi, böyleydi falan deyince, gerekiyorsa laf sokuyorum mesela. Mesela şöyle oluyor; farklı bir sıkıntı yaşayıp, başka bir tavır gösteren biri, işte akrabam için diyorum ki, onu siz o dönemde yalnız bıraktığınız için öyle oldu. Bana da aynısını yaptınız zaten diyorum mesela... Artık duygularımı saklamıyorum. Birini kırdım diye hiç düşünmüyorum. Kıracaksam kırıyorum çat diye. (Gülüyor). Huylarım çok değişti. Baya değişti.” (K8)

Kızının anılmasının rahatsızlık verdiğini anladığımız K12, bu yüzden insanlarla arasına mesafe koyduğunu söylüyor.

“İlk başlarda çok istemiyordum açıkçası. İlk başta derken, zaten dediğim gibi ilk başta görüşmedim kimseyle. Daha sonrasında sürekli kızımın vefatıyla, hastalığıyla ilgili konuşmalar açıkçası beni çok rahatsız etmeye başlamıştı çünkü dejavu oluyordum, biliyor musun? Sürekli her şeyi hatırlatıyorlar. Unutmaya çalıştıkça hatırlatıyorlar ve üzüliyordum, konuşulmasını istemiyordum.” (K12)

Konuşuldukça olayları tekrar hatırladığını söyleyen katılımcımızın, bu olayın konuşulmasını istememesini bir yas belirtisi olarak yorumlamak mümkündür.

“Nasıl dayanıyorsun?” sorusuna üzüldüğünü ifade eden katılımcımız, cenaze esnasında yaşadıklarına yer veriyor:

“İnsanların beni en üzen şeyi; nasıl dayanıyorsun demeleri. Nasıl dayanıyorum? Allah’a güvendiğim için. Bu soruyu sormak çok yanlış. İnsanların en büyük hataları, teselli verelim derken.. Biri evlat kaybettiği zaman, tamam, ağlama, sus, o cennete gitti denmez. Hemen o denmez. Şunu diyebilirsiniz; başın sağ olsun, çok üzüldük, senin yanındayız. Hep birlikteyiz. Rabbim sabrını verecektir. Çok zor. Çünkü daha çok yeni. O anda, haşa, Allah’a bile isyan edebilir. O kelimeler çok tehlikeli. Denmemesi lazım. Allah gücü olmasa kimse yaşayamaz zaten. Herkes kendini öldürür. Biz ne için bekliyoruz? Bana çok kişi bir şey söyleyemedi. Bana herkes dedi ki; sen bu idrake nasıl

vardın? Nasıl bağırp çağırmadan geçirdin? Çünkü ben kızıma söz verdim. Orada herkes cenaze eve girecek, ben kendimi yere atacağım, onun üstüne abanıp ağlayacağım. Hayır dedim. Kızımı görmek isteyen açıp, bakabilir. Annem açtı. Biraz bağıracak gibi oldu; dedim ki hayır anne. En fazla bağırması gereken kişi benim ama ben kızıma söz verdim. Bağırmak hiçbirimize bir şey getirmeyecek. Göz yaşıyla oturup ağlandı. Hiç kimse bağıramadı orada. Çünkü ben biliyorum, eğer ben bağırsaydım herkes bağıracaktı. Bu güzel bir şey değil. Sabretmemiz lazım.” (K18)

Bir diğer katılımcımız bir müddet sonra insanların konuşmasından sıkılmaya başladığını söylüyor. Öte yandan bu anlatıda dikkat çeken bir başka konu, insanların cenaze sahibinden açık yas belirtileri beklentisinin olduğu düşüncesidir. Katılımcımızın yüksek tepkiler vermemesinin üzülmeyeceği şeklinde yorumlanıyor olmasından rahatsızlık duyduğunu görüyoruz.

“İnsan diyor ki; anlamıyorlar yani. Herkes kendi çocuğuna daha çok düşmeye başladı. Herkes tedirgin olmaya başladı. Ben sokakta giderken sıkılmaya başlamıştım. Ben seni tanıyorum diyorlardı, nasılsın diyorlardı. Uzun sürdü; alışveriş merkezinde falan yine birisi görecekti diye düşünüyordum. Aslında bir sebebi de yoktu. Rahatsız oluyordum nedense. Bazı olaylara daha çok kapıldım. Ateş düştüğü yeri yakar diyorlar ya. İnsanlar beni ne kadar anlıyorlar acaba? Ben yeni yeni duygularımı ifade ediyorum; işte şu aralar ölüm yıldönümü, anneme bunu söylüyorum falan ama böyle önceden konuşmak istemiyordum beni anlamazlar diye. Mesela artık dua paylaşıyorum onunla ilgili falan. Ama şimdiye kadar kendimi acındıracak duruma sokmadım. Hep güçlü durmaya çalıştım. Herkes diyordu; sen ne kadar sabırlısın. Ama içini bilmiyor. Artık ondan da nefret etmeye başlıyordum. Hastanede kardeşime söylüyorlarmış; eşim çok içine kapanık, mülayim biri olduğu için enişteniz için endişeliyiz demişler ama bana bir şey dememişler. Güçlü durduğum için. O yüzden beni anlamıyorlar diye düşünüyorum. Oradaki şey iman mıydı diye düşünüyorum, bilemiyorum. O zaman bir sinir krizi geçiriyorsun; hani ne yapmam lazım? Saçıma başıma mı yolmam lazım anlamaları için? Orada anlaşılmadığımı hissettim. Yavaş yavaş kopuyorsun insanlardan. Güven problemi yaşıyorum. Herkes bir şey deyince, tamam onun fikri diyorsun ama egoistliklerini görüyorsun. Hani bir derdini açınca, onun derdi seninkini bastırıyor.” (K20)

Bu konu altında ele alınan bir diğer husus, evladını hatırlatan unsurlara ilişkin bulgulardır. Yalnızca sözlü anlamda değil maddi ve manevi anlamda, vefat eden evladın anılması bazı hisleri beraberinde getirebilir. Nitekim bir katılımcımız, vefat eden kızının ardından odasına ve eşyalarına karşı tutumunu “...Kapısı orada. Eşim evde olmayınca o kapıyı açık tutmam. Oturup orada namaz kılmam. Her şeyini

dağıttım. Bazen de pişman oluyorum, bir tanesini bıraksam da koklasaydım yavrumun şeyini...” (K16) sözleriyle aktarmaktadır.

K1 de, oğlunun geride kalan kıyafetlerini dağıttığını söylüyor ancak onun bu durumu, oğlunun evladının anılmasından rahatsızlık duyduğu şeklinde yorumlamak yanlış olacaktır. Aksine akrabasının yeni doğan çocuğuna kendi oğlunun adının verilmesini istediğini anlatıyor.

“...Kıyafetlerini verdim herkese, benim oğlumun adıyla yaşasın diye. Hatta eşimin akrabası doğurdu, onun adını koyun dedim, koydular, benim oğlumun adıyla yaşasın dedim. Öyle yani. Birkaç tane gördüm, oğlumun yaşatlarını. Ona benzeyenleri de gördüm, elimden geldiğince o çocukları sevindirmeye çalıştım.” (K1)

Vefat eden çocuğunun anılmasına memnun olan katılımcılar içerisinde ise bir anne, oğlunun vefatından sonra gelen ziyaretçilerden bahsedip konuşulan güzel sözlerle ve olaylara yer vererek bu durumdan çok mutluluk ve onur duyduğunu ifade ediyor:

“Bizim şöyle bir sürecimiz oldu; vefat ettikten sonra neredeyse 2 ay diyebilirim, çok yoğun bir ziyaretçi akımımız oldu. Yani normal bir vefatta işte yaşlılara zaten gelinir veya akrabaların bir şeyin, bir hafta on gün bir ziyaretçi olur biter. Bizim iki ay boyunca, sonrasında da devam etti ama iki ay diyebilirim ki çok yoğun bir ziyaretçi, tanıdığımız, tanımadığımız. İşte internette onunla alakalı bilgiler, paylaşımlar yapıldı. Çok üniversite öğrencisi geldi. Benim okuluma geldi mesela, biz annesiyle tanışmak istiyoruz diye. Çünkü ben kendimi normal, sıradan, ekstra özelliği olan birisi değilim, sıradan birisiyim. Sonra işte bunu yaşıyorum, eve geliyorum, benimle tanışmaya geliyorlar, annesiyim diye beni görmeye geliyorlar. Veya işte oğlumun, Müslüman bir gencin teknoloji anlamında mücadele etmesi, bir şeyler yapmaya gayret etmesi, o kadar belki bizden olmayan insanların diyebilirim. Ateist öğretmen arkadaşım var benim, dini bu kadar kuvvetli yaşamayan. Bugün okulda oruç tutmayan bir sürü öğretmen arkadaşım var ama onlar bile defalarca evimize geldiler, mezarlığa, Kuran-ı Kerim’i hiç dinlemeyecek olan arkadaşım sonuna kadar dinledi. Benimle sürekli ilgilendi. Oğlum diyorum, normal olmayacak şeyler yaşattı bize. Gerçekten. Tanıdı yani. O kadar çok gence dokundu ki. İşte not geliyor, mesaj geliyor, işte biz oğlunun notları diye Hasan el-Benna’nın notlarını kendisine duvarına asmış o. Biz bile bilmiyorduk. İlk maddesi şu an benim karşımda, kocaman yaptırdım astım kendim; işte şartlar ne olursa olsun, ezanı duyduğunda namaza kalk. Bu ilk madde o kadar tesirli madde oldu ki. Hasan el-Benna’yı tanımayan o kadar çok insan, ya bu kimmiş diye araştırdı. Ya da üniversiteli bir gencin, mühendislik okuyan bir gencin alını secdeye değıyormuş, kılıyormuş veyahut da davası için, ülkesi için, vatani için teknoloji alanında çabalıyormuş, bir şeyler yapıyormuş; bu çok ilgi uyandırdı. Birçok insana bu yönden çok dokundu, o yüzden

gelip bana oğlun ne kadar güzel çocukmuş, oğlun ne kadar güzel yetişmiş. Bu anlamda çok gelen, hala da devam ediyor. Bu tabii ki de bizi mutlu ediyor, onurlandırıyor. Onun sayesinde biz de ödülleniş olduk diyelim.” (K9)

K16 ise vefat eden kızı hakkındaki konuşmaların kendisini memnun ettiğini şöyle anlatıyor:

“İnsanlar konuşuyordu ama hiç rahatsız olmadım. Kendi hocaları, kendi arkadaşları, benim çevrem. 1,5 ay boyunca her gün hatim bağışlandı. Her gün bağışlandı. O gün tüm arkadaşları geldi, tüm gün evde okudular. Hatim bağışladılar. O yüzden hiç rahatsız olmadım konuştuklarından, hiç de üzülmедim. Çünkü hep onun hatırası için konuşuldu. Hatimler okundu. Evim de doldu taşı Allah’a çok şükür. Ha, kötü bir insan olsa ben belki üzüldüm. Tamam, üzüldüm ama üzülmедim. Gelenlerin hepsi okuyarak, üfleyerek geldi. Arada yedirdiler, içirdiler gelinlerim falan. Ben memnun oldum, sevindim yani böyle şeylere. Biz böylesine alışkınız zaten, bunlar okudukça bana genişlik verdi. Ben gayet de memnundum. Sonra ben camide okuttum, doldu taşı oralar.” (K16)

Burada ölen kişinin iyi bir insan olmasının ve gelip konuşanların da güzel bir şekilde yad etmesinin yas sürecindeki kişiyi memnun ettiğini görülmektedir.

Oğlunun daha fazla anılmasını isteyen anne, bu durumdan üzüntü duymasıyla birlikte rahatlamasından şöyle bahsediyor:

“Daha fazla konuşulmasını istiyorum. Hep daha fazla anılsın, hep daha fazla konuşulsun. Yani evet, üzüliyorum, çok fazla özlediğimi hissediyorum ama sürekli konuşuyor olmak; fiziksel olarak yanımızda değil artık ve olamayacak ama onu sürekli konuşarak, fotoğraflarına bakarak, sesli görüntülü mimiklerini görebileceğim, vücut dilini görebileceğim videolar beni rahatlatıyor. Konuştuğu, güldüğü, espriler yaparken oluşan yüz hatları, eğlendiği videolar. Arkadaşlarından da bu videoları istedim. Fotoğraf değil de videoları istedim. Videolar keyif alınan bir vakitte çekilmiştir genellikle çünkü. Onu ölümsüzleştirmek adına.” (K17)

Ölünün anılmasına yönelik yaptığımız araştırma sonucunda katılımcılarımızın bu durumdan memnun olma veya olmama; buna bağlı olarak vefatla ilgili konuşmak isteme veya istememe gibi durumların olması karakter, psiko-sosyal ve dini etmenlere bağlı olduğu kanaatine vardık. Öte yandan evladın anılmasından duyulan memnuniyetin ölüm şekline bağımsız olduğunu da tespit ettik. Ani ve travmatik bir cinayet sonucunda kayıp yaşayan K17 ve K20’nin anlatıları buna işaret etmektedir. K17, oğlunun anılmasından üzüntü ve özlem duyduğunu ifade etse de daha fazla konuşulmasını istemektedir. Ancak K20, çocuğunun anılmasından ve insanların

kendisini kayıp yaşamış bir anne olarak tanınmasından rahatsız olduğunu ifade etmektedir. Dolayısıyla ölüm şekline bağlı olarak ölünün anılmasına yönelik bir nedensel genelleme yapmak mümkün değildir.

3.3.1.3. Diğer Çocuklarına Bakış

Psiko-sosyal durumu ortaya koyması amacıyla ele alacağımız bir diğer konu, katılımcılarımızın geride kalan kendi çocuklarına bakışıdır. Her ne kadar kişinin evlat kaybı yaşaması, o evlada yoğunlaşması demek olsa da geride kalan çocuklarına bakışı, onlarla birlikteliği psikolojik ve sosyal açıdan önem arz eder. Kişi yaşadığı elim hadisenin ardından hayatın tamamına yönelik bakış açısını gözden geçirebilir. Kaybedilen bir çocuk olduğunda diğer çocuklara olan yaklaşımda bazı farklılıklar ortaya çıkabilir. Bu bağlamda katılımcılarımıza evlatlarının vefatından sonra geride kalan çocuklarına karşı bakış açılarında bir değişiklik olup olmadığı sorusunu yönlendirdik. Kimi anneler hayattaki çocuklarına karşı düşünce ve tutumlarında bir değişiklik olmadığını ifade ederken (K1, K4, K6, K9, K11, K17), çoğunluğu teşkil eden bölümü onlara karşı daha ilgili davranmaya başladıklarını (K2, K3, K5, K8, K12, K14, K15, K16, K19, K20) bildirmiştir. Bir katılımcımız onları daha rahat bıraktığını belirtirken (K13), kimi katılımcılarımızdan çocuklarına karşı olumsuz düşünce ve davranış olarak değerlendirilebilecek yaklaşımlar duyulmuştur. (K7, K10, K18).

Geride kalan çocuklarına karşı ilgili davranmaya başlayan anneler içerisinde ilk olarak ikiz evlatlarından birini kaybeden katılımcımızı ele alacağız. K3, evlatlarının içerisinde vefat eden oğlunun ikiz kardeşinin üzerine daha fazla düştüğünü dile getiriyor:

“Onlarla aramda tabii ki daha da çok şey yaptım ama daha dört elle, daha da tutunmaya, sarıldım, daha çok üstlerine gittim. İster istemez insan evladını kaybedince (ağlıyor) onun ikizine daha çok dikkat ettim. Çünkü o, dedim ya bazı mimikleri, hareketleri olsun, ona çok benzediği için o anda onu canlandırıyor gibi.” (K3)

Bir diğer katılımcımız, bebeğinin vefatının ardından geride kalan çocuklarına karşı sahip olduğu düşüncelerden bahsederken merhamet duygusunu ön plana çıkarıyor.

“Ben de sana sormak isterim, acaba bütün evladını kaybeden anneler aynı mı? Başka bir çocuğu olduktan sonra daha mı merhametli? Sürekli onu kaybedecekmiş gibi. Hiçbir zaman ağlatmamak istiyorsun, hiçbir zaman üzmemek istiyorsun, ne diyorsa olsun

istiyorsun. Sürekli içinde bir kaybetme hissiyatı var. Aşırı korumacı oluyorsun. Bazı velileri görüyordum, çocuk düştüğünde önemli değil, olsun, düşsün, kalkmasını da bilsin, kalkar o diyorlar. Tabii ki çok doğru bir yaklaşım bu, bir nevi böyle olmamız gerekiyor. Ama onlar düştüğünde canımdan can kopuyor, parça kopuyordu sanki. Onu kaldırıp.. Çok nazlandırdık, çok pohpohlandırdık, onları sanki baş tacıymış gibi.. Evet, evlat öyledir ama çok fazla yaptık.” (K5)

Ölüm hadisesinden sonra geride kalan evlatlarına karşı daha fazla düşkünlük yaşadığını ve korumacı davrandığını söylemesi, psikolojik anlamda sürekli onları kaybedecekmiş hissinden kaynaklandığını göstermektedir.

Çocuklarına karşı duygu ve davranışlarında bir değişiklik yaşamayan anneler içerisinde ele alacağımız ilk katılımcımız, bebeğini bağırsak düğümlemesi sonucunda ani bir şekilde kaybeden K4’tür. O, duygusal olarak bir teyakkuz hali yaşamış olsa da din referanslı bazı düşünceleri sayesinde denge oluşturabilmiştir. O, psikolojik olağanüstü hale rağmen bilhassa onların eğitimi konusunda ideal olduğunu düşündüğü davranışları sergilemeye devam etmektedir.

“Ben şöyleyim, bir anne olarak da kişilik olarak da çok dikkat ederim. Evlatlarımın yetiştirilmesi olsun, ne diyeyim, her şeyine çok dikkat eden biriyim. O yüzden ondan öncesi de çok dikkat ediyordum ve çok tedbirli davranırdım her zaman için. Çocuklarımla alakalı olduğunda çok tedbirliyim ve de çabuk korkarım, evhamlıyım daha doğrusu. Oğlumdan sonrası daha kötü oldu tabii ki. Özellikle ilk sıralarda çok hani.. Büyük oğlum kendi odasında yatmıyordu.. Tam kendi odasına alışmıştı oğlumla böyle bir olay olunca tekrardan yanımıza aldık. Hatta o yattığında ben de gider yanına yatardım her zaman. Nefes alıyor mu? Yaşıyor mu? O psikolojideydim ilk süreçte. Baya bir uzun süre oldu. Veyahut da böyle aklıma fikirler geliyordu; çocuk kapıya geliyor, böyle ağzı burnu kan içinde, gözümün önünde canlanıyordu böyle falan. Hani ani ölümlere yönelik birden senaryolar geliyordu gözümün önüne. O yüzden o yattığında çoğu zaman ben de yatardım. Oğlumun ölümünden sonra şöyle bir değişiklik oldu; düşünce olarak şöyle oldu: evlatlarımızı her zaman çok severiz, severim, üzerine çok titrerim. Özellikle de kişisel gelişimlerine çok dikkat ederim. Ahlaki, İslami yönlerden de çok dikkat ederim. Ama şöyle bir yönü oldu, hani onlar benim değil. Hani bir emanet olarak düşünce insanın aklında daha canlı halde. Çok severim, çok öperim, çok koklarım falan ama derim ki ayrılabilmem de lazım. Zamanı geldiğinde de.. Allah nasip eder mi, inşallah etmez.. Hayırlısı neyse yine o olsun diyeceğim. Eğer ki gerekecek olduğunda, ayrılacak olduğumda o da hep aklımda. Çok severiz bazen.. Öyle bir nimet olduklarını düşünürüm ki. Ama yine de bu benim değil, bu Allah’ın bana bir lütfu diye düşünürüm. Dengeyi bulabilirsen, dengeli oluyor. Tuhaf oluyor ama. Dengeyi bulmak

lazım. Çünkü çok sevdiğinle de imtihan olabilirsin. O yüzden onun da bilincinde olmak lazım, öyle düşünüyorum. Hepsini ayrı ayrı sever insan hiçbir çocuğunu diğerinden farkı olmaz. Hepsinin yeri çok farklıdır. O yüzden çok seviyorum, çok üzerlerine titriyorum. Tekrar olmuş olacak ama bu aklımda hep var çünkü oğlumun önce ile sonrasını konuşuyoruz ya, şu anki fark en çok odur. Teorik olarak veya pratik olarak fazla bir şey değişmedi. Yine hala böyle otoriter anneyimdir; odalarını kendilerinin toparlamasını isterim, çok bilgisayar oynayamazlar, çok Play Station oynayamazlar, oynayacaklarsa ilk önce derslerini yapacaklar ondan sonra oynayacaklar. Gerekirse kavgadan da korkmam, gerekiyorsa, kavgaya edeceksek, bağırış güğürüş olacaksa olsun eğer bundan anlayacaklarsa.” (K4)

K4’te gördüğümüz emanet anlayışının başka katılımcılarımızda da bulunmaktadır. K6, yine bu bilinç sebebiyle geride kalan çocuklarına karşı düşünce ve davranışlarının değişmediğini anlatıyor:

“Çok farklı oldu diyemem. Çok öyle üstlerine titredim, çok şey yaptım diyemem. Yapmam gerektiği kadar yaptım. Bir annenin yapması gerektiğini.. Zaten o, ne derler.. Emanet olduğu bilinci varsa bir insanda, onun doğru şeyini biliyorsun o zaman. Dozunu ayarladım. Allah’a her zaman emanet ettim. Her zaman da Allah’ıma emanet ediyorum.” (K6)

Emanet bilincinin, katılımcılarımızın evlatlarına karşı besledikleri sevgi ve buna bağlı olarak davranışlarının dengeli bir düzeyde tutmalarına vesile olduğunu görüyoruz. Önceki katılımcılarımızda olduğu gibi engelli oğlu vefat ettikten sonra geride kalan çocuklarına karşı aşırı düşkünlük yaşamadığını bildiren K11, aynı bilinçle onların üzerlerine düşmemeye çalıştığını bildirmiştir.

