



HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

TRAVMA YAŞAMIŞ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE TRAVMA SONRASI
BÜYÜMEYİ YORDAYAN DEĞİŞKENLERİN İNCELENMESİ

Hamide Merve DOĞANÇAY

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2021



Liderlik, araştırma, inovasyon, kaliteli eğitim ve değişim ile

Daha ileriye... En İyiyeye...



HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı

TRAVMA YAŞAMIŞ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE TRAVMA SONRASI
BÜYÜMEYİ YORDAYAN DEĞİŞKENLERİN İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF VARIABLES THAT PROVIDED POST-TRAUMATIC
GROWTH IN UNIVERSITY STUDENTS WITH TRAUMA

Hamide Merve DOĞANÇAY

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2021

Kabul ve Onay

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne,

Hamide Merve DOĞANÇAY'ın hazırladığı “Travma yaşamış üniversite öğrencilerinde travma sonrası büyümeyi yordayan değişkenlerin incelenmesi” başlıklı bu çalışma jürimiz tarafından **Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

Jüri Başkanı

İmza

Jüri Üyesi (Danışman)

İmza

Jüri Üyesi

İmza

Jüri Üyesi

İmza

Jüri Üyesi

İmza

Bu tez Hacettepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki jüri üyeleri tarafından 14 / 09 / 2021 tarihinde uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulunca / / tarihi itibarıyla kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Selahattin GELBAL
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

Öz

Bu araştırmanın amacı travma yaşayan üniversite öğrencilerinin çeşitli demografik özelliklerine göre travma sonrası büyüme düzeyleri arasında anlamlı fark olup olmadığını ve bireylerin olay merkeziliyeti, stresle başa çıkma becerileri ve temel inançlarda sarsılma düzeyinin travma sonrası büyümeyi yordayıp yordamadığını incelemektir. Ayrıca olay merkeziliyetinin travma sonrası büyüme ve travma sonrası stres belirtileri ile ilişkisinin incelenmesi de bir diğer amaçtır. Araştırmanın çalışma grubu uygun örnekleme yöntemi ile ulaşılan 462 (%75.8 kadın, %24.2 erkek) üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Demografik Bilgi Formu, Travmatik Yaşantı Tarama Listesi, Travma Sonrası Büyüme Ölçeği-X, Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği, Olay Merkeziliyeti Ölçeği, Temel İnançlar Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Veriler, bağımsız örneklem için *t* testi, tek yönlü ANOVA, Tukey testi, Games-Howell testi ve çoklu doğrusal regresyon analizi yöntemleriyle, SPSS 23 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda demografik özelliklerden fakülte, ebeveyn eğitim düzeyi ve travmatik olaydan algılanan etkilenme düzeyinin, travma sonrası büyüme düzeyi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı farka neden olduğu görülmüştür. Yapılan regresyon analizi sonucunda araştırma kapsamında ele alınan tüm stresle başa çıkma becerilerinin travma sonrası büyümenin istatistiksel olarak anlamlı pozitif yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Ayrıca, kendine yönelik temel inançların travma sonrası büyümenin istatistiksel olarak anlamlı pozitif; diğerlerine yönelik temel inançların ise travma sonrası büyümenin istatistiksel olarak anlamlı negatif bir yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Olay merkeziliyetinin travma sonrası büyümenin istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirlenmiştir. Son olarak olay merkeziliyetinin hem travma sonrası büyüme hem de travma sonrası stres belirtileri ile ilişkili olduğu görülmüştür. Elde edilen bulgular ilgili literatür ışığında tartışılmıştır.

Anahtar sözcükler: travma sonrası büyüme, temel inançlarda sarsılma, stresle başa çıkma, stres belirtileri, olay merkeziliyeti, üniversite öğrencileri, travma