“Şöyle; çok düşkünlük olmadı. Neden olmadı? Çünkü kayıpları yaşadktan sonra onlar Allah’ın emaneti. Rabbim emanetini benden daha iyi korur. Sonuçta onlar yetimlerdi. Küçüklerdi. Şimdi büyüdüler. Hani ben böyle şey, daha şey oldum böyle; tabii ki evlatlarımla şu anda benden başka kimseleri yok ama tefekkürüm daha çok arttı. Öyle diyeyim. Tefekkürüm arttı. “Ay yavrum, sana bir şey olur”, öyle bir şey olmadı bende. Bende tam tersi oldu... Şu anda da mesela, çok şükür; ben, evlatlarımı bu dedim ya, hani bazı anneler evlatlarına çok düşkündür. Ben de içten düşkünüm, ben de içten seviyorum her anne gibi. Ama çok böyle şey yapamam. Hep bir korku olmuştur bende; çok sevgim kabardığı zaman içimden bunlar Allah’ın emaneti. Tamam, sevgiyi de abartma. Kayıp yaşadığım için çok üzerlerine düşkün olmak istemiyorum. Belki bu bende bir korku kalmış olabilir. Mesela evlatlarımı bu yaşa kadar getirmem, onların elhamdülillah çok şükür namazlarını kılmaları, kendi ayakları üzerinde durmaları, diğer

çocuklardan daha olgun olmaları; bunlar da benim şükürümü çok arttırdı. Rabbim çok şükür, bunlardan beni mükafatlandırdı diye düşünüyorum.” (K11)

Bir katılımcımız, eşiyle bilinçli bir şekilde geride kalan tek oğlunun üzerine düşmemeye gayret ettiklerini şöyle anlatıyor:

“Diğer oğlum Edirne’de okuyor. Ben şuna dikkat etmeye çalışıyorum; yani eşimle de aynı şekilde; sanki hani tek kaldı, biz sanki ona bir yükümüştüğüne daha çok üstüne düşmemeye gayret ediyoruz. İşte sık sık arayıp, sanki çok hassas davranıp, bir tek sen kaldın elimizde gibi bir özel çabaya bürünmedik. Hatta bazen eşim, bugün onu aradın mı diyor, bilerek aramıyorum diyorum. Hani bir gün, iki gün mola verelim, onu herhangi bir mesuliyet altına, sorumluluk altına, yani ekstra, zaten sorumluluk sahibi bir çocuk. Ekstra o duruma sokmamaya kendimiz gayret ediyoruz. İlk başından onu bu şekilde.. Her zaman nasıl davranıyorsak aynı şekilde davranmayı sürdürüyoruz. Hani kendi içimizde tabii ki bir hassasiyet var ama bunu ona yansıtmamaya gayret ediyoruz.” (K9)

Geride kalan evlatlarını bilinçli şekilde sıkmamaya çalışan K17, babalarının aşırı düşkün olmasından dolayı kendisinin dengeli davranması gerektiğini ifade ediyor:

“Şimdi normalde ben rahat bir ebeveynim, yani kuralcıyım ama sıkmam. Şimdi kendi öz babaları aşırı düşkündür. Günde 10-20 kere arayan bir babadır, daha böyle panik atak bir tiptir ve bu olaydan sonra babada o yönde daha fazla düşkünlük oldu, çok daha fazla boğuyor çocukları. Haliyle benim daha dengede durmam gerekiyor. Zaten ben onlara kurallı bir şekilde rahatlık vermişim, şu anda da bir şey dedikleri zaman hem üzmem, kırmak istemiyorum hem bunaltmak istemiyorum çünkü 6,5 ay oldu ve benim çocuklarım benim yanımda bir gün bile ağlamadılar. Benim için güçlü durmaya çalışıyorlar...” (K17)

Verilen örneklerden anlaşılacağı üzere katılımcıların geride kalan çocuklarına karşı düşünce ve davranışlarında bir değişiklik olmaması, özellikle bilinçli bir çaba veya çocuklarının emanet olduğu bilincine sahip olmasından kaynaklandığı görülmektedir.

Evladının vefatından sonra geride kalan çocuklarına karşı rahat davranmaya başlayan tek katılımcımız K13’tür. O, önceki katılımcılarımızdan farklı bir yaklaşım benimsiyor. Zaten özgürlükçü bakış açısına sahip biri iken dünyanın faniliğini gördükten sonra daha esnek olmaya başlamış.

“Yüzde yüz oldu. Daha esnek oluyorsun. İlk anne olmadan önce; ay şöyle yaparım, ay şuna izin vermem. Şimdi %100 rahat bıraktım demiyorum ama limiti uzatıyorsun

çocuklarda çünkü bugün yarın ne olacak garantisi yok. Bunun aşırı bir bilincinde oluyorsun. Ama karakter olarak da öyleyim; özgür biriyim. Çocuğumu sıkıştırmak istemem. Kızımı kaybetmesem de özgür bıraktırdım çocukları tabii.” (K13)

Evladı vefat ettikten sonra geride kalan çocuklarına karşı olumsuz anlamda değişiklikler yaşayan iki anne mevcuttur. K7, tekrar hamile kaldığını öğrenince onu aldırma istemesini ve doğum yaptığında yaşadıklarını şöyle anlatıyor:

“... Bazen böyle bir sinir geliyordu bana, bir masaya vurasım geliyordu, bağırasım geliyordu, korkuyordum. Her gün rüyamda.. Orada bir durak vardı, otobüse bindiğim bir durak. Hani çocukları götürüp getiriyordum ya. O durakta hep bu çocuğum da mı hasta, o soru.. Rüyamda söylüyorlardı bunu. Bir gün görmesem, ertesi gün illaki rüyamda görüyordum. Sonra çocuğum vefat etti. Hatta aldırma düşünüyordum ben iki aylık falandı. Benim bir arkadaşım vardı, o da Kuran kursuna falan gidiyordu. İşte aldırma, günah, falan filan. Günah olduğunu biliyorum ama işte korkuyorum. Sonra hocam vardı benim. Ona gittim hani bana bir teselli versin diye, akıl versin. O da dedi, doğur, doğum yap Allah’ın izniyle, günah falan dedi. İstihareye yatmış, çocuğumu sağlıklı görmüş, hani çok güzel görmüş anlattı bana. O şekilde işte hamileliğe karar verdim. Hayata geldikten sonra da nasıl diyeyim sana, 31 ayda iki kere baktım çocuğumun yüzüne. Ve iki bakışında da havale geçirdi. Belki geçirmiyordu ama iki bakışında da havale geçirdi. Ondan sonra (duygulanıyor). Boş baktım. Resmen boş bakıyordum. Beynim falan bomboştu. Boşluğa bakıyordum resmen. Sonra arkadaş gelince ağlamaya başladım. Baya bir ağladım. Bu da dedim hasta dedim, havale geçirdi dedim. Sana öyle gelmiştir dedi. Yok, vallahi öyle dedim. Sonra şey yapmadım. Belki de bana öyle geliyor dedim. Yüzüne bir ay bakmadım hemen hemen. Emzirdim şey yaptım ama yüzüne bakamadım çünkü her bakmamda hasta gibi görüyordum. Sonra doktorlara falan götürünce Allah’a çok şükür sağlıklı dediler. Şimdi de iyi yani. İnşallah bir şey olmaz.” (K7)

Üç evladını kaybeden annenin yaşadığı ölümlerden sonra bir hayli yıprandığını görüyoruz. Bu durumdan dolayı hamile kalmak istememesini, bebeği doğduktan sonra onun yüzüne bakmamasını ve hasta olduğu vehmine kapılmasını, psikolojik sıkıntılarının belirtisi olarak değerlendiriyoruz.

Ele alacağımız son katılımcımız ise kızının vefatının ardından hayattan bağının koptuğunu; bu durumun ancak oğlunun onu uyarması sayesinde düzelmeye başladığını ifade ediyor:

“Tamamen uzaklaştım. Sanki bir tek evladım kızımdı ve kızım la ben gittim. İlk başta öyle hissettim. Sonra bir gün oğlum dedi ki bana; anne, tamam kardeşim vefat etti ama ben yaşıyorum anne, farkında mısın dedi. Bu laf beni çok etkiledi. Ondan özür diledim.

Ama çok yeni bir süreçti. Sonra toparlandık. Oğlumu psikoloğa götürdük herhangi bir şeyi var mı diye. Ben anlattım, o anlattı. Gayet normal. Oğlum çok neşeli, mutlu bir çocuk ve bana dedi ki; anne, kardeşimin bu dünyadan daha iyi bir yerde olduğunu biliyorum. Burası kötü bir dünya. O çok daha güzel bir yerde. O daha dirayetli duruyor. 20 yaşında. Allah güzel ömürler versin bütün evlatlarımıza. Normal sohbet ediyoruz. Ama o eski tadımız, neşemiz yok. O boşluk var.” (K18)

Katılımcılarımızın ölüm gibi zorlu bir olayla karşılaşmış olmaları, geride kalan çocuklarına karşı bakış açılarında ve davranışlarında da bir değişikliğe neden olmuştur. Her annenin ruh hali kendine özel olup bu anlamda davranışları farklılaşmaktadır. Geride kalan çocuklarına karşı bilinçli veya bilinçsiz bir şekilde farklı tavır sergilemeyen anneler olduğu gibi onlara karşı daha düşkün veya rahat davranmaya başlayan anneler de vardır ki bu halin karakter, psikolojik ve sosyal durumlarına bağlı olduğu kanaatindeyiz.

3.3.1.4. Çocuğun Akranlarına Bakış

Psiko-sosyal yönlerden incelenebilir bir diğer konu, kişinin vefat etmiş evladının akranlarına bakışı; onlarla ilgili duygu ve düşünceleridir. Bu anlamda katılımcılara çocuklarının akranlarını gördüklerinde neler hissettiklerine dair soru yönelendirilmiştir. Çoğunluğu teşkil eden bir kısmı duygulandığını (K1, K2, K6, K7, K9, K10, K11, K15, K19, K20); bir diğer kısmı bundan üzüntü duyduğunu (K2, K3, K8, K12, K17); bir kısmı mutlu olduğunu (K16, K18); bir kısım ise olumlu veya olumsuz bir şey hissetmediğini ifade ediyor (K4, K5, K14).

Bir katılımcımız oğlunun akranlarını gördüğünde hislerini şöyle ifade ediyor:

“(Ağlıyor) Öyleleri denk geldi, yaşlıları denk geldi. Oğlum da yaşasaydı böyle olurdu dedim. Öylelerini de gördüm. Kıyafetlerini verdim herkese, benim oğlumun adıyla yaşasın diye. Hatta eşimin akrabası doğurdu, onun adını koyun dedim, koydular, benim oğlumun adıyla yaşasın dedim. Öyle yani. Birkaç tane gördüm, oğlumun yaşlılarını. Ona benzeyenleri de gördüm, elimden geldiğince o çocukları sevindirmeye çalıştım.” (K1)

Katılımcımızın çocuğunun akranlarına denk geldiğinde duygulandığını anlıyoruz. O, çocukları sevindirmeye çalışmasının psikolojisini olumlu yönde etkilediğini ve yaptığı hayırların dini başa çıkmaya net bir örnek olduğunu düşünüyoruz.

K12, kızının sınıf arkadaşlarını gördüğünde kalbinin sıkıştığını şöyle anlatıyor:

“... Aynı sınıftalardı hep. Benim kızım zaten çok dışarıya çıkamıyordu güneşe bakma sorunu vardı. Ama günlük de yarım saat, bir saat çıkarıp böyle bir şey yapmam gerekiyordu. Hani her gün olmasa da çıkarmam gerekiyordu. Onunla samimi arkadaştı... İşte koleje başladılar, ortaokula başladılar, ikisi beraber gidiyorlar. Balkondan onları gördüm. Böyle. Bilmiyorum. Kalbim sıkıştı. Dedim ki, o da olsaydı şu an, sağlıklı olsaydı.. Bu şartlarda tamam, zaten onlarla gidemeyecekti çünkü benim kızımın özel okula gitmesi gerekiyordu. Ama sağlıklı olsaydı dedim, içimden bunu geçirdim; o da bunlarla şu an gidecekti. Onu annesine söyledim. Kadın da kötü oldu. İşte evet, doğru söylüyorsun falan dedi. Ama böyle insan gördüğü zaman.. Bilmiyorum ya.. Bir şey oluyor yani.” (K12)

Oğlunu bir cinayete kurban veren anne, oğlunun arkadaşlarını gördüğünde neler hissettiğini şöyle aktarıyor:

“Daha dün akşam üç arkadaşı buradaydı, doğum günümü kutlamaya geldiler. Birisi inanılmaz fiziksel olarak benziyor. Onu görünce dayanamıyorum. Çocukları görünce dayanamıyorum. Çünkü benim onları görüyor olmam demek oğlumun mutlaka yanlarında olması gereken bir durum. Çünkü gelirlerdi, eve de gelirlerdi, o geliyorsa arkalarından bakıyorum, oğlumun da gelmesi lazım. Yok. Mesela ben oğlumla yaşadığım evdeyim 40-45 gündür, ev inanılmaz ağır geliyor. Burada en son birlikte oturduk, anılarımız burada. Ben zil çaldığında kimin geldiğini bilsem bile, acaba. Acaba. Gelmeyeceğini biliyorsun. Böyle bir şeyin imkansız olduğunu biliyorsun ama o duygu çok fena. Her yerde anın var; yediğin yemekte, izlediğin televizyonda, yürüdüğün yolda. Kaybettiğin çocuğunla yaşadığın ortamdaysan zaten bundan kopman çok mümkün değil.” (K17)

Çocuğun akranlarını görünce duygulanan annelerden bir diğeri olan K8, bu ruh halinden kaçmayı tercih ediyor. Genetik bir hastalık sebebiyle bebeğini kaybeden anne, o süreçte çocuk ve hamileleri kesinlikle görmek istemediğinden fakat sonraları nötr bir hale geldiğinden şöyle bahsediyor:

“Çocuklara bakış açım; hiçbirini görmek istemiyordum zaten. 0-2 yaş ile asla muhatap olmak istemiyordum. (Gülüyor). Hamilelere karşı, onları görmek istemiyordum. Sadece kendim için üzülüyordum. Yani şöyle, bizimki öldü, ben bundan mahrum kaldım, bunların hiçbirisi değil; bir kıskançlık asla değil, bir kindarlık asla değil ama kendim için inanılmaz üzüldüm. Hatta dedim ki acaba bencillik mi yapıyorum. Sırf kendim için niye bu kadar çok üzülüyorum? Bir de bütün süreci kendim yaşamak istedim, kendim yaşadım ya, o çok etkiledi. O süreci hiçbir hamileyle, dediğim gibi birlikte bulunmaktan haz almadığım hiç kimseyle görüşmek istemedim. O süreçte çocuğu olan, hamile olan, ortamı direkt terk ederek, hatta orada benim biraz tepkili olduğumu düşündükleri için onlar da çok çekinerek yaklaştılar. Hatta arkamdan çok konuşulmuş böyle olduğu. O

konusulan kısımla hiç görüşmüyorum şu anda. Şöyle; daha anlayışlı karşılayıp hassasiyetle duyanlarla görüşmeye başladım, yani bir yıldır falan görüşüyorum, öyle söyleyeyim. Çocuklarına karşı da nötrüm. Tamamen nötrüm.” (K8)

K16 ise K8’in aksine kızının arkadaşlarını görünce mutlu olduğunu “Arkadaşları gelince ben çok mutlu oluyorum. Sanki kızım gelmiş gibi geliyor bana. Şimdi gelecek biri var, onu dört gözle bekliyorum. Çok çocuk yaştan beri iç içe oldukları için, aynı bacı-kardeş gibilerdi. Ben onları görünce mutlu oluyorum.” sözleriyle dile getirmektedir.

Bir diğer katılımcımız, kızının arkadaşlarını gördüğünde burukluk ile birlikte mutluluk duyduğunu şöyle ifade ediyor:

“İlk gördüğümde.. Afyon’da görüyordum. Orada samimi arkadaşları vardı. İyi ki varlar. Allah onların ömürlerini güzel etsin. Bazı insanlar tepki veriyor; benim çocuğum öldü, onunki neden yaşıyor gibi mesela. İyi ki varlar. Kimse bizim başımıza bu olayı getirmedi. Bunu Allah istedi. Allah verdi. O yüzden hiç kimseyi suçlayamayız; o niye var diye. Ben mutlu oluyorum onları gördükçe ama bir burukluk oluyor. O kinle ilgili bir şey değil. İyi ki yaşıyorlar.” (K18)

Çocuğunun akranlarını gördüğünde ortaya çıkan hislerini etkileyen pek çok faktörden birinin de kişinin dikkatini tevzi edeceği başka kimselerinin olmasıyla da ilişkili olabilmektedir. K5, bebeğinin vefatından sonra dört tane daha çocuğu olmasından dolayı bu durumda bir şey hissetmediğini söylüyor:

“Hayır, şu süreçte, şu zamanda hiçbir şey hissettirmiyor bana. Dediğim gibi dört tane daha sonradan evladım oldu. Dört bebek yani. Onları dolu dolu yaşadığım için tekrar bir bebek gördüğüm zaman aslında hatırlamıyorum. Beni üzecek bir durum hasıl olmuyor yani. Eğer çocuklarım olmasaydı derdim, oğlum da şöyleydi, böyleydi ama öyle bir şey hissetmiyorum. Belki sadece o günlere dönünce oluyor ama hayır, artık öyle bir şey hissetmiyorum.” (K5)

Tüm katılımcılarımızın açıklamalarını göz önünde bulundurduğumuzda annelerin evladının akranlarıyla bir kıyas yaptıklarını yaygın olarak görüyoruz. Çocuğunun yakın arkadaşları, yaşıtı veya birlikte doğum yapmasından dolayı o kadınların çocuklarıyla kıyas yapma durumu söz konusudur. Baktığımızda çocuklarının akranlarını görmekten üzüntü duyma veya duygulanmada vefatın üzerinden geçen sürenin de önemli olduğunu anlıyoruz. Akranlarını gördüğünde mutlu olduğunu dile getiren iki katılımcımızı değerlendirdiğimizde K16’nın kızı yıllar önce vefat etmişken, K18’in kızı yakın bir zamanda vefat etmiştir. Dolayısıyla evladının

akranlarını görmede mutlu olmak için ölümün üzerinden geçen sürenin etkili olmadığını görüyoruz. Ayrıca yeniden anne olmuş katılımcılarımızın da çocuğunun akranlarını veya arkadaşlarını görmede mutsuz olmadıklarını gözlemledik.

3.3.1.5. Keşke Söylemi

Ölüm, yakınlar için keşke söylemini içinde barındırması kuvvetle muhtemel bir hadisedir. Bilhassa meydana gelen vefat nedeniyle birinin veya birilerinin sorumlu tutulması sıkça rastlanan durumlardır. Öte yandan, insanlar kendilerinin müdahil olma imkanı olmadığı durumlarda bile pişmanlıklar ortaya çıkarırken, annelik gibi evlatların sorumluluğunun doğrudan üstlenildiği rollerde bu ihtimal daha da güçlenmektedir. Katılımcıların düşüncelerine bu anlamda yer vermek adına evlatlarının vefatları sebebiyle suçladıkları birileri veya bir şeyler var mı; buna bağlı olarak da keşke dedikleri bir şey var mı sorularını yönlendirdik.

Katılımcıların çoğunluğunu teşkil eden bir kısmı bu hadisede başka birini/birilerini suçladığını (K4, K8, K10, K13, K15, K20); bir kısmının kendini suçladığı (K3, K5, K10, K17, K18) görülmüştür. Katılımcıların bir diğer kısmı ise kimseyi suçlamadığını ifade etmişlerdir (K6, K9, K16, K19). Bunun yanı sıra vefat sebebiyle keşke diyen annelerin sayısı da (K1, K2, K7, K11), keşke demeyen annelere göre çoğunluktadır (K12, K14).

Hastalığın nedensel yüklemesinin Allah’a yapılması, katılımcıları bu anlamda teskin ettiği görülmektedir. Katılımcımızdan K6, Allah’tan gelen bir hastalık olduğu için suçlanacak bir durum olmadığını “Suçladığım hiçbir şey olmadı. Allah’tan geldiği zaman asla da suçlanacak bir durum yok, anladın mı? Doğmadan evvel belli olan bir hastalıktı. Suçlanacak bir durum yok.” (K6) sözleriyle ifade etmektedir.

K3, oğlunun hastalığına alternatif tedavi bulamadığı ve onu hastaneden evine götürmediği için kendini suçlamasından şöyle bahsediyor:

“Suçlamak, kendimi suçladım. Başka kimseyi değil. Neden daha fazla bir şey yapamadım, neden bir yerlere gidemedim, neden alternatif bulamadım... Ama çocuğumu Türkiye’ye göndermeye üç kere niyetlendim götürmeye Allah nasip etmedi, etmedi. İki kere ciğeri kapandı. Bir tarafı hep kapandı, olmadı. Ondan sonra korona oldu, olmadı, uçamazsın dedi doktor. Daha fazla şey yapabilirdim ama diyorum ki bu sefer de, bunda da vardır bir hayır. Allah’ın bir bildiği var ki nasip etmedi, demek ki vadesi bu kadarmış. Yani bazen kendimi suçluyorum. Belki şöyle yapsaydım böyle

olurdu, böyle yapsaydım böyle mi olurdu. Herkes de diyor sen elinden geleni yaptın, daha ne yapabilirsin, koşturdun ettin, mücadele ettin, götürdün, getirdin, ilaçsa ilaç, oysa o, Hollanda'ya götürdüm, işte oranın bilmem ne ilaçları varmış, şuydu buydu, boş... Çarşamba akşamı son olduğunu bilseydim bütün duygularımı söyledim ona, sevdiğimi, ettiğimi, ne bileyim, helalleşirdim, her şeyi yapardım (ağlıyor). Bilseydim, gerçekten alıp eve götürürdüm. Bilseydim eve alırdım. Evi istiyordu. Ben inanmıyordum, ben ümidimi kesmedim, dedim yok, olamaz, inanmadım, kim inanmak ister. Benim oğlum ölüyor diyemez ki kimse. Çok zor.” (K3)

Evladının hastalık ve vefat süreci boyunca yalnızca kendisini suçlayan anne, yine de oğlunun belirli bir vadesinin olduğunu eklemeyi ihmal etmemiştir. Katılımcının, insan ömrünün belirli bir süre olduğuna dair inancı nedeniyle bunu söylediği kanaatindeyiz.

Traktörden düşerek vefat eden çocuğun annesi, o gün için keşke dediğini, “Dedim ya o olacaktı. Keşke dedim ben götürseydim, ama orada da bir arabanın altında çiğnenip kalacaktı belki, bilemezsin... Keşke dediğim oldu mu, oluyor bazen. Ama alınyazısı, yapacak bir şey yok...” (K1) sözleriyle ifade etmektedir. Katılımcımız, cümlesine her ne kadar keşke ile başlasa da devamında bunun kader olduğunu, oğlu yanında bulunsun da başka türlü bir kaza geçirip vefat edebileceğini vurgulaması oldukça dikkat çekicidir.

Bir katılımcımız, sonucu değiştiremeyeceğini düşünse de çağırdığı ambulans görevlilerinin müdahale etmemelerinden dolayı onları suçlamasından şöyle bahsediyor:

“Keşke dediğim, suçladığım bir şey var sadece. Bir şey. Değiştiremeyeceğini biliyorum. Aslında öyle söylemem doğru mu.. İnsanın gerçekten canının acıdığı bir anda o şeyler, ambulansların geldiği ve bana sadece oğlumun istirahat ihtiyacı olduğunu söylemişlerdi ya. İstirahat etti denir ya hatırlarsan hani öldükten sonra. Danimarkalıları yani. Oğlumun vefat ettiğini öğrendik hastanede. Polisleri çağırdılar ani ölüm olduğu için. Bizi de sorgulayacaklardı. İki tane bayan geldi konuşmak için, anlattım, işte böyle böyle oldu, böyle böyle oldu. Dedim, o ambulansçıları bulun, onları arayın bulun dedim. Onlara söyleyin ki oğlum istirahat kavuştu. Bunu dediğimi hatırlıyorum. Ve de onları şu yönden suçladım. En azından bir bakabilirlerdi, soyabilirlerdi, araştırabilirlerdi. Neden bir ambulans çağırıyorsun ki? Akıl var, mantık var. O bütün süreç içerisinde bir suçladığım o var. Hatta bunun bir şey değiştireceğinden dolayı değil. Çok yüksek ihtimalla değiştirmeyecekti ama en azından onlar da yapacaklarını yapmış olurlardı. Benim tüm gün çaba gösterdiğim gibi onlar da en azından çabalamış olurlardı. Bir onu

yapmadıkları için onlara şey yaptım yani. Öbür türlü de birisinin elinden mesleği alındı. Başka hiçbir şey yok. Olmadı yani keşke yapsaydım dediğim. Belki şöyle küçük bir şey mi diyeyim. Ama böyle kızdığım falan bir şey değil de. Oğlum morgda iki gün falan yattı. Bir gün sadece gidip tekrardan.. Kuzenim vardı benim.. Gel gidelim tekrardan yanına, beraber bakalım dedi. Beraber onunla bir defa gittim. Sonradan dedim keşke bir defa daha gitseydim. Bir öyle ufak bir şey vardı ama çok anlamı olan bir şey değildi. Sadece o görebilme fırsatını değerlendirmek oluyor. Bir o.” (K4)

Bebeğinin aniden rahatsızlanması üzerine beklenmeyen bir şekilde kayıp yaşayan annenin bu süreçte suçladığı kimselerin olması, ölüm şeklinden ziyade görevliler tarafından yapılması gereken müdahalenin yeterince yerine getirilmemesi sebebiyle olduğu ortadadır. Dolayısıyla tedbirlerin tamamı sağlık görevlileri tarafından da alınsaydı, katılımcımızın bu tutuma sahip olmayacağı düşüncesindeyiz.

K13, erken doğumunun fark edilmemesiyle ilgili hastanedeki sağlık çalışanlarını suçladığını dile getiriyor:

“Doktorları suçluyorsun, hemşireleri suçluyorsun, ebeleri suçluyorsun, tıp biliminde ne varsa; siz bunu görmeliydiniz, siz bunu engellemeliydiniz diyorsunuz. İlk başta bu tepki oluyor, oldu da. Çok dövuştüm doktorlarla; siz niye bunu görmediniz, niye hiçbiriniz görmediniz. Burada her şey çok kontrollü çünkü. Haftada bir kontrole gidiyorsun. 3 kişi bana baktı; kendi hekimim, ebe ve nöbetçi hekim. Çünkü o akşam rahatsız, rahatsızlığının ne olduğunu anlamıyorlar, doğacağına yani. Neden bir idrar yolu enfeksiyonu sandılar da doğum olduğunu göremediler diye kızdım. Anormal semptomları vardı. O yüzden ona çok tepkiliydim ilk başta. Siz ne kadar cahildiniz, niye beceremediniz diye çok kızdım. Sonra onlar da Allah kulu. Yapacaklarını yaptılar diye kabul ediyorsun. Ellerinden gelen buymuş ve Rabbim yazmış. Gözlerine perde inmiş, olmayacak bu çocuk, bunun ömrü bu kadar.” (K13)

Genetik bir hastalık sebebiyle bebeğini kaybeden anne “Oldu. (Gülüyor) Biz eşimle uzaktan akrabayız... Ve o aynı geni, birleştığımız akrabalık şeyden, aktarıla, aktarıla, aktarıla bize gelmiş. O en baştakini suçladım. (Gülüyor). O en baştakini suçladım.” (K8) sözleriyle düşüncelerini paylaşmıştır. Hastalığın akrabalıktan kaynaklanmasından dolayı buna sebep olan ilk kişiyi suçladığını dile getirmesi, kişinin hastalık durumunda da birinin/birilerinin suçlanabileceğini göstermiştir.

Ele alacağımız son katılımcımızın oğlu, bir çocuk tarafından darp edilmesi sonucunda vefat etmiştir. K20, kimleri ve neden suçladığını şöyle açıklıyor:

“Ben zaten okulu suçladım, oğlamı suçladım, ailesini. En büyük suçlu ailesi diye düşünüyorum. Okul da diyor; ya bu belliydi, şöyleydi diyor. Yani niye bir şey

yapmadınız belliyse? Sadece cezayla değil de madem zor bir çocuk; o zaman neden bir şey yapmadınız? Müslüman olduğundan dolayı da çok üzüldüm. Kardeş kardeşe gibi geldi bana. Ondan sonra ailesi. Dedim ki; bir anne baba son nefesine kadar canının, kanının damlasına kadar o çocuğunu eğitmesi lazım. Biz burada Almanlara benzememek için ve kendi dinimizi, kültürümüzü yaşamak için çaba gösteriyoruz. Düşmanlarımız dışarıda yani. Dedim, bu anne baba neredeydi? Bir çocuğun vukuatı bir olur, iki olur, üç olur, anlatabiliyor muyum? Önceden belliydi. Eşimin Türk bir stajyer arkadaşı vardı. O da konuşmuş; ben dedim, bu çocuk patlayan bir bomba ama beni terslediler; sen kim oluyorsun, sen stajyersin dercesine gibi. Ben dedi öngördüm dedi bir şeyin olacağını. Şimdi insan diyor; mahkeme görüldü, o çocuk ceza almadı 14 yaşında diye. Bir bakım yurduna konuldu, orada insan yapmaya çalışacaklar. Hani mesleğini yapsın, şunu yapsın, bunu yapsın. Ondan sonra onun hayatı devam ediyor. Ama diyorum; Allah'ından.. Kendi bitsin diyorum. Oğlan için. Aileyi de oğlanı da vicdanı rahat bırakmasın diyorum.” (K20)

Evladını beklenen veya beklenmeyen bir şekilde bir hastalık sonucunda kaybeden katılımcılarımızın kendini veya birilerini suçlamaları tespit edilmiştir. Dolayısıyla ölüm şekline bağlı olarak bir genelleme yapmak mümkün değildir. Vefatın anne için ağır bir olay ve en yakın kişi olması sebebiyle kendisini suçlamasına ilişkin öngörümüz, bu araştırma kapsamında tespit edilememiştir. Sonuç olarak, bu durumun beklenen veya beklenmeyen bir ölüm olmasından ziyade kişiye göre değiştiği ortaya konmuştur. İçinde pişmanlığı olan; kendini veya başkalarını suçlayan katılımcıların psiko-sosyal açılardan daha detaylı değerlendirilmesi gerekir. Suçlama durumunun olduğu katılımcıların bir kısmının suçlamayı önleyecek dini gerekçeler sunması, dini başa çıkmanın ölüm gibi zorlu bir olayda önemine işaret etmektedir.

3.3.1.6. Aynı Tecrübeyi Yaşayanlara Tavsiyeler

Bir yakının ölümü, kişinin geçmişe yönelik pişmanlıklarını ve geleceğe yönelik isteklerin yanı sıra böyle zor bir olayla karşılaşmış olması, aynı tecrübeyi yaşayanlara söyleyecek sözleri de değerli kılar. Bu anlamda katılımcılarımıza, evlat vefatı yaşayan bir aile ile karşılaştıklarında onlara söylemek isteyecekleri bir şey olur mu sorusunu yönlendirdik. Kimi katılımcılar teselli verecek cümleler sarf ederken (K2, K4, K5, K6, K7, K9, K11, K15, K16, K18, K19, K20), kimisi hastalık durumunda farklı doktorlara gidilmesi gerektiği, evlat acısına sabredenlerin ahirette mükafatlandırılacağı, acısını içinden geldiği gibi yaşaması, yeni bir bebek dünyaya getirme ihtimali ve profesyonel

destek alması gerektiği gibi tavsiye niteliğinde şeylere dikkat çekmişlerdir (K3, K4, K8, K10, K20). Katılımcılardan bazıları ise olayın kişisel bir tecrübe olması nedeniyle böyle bir durumda ne söyleyeceklerini bilemediklerini ifade etmişlerdir (K1, K12, K13).

Ele alacağımız ilk katılımcımız olan K13, “Bunu denedim birçok kez. O an doğru olan bir şey söyleyemiyorsun. Oturup, sohbet ediyorsun. Kişisel olarak yaşadıklarını anlatıyorsun, dini yönünü anlatıyorsun ama teselli edecek dört dörtlük bir şey bulamıyorsun. Her insan farklı. Her insanın tepkisi farklı. Beni rahatlatan bir başkasını rahatlatamayabilir.” (K13) sözleriyle çok önemli bir hususa dikkat çekiyor. Karakter, bilgi işleme modelleri, yetiştirme tarzı gibi birçok değişken olması kişinin yas sürecini etkileyebilir. Bir başka anlatımla, yaklaşım tarzı belirlenirken insanların biricikliği göz önünde bulundurulmalıdır. Bu yönüyle halk arasında “kaş yapayım derken göz çıkarmak” kabilinden hatalara düşmemek adına dikkatli olunması gerektiğine şüphe yoktur.

Bir diğer katılımcımız, evlatları hasta olan anne babalara, tedavi süreçlerine ve daha ölmeden onunla geçireceği zamanın kıymetine ilişkin bazı tavsiyelerde bulunuyor:

“Ay ben neler söyledim. Benim yaşadığım hastalıkları duyuyorum, tanıdığım değil tabii. Tanıdığım olsa derim. Bir kişiyle kalmayın, elinizden geldiği kadar çeşit çeşit doktorlara gidin. Ama tabii ki tıpta da kanser, bu lanet olası, tamam kurtulan kurtuluyor. Ama bir de böyle nadir bulunan bir lanet varsa, lanet bir hastalık varsa maalesef tıp orada tıkılıp kalıyor. Niye? Deneme. Bunu deniyorlar olmuyor, onu deniyorlar olmuyor. Bu sefer ümidimi tamamen kaybediyorum. Duyuyorum. Diyorum, Allah’ım yardımcılar olsun. Gerçekten ne diyeceğimi bilmiyorum. Derim ki, mümkün oldukça çok vakit geçirin çocuğunuzla. Daha çok başında durun. Daha çok okuyun. Daha çok helalleşin. Ne bileyim, her şeyi, ne gerekiyorsa yapılınsın. Ben yaşamadım, yapamadım. Oğlumun yanıdaydım, destekledim, koşturdum ama daha da çok yanında sarılırdım, sohbetimi ederdim, konuşurduk, ederdik. (Duygulanıyor). Farklı olur ya, bilmiyorum. Duyuyorum hasta olanları, diyorum Allah yardımcısı olsun o annenin. Ama mümkünse çocuğuna dört elle sarılınsın ve bir yerde kalmasın. Bir hastaneden başka bir hastaneye.. Bir yerde kalınmasın, kesinlikle...” (K3)

K4, farazi konuşmanın ötesinde yakın zamanda evlat kaybı yaşamış aileye karşı sergilediği yaklaşımı anlatmıştır.

“Yakın zamanda da oldu zaten. Onlara acıttığını ama çok şanslı olduklarını hatırlattım. Öyle bir değişiklik. Çok tuhaf bir şey aslında. Evladını kaybetmiş birilerine tesellide bulunmak benim için çok önemli. Çok büyük bir kayıp ama hafifletici bir etkisi vardı bana da. Acı olsa da sonunda bir ödülün olacağı. İslam’a, Allah’a inanan birileri ise, ya şunun güzelliğine bakın derim. Aslında evladınız şu an yalnız değil. Sizin suretinizde iki tane melek geldi, evladınızı aldı götürdü. O zannediyor ki annesi ile babasının yanında. Orada insan bir hafifliyor. Anne olunca kendi canını değil çocuğunun canını yakan şey daha çok acıtıyor. Çocuğuna zarar veren daha çok acı veriyor. Kendinde bir çare buluyorsun da çocuğunda bulamıyorsun. Eğer o kaybın için gerçekten şükredebilirsene, cennette köşk yapılıyor senin için. O çocuk cennete annemi babamı da götürmek istiyorum yoksa ben girmek istemiyorum da diyecek. Çok avantajı var, tabii böyle söylenmeyecek. (Gülüyor). Ve her zaman diyorum, bu konu hakkında konuşun ve kesinlikle psikolog yardımı alın diyorum. Bir İslami yönden bilinçli olmak var, buna tabii her zaman dikkat edeceksin, çok faydası oluyor. Ama psikolojik olarak da bundan nasıl etkileniyorsun, onu öğrenerek üzerinde çalışman gerekiyor. Bu da çok önemli.”

(K4)

Yalnızca dini açıdan kişiyi nelerin beklediği değil, aynı zamanda profesyonel desteğe yönlendirmesi; kişinin kaybı üzerine çalışması gerektiğinin de altını çizmektedir.

K8 de teselli verme deneyimi yaşamış katılımcılarımızdan biridir. Onun anlatısının verdiği en güçlü mesajlardan biri de aynı acıları yaşayanlar birbirlerini çok daha iyi anlıyor. Öte yandan bu acıyı yaşayan başkalarının olduğunu bilmek de belli ölçüde rahatlatıcı oluyor.