Abstract

The purpose of this study is to examine whether there is a significant difference between post-traumatic growth levels according to various demographic characteristics of university students who have experienced trauma, and to determine the post traumatic growth's predictors. Another aim of the research is to determine whether event centrality associates with both post-traumatic growth and post-traumatic stress symptoms after traumatic events in Turkey sample. The study group reached by appropriate sampling consists of 462 (75.8% female, 24.2% male) traumatized university students. Demographic Information Form, Traumatic Experience Screening List, Post Traumatic Growth Scale-X, one subscale of Posttraumatic Stress Diagnostic Scale for traumatic stress symptoms, Centrality of Event Scale, The Core Beliefs Inventory and Stress Coping Scale were used as data collection tools. The data were analyzed using the SPSS 23 package program with independent samples *t* test, One Way ANOVA, and multiple linear regression analysis methods. As a result of the study, it was observed that the level of growth differed statistically significant, according to faculty, education status of parents and perceived level of being affected by the traumatic event. As a result of the regression analysis, it was found that all the stress coping skills were a statistically significant positive predictor of growth. It was found that disruption of core beliefs was a significant predictor of growth whereas event centrality was not. Finally, it was found that event centrality was associated with both growth and stress symptoms. The findings were discussed in the light of the relevant literature.

Keywords: posttraumatic growth, disruption of core beliefs, stress coping, stress symptoms, event centrality, university students, trauma

Teşekkür

Tez süreci benim için oldukça yorucu ancak her daim heyecan verici ve aydınlatıcı bir süreçti. Beklenmedik aksilikler, hayal kırıklıkları, acaba soruları nedeniyle bu sürecin hiç bitmeyeceğine dair pek çok kez endişeye kapıldım. Ancak yılmayıp, devam etmemi ve ilerlememi sağlayan bir şeyleri hep buldum. Şimdi ise sonuna yaklaştığım tezimin en duygusal kısmını “Teşekkür” kısmını yazıyorum ve tüm bu aksaklıklara rağmen bu sürecin beni ne denli büyüttüğünü, bana ne çok şey kattığını fark ediyorum. Aynı hayat gibi. Bu süreçte bana olan güvenini her daim hissettiren, her tökezlediğimde yanımda olan, gerek akademik gerekse hayata dair önerileriyle bakış açımı zenginleştiren değerli hocam ve danışmanın Prof. Dr. Türkan DOĞAN'a teşekkürleri borç bilirim. Sizin sayenizde her şey çok daha heyecan verici ve öğreticiydi.

Tez jürime katılarak beni onurlandıran ve verdikleri geri dönütlerle bambaşka bakış açıları sunup, hem tezimin hem de benim gelişmeye katkı sağlayan değerli hocalarım Prof. Dr. İbrahim YILDIRIM, Prof. Dr. Zeynep Deniz YÖNDEM, Doç. Dr. Nilüfer KOÇTÜRK ve Dr. Öğretim Üyesi Fatma Dilek TEL'e çok teşekkür ederim. Değerli hocalarım nezdinde, bu sürece gelene kadar üzerimde emeği olan, bana alanımı sevmeyi ve bunu anlamlı bir biçimde yapmayı öğreten, bir bilim insanı olarak doğru olmayı ve bu doğrular uğruna ne kadar yorulsa ve önüne engeller çıksa da pes etmemeyi öğreten değerli hocalarıma da çok teşekkür etmek istiyorum. İyi ki varsınız.

Araştırma görevlisi olarak çalıştığım ve bir parçası olmaktan gurur duyduğum Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı öğretim üyelerine, gelişimim için beni destekledikleri, her daim verimli ve huzurlu bir çalışma ortamı sundukları için teşekkürlerimi iletmek istiyorum. Bu zorlu pandemi günlerinde ricamı kırmayıp bana saatlerini ayıran ve desteğini hiçbir zaman esirgemeyen değerli hocam Araş. Gör. Dr. İbrahim UYSAL'a teşekkür etmek istiyorum. Desteğiniz her zaman çok anlamlı ve kıymetli.

Yol arkadaşım, ne zaman bunalıp çıkmaza girsem yanımda olan, bu süreçte hiçbir desteğini esirgemeyen canım arkadaşım ve meslektaşım Araş. Gör. Şehide KELEK'e de şükranlarımı iletmek istiyorum. Varlığın ve güzel sesin her daim beni mutlu ediyor. Hayatımda olduğu için her zaman müteşekkirdim, dert ortağım,

çalgın tarafım, kan bağı olmadan bulduğum kardeşim Büşra MAYIR'a de tüm süreçte yanımda olduğu, her nazımı çektiği ve bana neşe kattığı için teşekkürlerimi iletmek istiyorum. Değerli arkadaşlarım Petek AKSUNGUR ve Betül SAÇAL'a kendimi tanımadamda en büyük destekçilerim oldukları için teşekkür ederim. Varlığınızı ve desteğinizi her daim hissediyorum, beni bu denli tanıyan ve seven insanların olduğunu bilmek bana güç veriyor.