“Bir arkadaşım benden 1,5 yıl sonra aynı şeyi yaşadı. Hiçbir samimiyetim olmayan bir arkadaşım. Ücretli öğretmenlik yaptığımda o da kadrolu bir öğretmendi. Ben okuldan ayrıldıktan sonra hamile kalmış ve çocuğu 1,5 yaşında vefat etti. Dindar bir insan değildi, edebiyat öğretmeni. Evladı vefat ettiğinde.. Hiç muhabbetim yok, evine gittim onu teselli etmek için. Dedim ki, istediğin kadar ağla. Yani verdiğim tavsiyeler, seni üzen ortamların hiçbirine girmek zorunda değilsin, kimseye ayıp olur diye düşünmene gerek yok, istediğin kadar mezarlığa gidebilirsin. O hala mezarlığa gidiyormuş, bir yılı geçti vefat edeli çocuğunun. Öleli asla çocuk düşünmüyor ve şey diyor; ben ölmeyi bekliyorum. O çok etkilenmiş. Çok etkilenmiş derken 1,5 yıl hastanede kaldığı için. O çocuk karaciğer nakli falan da oldu, çok daha fazlasını atlattılar, çok daha fazla şey yaşadılar. O şey demişti mesela; Allah’ım sen beni unuttur, o hemşirelere alışsın. Onları kendi annesi gibi hissetsin, beni unutsun diye çok dua ettim mesela demişti. Ara ara konuşuyorum onunla, bana sadece sen iyi geliyorsun diyor.

Hakikaten şöyle; bunu yaşayan başka insanların olması o kadar büyük bir teselli ki anlatamam...” (K8)

Hızlı bir şekilde gelişen hastalık sonucunda bebeğini kaybeden anne, dini anlamda karşı tarafı teskin edici sözler söyleyeceğini ifade ediyor:

“Her zaman benim düşüncem şu; aslında bu bizim için büyük bir mükafat derdim. Her zaman bunu sana başta da söyledim; hepimiz günahkarız, kusursuz, günahsız olan bir Peygamber Efendimiz (sav). Bundan dolayı hepimiz kusurlu ve günahkar insanlar olabiliriz, bunu sadece Allah bilir. Bundan dolayıdır ki ben kendi kendime hep şunu söyledim; bu aslında Allah’ın bana bir lütfu olabilir, bana bir mükafatı olabilir. Bunu söylemek isterdim. Fazla üzülme derdim. Çünkü dediğim gibi, bu hayat boş, bu hayat yalan, gerçekten çok yalan. Evet, evlat acısını yaşayan bir kimseye ne söylerseniz söyleyin, boş. Bir kulağından girer diğer kulağından çıkar. Asla onu %100 teselli edemezsiniz. Ama sadece şunu ona belirtmek isterdim; bu dünya boş, bizim öbür dünyaya ihtiyacımız var, bizim ebedi dünyamıza ihtiyacımız var ve o dünya için bu bize bir mükafat olabilir ve belki Allah bizi sevmedi de mi böyle bir acı verdi diye düşünmemiz yerine, demek ki biz Allah’ın sevdiği kuluymuşuz ki, Allahu Teala bizi böyle bir sınavdan geçirdi ve bizim evladımızı yanına aldı ve orada bizim evladımız bize şefaathçi olacak. Onun şefaatiyle birlikte belki bir cennet-i ala’ya girebileceğiz...” (K5)

Vefat eden evladın şefaathçi oluşuna dair inancı tavsiyelerine yansıtan bir diğer katılımcımız olan K19, ayrıca yaşananların Allah’ın merhametinin bir tecellisi ve aynı zamanda bir imtihanı olduğuna dikkat çekiyor.

“Onlara ne söylüyorum? İlk başta Allahu Teala’nın şefaatine, evlatlarının şefaatine nail olacaklarını söylüyorum. Sabırla Allah’a daha hızlı yaklaşacaklarını söylüyorum. Bugün mesela birisine söyledim; Allahu Teala sevdiği insanı imtihan eder ki Allahu Teala o kadar merhamet sahibidir, o kadar merhamet sahibidir ki. Diyorum ki; bir anne evladına karşı ne kadar merhamet sahibi olabilir? Ne kadar yaramazlık dahi yapsa, evladı onun gözlerinin içine baktığı zaman, bir gülümsediği zaman o evladının bütün yaramazlıklarını unutuyor. Bir sarılması her şeye bedel oluyor. Allahu Teala kullarına işte bu kadar merhamet sahibi. Çok, çok daha fazla. Biz Allahu Teala’nın merhametini ölçemeyiz. Bir anneye onun zerresi verilmiştir belki. Allahu Teala onların zayı olmasını ister mi? Cehennem ateşinde yansın ister mi? Rabbim bize ne veriyorsa, bizi sevdiğinden veriyor. Bizi ahirette en güzel makamlara erdirtmek istediği için. O yüzden Rabbim bize ne veriyorsa, kendine yaklaştırdığından dolayı. Rabbime öyle dua edin ki iman gücünüzü artırsın. İmtihan. Gelecek. O senin imtihanınsa o mutlaka gelecek. Onun vakti saati o kadersa o kadar. Rabbim muhafaza etsin, öyle anneler var; evladım ölsün diyen anneler var. Öyle annelerden mi olmak istersin? Hangi anne böyle der? Demez

ama evlat onu o hale getirdiyse, imtihan. Bu şekilde iman gücünüzü artırın diyorum. Bu taraftan bakın. Yoksa nedenlere, niçinlere girildiğinde işin içinden çıkamazsın. Allah'ım beni sana imtihanınla değil, muhabbetinle yakınlaştır diye dua ediyorum her zaman.” (K19)

Son olarak bir katılımcımız manevi desteğin yanı sıra profesyonel psikolojik destek almanın da önemine de işaret ediyor:

“Acısını anladığımı söylerim. Allahu Teala'nın sözlerini; onların cennette olduğunu, %100 diğer tarafta kavuşacağımızı. Ama'sı geliyor. Ama öbür yandan da gerçekten de profesyonel destek alması gerektiğini söyledim. Hani demesin ki, ben bunu halledebilirim, ben bunu becerebilirim. O dini konularda şey yapsa bile.. Hayır demeyi de öğrenmesi lazım, kendine iyi bakması lazım. Ben deli miyim dememesi, bu desteği alması lazım. Çocuklarını da göz ardı etmemeli.” (K20)

Katılımcıların aynı tecrübeyi yaşamış ailelerle karşılaştıklarında söyleyeceği şeyler, somut tavsiyeler ve teselli mahiyetinde sözler olmak üzere iki farklı kategoride değerlendirilmiştir. Tavsiye niteliğindeki sözler içerisinde en belirgin olanlar profesyonel destek alma, farklı hastane ve doktor arama, psikolojik anlamda kişiyi üzen ve yoran yerlerden uzak durma veya hayata yeni bir bebek getirerek odağı farklı taraflara çevirme yönünde olduğu görülmüştür. Teselli veren cümleler sarf eden katılımcılar içerisinde dini merkeze koyarak teskin edeceğini söyleyen annelerin sayısı oldukça fazladır (K2, K4, K5, K6, K9, K11, K13, K16, K18). Bunlar içerisinde, çocuğun kişiye şefaathçi olacağı, çocuğunun cennette olduğu, kişiye farklı mükafatlar verileceği, kişiyi cennette köşk beklediği, kişiye güzel bir makam verileceği, anne ve çocuğun cennette kavuşacağı, çocuğun bulunduğu yerde mutlu olduğu, sevilen kişinin imtihan edildiği, Allah'ın tekrardan bir çocuk nasip edeceği, kişinin isyan etmemesinin imanı açısından önemli olduğu, Allah'ın çok merhametli olduğu ve günahların bağışlanması için bu hadisenin önem arz ettiği gibi dini yaklaşımlar da söz konusudur. Katılımcıların bir açıdan kendi duymak istedikleri şeylere de işaret eden bu hususlar, dünya hayatının geçiciliğini, ahiret hayatının ebediliğini vurgulayarak ölüm ile başa çıkmada dinin önemine dikkat çekiyor.

3.3.2. Güncel Dini Durum

İkinci alt temamız olan “Güncel Dini Durumda” katılımcılarımızın şu andaki dini durumlarını ortaya koymayı; bunu, Din Psikolojisinin önemli çalışma

alanlarından biri olan ölümün dindarlığa etkisine dair bulgularımızı sunarak yapmayı amaçlamaktayız.

Ölümün dindarlığa etkisine dair değerlendirme yapmak için ölümün dine yakınlaştıran veya uzaklaştıran bir olgu olmasına ve ölümle baş etmede Allah inancı ve maneviyatın etkisine dair sorular yönlendirilmiş olup bunları şimdi ele alacağız.

Katılımcıların ölüm gibi sıkıntılı bir olayı tecrübe etmelerinden sonra öncelikle ölümün dindarlığa etkisine, kişiyi dine yakınlaştırıp yaklaştırmadığına dair sorular sorulmuştur. Katılımcıların çoğunluğu teşkil eden bir kısmı ölümün kendilerini dine yakınlaştırdığını açıklamıştır. (K1, K2, K3, K4, K5, K6, K7, K9, K10, K11, K12, K13, K14, K15, K16, K17, K18, K19, K20). Böyle bir süreçte dua (K1, K2, K3, K4, K18), Kuran-ı Kerim (K1, K3), namaz (K1, K3, K4), ibadet (K5, K16) ve bağış (K3) aracılığıyla bu yaklaşmanın gerçekleştiği ifade edilmiştir. Kimi katılımcılarımız ise bu durumun kişiye bağlı olduğunu; ölümün dine yakınlaştırabildiği gibi uzaklaştırabildiğine dair de görüş bildirmiştir. (K8, K10, K17, K18, K20).

Genç oğlunu sarkom hastalığı sebebiyle kaybeden anne, Allah'a yaklaşma amacıyla sıkça bağış yapma faaliyetine başvurduğunu şöyle ifade ediyor:

“Tabii ki de oldu. Çok. Allah’a yakın olmak için çocuğum öldüğünden beri çok bağış yapıyorum. Çok. Hep oğlum için. Benim oğlum gittikten sonra daha çok bağış yaptım. Benim Bangladeş’ten bir arkadaşım var, orada bir yetimhanesi var. Oraya devamlı bağış gönderiyoruz, kuyular yaptırıyoruz, işte kurban kestiriyoruz, işte bütün annemin şeylerine, oğlumun şeylerine, oğlum namına hafız okutuyoruz, çocuk tuttuk. Yani çok hayır yapmaya çalışıyorum. Bunları asla söylemem de, hiç sevmem ama en azından daha çok yardım ediyorum, bağış yapıyorum. Bu ölümlü dünyada kimse bir şey götürmedi. Ne kadar bağış yaparsam ne kadar dua alırsam o kadar iyi yani... Şu an çok çok Kuran okumaya çalışıyorum, dua ediyorum. Namaz arada bir. Arada bir demeyeyim, fırsat buldukça, vaktimi buldukça, beş vakit olmasa da kılmaya çalışıyorum. Daha çok Allah’ıma yaklaştırmaya çalışıyorum. Allah’tan istiyorum, Allah’ıma güveniyorum. Yani Allah’a dört elle sarıldım. Diyorum ki, Allah’tan başka her şey yalan...” (K3)

Yas sürecindeki kişinin yardımda bulunması dini başa çıkma etkinliklerindendir. Hem dini hem kültürel temellere dayanan bu etkinliği, katılımcımızın dua almak ve buna bağlı olarak ahiret hayatının iyi geçmesi niyetiyle yaptığı anlaşılmaktadır. Nitekim Ayten vd.’nin dini başa çıkma, şükür ve hayat memnuniyeti üzere yaptığı çalışmada hasta kimselerin sadaka dağıtma gibi olumlu dini

başta çıkma etkinliklerine sıkça başvurdukları tespit edilmiştir.¹⁸¹ Murat, yaptığı araştırma sonucunda katılımcıların büyük çoğunluğunun ölen kişiye öteki dünyada yardımcı olması için sadaka dağıttığını,¹⁸² Işık, ebeveyni ölen yetişkinlerle yaptığı araştırma sonucunda kişilerin sadaka dağıtarak, hatim ve mevlit okutarak, yemek ikram ederek, kurban keserek ve dini merasimlerde insanlara hizmet ederek ebeveynleri için hayırlı bir iş yapma ve hayırlı bir evlat olmaya gayret ettiklerini¹⁸³ tespit etmişlerdir. Yine ebeveyn kaybı ile ilgili bir araştırmada katılımcıların yaşadıkları zorluklarla başa çıkabilmek için sadaka verme, bir etkinlik olarak karşımıza çıkmaktadır.¹⁸⁴ Anderson vd. ise ani bir şekilde çocuğu vefat eden annelerin ölümle baş etme nedeniyle iyi işler yapmaya sıkça başvurduklarını tespit etmiştir.¹⁸⁵

Katılımcımızın ifadesinde Kuran-ı Kerim, dua, namaz, Allah'tan dileme ve O'na güvenme gibi pek çok dini başa çıkma etkinlikleri geçmektedir. Yurtdışı ve yurtiçi genelinde Din Psikolojisi alanında dini başa çıkmaya ilişkin araştırmalarda şüphesiz dua, bir dini başa çıkma etkinliği olarak sıkça karşımıza çıkmaktadır. Nitekim VanderWeele vd.'nin Hristiyan Afrikalı Amerikalı kadınların dua etme ve dini ayinlere katılma sıklığı ile ölüm oranı üzerine yaptığı bir araştırmada sıkça dua eden ve dini ayinlere katılanların düşük stres düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir.¹⁸⁶ Dolayısıyla yapılan dua ve ibadetlerin, kişinin zorlu bir olay karşısında stresini azaltacak bir faktör olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Ancak bunun aksi olan bulgular da mevcuttur. Nitekim Murphy, Johnson ve Lohan'ın şiddetli bir şekilde çocuğunu kaybeden ebeveynler üzerine yaptığı çalışma sonucunda dua veya dini

¹⁸¹ Ali Ayten, vd.: "Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerine Bir Araştırma," **Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi**, 2012, C.12, No:2, s. 76.

¹⁸² Murat, a.g.e., s. 261.

¹⁸³ Işık, a.g.e., s. 186.

¹⁸⁴ Merve Genç: "Ebeveyn Kaybı Yaşamış Üniversite Öğrencilerinde Otobiyografik Bellek Üzerinden Allah Tasavvurunun İncelenmesi," (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2019, s. 105.

¹⁸⁵ Anderson, a.g.e., s. 815-818.

¹⁸⁶ Tyler J. VanderWeele, vd.: "Attendance at Religious Services, Prayer, Religious Coping, and Religious/Spiritual Identity as Predictors of All-Cause Mortality in the Black Women's Health Study," **American Journal of Epidemiology**, 2017, C.185, No:7, s. 518.

sosyal desteğin kişinin olumlu duygularıyla ve düşük seviyede kederle ilişkisinin olmadığını ortaya koymuşlardır.¹⁸⁷

Türkiye’de yapılan çalışmalar içerisinde Ayten ve Sağır’ın Suriyeli sığınmacılar üzerine yaptıkları araştırmayı sunabiliriz. Bunun sonucuna göre kadın sığınmacıların iç savaş sürecinde ve genel anlamda hayatta karşılaştıkları zorluklarla baş etmede Allah’tan yardım dileme, ibadet, dua ve niyazla Allah ile olan ilişkilerini kuvvetlendirme, Allah’tan sevgi ve merhamet dileme, Allah’a olan güvenlerini artırma gibi olumlu dini başa çıkma etkinliklerine erkeklere kıyasla daha fazla başvurumaktadırlar.¹⁸⁸ Eryücel’in yaptığı bir araştırmaya göre ise katılımcıların yaşam olayları karşısında başta dua, Kuran-ı Kerim ve namaz olmak üzere çeşitli dini başa çıkma etkinliklerine başvurmaları söz konusudur.¹⁸⁹ Çarkoğlu ve Kalaycıoğlunun dindarlık üzerine yaptığı araştırma sonucunda ise kişilerin yüzde sekseninin kişisel ve ailevi konularda dua ettiği tespit edilmiştir. Çalışmaya göre ilginç kısım ise felaketlerden korunma amacıyla edilen duaların çoğunlukta olmasıdır.¹⁹⁰ Işık’ın çalışmasında ise dua etme ve Allah’a sığınma davranışı tüm katılımcılarda görülmüştür.¹⁹¹ Murat, yakınıni kaybeden kimseler üzerinde yaptığı araştırma sonucunda katılımcıların neredeyse tamamının ölümden sonra dine yöneldiğini ve dua sıklığını artırdıklarını tespit etmiştir.¹⁹² Din Psikolojisi alanında bu konuyla ilgili birçok çalışma mevcuttur ancak biz bu kadarını zikretmekle yetineceğiz.

K1, şu anki dini düşünce ve ibadetlerini “İbadetlerim çoğaldı. Kuran-ı Kerim fazla okumazdım ama şimdi Cuma günleri elimden geldiğince okuyorum. Namazlarımı da zaten kılıyorum. Dualarda da elimden geldiğince elimde tespih, onu devamlı çekiyorum, dua da ediyorum... Allah’a şükrediyorum bundan beteri olmadı, sabrediyorum onun yokluğuna. O bizim şefaatçimiz, onun sayesinde cennete

¹⁸⁷ Shirley A. Murphy, L. Clark Johnson, Janet Lohan: “The Aftermath of The Violent Death of a Child: An Integration of The Assessments of Parents' Mental Distress And PTSD During The First 5 Years Of Bereavement,” **Journal of Loss And Trauma**, 2002, C.7, No:3, s. 219-220.

¹⁸⁸ Ali Ayten, Zeynep Sağır: ”Dindarlık, Dini Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi: Suriyeli Sığınmacılar Üzerine Bir Araştırma,” **Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi**, 2014, No:47, s. 12.

¹⁸⁹ Eryücel, a.g.e., s. 259-260.

¹⁹⁰ Ali Çarkoğlu, Ersin Kalaycıoğlu: ”Türkiye’de Dindarlık: Uluslararası Bir Karşılaştırma,” **TÜBİTAK Raporu**, 2009, s. 30.

https://www.researchgate.net/publication/279463117_Turkiye%27de_dindarlik_uluslararası_bir_karsi_lastirma

¹⁹¹ Işık, a.g.e., s. 180.

¹⁹² Murat, a.g.e., s. 234.

girebiliriz belki. Olabildiğince ibadetlerimi yapıyorum, namazlarımı kılıyorum, bol bol dua ediyorum” sözleriyle ifade ederken özellikle dua, namaz, Kuran-ı Kerim, sabır, şükür, ve şefaet konularına işaret etmektedir.

Ülkemizde 17 Ağustos ve 12 Kasım depremlerini yaşamış kimselerle yapılan bir araştırmada katılımcıların dörtte üçünün dini başa çıkma etkinliklerine başvurdukları tespit edilmiştir ki bunların başında Allah’a dua etmek, namaz kılmak Kelime-i Şehadet, salavat ve tekbir getirmek yer almaktadır.¹⁹³ Yine Murat’ın çalışmasında katılımcıların yarısından fazlası, yakınına kaybettikten sonra Kuran-ı Kerim okuma sıklığını artırdıklarını ifade etmiştir.¹⁹⁴ Sami, korona pandemisi nedeniyle yakını vefat eden kişilerle ilgili araştırmasında katılımcıların önemli bir kısmının yas sürecinde Kuran-ı Kerim okumak, dua etmek, namaz kılmak ve sadaka vermek gibi dini ritüellerden destek aldıklarını tespit etmiştir.¹⁹⁵ Eryücel, dini başa çıkma üzerine yaptığı çalışmada kullanılan çeşitli etkinliklerin başında Kuran-ı Kerim okumanın geldiğini tespit etmiştir.¹⁹⁶ Birçok dini başa çıkma çalışmasında dini etkinlik olarak Kuran-ı Kerim okuma yerini almaktadır ancak biz bu kadar araştırmaya atıfta bulunmayı yeterli görüyoruz.