Bir insanın hayatta en büyük şanslarından biri onu çok seven, onu olduğu gibi kabul eden ve her daim arkasında olan bir ailesinin olmasıdır. Bunu, bu süreçte çok daha iyi anladım. Canım annem, bugün hayatımda olduğum yere gelmemin en büyük nedeni senin koşulsuz güvenin ve desteğin. Cesaretin, hayata ve insanlara karşı dimdik duruşun, bağımsız ve güçlü bir kadın oluşun benim en büyük dayanak noktam ve her daim güç bulmamı, yeni şeyler denememi, hata yapsam da ya da yenilsem de pes etmememi sağlıyor. Senin arkamda dimdik durduğunu bilmenin verdiği güvenle yaşıyorum. Acılarımın üstesinden gelmemi, büyümemi, kendime güvenmemi sağladığın için çok teşekkür ederim. Hayatım varlığıyla daha anlamlı, bana kattığın tüm güzel şeyler için çok teşekkür ederim.

Ailemizin diğer üyesi, canım kardeşim, mantık abidem, ne zaman duygularımın sesi mantığımı bastırsa beni gerçekliğe çeken ve hiçbir sorunun çözümsüz olmadığını gösteren, güler yüzüm Rahmi DOĞANÇAY'a teşekkürlerimi sunuyorum. Bu hayata seninle başlamak, seninle büyümek ve gelişmek, her anına her değişimine şahit olmak çok anlamlı. Hayatın bize neler getireceğini merakla ve heyecanla bekliyorum.

Son olarak sevgili babam Rafet DOĞANÇAY'a teşekkür etmek istiyorum. Her ne kadar aramızdan çok erken ayrılmış olsan da bizi çok sevdiğini biliyor ve en derinde bunu hissediyoruz. Sevgin bana güç, hayatıma da anlam veriyor. Teşekkür ederim, seni her daim özlüyoruz.

İçindekiler

Öz.....	ii
Abstract	iii
Teşekkür.....	iv
Tablolar Dizini.....	viii
Simgeler ve Kısaltmalar Dizini	x
Bölüm 1 Giriş.....	1
Problem Durumu	1
Araştırmanın Amacı ve Önemi	9
Araştırma Problemi	12
Sayıtlar	13
Sınırlılıklar	13
Tanımlar	14
Bölüm 2 Araştırmanın Kuramsal Temeli ve İlgili Araştırmalar.....	16
Travma Sonrası Büyüme	16
Travma Sonrası Büyümeyi Açıklayan Modeller.....	18
Travma Sonrası Büyümeyi Etkileyen Değişkenler.....	24
Olay Merkeziyeti.....	26
Temel İnançlarda Sarsılma Düzeyi	28
Stresle Başa Çıkma Becerileri.....	30
İlgili Araştırmalar	34
Bölüm 3 Yöntem.....	45
Çalışma Grubu	45
Veri Toplama Süreci.....	48
Veri Toplama Araçları	49
Verilerin Analizi	54
Bölüm 4 Bulgular ve Yorumlar.....	59

Travma Sonrası Büyüme Düzeyinin Demografik Değişkenlere göre Değişip Değişmediğine İlişkin Bulgu ve Yorumlar	59
Travma Sonrası Büyüme Düzeyini Yordayan Değişkenlere İlişkin Bulgu ve Yorumlar	72
Olay Merkeziyetinin TSB ve Travma Sonrası Stres Belirtileri ile olan İlişkisine İlişkin Bulgu ve Yorumlar.....	74
Bölüm 5 Sonuç, Tartışma ve Öneriler.....	76
Sonuç.....	76
Tartışma	78
Öneriler	100
Kaynaklar	103
EK-A: Ölçeklerin Kullanım İzinleri.....	118
EK-B: Gönüllü Katılım Formu	121
EK-C: Ölçekler.....	122
EK-Ç: Etik Komisyon Onay Bildirimi	130
EK-D: Etik Beyanı.	131
EK-E: Yüksek Lisans/Doktora Tez Çalışması Orijinallik Raporu	132
EK-F: Thesis/Dissertation Originality Report	133
EK-G: Yayımlama ve Fikrî Mülkiyet Hakları Beyanı.....	134