Bir diğer katılımcımız ise bebeğinin vefatından sonra Allah’a yakın olma isteğini söylüyor ve o zamanlarda kıldığı namazların mahiyetine dikkat çekiyor:

“Tabii ki. O aralar hiç kılmadığım kadar namaz kılmışumdır. Vakitlere o kadar çok dikkat etmişimdir. Namazımın daha farklı bir hükmü olmuştur. Daha farklı bir bilinci, huşusu olmuştur. Namazda bile mesela, normalde insan yer mekan önemli değil ama kılabilmesi lazım. İsteyim, kılamıyordum falan. O an abimin dükkanında çalışıyordum sadece kafamı dağıtabilmek için. O zaman bile küçücük mutfığa sıkışıp, namazımı kıldığımı hatırlıyorum mesela. O anki içimdeki o acıyı, durmadan böyle bir sana hatırlatılan bir acı var. Ne olursa olsun unutmuyorsun. Çünkü 24 saat birlikte olduğun bir çocuktan ayrılıyorsun. Bir parçan gidiyor gibi oluyor. Onun üstesinden gelebilmek için hem psikolojik hem de iman açısından Allah’ım sen yardım et diyorsun. Psikolojim iyi, ben anlatırım. O öyle olmuyor. O kadar kolay olmuyor. İllaki araştırıyorsun, Allah’a sığınyorsun. Allah’ım içimdeki ateşi hafiflet, gönlümü ferahlat, aklıma sahip ol, mukayyet ol falan diye dua ediyorsun, yalvarıyorsun. Muhakkak oluyor. Mesela Allah’a

¹⁹³ Halil Ekşi: “Başalıkma, Dini Başalıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma,” (Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2001, s. 62.

¹⁹⁴ Murat, a.g.e., s. 234.

¹⁹⁵ Sami, a.g.e., s. 437.

¹⁹⁶ Eryücel, a.g.e., s. 259-260.

inanmayan biri olmuş olsa bile muhakkak bir şeye sığınması lazım. Bunun üstesinden gelebilmek için. Danimarkalılar diyor ya, Allah mı başkası mı sana güç vermesi lazım diye. Psikolojide insana ne yardım edecekse, bir şeyden yardım alabildiğini düşünmesi lazım. Bizde elhamdülillah öyle değil. Bizde belli, hayrın ve şerrin de Allah'tan geldiğini bildiğimiz için. Bize şer olarak görünen belki de hayırdır. O yüzden o bilinç bizi hafifletiyor... Ben kesinlikle pozitif bir şekilde bakıyorum. Ölümün, İslam'a daha çok yaklaştırdığını düşünüyorum. Çünkü şu an bilincim, ölümün bir gerçek olduğu ve bu hayatın yalan, formalite icabı olduğu. Bazı sınavlardan geçeceğiz, bu testler iyi geçerse daha kolaylığa, rahatlığa erişeceğim ölümden sonra. Testi geçemezsem durumu daha vahim olacak. Benim açımdan çok büyük etkileri oldu. Pozitif etkileri oldu İslami yönden.” (K4)

Ölümün dini anlamda olumlu etkilerinin olduğunu dile getiren katılımcımız özellikle dua ve namaz gibi olgulara yer vererek Allah'a sığınma tutumuna dikkat çekmektedir. Burada görüldüğü üzere ibadetlerin dini başa çıkmada önemli bir yere sahip olduğu aşikardır. Bu durumda Din Psikolojisi açısından bakıldığında dini başa çıkmanın, dindarlığın psikolojiye etkisinin önemli bileşenlerinden biri olduğu anlaşılmaktadır.

Yakını vefat eden kimseler üzerine yapılan bir çalışmada katılımcıların yarısı ölüm hadisesinden sonra namaz kılma sıklığını artırmış, küçük bir kısmı ise kılmaya başladıkları görülmüştür.¹⁹⁷ Genç, ebeveyn kaybı yaşamış kişiler üzerine yaptığı çalışmada tüm katılımcıların, yaşadıkları zorluklarla başa çıkabilmek için dini etkinliklere başvurduklarını tespit etmiştir. Nitekim bunların başında namaz kılmak, dua etmek, Kuran-ı Kerim okumak/dinlemek, Hz. Peygamber'in hayatını örnek almak, sadaka vermek ve tesbih çekmek gelmektedir.¹⁹⁸ Eryücel ise araştırmasında en çok kullanılan dini başa çıkma etkinliklerinin başında namaz kılmanın geldiğini tespit etmiştir.¹⁹⁹ Savaşa tanıklık eden medya mensupları üzerine yapılan bir çalışmada tehlike öncesi ve tehlikeden sonra başvurulmuş dini başa çıkma etkinliklerinin başında namaz kılmak gelmektedir.²⁰⁰ Şüphesiz namazın dini başa çıkma sürecinde azımsanamayacak bir rolü vardır ve bu konuya dair pek çok çalışmada yerini

¹⁹⁷ Murat, a.g.e., s. 234.

¹⁹⁸ Genç, a.g.e., s. 105.

¹⁹⁹ Eryücel, a.g.e., s. 259-260.

²⁰⁰ Abay, a.g.e., s. 190-191.

almaktadır. Ancak namaza dair yaptığımız bu atıfların bulgularımıza yeterince ışık tuttuğu kanaatindeyiz.

Bir trafik kazasında oğlunu kaybeden K9, “Ben kesinlikle yaklaştırır diye düşünüyorum” şeklinde başladığı sözlerine, bu düşüncesinin gerekçesini anlatan cümlelerle devam ediyor: “Çünkü ahirete inanıyoruz, öleceğimizi biliyoruz, bu dünyadan göçüp gideceğimizi biliyoruz o zaman dinimizin emrettiği şeyleri en doğru, en düzgün şekilde yapabilmek adına daha da yaklaştırmalı. Oğlum bizi, beni özellikle bu anlamda daha da yaklaştırdı.” K5 ise ölüm sebebiyle Allah’a daha yakın olmak istemiş; vefat öncesi Allah’ın emrini uyguladığı gibi sonrasında da buna devam ettiğini ancak o anki acısıyla daha fazla yoğunlaştığını şöyle anlatıyor:

“Tabii ki de yakınlaştırr. Beni dinime yakınlaştırdı. Ben Allah’ın emrini uyguluyordum, ibadetlerimi yapıyordum. Allah’ın emriyle birlikte ben teselli buluyordum çünkü O’na yakınlaştığımı o anda hissediyordum. Bundan dolayıdır ki sadece Allah’ın emrini uyguluyordum. Zaten biz bunu yapıyorduk ama dediğim gibi o acıyla daha fazla sarılıyordum. O acıyla daha fazlasını yapıyordum.” (K5)

Bebeğinin vefatını bir imtihan olarak gördüğünü söyleyen K10 bireysel farklılıklara dikkat çekiyor. O, farklı yaklaşımları “Uzaklaşma da olabilir yakınlaşma da. Ben uzaklaşmadım hocam. Ben imtihan olarak kabul ettiğim için hiç böyle bir dini bir kuşku olmadı ama eşimde uzaklaşmayı gördüm. İkimiz aynı anda aynı acıyı yaşadık; onda uzaklaşmayı gördüm. Daha çok içindeki isyan daha çok. Bastıramıyordu duygularını.” cümleleriyle anlatırken, yine herkesin aynı şekilde etkilenmeyeceğini düşünen bir diğer katılımcımız Allah’a yakınlaşma anlamında yaşadıklarını şöyle dile getiriyor:

“Kişiye göre değişiyor. Allah’a karşı sevgine göre değişir. Beni yaklaştırdı. Ben öyle hissediyorum. Zaten imtihan seni yaklaşıtıyorsa ödüldür, uzaklaşıtıyorsa cezadır. Başına gelen imtihan. Ben Rabbimden hiçbir zaman kopmadım. Ben böyle bir insandım zaten. Belki de bu yüzden bu kadar güçlü durabildim. Ben kendimi hazırlıyormuşum aslında. Tabii bunu sonradan anlıyorum. Bazısı içki masasında derdini bitirmeye çalışıyor. Bazısı sürekli gezip tozuyor. Bazısı haşa, Allah’a isyan ediyor; neden aldın diyor. Ben bu dünyada çocuğumla mutlu olmak istiyordum, öteki tarafı istemiyorum diyor. Çok türlü türlü ya. Kişinin Allah sevgisine bağlı. İdrak edebilmek çok önemli. Hakikati görmek istiyorsan, Allah’la birebir kalıp konuşma ve onu kalpten hissetmen lazım. O sana gösteriyor.” (K18)

Katılımcılarımızın tamamının açıklamalarını göz önünde bulundurduğumuzda, ibadetlerinde bir değişiklik olmadığını ifade eden annelerin ölüm öncesinde de ibadetlerini yerine getiren kişiler olması önemlidir. İbadetlerinin fazlaştığını dile getiren katılımcılarımızın ise halihazırda ibadetlerini yerine getirenler olduğu gibi bazı konularda eksik olduğunu düşünüp ibadetlerine dikkat etme kararı alan anneler vardır. İbadetlerinde bir artış olduğunu dile getiren katılımcılar içerisinde K3, K17 ve K18, namaz ve tesettür anlamında eksik olduklarını ancak bunları hayatına sokmaya niyetli olduklarının altını çizmekle beraber ibadetle ilgili farklı konularda olumlu bir değişikliğe uğradıklarını ifade etmişlerdir. Dolayısıyla onları da aynı kapsamda değerlendiriyoruz. Tüm yanıtları değerlendirdiğimizde dua, namaz ve Kuran-ı Kerim etkinliklerin sıkça gelmesi; aynı zamanda hayır yapma, zikir, nafil oruç, tefekkür, tesettür konularına da değinilmesi, bunların dini başa çıkma sürecindeki önemli rolüne işaret etmektedir.

3.3.3. Güncel Anlam Dünyası

Katılımcılarımızın güncel durumuna dair bilgi edinmek amacıyla “anlam”a yönelik görüşmeler gerçekleştirdik. Bu tema altında “Hayatın Anlamı” ve “Ölüm Yaklaşımı” konularını işleyeceğiz.

3.3.3.1. Hayatın Anlamı

Frankl, insanın anlam arayışının hayatındaki öncelikli güdü olduğunu söyler. Bu anlamı yalnızca insanın kendisi gerçekleştirebilir ve bundan dolayı özel ve tektir.²⁰¹ Yalom ise anlam arayışının tutarlılık arayışı olduğunu ifade eder. Kişi hayatında bir amaç belirleyemezse psikolojik anlamda varoluşsal bir anlamsızlık, değersizlik duygusu ve boşluk hissi içerisinde olur. Kişi anlam ve amaca sahip olduğu takdirde ise kendinde iyimserlik ve umut gibi olumlu duygulardan beslenmesi söz konusu olur.²⁰²

Bu araştırmada evlat vefatının hayatın anlamı açısından bir değişikliğe sebep olup olmadığı öğrenmek adına katılımcılarımıza “Sizce hayatın anlamı nedir? Çocuğunuzun vefatı sizin açınızdan hayatın anlamında herhangi bir değişikliğe neden

²⁰¹ Frankl, **a.g.e.**, s. 102.

²⁰² Abdülkerim Bahadır, **İnsanın Anlam Arayışı ve Din**, İstanbul, İnsan Yayınları, 2021, s.17-20.

oldu mu?” sorularını yönlendirdik. Katılımcılar içerisinde hayatın devam ettiğini, esas hayatın ahiret hayatı olduğunu, dünyanın geçici olduğunu, insanların kulluk için dünyaya geldiğini, dünyanın değersiz bir yer olduğunu, maddiyatın önemli olmadığını ve ailenin en önemli şey olduğunu düşünceleri, verilen yanıtlar arasındadır. Katılımcılar arasında özellikle dünyanın geçiciliğini vurgulayan annelerin sayısı fazladır (K3, K4, K6, K8, K16, K17, K18, K20). Her katılımcı hayatın anlamına dair düşüncesini aktarmış; evlatlarının vefatının ardından hayata karşı tutumlarının da değiştiğini ifade etmişlerdir.

Bazı katılımcılarımız dünyaya kulluk için gelme diye özetlenebilecek bir dini anlamı ön plana çıkarmıştır (K4, K5, K6, K14, K16, K18). Bunlardan K5, dünyaya gelme gayesini şöyle ifade ediyor:

“Biz bu hayata laylaylom için gelmedik açıkçası. Bir sebebimiz var bu dünyaya gelmemiz açısından. Tabii ki hepimizin sebebi var. Hepimiz Allahu Teala’nın rızasını kazanabilmek için buradayız. Laylaylom için burada değiliz ama şöyle bir şey var; bu acı çok büyük bir acı, baştan söylediğim gibi. Bu acı çok büyük bir acı. Bundan dolayıdır ki aslında hayata bakış açım tabii ki değişti, tabii ki daha farklı bir ben’im. O zamanki ile şimdiki ben arasında uçurumlar var, dağlar var, denizler var, okyanuslar var yani. O kadar büyük bir değişim, o kadar büyük düşünce değişimleri oluştu bende ama dünya hayatı boş. Dünyada sadece iyilik. İyilik yapabiliyorsan iyisindir, ibadetlerini tam yapabiliyorsan iyisindir. Ailen içerisinde huzurluysan, mutluysan, ahlaki olarak Peygamber Efendimiz ahlakıyla ahlaklanmışsan eğer, o zaman dünya güzel. O zaman ahiretten de korkmazsın, o zaman ölümden de korkmazsın. Bu şekilde hayatımızı idame ettirmeye çalışıyoruz.” (K5)

İnsanın dünyadaki varlık amacının Allah’ın rızasını kazanmak olduğunu ifade eden anne, başına gelen bu vefat hadisesi öncesi ile sonrasında kendisinde çok şeyin değiştiğini de eklemiştir. Hayata bakışında ve düşüncesinde değişikliklerini paylaşan K5, hayatın anlamının değişimini ifade ederken özellikle iyilik, ibadet, ahlak gibi dini olgulara dikkat çekmesi bu anlam değişiminin dini yönünün ağır bastığının bir göstergesi olarak kabul edebiliriz.

İyilik konusunu vurgulayan ve bunu dini bir anlamla bütünleştirerek değerlendiren bir başka katılımcımız K18 olmuştur.

“Bana göre hayatın anlamı şöyle var; ölmeye geldik. Hepimiz doğduk, var olduk, yeniden dirileceğiz. Hayatın anlamı iyi bir insan olabilmek benim için. Allah’a layık kul olabilmek. Bu dünya – Rabbimin ayetinde dediği gibi – oyun ve süslenme yeri değil

sonuçta, değil mi? Bu dünya imtihan yeri. Tabii bunun idrakinde olduktan sonra daha farklı oldu. Anı yaşamak lazım. Ne mutluluk uzun sürer ne üzüntü. Hepsi gelip geçici. Hepsi bitecek. Bu hayatın anlamı, kimseden bir şey beklememek, sadece Allah'tan beklemek. Benim için hayatın en büyük anlamı o. Benim için dünya telaşının hiçbir anlamı yok artık benim için. Çok rahatım. Hastalanıyorum, hiç korkmuyorum. Savaş çıkacakmış, hiç umurumda değil. Allah ne dilerse onu yaşayacağım. Çok rahatsın, çok. Korkun yok artık.” (K18)

Ölüm sonrası hayata bakışında değişiklik olduğunu bildirenlerden bir diğeri K4'tür. Onun ifadeleri, farkında olduğumuz ama üzerinde yoğun şekilde düşünmediğimiz ve zayıfça hissettiğimiz bazı gerçekleri belalarla karşılaştığımızda daha derinden hissettiğimizi, idrakine daha fazla vardığımızı ortaya koyuyor.

“... Önceden de bilincindeydim, biz kulluk için var olduk sonuçta. Ama tabii ki ölümden sonra farklı bir bilinç oluyor. Ölümle karşılaşmış oluyorsun, bir gerçeklik oluyor. Yüz yüze gelmiş oluyorsun. Kişiye çok yakın geliyor. Teori ile pratik çok farklı şeyler. Ölümü yakından hissetmiş olmak daha gerçekçi oluyor. Yaşlanınca öleceğiz de falan da.. Yok öyle değil, her an ölebiliriz, her an hazırlıklı olmak lazım. Ne kadar hazırlıklı olursak o kadar insanın gönlü rahat olur.” (K4)

Katılımcılarımızdan bir kısmı ise dünyanın ve maddiyatın değersiz olduğunu düşünmektedirler (K3, K8, K9). Ölümün aniliğine, ahiret hayatının önemine dikkat çeken katılımcılar, dünya hayatının boş ve değersiz olduğunu söylemektedirler. K9'un “Şimdi ise maddiyatla ilgili şeyler anlamını kaybetti” ifadeleri buna bir örnektir.

Bir diğer katılımcımız ise hayatın değersiz olduğunu şu sözleriyle dile getiriyor:

“Ya hayatta hakikaten insanlar o kadar boş çabılıyor ki diye düşündüm. Şuradan asansör inerken, asansör çat diye düşüp ölebilirsin. Hiçbir şeyin önemi yok; ne paranın önemi var, ne evin, ne barkın, ne işte koluna taktığın bileziğin, ne düğünde sana ne takılmış. Bunlar o kadar önemsiz ki. İnanılmaz saçma şeylere takıldığımızı, inanılmaz değersiz olduğunu fark ettim. Her şeyin aşırı değersiz olduğunu. Yani, öleceksin zaten. Hiçbir şey götürmeyeceksin...” (K8)

Burada katılımcının dünya hayatını dini olduğu kadar psikolojik anlamda da değersiz olduğunu vurguladığı görülmektedir.

K3, esas hayatın dünya değil, ahiret hayatı olduğunu idrak ettiğini anlatıyor:

“Bu hayat değil, öteki dünyanın esas dünya olduğunu fark ettim. Artık hiçbir şeyin önemi yok diyorum kendime. Hayat boş, hiçbir şeye değmez, ben kendi yoluma

bakıyorum. Kendim için bir şeyler yapmaya çalışıyorum. Hem kendim hem Allah katında. Hayat çok kısa, ölüm aniden gelebiliyor, esas dünya orası.” (K3)

Ölümünün aniliğine ve ahiret hayatının önemine dikkat çeken katılımcımız, kendisi için iyi şeylerle meşgul olmaya çalıştığını paylaşıırken dini anlamda ölüm üzere daha fazla düşündüğü ve dikkat etmeye çalıştığını ifade ederek hayatın boş ve ölümün aniliğinin altını çizmektedir.

Katılımcılarımızdan iki kişi ölüm sonrası aile hayatına daha fazla önem vermeye başladıklarını ifade etmiştir (K13, K16). K13, evladının vefatından sonra mesleki anlamda bir değişiklik yaptığını, hayatının anlamının ailesi olduğunu şöyle ifade ediyor:

“Hayatın anlamı da değişikliğe uğradı. Daha önce sordun ya mesleğin ne diye; ben bir daha avukatlık yapmam. Benim hayatım değişti çünkü. Haftada 60 saatimi çalışmak için harcayamam. Ailemi buna maruz bırakamam. Bir tık da olsa insan kendini geriye çekiyor. Hayatımın anlamı kesinlikle ailem...” (K13)

Yaşadığı ölüm hadisesinden sonra aile hayatının önemini anladığını dile getiren katılımcımızın dini bağlamdan ziyade psiko-sosyal bağlamda bir anlam dönüşümü yaşadığını görmekteyiz. Katılımcılarımızın genel anlam dünyalarına yönelik bir tespitte bulunmak için ölüme dair yaklaşımlarını da incelemeliyiz.

3.3.3.2. Ölüm Yaklaşımı

Katılımcılarımıza hayatın anlamının yanı sıra en yakından deneyimledikleri ölüme yükledikleri anlamı belirlemek amacıyla “Sizce ölümün anlamı nedir?” sorusunu yönlendirdik. Verilen yanıtlardan katılımcıların ölüme imtihan (K10, K17), Allah’a kavuşma (K5, K13, K18), evlada kavuşma (K1), diriliş (K4), başlangıç (K6), yolculuk (K9), korku (K3), acı (K3, K19), olağan bir durum (K8), gerçek hayat (K11), ebedi hayat (K20), vadenin dolması (K16), ansızın başa gelen bir olay (K1, K2) ve her canlının başına gelecek bir olay (K12, K14) anlamları yüklediklerini tespit ettik.

Ele alacağımız ilk katılımcımızın ölüme acı ve korku anlamlarını atfettiğini görüyoruz. O daha çok bilinmezlikler nedeniyle korktuğunu anlatıyor. Hiçbir pozitif bilimin veremediği cevapları kişinin dinde buluyor olması önemlidir. Fakat dindar insan da dinin verdiği cevaplara rağmen hayatı boyunca biriktirdiklerinin tam karşılığını kesin olarak hesaplayamamanın neden olduğu korkuyu yaşayabilir. Ölüme acı anlamı yüklemesinin ardında evladını kaybetmiş olması yatıyor diye düşünüyoruz.

“Acı. Ölümün, dediğim gibi acısı, bir daha görmemek etmemek, korku. Ötesi nasıldır ne olacak ne bitecek, hep bu soru işaretleri var açıkçası. İster istemez herkes bir şeyler anlatıyor ama ne kadarı doğru ne kadarı yanlış, nedir, nasıl, bilmiyoruz. Tabii ki diyorlar hani okuduğun zaman Kuran’da hani yazılanlar ama işte herkes farklı anlattığı için insan gerçekten ölümden korkuyor, korkmuyorum değil yani. Yani ne diyeyim, duygu. Açıkçası detaylı tam değil ama korkularım var, ötesi ne olacak, onu da merak ediyorum.” (K3)

K10 ölüme imtihan anlamı yüklüyor. O, sorumuzu kendisinin ölümü veya genel olarak ölüm olgusundan ziyade bir yakının ölmesi şeklinde anlıyor.

“... Ölümün anlamı; hocam, imtihandır. Bebeğin ölümü burada; onun bir günahı yok, onun bir şeyi yok. Onun açısından tanımlanamaz bu şey. Sadece artık onunla imtihan olan anne baba var...” (K10)

Silahlı bir saldırı sonucunda evladını kaybeden anne, buranın imtihan dünyası olmasına dikkat çekiyor:

“Benim aklım erdiğinden beri hiç bu dünyaya ve hayata ait hissetmedim kendimi. Bu hayatın hep gelip geçici olduğunu, sonra öğrenmeye başladığımızda bir imtihan dünyası olduğumu hep bildim, hep farkındaydım.” (K17)

Katılımcımızın imtihan olgusunun yanı sıra hayatın gelip geçiciliğine değinmesi, yaşamı ve ölümü anlamlandırma açısından önem gösterir.

Bir katılımcımız, ölüme diriliş anlamı yüklediğini şöyle ifade ediyor:

“Bana göre ölümün anlamı; aslında bizim bakış açımızdan ölüm olan ölüm aslında diriliştir; bir elbiseyi çıkarıp da gerçek elbisemizi giymektir. Bunun bilinci ile yaşıyorum şu an ben. Çünkü evladım çok ani bir ölüm geçirdiği için bu psikoloji.. Mecburen bir şeyin, bir anlamın olması lazım. Ölümün bizim hayatımızdaki anlamı ne onu bir tanımlamak lazım, bilmek lazım. Burası sadece kulluğumuzu gösterdiğimiz bir ortam, bir ara yol. Anne karnı bir ara yol ise anne karnında da aslında bir ölüş oluyor sonradan dünyaya doğuş oluyor. Aynı bu şekilde de bu dünyada da doğuyoruz, öte dünyada da mesela hakiki oradaki yaşayacağımız hayatta, gerçek hayatta diriliyoruz. Buradaki sadece bir kıyafet olmuş oluyor, değiştirdiğimiz. Ama bilinç olarak çocuk, evlat benim. Merhamet ediyor insan. Hele ki o aylarda 24 saat ikiz gibiydik, siyam ikizi gibisin, özellikle bir de emiyorsa. O zor oluyor hani. Birden bir varlığın senin hayatına girmiş olup da tekrardan yok olmuş olmasına hani.. İmanın olmazsa psikolojik olarak düşündüğün bazı manevi duyguların, bilgilerin, tutunacak bir şeylerin olmazsa çok zor.” (K4)

Psikolojik ve dini anlamda ölümü değerlendiren K4, ölümü bir kıyafet değiştirme olarak ifade ederken güçlü bir metafor kullanmıştır. Ayrıca kişinin evlat

vefatıyla karşılaştığında bazı şeylere mutlaka tutunması gerektiğinin de altını çizmektedir. İman, psikoloji, bilgi ve manevi duyguların bu durumdaki gerekliliğinden bahseden anne, anlamlı bir hayat sürdürmek için bunların kişide oturmasının icap ettiğini düşünmektedir.

Ölüme yolculuk anlamı atfettiğini söyleyen bir diğer katılımcımız, ölümü bu dünyadan öbür dünyaya geçiş olarak da tanımlıyor:

“Bir kere ben evladımdan sonra tabii daha da çok idrak ettim; ölüm kesinlikle bir yok oluş değil. Kesinlikle yok oluş değil. Eğer yok oluş olsaydı... Eğer bu dünyada bizler üzerimize düşeni Rabbimizin emrettiği gibi o yaşantıyı doğru şekilde gerçekleştirirsek sevdiklerimizle inşallah öbür alemde kavuşacağımız bir yolculuk diyorum. Ölüm, bu dünyadan öbür dünyaya geçiştir.” (K9)

Katılımcılardan bir kısmı ise ölüme kavuşma anlamı atfettiklerini söylemektedirler (K1, K5, K13, K18). İçlerinden K5, K13 ve K18 bu kavuşmayı Allah’a kavuşma olarak anlamlandırmış olup K5’in açıklamasını bu konuya örnek gösterebiliriz:

“İlk olarak eğer amel-i salih bir hayat yaşadysak.. Tabii ki Allah’a kavuşmaktır ölmek. Ölmek hiçbir zaman.. Hani bazı insanlara göre; Allah’ı yeterince tanımayan, Peygamberini yeterince tanımayan, dinini, Müslümanlığı yeterince bilmeyen, tanımayan insanlar için gerçekten ölüm, korkutucu, korku veren bir durum onlar için. Ölüm onlar için bir son gibi. Ama bizim için, çok şükür, elhamdülillah, ölüm bir uyanış benim için, Allah’a kavuşma anı... Allah’a kavuşmaktır, Peygamberine kavuşmaktır. Bir kavuşma anıdır. Daha fazla, daha açık nasıl anlatayım bilmiyorum, benim için bu anlama geliyor.” (K5)

K1 ise bu kavuşmayı çocuğuna atfetmesinin yanı sıra ölümün aniliğine de dikkat çekmiştir:

“Ölüm valla kapıda (gülüyor), ansızın gelebilir. Ölüm ensemble derler ya, bir bakmışsın var bir bakmışsın yok. (Ağlamaya başlıyor). Nasıl olsa öleceğimiz aklımızda. Nasıl olsa bir gün öleceğiz ama ne zaman öleceğimizi bilmiyoruz. Kavuşacağız onunla.” (K1)

Tüm katılımcılarımızın ölümün anlamına dair yanıtlarını göz önünde bulundurduğumuzda, genel olarak dini merkeze koyarak ölüme anlam atfettiklerini görüyoruz. Yalnızca K1 ve K2 ölümün aniden gelen bir olay ve K1’in ölüme evladına kavuşma anlamı atfetmesi, dinden bağımsız olarak yüklenen anlamlar içerisinde. Dinin kişinin ölüme yüklediği anlam açısından merkez konumda olması, dini başa

çıkmaya net bir örnektir. Dinin bu açıdan duygu, düşünce ve tutum geliştirmesinde etkin bir role sahip olması, anlam arayışı için önemli bir araç olduğu teorisini destekler mahiyettedir. Bu yaklaşımın ölümü kabullenmede ve onunla baş etmede kolaylaştırıcı bir görevinin olduğunu da gözler önüne seriyor.

Bir yakının ölümünü – özellikle bu çalışma kapsamında değerlendirdiğimiz evlat vefatı – ölüme yüklenen anlamda değişikliğe sebep olacak bir unsur olarak öngörüyoruz. Bu bağlamda katılımcılarımıza evlatlarının vefatından sonra ölüme bakışlarında; yükledikleri anlamda bir değişiklik olup olmadığına yönelik soru sorduk. Verilen yanıtlar içerisinde psiko-sosyal ve dini açılardan değerlendirilmesi gereken farklı bulgulara ulaştık.

Katılımcıların azınlığını teşkil eden bir kısmı (K2, K14, K19, K20), ölümün anlamında bir değişikliğin söz konusu olmadığını ifade ederken diğer katılımcılarda bir değişiklik söz konusu olmuştur. Nitekim katılımcılarımızın çocuğunu kaybettikten sonra ölüme hazırlıklı olma (K1, K4, K13, K16), ölümden korkmama (K7, K9, K17), hayatın boş olması (K3), insanların dünyada misafir olması (K11), ölümün kişinin kurtuluşu olması (K5, K13), ölümün imtihan olması (K6, K10), ölümün kader olması (K12), ölümün musibet olması (K20), ölümün her yaşa gelebilecek olması (K4), Allah’a dönüş (K18) ve kişinin kendi ahiret derdine düşmesi (K16) gibi anlamları yüklediklerini ortaya koyduk. Ayrıca bir anlam olarak değerlendirilmemekle birlikte katılımcılarımızdan iki kişi, evlatlarının vefatının ardından kendilerinde ölme isteğinin baskın olmasından bahsetmişlerdir (K8, K15).

Katılımcılarımızdan dört kişi, ölüme hazırlıklı olmanın gerekliliğini ve onun her yaşta karşılaşılan bir olay olduğunu ifade etmişlerdir (K1, K4, K13, K16).

Bir kaza sonucu çocuğunu kaybeden anne, ölümün her an insanın başına gelebilecek bir olay olduğunu şöyle açıklıyor:

“Ölüm sanki her zaman kapımızda, her an her zaman olabilir, nereden geleceğini bilemezsin... Hani yakınına toprağa gömdün, arkasından kim gidecek diye düşünüyor insan, oğluma ilk önce kim varacak diye düşünüyorum. Bir de ne zaman öleceğiz, oğlumun yanına ne zaman gideceğiz diyorum. İşte elimden geldiğince ibadetlerimi yapmaya çalışıyorum. O nasıl olsa bizi cennete sokacak ama sokmadığını farz et, kendi ibadetlerini yap diyorum.” (K1)

Katılımcımızın ölüm hadisesini tecrübe etmesinden dolayı artık ölümün aniden gelebileceğine ve bunun belirli sebeplerden bağımsız olduğuna dikkat çekmiştir. Buna

bağlı olarak katılımcımızda ölüme hazırlıklı olma düşüncesinin oluştuğunu da görüyoruz. Her ne kadar oğlunun kendisi için bir şefaatçi olma ihtimali yüksek olsa da kendi ibadetlerine dikkat etmesi gerektiğini; ondan bir yardım alamadığı takdirde ibadetlerinin yerinde olması gerektiğinin altını çizmiştir.

Bir diğer katılımcımız yine ölümün her yaşa gelebileceğini, bunun için hazırlıklı olmak gerektiğini ifade ediyor:

“Tabii ki değişiklik oluyor. Artık ölüm senin için sözel bir şey olmuyor, sözde kalmıyor. Veyahut da ölenler yaşlı olmuyor artık, anlıyor musun? Normal insan psikolojisinde ölüm genelde yaşlılara, hastalara falan olur ama o an öyle olmadığını idrak ediyorsun. Hayat öyle değil. Şunu idrak ediyorsun: ölüm, kime ne zaman nasip ettiyse o zaman geliyor ve bir insan buna hazırlıklı olacak. Evladın varsa evladına sanki hiç gitmeyecekmiş gibi, ondan hiç ayrılmayacakmışsın gibi bağlanacaksın ama psikolojinde de ayrılabilmesini bileceksin. Eğer ki bir ayrılık gelecek olduğunda.” (K4)

K4 hazırlıklı olmaya dikkat çekerek bunu psikolojik açıdan değerlendirmiştir. İnsanın evladı ile bir bağ kurması gerektiğini ancak ondan ayrılması durumunda da bunu başarmasının gerekliliğine dair düşüncelerini aktarmıştır. Katılımcımız, ölümü teoride bildiği gibi artık bunu gerçek hayatta da deneyimlemiş olması sebebiyle ölümün ansızın gelme durumuna dikkat çekmiştir.

Hökelekli’ye göre anlamlı bir şekilde hayat sürdürmek, ölümün her an kendisine gelme potansiyelini göz önünde bulundurarak ölümle birlikte yeni bir hayatın başlangıcına hazırlanmakla mümkün olur.²⁰³ Söz konusu katılımcılarımızın açıklamalarını bu yönde değerlendirmek doğru olacaktır.

Vefat hadisesinden önce ve sonra ölümden korkarken artık korkmadığını ifade eden katılımcılarımız söz konusudur (K9, K17). K9, bunun nedenini detaylı bir şekilde şöyle açıklıyor:

“İster istemez önceden arkadaşlarımızla, yakın dostlarımla falan konuşurken, ölümden korkuyoruz. Niye korkuyoruz? Eksiklerimiz olduğu için korkuyoruz. Her daim biz bu muhabbetleri yaparken, şu konuda eksikimiz var, bu konuda eksikimiz var, şu an ölse bir sürü eksiklikten dolayı endişemiz var şeklinde bu yorumları, bu konuşmaları yapıyorduk. Ama şimdiki korkmaktan ziyade, diyoruz ki, hatamız, eksiklerimiz neyse onun üstüne gidip, bir an evvel o eksikliklerimize tövbe etmek veyahut da gidermek ki ben o kıymetlimi, oğluma kavuşabileyim. O yüzden kendimize daha çok, yani inşallah, o kendini kurtardı diye bakıyoruz biz anne baba olarak. Oğlum dünyadaki imtihanını

²⁰³ Hökelekli, a.g.e., s. 11.

inşallah geçti, yani ip uçlar onu gösteriyor diyoruz... Biz de ona kavuşmak için elimizden gelen gayreti gösterip.. Yani ölümden eskisi kadar korkmuyorum diyebilirim.” (K9)

Katılımcımızın yanıtından anlıyoruz ki oğlunun ahirette olması sebebiyle artık ölümden korkmuyor. Bununla beraber hata ve eksikleri gidererek ölüme hazırlıklı olma durumunun varlığını da görüyoruz. Bunun, dini anlamda bir hazırlık olması ise vurgulanması gereken noktadır.

K17, babasının ve evladının ölümlerinin ardından artık ölümden korkmadığını ifade ediyor:

“Ölüm benim için bilmediğim bir yer ama babamı kaybedene kadar aslında biraz korktuğum ama babamı kaybettikten sonra ve daha sonra bütün sevdiklerimi kaybetmeye başladıktan sonra tüm sevdiklerimin gittiği, aslında gitmek istediğim bir yer. Ben artık korkmuyorum, kötü bir yer olduğunu düşünmüyorum. Hatta sonsuz bir hayat olan bir şeyin olması gerçekse, bizim inancımızda olduğu gibi onun başlangıç olduğuna inanıyorum. Burada gerçekten geçiciyiz, gerçekten aslında boş ve anlamsız bir şey sürüyoruz ama yapmak ve yaşamak zorundayız ama hakikat ölüm.” (K17)

Katılımcımız sevdiklerini kaybetmesi sebebiyle ölümden korkmamaya başladığını, ölümden sonrasının asıl başlangıç olduğunu ve ölümün hakikat olduğunun idrakine vardığını ifade ederken kendisinin ölümü, dini ve psikolojik açıdan farklı görmeye başladığını anlıyoruz.

Bir diğer katılımcımız, oğlunun vefatından sonra hayatın boş ve dünyanın ölümlü bir yer olduğunu görmeye başladığından şöyle bahsediyor:

“Çok oldu. Şöyle oldu; artık hiçbir şeyin önemi yok diyorum. (Ağlıyor). Hayat boş, değmez. Nasıl diyeyim, artık kendime bakmam lazım diyorum, kimseye bir şey faydası yok, gördük. Çocuğum öldüğünde de gördüm, annem öldüğünde de gördüm, kimim var kimim yok. Artık insanlar için asla, kendim için yapabilirsem ne mutlu bana. Hem kendim hem Allah katında. Ölümlü dünya diyorum, bugün varsın yarın yoksun. Esas dünyayı gördüm. Mezarlıklara gidiyorsun, orada görüyorum, ibret alıyorum... Görüyorum, esas dünya orası işte ama maalesef yaşıyoruz işte. Yapacak bir şey yok.” (K3)

K3, evladı vefat ettikten sonra hayatta önemi olan bir şeyin olmadığını düşünmekte; bundan sonra başkaları için değil kendi için bir şeyler yapacağını söylemekle birlikte bunu dini açıdan değerlendirmektedir.

Katılımcılarımızdan iki kişi yaşadıkları olaydan sonra ölümün kurtuluş olduğuna ilişkin düşünceye sahip olmalarından bahsetmiştir (K5, K13). K5, her ne

kadar bebeğinin vefatı ilk önce kendisine felaket gibi gelse de sonradan bu olayın onun için bir kurtuluş olduğunun idrakine vardığını ayrıntılı bir şekilde anlatıyor:

“Dediğim gibi ölümden korkan bir insan değilim, elhamdülillah. O zamanlar dediğim gibi çok daha cahildim. O zamanlar kendimi yıpratmış, üzülmüş, çok ağlamış olabilirim ama zaman geçtikçe, daha çok Allah ile haşır neşir oldukça, daha çok ilim sahibi oldukça ve daha çok okudukça, öğrendikçe.. Baktım ki ölüm, aslında bir son değil, yeni bir başlangıç... O zamanlar benim için bir felaket gibi görünen bu olay, aslında şu anki bakış açıma göre, aslında o benim için bir kurtuluş. O olay benim için bir kurtuluş. Eğer ki Rabbim bana nasip ederse, Peygamber Efendimiz (sav)’in şefaatinde sonra ben, oğlumun, bebeğimin şefaatine de nail olurum inşallah. Biliyoruz ki, bu şekilde ölen bebekler eğer Müslümanlarsa, eğer anne babası Müslümanlarsa, eğer Rabbimin izni de olursa, diyecekler ki, biz bütün neslimizi, bütün ecdadımızı cennete sokmadan girmeyeceğiz. Bundan dolayıdır ki ben çok mutluyum. Rabbime her daim şükreden biriyim. Şükrederek bugünüme kadar geldim. Neden? Çünkü o benim için bir kurtuluş, şu an öyle görüyorum. Buna bütün kalbimle inanıyorum, inanmak istiyorum. Ayetlerimize, hadislerimize baktığımız zaman, bütün kapılar, yollar, bir kapıya çıkıyor. O yüzdendir ki çok mutluyum. Evlat kaybetmek çok büyük bir acı. Rabbim kimsenin başına vermesin ama sadece yaşayanlar anlar ama biz böyle dua ediyoruz ama Rabbim sevdiği kulunu sınıyor, sevdiği kulunu her zaman bir sınava sokuyor ve bundan dolayıdır ki diyor, evet belki de benim kurtuluşum budur yani. Ben böyle inanmak istiyorum, böyle iman etmek istiyorum. Ve ben böyle mutluyum şu an, gerçekten böyle inanıyorum. Bu yönde bakış açım değişti. O zaman ölümden çok korkan bir insan, çok yıpranan, çok üzülen, çok ağlayan, o zaman da isyan etmek aklımın ucuna gelmedi ama dediğim gibi Allah izin verdiği müddetçe. Aslında o zamanlar üzülmek doğal, Peygamber Efendimiz dahi en sonunda birkaç damla gözyaşı akıtmış. Ve oradaki sahabeler sorduğunda, hani ağlamak yoktu dediğinde demiş ki, ben ağlamayın demedim, ben isyan etmeyin buyurmuş o güzel insan, o mübarek insan. Bundan dolayıdır ki evet, üzüldüm, ağladım, asla feryat etmedim, asla isyan etmedim. Rabbim nasip etmedi, elhamdülillah. Ben de öyle kötü bir yola girmedim. Şu an çok mutluyum. Çünkü biliyoruz ki, günahlarımız var. O büyük günahları işlemiyoruz, amenna ama küçük, ufak, tefek günahlarımız da oluyor, vardır, büyük ihtimalle hepimizin vardır. Onların karşılığında da Rabbim nasip etti böyle bir durum yaşadım. Nasip etti diyorum çünkü ben onu kurtuluşum olarak görüyorum.“ (K5)

Katılımcımız bu açıklamasında psikolojik ve dini anlamda birçok noktaya değinmektedir. Bebeğinin vefatının ardından ölümden korkan, bu duruma çok üzülen ve kendisini yıpratana biriyken, bunun değiştiğini ifade etmektedir. Başta felaket olarak gördüğü bu olaya daha sonra bir kurtuluş anlamı yüklediğini açıkça ifade etmektedir.