Tablolar Dizini

Tablo 1 Çalışma Grubuna İlişkin Demografik Bilgiler	46
Tablo 2 Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistikler, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri	55
Tablo 3 Değişkenler Arasındaki Korelasyon Katsayıları	57
Tablo 4 Cinsiyete göre TSB Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları	59
Tablo 5 Birden Fazla Travmatik Olay Olup Olmamasına Göre TSB Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları.....	60
Tablo 6 Fakülteye Göre TSB Düzeyleri Hakkında Betimsel İstatistikler.....	61
Tablo 7 Fakülteye Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları.....	61
Tablo 8 Fakülteye Göre TSB Düzeylerine İlişkin Games-Howell Testi Bulguları ...	62
Tablo 9 Sınıf Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Betimsel İstatistikler	64
Tablo 10 Sınıf Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları	64
Tablo 11 Anne Eğitim Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Betimsel İstatistikler	65
Tablo 12 Anne Eğitim Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları	65
Tablo 13 Anne Eğitim Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tukey Testi Bulguları	66
Tablo 14 Baba Eğitim Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Betimsel İstatistikler	67
Tablo 15 Baba Eğitim Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları	67
Tablo 16 Baba Eğitim Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tukey Testi Bulguları	68
Tablo 17 Travmatik Olaya Maruz Kalma Biçimine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Betimsel İstatistikler.....	69
Tablo 18 Travmatik Olaya Maruz Kalma Biçimine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları.....	69
Tablo 19 Travmatik Olaydan Algılanan Etkilenme Düzeyine Göre TSB Düzeyleri hakkında Betimsel İstatistikler	70
Tablo 20 Travmatik Olaydan Algılanan Etkilenme Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları.....	70

Tablo 21 Travmatik Olaydan Algılanan Etkilenme Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Games- Howell Testi Bulguları	71
Tablo 22 Travmatik Olay Üzerinden Geçen Zamana Göre TSB Düzeylerine İlişkin Betimsel İstatistikler.....	71
Tablo 23 Travmatik Olay Üzerinden Geçen Zamana Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları.....	72
Tablo 24 TSB'nin Yordayıcılarına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	73
Tablo 25 Olay Merkeziliyeti ile TSB Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları....	74
Tablo 26 Olay Merkeziliyeti ile TSSB Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları .	74



Simgeler ve Kısaltmalar Dizini

TSB: Travma Sonrası Büyüme

TSSB: Travma Sonrası Stres Belirtileri

DSM V: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition

APA: American Psychiatric Association

SED: Sosyo Ekonomik Düzey

TSBTop: Travma Sonrası Büyüme Toplam Puan

HayTak: Hayatı Takdir Etme

KiGüç: Kişisel Güç

YeOla: Yeni Olasılıklar

Diğİl: Diğerleri İle İlişkiler

Sprit: Spritüel/ Varoluşsal Büyüme

TSSBTop: Travma Sonrası Stres Belirtileri Toplam Puanı

Kacın: Kaçınma

YenYas: Yeniden Yaşantılama

Asır: Aşırı İrkilme

KYTİ: Kendine Yönelik Temel İnançlar

DYTİ: Diğer İnsanlara Yönelik Temel İnançlar

SosDes: Sosyal Destek Arama

SoYön: Soruna Yönelme

SoKaç: Sorundan Kaçınma

OMÖ: Olay Merkeziyeti Ölçeği

Bölüm 1

Giriş

Bu bölümde problem durumu, araştırmanın amacı ve önemi, araştırma problemi, alt problemler, sayıtlılar, sınırlıklar ve tanımlara yer verilmiştir.