Dolayısıyla kendisinde bilişsel anlamda bazı değişiklikler olmuştur. Ahirette bir evladının bulunması, onun kendisine ve ailesine şefaet edecek olması, Hz. Muhammed'in de hayatıyla kıyas yaparak kendisini teskin etmiş olduğu görülmektedir. Ölüme atfettiği yeni anlamlar – özellikle ölümün bir son olmadığına yönelik düşüncesi – hayatına kaldığı yerden devam edebilmesi için önemli rol oynamaktadır. Ayrıca ölüm gibi zorlu bir olayla karşılaşmasına rağmen Allah'a isyan etmemesi ve kendisinin Allah'ın sevdiği kulu olduğu düşüncesi, kendisinde şükran duygusunu meydana getirdiği görülmektedir.

Eşinin ardından engelli oğlunu kaybeden anne, yaşadığı ölüm hadiselerinden sonra insanın dünyada misafir olduğu düşüncesine sahip olmasından bahsediyor:

“Oldu gülüm. Tabii ki, hani imanın şartlarından ahirete iman etmek var ya, tamam buna inanıyoruz. Allah'a inanıyoruz, işte peygamberlere, ahiret gününe inanıyoruz diyoruz da ama insan gerçek sevdiğini ve gerçek yakınlarını kaybettiği zaman, hani bu dünyanın tamamen biz burada misafiriz yani. Şu anda benim tesellim, benim bütün sevdiklerim orada. Bütün sevdiklerim. Allah'ın izniyle onlara kavuşacağım. Daha çok idrak edebiliyorsun. Daha çok bunu algılayabiliyorsun. Ama daha önceden bunu algılayamıyordun. Daha şey gibi geliyordu; tamam, iman ediyoruz ama uzak bir ihtimaldi. Ama şimdi onu tamamen algılıyorsun. Daha çok böyle.. Ben mesela şu an kendim de rahatsızlandım. Ben de meme kanseriyle mücadele ediyorum 1,5 senedir. O da bir daha bana tekrar şey oldu; ha, bir uyarı. Tabii ki hasta olan değil, eceli gelen vefat ediyor da ama misafiriz ya. Sonuçta dünyada misafiriz gülüm. Rabbim imandan ayırmasın.” (K11)

Katılımcımız, ölümü yakından tecrübe etmesinden dolayı artık insanın dünyada misafir olduğu tutumuna sahip olduğunu; bu sebepten dolayı rahatsızlığını da kendisine bir uyarı niteliğinde algıladığını görüyoruz.

Bu araştırma kapsamında kişinin güncel anlam dünyasını tespit etme amacıyla hem hayatın anlamı hem de ölüm yaklaşımına dair tüm bulguları göz önünde bulundurmamız. Hayatın ve ölümün anlamına ilişkin ortaya koyduğumuz bulgulara dini olguların ağır basmasıyla birlikte psiko-sosyal yönlerinin de bulunduğunu belirtmek isteriz. Konuyu dini yönden değerlendirmemiz, onun diğer yönlerinin olmadığı anlamına gelmez. Dinin anlam arayışına bir yanıt vermek için aracılık yaptığını bu araştırma sonucunda da tespit ettiğimizi söyleyebiliriz. Din, kişinin yaşadığı zor ve sıkıntılı zamanlarda sahip olduğu düşünceye, tutuma ve sergilediği davranışlara etki eder. Nitekim katılımcılarımızın bu durumu yansıttığını görmekteyiz.

SONUÇ

Zorlu bir olay olarak yakın vefatı, kişinin hayata ve ölüme farklı bakış açılarından bakmasına ve vefat sürecindeki olaylara farklı anlamlar yüklemesine neden olur. Bu çalışmada çocuğu vefat etmiş anneler Din Psikolojisi bağlamında, özelde ise ölüm psikolojisi, yas psikolojisi ve dini başa çıkma bağlamında incelemek; yaşadıkları süreci, hayatı ve ölümü nasıl anlamlandırdıklarını, dindarlıklarının bu deneyimi yaşama biçimini nasıl etkilediğini ve tüm yaşananların dindarlıklarını nasıl etkilediğini tespit etmek hedeflenmiştir.

Türkiye’de dini başa çıkma, ölüm psikolojisi veya yas psikolojisine yönelik nicel ve nitel olmak üzere birçok araştırma yapılmış olmakla birlikte evlat kaybına yönelik bir çalışmanın yapılmamış olması, bizim bu konuyla ilgilenmemize neden olmuştur. Daha ayrıntılı veriler elde etme, anlamı ve özgüllüğü incelemek amacıyla nitel araştırma yöntemlerinden mülakat tekniğinin kullanılmasının araştırma açısından konu ve amaca uygun olduğuna tarafımızca karar verilmiştir.

Elde edilen bulgular, “Ölümle İlk Karşılaşma ve İlk Tepkiler”, “Yas Süreci” ve “Güncel Durum” ana başlıklarına ayrılmıştır. İlk konu bağlamında katılımcıların evlatlarıyla vedalaşma imkanına yönelik yapılan görüşmeler sonucunda ölmeden önce çocuklarıyla vedalaşmış annelerin, vefatı kısa süre olsa da önceden öğrendikleri görülmüştür. Vedalaşma anına sahip olmayan annelerin ise hem beklenen hem de ani gelişen ölümler yaşamış oldukları tespit edilmiştir. Dolayısıyla ölümün beklendik olması, vedalaşmayı her zaman beraberinde getirememiştir. Bu çalışmada beklenmedik bir şekilde gerçekleşen ölümlerin kadere bağlanarak daha kolay kabul edildiği de tespit edilmiştir. Bu ölüm şeklinde yas sürecini daha ağır geçiren anneler olduğu gibi nispeten daha hafif geçirenler de vardır. Bu çalışmanın başında evladın annesiyle geçirdiği sürenin, dolayısıyla mevcut bağın ölümü kabullenmede etkili olduğu öncesinde öngörülmüş ve onaylanmıştır. Nitekim evladını senelerce büyüttükten sonra kaybeden anne ile doğumdan kısa bir süre sonra kaybeden anne arasında bir fark olduğu gözlemlenmiştir.

Çocuğu vefat eden anneler arasında ölümle ilk karşılaştıklarında sakin kalan, rahat olan, üzüntü duyan, panik hali geçiren ve şok etkisinde olanlar mevcuttur. Ölümü öğrendiğinde sakin kaldığını ifade eden katılımcıların hali, din gibi içsel veya ilaç gibi

dışsal sebeplerden kaynaklandığı ortaya konmuştur. Katılımcıların verdikleri ilk tepkiler, ölüm şeklinden bağımsız olarak gerçekleşmiştir. Nitekim her alt temada hem beklendik hem de ani kayıp yaşayan annelerin olduğu tespit edilmiştir.

Yas Süreci ana teması altında ise ilk olarak katılımcıların ölüm hadisesi sonrası psiko-fiziksel durumlarına ilişkin bulgular ortaya konmuştur. Katılımcıların çoğunluğunu teşkil eden bir kısmının psikolojik ve fiziksel anlamda bir rahatsızlık yaşadıkları; bir diğer kısmının ise acıyı tanımadığı insanlarla paylaştığından, birileriyle konuşarak rahatladıklarından, başka şeylerle meşgul olduğundan, dua ve sabır gibi dini tutuma sahip olduklarından dolayı bir rahatsızlık yaşamadıkları tespit edilmiştir. Ayrıca vefat eden kişiyle ilgili rüyalar görmenin, yas sürecinin önemli bir parçası olduğu; bu araştırma sonucunda rüyaların başa çıkmada olumlu rolünün olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda rüyaların kişinin ölümü kabullenip kabullenemediğine dair bazı ipuçları barındırdığı söylenebilir. Bununla birlikte rüyada çocuğunu güzel veya kötü bir şekilde görmenin, kişinin psiko-sosyal durumlarıyla yakından alakalı olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmada annelerin rüyalarında çocuklarını görmelerinin, gerçek hayatta onları görüp hasret gidermiş hissi uyandırdığı ve ölen kimseyi rüyada görmenin ölümü kabullenmede kolaylık sağladığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yaşanılan ölüm hadisesinin ardından çoğu katılımcının profesyonel destek almadığı görülmüştür. Buradaki en büyük etkenin ise din olduğu tespit edilmiştir. Bir diğer neden ise bu desteğe ihtiyaç hissetmemekle ilgili olabilmektedir. Profesyonel destek aldığını ifade eden katılımcıların, bu desteğin yanı sıra iman, sabır, dua ve ahiret inancı gibi dini olgulardan destek aldıklarını açıklamışlardır. Dolayısıyla din, profesyonel destek alanlarda da almayanlarda da etkin bir role sahiptir.

Eş desteğine yönelik görüşme sonucunda katılımcıların çoğunluğu teşkil eden bir kısmının eşlerinden destek görmüş olduğu ortaya konmuştur. Bununla birlikte evlat vefatının eşleri birleştirici bir rolünün olduğu görülmüştür. Eş desteğinin yalnızca ölüm anında ve devamındaki yas sürecinde değil, eğer bir hastalık süreci yaşandıysa o esnada da eş desteğinin beklendiği ve önemli olduğu; ayrıca verimli eş desteği sağlandığında katılımcının ölümü kabullenmesinin kolaylaştığı anlaşılmıştır. Eş desteği gibi katılımcıların aile desteğini eğer varsa ölümden önceki süreçte, ölüm anında ve devamındaki yas sürecinde bekledikleri görülmüştür. Aile desteğinin olmadığı durumlarda dine yönelmenin gerçekleştiği de tespit edilmiştir.

Manevi desteğe ihtiyaç hisseden katılımcıların Allah inancından, ahiret inancından, peygamberlerin yaşantılarından, Kuran-ı Kerim, hadisler ve teslimiyet gibi dini haller aracılığıyla kendi manevi kaynaklarını kullandıkları tespit edilmiştir. Katılımcıların genel anlamda “manevi” kavramını “dini” kavramıyla eş anlamda kullandıkları da görülmüştür. Bunlarla birlikte katılımcılarımızın bir kısmının rahatlamak amacıyla konuşmayı, eş dost tarafından anlaşılmayı, aynı acıyı paylaşanlarla görüşmeyi ve kendisine hâl hatır sorulmasını manevi destek olarak değerlendirdikleri ortaya konmuştur.

Değerlendirilmesi gereken bir diğer konu Manevi Danışmanlık ve Rehberliğe ilişkin bulgulardır. Manevi danışmanın yas sürecindeki kimseye yaklaşımının nasıl olması gerektiği ve kendilerinin manevi danışman ihtiyacı hissedip hissetmediği yönündeki sorulara verdikleri cevaplardan, katılımcılarımızın tamamının manevi danışmanlık ve rehberlik kurumuna ve ne tür hizmetler verdiğine dair bir bilgiye sahip olmadıkları tespit edilmiştir. Manevi danışmanlık ve rehberlik hastane, hapisane, huzurevi ve öğrenci yurdu gibi kurumlarda hizmet veren bir kurumdur. Bu kurum, manevi ve dini kaynakları kullanarak kişiyi iyi hissettirmeye çalışarak daha sağlıklı bir toplumun elde edilmesine yönelik çalışmaktadır. Bununla birlikte ücretsiz bir hizmet olması da oldukça önemlidir. Ancak katılımcıların bu hizmeti bilmemesinin, yeterince duyurulmamasından kaynaklandığı kanaatine varılmıştır. Bu kurumun gerekli duyuruları yalnızca müftülükler değil, bu hizmetin verildiği tüm kurumlar ve belediyeler tarafından yapılması halinde işlevinin artacağına şüphe yoktur. Duyurmanın yanı sıra kurumların gerekli görülen yerde hastayı, mahkûmu veya öğrenciyi manevi danışmanlığa yönlendirmesi yararlı olacaktır. Aksi takdirde manevi danışmana ihtiyaç varken kişinin farklı yerlere/şeylere yönlendirilmesi iyileşme sürecinin uzamasına neden olabilir. Vatandaşların ekseriyetinin bu hizmetten yararlanması, kurumun işlevselliğini ve sorun çözmede önemini ortaya koyacağı kanaatindeyiz.

Dini başa çıkmaya yönelik görüşmeler sonucunda çok fazla olumlu dini başa çıkma etkinliklerine başvurulduğu görülmüştür. Nitekim tüm katılımcılar, bu süreçte başta Allah inancından destek aldıklarını ifade etmişlerdir. Katılımcılar, bu inanç sayesinde ayakta durabildiklerini ve ölümü anlamlandırabildiklerini de söylemişlerdir. Dolayısıyla kişinin Allah ile iş birliği kurarak dini teslimiyet yoluyla veya Allah'ın

müdahale etmesi için dua etme gibi yöntemlerle kendi durumuyla başa çıkmaya çalışmasına ilişkin teori, bu araştırmada da tespit edilmiştir. Ahiret inancının ise ölümü kabullenmede ve onunla baş etmede etkin bir rolü olduğu ortaya konmuştur. Ölüm hadisesinin katılımcılar tarafından sorgulanmamasının, kontrolün Allah'ta olmasından, dolayısıyla kader inançlarından kaynaklandığı görülmüştür. Dinin ölümle ilgili verdiği bilgiler, kişinin ölüm hadisesini anlaması ve açıklaması açısından güçlü bir kaynak olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcıların ölüm acısına dair yanıtlarının ölüm şeklinden ve ölümün üzerinden geçen süreden bağımsız olduğu saptanmıştır. Yas sürecinde yaşanan duygu ve davranışların, ölüm hadisesinden sonra hissedilen acının çoğalması veya azalmasının, kişinin karakter, psiko-sosyal ve dini yapısına göre değiştiği ortaya konmuştur.

Ölümün dindarlığa etkisi kapsamında değerlendirilen bir konu, yaşanan hadisenin Allah'a yakınlaştırması meselesidir. Katılımcıların çoğu evladının vefatının onları Allah'a yakınlaştırdığını bildirmiştir. Bununla birlikte katılımcıların inanç, iman, sabır, şükür, dua, namaz, Kuran-ı Kerim, ibadet ve şefaath inancı olgularına değinerek bu sıkıntılı olayla başa çıkabildikleri tespit edilmiştir. Dolayısıyla burada kişilerin dindarlıklarının yas deneyimini şekillendirdiği görülmektedir. Katılımcıların yarısı, ölüm sonrası ibadetlerinin aynı kaldığını, diğer yarısı ise bir artış olduğunu ifade etmiştir. Hiçbir katılımcı ibadetlerinde bir azalma olmasından bahsetmemiştir. İbadetlerinin çoğaldığını ifade edenlerde ise namaz kılma, nafil namaz kılma, cemaatle namaz kılma, teravih namazı kılma, dua etme, Kuran-ı Kerim okuma, nafil oruç tutma, tefekkür etme, tesettüre dikkat etme, hayır yapma, zikir çekme gibi ibadetlerle gerçekleştiği tespit edilmiştir. Dolayısıyla bu katılımcılarda yas deneyiminin dindarlıklarını olumlu anlamda etkilediği görülmektedir. Hayatın ve ölümün anlamına ilişkin ele alınan bulgularda dini olguların ağır basmasıyla birlikte psiko-sosyal yönlerin de mevcut olduğu görülmüştür. Böylece dinin anlam arayışına bir yanıt verdiği açıkça görülmektedir.

Kişinin karakteri, psikolojisi, sosyal durumu, dindarlığı gibi birçok etken ölümle baş etmesinde, hissettiği destek ihtiyacına ve anlam dünyasının yeniden inşasında önemli rollere sahiptir. Dine karşı olumlu veya olumsuz tutumun olması, kişinin başa çıkmasının olumlu veya olumsuz olacağını da belirler. Allah ve dindarlar

ile kurulan manevi ilişki, olumlu dini başa çıkma faaliyetlerindendir. Olumsuz dini başa çıkma faaliyetleri ise Allah ile kurulan güvensiz ilişkiyi, başkaları ile olan uyumsuzluğu kapsar. Din, kişinin hayatında ne kadar yer kaplıyorsa, zorlu yaşam olayları ile baş ederken o kadar aktif bir rolde olur. Dini inanç karşılaşılan sıkıntılı olaylarla başa çıkmada ve ruh sağlığını korumasında önemli bir araçtır. Yapılan birçok araştırmada olumlu dini başa çıkma yöntemlerinin olumlu sonuçlara; olumsuz dini başa çıkma yöntemlerinin ise kaygı, depresyon, umutsuzluk ve duyarsızlık gibi olumsuz duygu ve sonuçlara neden olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmanın sınırlılıkları anlamında bu çalışmanın nitel olması nedeniyle genelleme iddiası taşımamaktadır. Bu araştırma, görüşme yapılan 20 katılımcının hayat hikayesiyle sınırlıdır. Ancak bu araştırmanın, evlat kaybı yaşamış bu annelerin ölüm psikolojisi, yas süreci ve dini başa çıkmaya yönelik detaylı bilgiler vermesinden dolayı Din Psikolojisi literatürüne katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Maksimum çeşitliliği sağlama amacıyla bu araştırmaya farklı ülkelerden, yaş gruplarından, sosyo-ekonomi seviyelerinden ve medeni durumlarından katılımcılar seçilmiş olsa da farklı çalışma gruplarıyla – özellikle de evlat kaybı yaşamış babalarla – araştırma yapılması faydalı olacaktır. Bu araştırma, duygu, düşünce ve davranışlarına ilişkin kendilerini erkeklere kıyasla daha açık ifade edecekleri düşünülmelerinden dolayı evlat kaybı yaşamış anneler üzerinden yürütülmüştür. Elbette böylesi bir travmatik deneyimde babaların dünyalarına girmek ve orada var olduğunu bildiğimiz dehlizleri aydınlatmak da önemlidir, ancak bir yüksek lisans tezinde böylesi geniş bir alanı ihata etme zorluğu hususi bir incelemeyi gerektiren baba deneyimlerini inceleme dışı tutmamızda etkili olmuştur. Gelecek çalışmalarda karma araştırma yöntemleri kullanılarak veya daha büyük bir çalışma grubu üzerinden evlat kaybının kişilerin başa çıkma sürecine ve hayatlarına etkisi kıyaslanabilir. Türkiye genelinde evlat kaybını Din Psikolojisi bağlamında araştıran başka araştırmalar bulunmadığından dolayı bulguların yeni araştırmalarla desteklenmesi veya farklılıkların ortaya konması ve yeni değişkenlerin tespit edilmesi sağlıklı olacaktır.

KAYNAKÇA

Abay, Fatma:	“Savaşa Tanıklık Eden Medya Mensuplarında Psikolojik İyi Oluş ve Dini Başa Çıkma: Nitel Bir Araştırma,” (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2021.
Allport, Gordon:	Birey ve Dini , Çev.: Bilal Sambur, Ankara, Elis Yayınları, 2016.
Alper, Hülya:	İmanın Psikolojik Yapısı , İstanbul, Rağbet Yayınları, 2019.
Anderson, Miriam J. vd.:	”Psychological and Religious Coping Strategies of Mothers Bereaved by the Sudden Death of a Child,” Death Studies , 2005, C.29, No:9, s. 811-826.
Ateş, Nesibe Esen:	“Dua ve Dini Başa Çıkma: Şehit Aileleri, Gaziler ve Gazi Aileler Örneği,” Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi , 2019, C.33, No:17, s. 57.
Ayten, Ali:	Tanrı’ya Sığınmak , İstanbul: İz Yayıncılık, 2012.
Ayten, Ali, Karagöz, Sema:	“Religiosity, Sprituality, Forgiveness, Religious Coping as Predictors of Life Saticfaction and Generalized Anxiety: A Quantitive Study on Turkish Muslim University Students,” Spiritual Psychology and Counseling , 2021, C.6, No:1, s. 51-52.
Ayten, Ali, Sağır, Zeynep:	”Dindarlık, Dini Başa Çıkma ve Depresyon İlişkisi: Suriyeli Sığınmacılar Üzerine Bir Araştırma,” Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi , 2014, No:47, s. 5-18.
Ayten, Ali, vd.:	“Dini Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi: Hastalar, Hasta Yakınları ve Hastane Çalışanları Üzerine Bir Araştırma,” Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi , 2012, C.12, No:2, s. 45-79.