Problem Durumu

İnsanoğlu, dünya üzerinde var olduğu andan itibaren gerek doğanın yıkıcılığı gerekse insanın doğası sonucu travmatik yaşantılara maruz kalmaktadır (Özen, 2019). Bu bağlamda travmatik yaşantıların insanlık tarihi kadar eski olduğu söylenebilir. Tarihi ile paralel olarak travma kelimesinin ilişkili olduğu “tere” sözcüğünün Yunanca, Sanskritçe ve Persçe kökeni MÖ 1500’e kadar uzanmakta ve “açık delik” anlamına gelmektedir (Wilson ve Lindy, 2013). “açık delik” burun deliği gibi vücutta mevcut olan bir delik olabileceği gibi deliksiz bir durumdan delikli bir duruma geçişi ifade etmekte ve oluşan bu dönüşüm kişinin kendini ifade ederken kullandığı dile yansımaktadır (Wilson ve Lindy, 2013). “Travma”, kişi tarafından deneyimlenen, içinde gerçek bir ölüm veya ölüm tehdidinin, ciddi bir yaralanmanın veya cinsel saldırının bulunduğu yaşam olayları olarak tanımlanmaktadır (American Psychiatric Association [APA], 2013). Tedeschi, Park ve Calhoun (1998) ise travmayı; kişinin var olan amaç, inanç ve başa çıkma becerilerini yıkıcı bir etkisi bulunan sarsıcı (sismik) bir zorluk olarak tanımlamaktadır. Bu bağlamda travma yaşantısı sarsılan sistemlerin yeniden inşasını gerekli hale getiren itici bir kuvvet olarak nitelendirilmiştir. Görüldüğü üzere travmatik yaşantılar bedensel bütünlüğü tehdit etmesi, ölüm veya şiddet durumu ile doğrudan ya da dolaylı karşılaşma gerektirmesi bakımından stresli yaşam olaylarından ayrılmaktadır (Herman,1992).

Travmatik yaşantı deneyimi çaresizlik, şok gibi duygular oluşturan ve yaşamı tehdit eden bir olay olması ile stresli yaşam olaylarından ayrılmaktadır (Courtois, 1999; akt., Çoban ve Gündoğmuş, 2019) ve literatürde farklı şekillerde sınıflandırılmaktadır. Macnab (1989) travmatik olayları; insanın neden olduğu olaylar ve doğanın neden olduğu olaylar olarak sınıflandırmaktadır (akt. Dürü, 2006). Bu sınıflandırmaya göre insanın istemli bir biçimde neden olduğu olaylar tecavüz, işkence gibi olayları, istemsiz biçimde neden olduğu olaylar ise kaza gibi olayları kapsamaktadır. Diğer yandan doğal afet, salgın hastalık gibi olaylar ise

doğanın neden olduğu travmatik olaylar sınıfında yer almaktadır. Bir diğer sınıflama Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabında (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders [DSM]) yer almakta ve olayı deneyimlemedeki farklılıklar göz önüne alınmaktadır. Bu bağlamda travmatik olaylar; doğrudan kişinin yaşadığı, yaşanan bir olaya tanık olduğu ve diğer insanların yaşadığını öğrendiği travmatik olaylar olarak üç kategoriye ayrılmaktadır (APA, 2000). Ayrıca yaşanan olay tecavüz, işkence gibi insan kaynaklı bir olaysa etkisinin daha ciddi olup daha uzun sürebileceği bilgisi yer almaktadır (APA, 2000, s. 464). Kılıç, Magruder ve Koryürek (2016) ise çalışmalarında travmaları; insan eliyle bireye zarar vermeyi amaçlayan “kişisel” ve doğal afet gibi bireyle beraber toplumu da etkileyen “paylaşılan” travmalar olmak üzere iki kategori halinde ele almışlardır. Travmatik olaylar DSM V’e (APA, 2013) göre dört farklı yolla deneyimlenebilir; kişi doğrudan travmatik olayı yaşayabilir, başka birinin yaşadığı olaya şahit olabilir, yakın aile üyelerinden veya arkadaşlardan birinin travmatik bir olaya maruz kaldığını öğrenebilir, travmatik olayın detaylarına tekrarlı ve/veya aşırı biçimde maruz kalabilir. Görüldüğü üzere travma deneyimi oluşumu, hedef aldığı ve etkilediği kişi ve/veya kişiler, deneyimlenme yolu gibi farklı değişkenlere göre çok farklı şekillerde sınıflandırılabilir bir yaşantıdır.