Berksun, Oğuz E. vd.:	“Kriz Müdahale ve Yas Olgusu: Olgu Sunusu,” Kriz Dergisi , 1993, C.1, No:2, s.7.
Berksun, Oğuz E.:	“Psikososyal ve Medikal Yönleriyle Kayıp, Yas, Ölüm,” Kriz Dergisi , 1995, C.3, No:1-2, s. 68-69.
Bowlby, John:	Attachment and Loss, Vol.III: Loss, Sadness and Depression , New York, Basic Books, 1980.
Burger, Jerry M.:	Kişilik , İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2016.
Carr, Alan:	Pozitif Psikoloji , İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2016.
Çağrı, Mustafa:	“Sabır,” Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi , 2008, C.35, s. 337-339.
Creswell, John W.:	Araştırma Deseni: Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları , Çev. Ed.: Selçuk Beşir Demir, Ankara: Eğiten Kitap, 2017.
Creswell, John W.:	Nitel Araştırma Yöntemleri , Çev. Ed.: Mesut Bütün, Selçuk Beşir Demir, Ankara, Siyasal Kitabevi, 2021.
Çarkoğlu, Ali, Kalaycıoğlu, Ersin:	”Türkiye’de Dindarlık: Uluslararası Bir Karşılaştırma,” TÜBİTAK Raporu, 2009, s. 1-43. https://www.researchgate.net/publication/279463117_Turkiye%27de_dindarlik_uluslararası_bir_karsilastirma
Çelik, Döndü:	“Gassallık Mesleği Yapanlarda Ölüm Algısı, Dindarlık ve Dini Başa Çıkma Üzerine Nitel Bir Araştırma,” (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2021.
Çelik, Seda, Sayıl, Işık:	“Patolojik Yas Kavramına Yeni Bir Yaklaşım: Travmatik Yas,” Kriz Dergisi , 2003, C.11, No:2, s. 29-34.
(Çevrimiçi) Dictionary:	“Death”, https://www.dictionary.com/browse/death , 14 Kasım 2022.

(Çevrimiçi) Dictionnaire Français Larousse:	“Mort,” https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/mort/52706 , 26 Ekim 2021.
(Çevrimiçi) Digitales Wörterbuch der Deutschen Sprache:	“Tod,” https://www.dwds.de/wb/Tod , 26 Ekim 2021.
(Çevrimiçi) Türk Dil Kurumu:	“Ölüm,” https://sozluk.gov.tr , 26 Ekim 2021.
(Çevrimiçi) Türk Dil Kurumu:	“Yas,” https://sozluk.gov.tr , 03 Aralık 2021.
Ekşi, Halil:	“Başaçıkma, Dini Başaçıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma,” (Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2001.
Eryücel, Sema:	”Yaşam Olayları ve Olumlu Dini Başa Çıkma,” Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi , 2013, C.10, No:23, s. 251-271.
Emmons, Crumpler:	“Gratitude as Human Strength Appraising The Evidence,” Journal of Social and Clinical Psychology , C.19, No:1, s. 57-59.
Emmons, Robert A.:	Teşekkür Ederim , Çev. Neslihan Kül, İstanbul, Doğan Kitap, 2009.
Folkmann, Susan, Moskowitz, Judith Tedlie:	“Coping: Pitfalls and Promise,” Annual Review of Psychology , 2004, C.6, No:10, s. 747.
Frankl, Viktor E.:	İnsanın Anlam Arayışı , Çev. Tanju Tatlı, Ankara, Siyasal Kitapevi, 2017.
Freud, Sigmund:	Yas ve Melankoli , Çev. Leyla Uslu, İzmir, Cem Yayınevi, 2019.
Genç, Merve:	“Ebeveyn Kaybı Yaşamış Üniversite Öğrencilerinde Otobiyografik Bellek Üzerinden Allah Tasavvurunun

	İncelenmesi,” (Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2019.
Göcen, Gülüşan:	Kavram Atlası, Din Psikolojisi I , Ankara, Gazi Kitabevi, 2020.
Göcen, Gülüşan:	Şükür: Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü , İstanbul, DEM Yayınları, 2014.
Göcen, Gülüşan, Genç, Merve:	“Ebeveyn Kaybı Yaşamış Bireylerde Otobiyografik Bellek, Allah Tasavvuru ve Dini Başa Çıkma,” Bilimname Dergisi , 2019, C.40, No:4, s. 313-349.
Göka, Erol:	Ölme, Ölümün ve Geride Kalanların Psikolojisi , İstanbul, Timaş Yayınları, 2010. Gün, Nil: Küçük Siyah Yas Kitabı , İstanbul, Kuraldışı Yayıncılık, 2014.
Gürkan, Salime Leyla:	“Ölüm,” Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi , 2007, C.34., s. 32-34.
Hayta, Akif:	“İbadetler ve Ruh Sağlığı: Dini Pratikler ile Psikososyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma,” Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları , 2006, s. 172-174.
Horozcu, Ümit:	Din Psikolojisi , İstanbul, Rağbet Yayınları, 2015.
Hökelekli, Hayati:	Ölüm, Ölüm Ötesi Psikoloji ve Din , İstanbul, DEM Yayınları, 2017.
Işık, Zehra:	“Ebeveyni Ölen Yetişkinlerde Dini Başa Çıkma,” (Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2013.
Karakuş, Gonca, Öztürk, Zehra, Tamam, Lut:	“Ölüm ve Ölüm Kaygısı,” Arşiv Kaynak Tarama Dergisi , 2012, C.21, No:1, s. 42-79.
Köse, Ali, Ayten, Ali:	Din Psikolojisi , İstanbul, Timaş Yayınları, 2019.
Kur’an:	i. 10.

Kübler-Ross, Elisabeth:	Ölüm ve Ölmek Üzerine , Çev. Ekin Uşaklı, İstanbul, April Yayıncılık, 2010.
Lindemann, Erich:	“Akut Yas’ın Semptomatolojisi ve Yaklaşım,” Çev. R. Uslu, Am. J. Psychiatry , 1944, C.101, s. 141-148.
Merter, Mustafa:	Dokuz Yüz Katlı İnsan , İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2017.
Murat, Ayşe:	“Yas ve Dini Başa Çıkma: Bir Klinik Örneklem Değerlendirmesi,” (Yüksek Lisans Tezi), Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2018.
Murphy, Shirley A., Johnson, L. Clark, Lohan, Janet:	“The Aftermath of The Violent Death of a Child: An Integration of The Assessments of Parents' Mental Distress And PTSD During The First 5 Years Of Bereavement,” Journal of Loss And Trauma , 2002, C.7, No:3, s. 203-222.
Mutçalı, Serdar:	el-Mu’cemu’l-Arabiyyi’l-Hadis , İstanbul, Dağarcık Yayın, 2014.
Öncel, Gülden:	”Modern Dünyada Ölüme Bakış ve Yas,” (Yüksek Lisans Tezi), Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2013.
Öngören, Reşat:	“Tasavvuf,” Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi , 2011, C.40, s. 119-126.
Özçetin, Adnan:	“Diyarbakır’da Yas ve Din İlişkisi,” Düşünen Adam Dergisi , 2000, C.13, No:1, s. 12-18.
Özkan, Bahar, Düzgüner, Sevde:	“Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri ve Dini Başa Çıkma İlişkisi Üzerine Bir Araştırma,” Theosophia , 2021, C.3, s. 36.
Pargament, Kenneth I.:	“The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice,” The Guilford Press , 1997, s. 178.
Pargament, Kenneth I. vd.:	“Religious Coping Among the Religious: The Relationships Between Religious Coping and Well-being in a National Sample of Presbyterian Clergy,

	Elders and Members,” Journal for the Scientific Study of Religion , 2001, C.40, No:3, s. 497.
Peker, Hüseyin:	Din Psikolojisi , İstanbul, Çamlıca Yayınları, 2017.
Sami, Said:	“Covid-19 Nedeniyle Yakınlarını Kaybeden Bireylerde Yas Süreci ve Dini Başa Çıkma,” İlahiyat Tetkikleri Dergisi , 2021, C.1, No:55, s.421-444.
Şahin, Meryem:	“Dini Bir Değer Olarak Tevekkül Yöneliminin Psikolojik Sebep ve Sonuçları Üzerine Araştırma,” (Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2018.
Şenelmiş, Halil:	“Ankara Üniversitesi Kriz Merkezine Başvuran Yaş Olguları Üzerine Bir Çalışma,” Kriz Dergisi , 2006, C.14, No:1, s.1-20.
Topaloğlu Bekir:	“Ölüm,” Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi , 2007, C.34, s. 34.
Topuz, İlhan:	“Dini Gelişim Seviyeleri ile Dini Başa Çıkma Tutumları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma,” (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2003.
VanderWeele, Tyler J., vd.:	“Attendance at Religious Services, Prayer, Religious Coping, and Religious/Spiritual Identity as Predictors of All-Cause Mortality in the Black Women’s Health Study,” American Journal of Epidemiology , 2017, C.185, No:7, s. 515-522.
Volkan, Vamık D., Zintl, Elizabeth:	Gidenin Ardından , Çev.: Işıl Vahip, Müge Kocadere, İstanbul, Oa Yayınları, 2010.
Walter, Elizabeth:	“Cambridge Advanced Learner’s Dictionary,” Cambridge University Press , 2005, (Çevrimiçi) “Cambridge University”, “Death”, https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/death , 26 Ekim 2021.

Walter, Elizabeth:	“Cambridge Advanced Learner’s Dictionary,” Cambridge University Press , 2005, (Çevrimiçi) “Cambridge University”, “Bereavement,” https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/bereavement , 03 Aralık 2021.
Walter, Elizabeth:	“Cambridge Advanced Learner’s Dictionary,” Cambridge University Press , 2005, (Çevrimiçi) “Cambridge University”, “Grief” ve “Mourning,” https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/grief / https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/mourning , 03 Aralık 2021.
Yıldırım, Ali, Şimşek, Hasan:	Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri , Ankara, Seçkin Yayıncılık, 2011.

EKLER

EK 1: Görüşme Formu

Mülakat Tarihi ve Saati:

Mülakat Yeri:

Mülakatı yapan kişi: Emine Sena Çelik

İstanbul Üniversitesi İlahiyat Fakültesi

Din Psikolojisi Yüksek Lisans Öğrencisi

I-Kişisel Sorular

İletişim Bilgileri:

- 1) Yaşınız kaç?
- 2) Eğitim durumunuz nedir?
- 3) Ekonomik durumunuzu nasıl tanımlarsınız?
- 4) İş durumunuzdan bahseder misiniz?
- 5) Kimlerle ve nerede yaşıyorsunuz?
- 6) Kendinizi dini açıdan nasıl değerlendirirsiniz?
- 7) Çocuğunuz vefat ettiğinde kaç yaşındaydı?
- 8) Çocuğunuzun vefatının üzerinden ne kadar süre geçti?

II-Mülakat Soruları

- 1) Sizce ölümün anlamı nedir?
- 2) Çocuğunuzun vefatından bahseder misiniz?
*Ani ölüm mü yoksa beklenen bir ölüm müydü? Bir hastalıktan dolayı vefat ettiyse hastalığı esnasında bakıma ihtiyacı oldu mu? Evet ise, ihtiyacı hangi boyutta oldu?
- 3) Ölüm haberini alınca ilk tepkiniz nasıl oldu?
Çocuğunuz vefat ettikten sonra hayata ve ölüme bakışınızda bir değişiklik oldu mu? Açıklayınız.

- 4) Çocuğunuz vefat ettikten sonra fiziksel veya ruhsal anlamda bir rahatsızlık yaşadınız mı? Yaşadıysanız bundan bahseder misiniz?
*Eğer yaşadıysanız ne boyutta yaşadınız? Ne kadar sürdü? Derinliğini nasıl ifade edersiniz?
- 5) Evladınızın vefatı ile başa çıkmak için yardım aldınız mı?
*Aldıysanız bunun herhangi bir faydasını gördünüz mü?
Almadıysanız buna dair bir ihtiyaç hissettiniz mi?
Eş, dost, psikolog, psikiyatr desteği
- 6) Eşiniz ile bu süreçte birbirinize destek verme anlamında neler yaşadınız?
*Çocuğunuzun yatağa bağlı kalma/sürekli hastanelere gitme/daimi olarak okula veya işe gidememe gibi durumları söz konusu ise, eşinizden o dönemde yardım aldınız mı? Genel anlamda bu durum size neler hissettirdi?
- 7) Ailenizin bu süreçteki rollerini nasıl ifade edersiniz?
*Onların yardım etmeleri veya etmemeleri size neler hissettirdi?
- 8) Ölüm sonrası diğer çocuklarınız ile ilişkiniz nasıl oldu? Çocuklara bakışınızda bir değişim oldu mu?
*Geride çocuğu olanlara sorulacak
- 9) Çocuğu hayatta olan aileleri bir arada görmek size neler hissettiriyor?
*Özellikle kendi çocuğunuzla akran olanları görmek size neler hissettiriyor?
- 10) Yaşadığınız hadisede şükrettiğiniz bir şeyler var mı?
*İyi ki dedikleriniz var mı?
- 11) Yaşadığınız hadisede suçladığınız birileri veya bir şeyler var mı?
*Keşke dediğiniz bir şeyler var mı?
- 12) Ölmeden önce çocuğunuzla vedalaşabildiniz mi?
*Evet ise, ona neler söylediniz?
Hayır ise, vedalaşabilseydiniz ona neler söylemek isterdiniz?
- 13) Çocuğunuzun yeni vefat ettiğinde hissettiğiniz o acı ile şu anki hislerinizi kıyaslayabilir misiniz?
- 14) Çocuğunuzun kabrini ziyaret ettiğinizde ne tür duygular yaşıyorsunuz?
- 15) Rüyalarınızda çocuğunuzu görüyorsanız, bu size neler hissettiriyor?
- 16) Çevrenizdeki insanlarla vefat eden çocuğunuz hakkında konuşurken neler hissediyorsunuz?

- 17) Genel olarak ölüme bakışınızdan bahseder misiniz? Çocuğunuzun vefatı sizin ölüme olan bakışınızı etkiledi mi?
- 18) Sizce ölüm, dine yakınlaştırır mı uzaklaştırır mı? Sizde durum nasıl oldu?
- 19) Başınıza gelen bu olay ile başa çıkabilmek için Allah inancınıza sığındınız mı?
*Bu durum ile baş etmenizde inancın bir katkısı oldu mu?
- 20) Ahiret inancınız size nasıl bir etki sağlıyor?
*Ahiret inancınız varsa, size ne gibi olumlu veya olumsuz duyguları beraberinde getiriyor? Sizce ahiret inancı ölümle başa çıkmanızda yardımcı oluyor mu?
Ahiret inancınız yoksa, ölümle başa çıkmanızda başvurduğunuz farklı inançlar var mı?
- 21) Teselli amaçlı Allah’a yakın olmak istediniz mi bu süreçte?
*Evet ise, O’nunla daha yakın olabilmek için neler yaptınız?
Hayır ise, yakın olmak istediğiniz başka birileri/şeyler oldu mu?
Allah ile nasıl bir ilişki kurdunuz?
- 22) Çocuğunuzun ölümüne nasıl bir anlam yüklediniz?
- 23) Sizce bu durumda ilahi takdirin yani kaderin rolü nedir?
- 24) Çocuğunuzun cenazesine katılım nasıldı? Buna bir anlam yüklediniz mi?
- 25) Ölüm nedeniyle Allah’a ve inancınıza yönelik olumsuz duygu ve tutumlara sahip oldunuz mu?
- 26) Ölüm öncesi ibadetleriniz ile ölüm sonrası ibadetleriniz arasında bir fark oluştu mu? Dini yaşantınızda değişiklikler oldu mu? Açıklayınız.
- 27) Sizce hayatın anlamı nedir? Çocuğunuzun vefatı sizin açınızdan hayatın anlamında herhangi bir değişikliğe neden oldu mu?
- 28) Bu zorlu yaşam olaylarından sonra bu süreci daha iyi geçirmek için manevi desteğe ihtiyaç duydunuz mu?
*Dini başa çıkma sürecinde zorlu yaşam olayları geçirmiş kimseleri (örneğin peygamberleri) düşünmenin size bir faydası oldu mu?
- 29) Din görevlilerinden, cemaatinizden veya yakın çevrenizden yeterli manevi destek aldığınızı düşünüyor musunuz?
- 30) Siz manevi danışman ihtiyacı hissettiniz mi? Görüştüğünüz oldu mu?
- 31) Manevi danışmanın böylesi bir süreçte rolü nasıl olmalıdır?

- 32) Sizin yaşadığınızı yaşayan birileriyle karşılaşacak olsanız onlara neler söylemek, neler yapmak istersiniz?
- 33) İfade etmek istediğiniz başka bir şey var mı?

Teşekkür ederek kapanış.



EK 2: Katılımcıların Demografik Bilgileri

Katılımcı	Yaş	Medeni Durum	Eğitim Durumu	Ekonomik Durum	Şehir/Ülke	Vefatın üzerinden geçen süre
K1	35	Evli	Lise	Orta	Afyonkarahisar/Türkiye	2,5 yıl
K2	30	Evli	Ortaokul	İyi	Afyonkarahisar/Türkiye	6 yıl
K3	51	Evli (Vefat eden çocuğun babası değil)	Lise	İyi	Köln/Almanya	1,5 yıl
K4	40	Evli	Lisans (Sosyal Hizmet Uzmanı)	Orta	Odense/Danimarka	9 yıl
K5	37	Evli	Lise	İyi	Oyonnax/Fransa	18 yıl
K6	47	Evli	Lise	Orta	Stuttgart/Almanya	20 yıl
K7	39	Evli	İlkokul	Orta	Bursa/Türkiye	20-19-18 yıl (üç çocuk)
K8	29	Evli	Yüksek lisans (İlahiyat Fak.)	İyi	İstanbul/Türkiye	4 yıl
K9	48	Evli	Lisans (Eğitim Fak.)	İyi	Zonguldak/Türkiye	4 ay
K10	32	Evli	Yüksek lisans (İlahiyat Fak. ve Haseki)	Orta	Ankara/Türkiye	5 yıl
K11	45	Eşi vefat etmiş	Meslek (Özel Bakım Hemşiresi)	Orta	Köln/Almanya	6 yıl
K12	38	Evli	Lise	İyi	Paris/Fransa	4,5 yıl

K13	35	Evli	Lisans (Hukuk Fak.)	İyi	Aarhus/Danimarka	5 yıl
K14	50	Evli	İlkokul	İyi	Helsingoer/Danimar ka	20 yıl
K15	66	Evli	İlkokul	Orta	Helsingoer/Danimar ka	2,5 yıl
K16	72	Evli	İlkokul	İyi	İstanbul/Türkiye	6 yıl
K17	44	Boşanmı ş	Lise	Kötü	İstanbul/Türkiye	6 ay
K18	44	Evli	Lise	İyi	Antalya/Türkiye	2 yıl
K19	37	Evli	İlkokul	Kötü	İstanbul/Türkiye	14 yıl
K20	48	Evli	Meslek (Çocuk Bakıcılığ ı)	Orta	Köln/Almanya	11 yıl