Farklı şekillerde sınıflandırılan ve farklı yollarla deneyimlenebilen travma yaşantısının bireyler arasında yaşanma sıklığı hakkında literatürde farklı sonuçlara ulaşan çalışmalar yer almaktadır. Dünya Sağlık Örgütü’nün, ruh sağlığı araştırmaları, Dünya genelinde 24 ülkede (n= 68,894) gerçekleştirilmiştir (Kessler vd., 2017). Ülkelerden beşi Nijerya, Peru gibi düşük, yedisi Brezilya, Bulgaristan gibi orta, on dördü ise Fransa, İtalya gibi yüksek gelirli ülkelerden oluşmaktadır. Yapılan çalışmaya göre tüm katılımcıların %70,4’ü yaşam boyu en az bir travma rapor etmiştir. Travma türü incelendiğinde, en yüksek oranlı travmatik yaşam olaylarının sevilen birinin beklenmedik ölümü (%31.4) ile ölüm veya yaralanmaya doğrudan maruz kalma (%23.7) olduğu görülmüştür (Kessler vd., 2017). Choi, Lemberger-Truelove ve Cho (2019) farklı kesimlerde konumlanmış 19 üniversitede öğrenim gören 1230 öğrenciye ulaştıkları çalışmada dikkat çeken bulgulardan biri ulaşılan öğrencilerden yalnızca 85’inin (%6.9) herhangi bir travmatik deneyim yaşamadığı için çalışmaya dahil edilmemesidir. Brooks, Lowe, Graham–Kevan ve Robinson (2016) 101 üniversite öğrencisine ulaştıkları çalışmalarında katılımcıların

%83.2'si yaşamları boyunca birden fazla istenmeyen yaşantı deneyimlediklerini rapor etmişlerdir. Görüldüğü üzere travma yaşantısının yaşanma sıklığı hakkında yapılan çalışmalar farklı sonuçlar gösterse de dünya genelinde bu yaşantıların nadir olmadığı söylenebilir. Herman (1992, s.41), kadınlar için tecavüz, şiddet gibi olayların oldukça yaygın olduğunu, bu nedenle olayların “doğal hayat deneyimleri dışında kalan” ifadesi ile tanımlanamayacağını dile getirmektedir.

Yıllar boyunca Psikoloji ve Psikiyatri alanında travmatik yaşantısı olan bireylerin neredeyse sadece uyumsuz davranış, hastalık gibi olumsuz deneyimlerine odaklanılmıştır (Tedeschi vd., 1998). Literatürde travma deneyimi ardından yaşanan olumsuz deneyimlere yönelik pek çok kaynağa rastlanmaktadır. Travma deneyiminin depresyon (Hakimi, Bryant-Davis, Ullman ve Gobin, 2018; Timberlake vd., 1997), travma sonrası stres bozukluğu (Gorfin, Holman ve Silver, 2019; Rojas-Flores, Clements, Koo ve London, 2017), madde kullanımı (Hakimi vd., 2018) üzerindeki etkilerine yönelik yapılan çalışmalar bu kaynaklara örnek olarak verilebilir. Ancak travmatik yaşantı deneyimleyen bireylerin bir kısmı olumsuz deneyimler yaşarken, bir kısmı ise yüksek düzeyde dayanıklılık göstermektedir (Graf, 2014). Nordstrand, Hjemdal, Holen, Reichelt ve Bøe (2017) travma sonrasında gelişen pozitif ve negatif çıktılar ölçmek amacıyla ölçme aracı geliştirdikleri çalışmalarında Afganistan'da görevlendirilen ve daha sonra görevi biten 4.053 askerle çalışmalarını yürütmüşlerdir. Geçerli ve güvenilir olduğu görülen ölçme aracının uygulandığı emekli asker grubunda katılımcıların büyük bir kısmının toplam ölçeğe olumlu (%80.8), küçük bir kısmının ise (%8.1) olumsuz değişim rapor ettiği bulunmuştur.

Travma ardından yaşanan pozitif deneyimler insanlık tarihi için yeni bir kavram değildir; Hristiyanlık, İslamiyet, Budizm ve Hinduizm gibi dinlerde acı deneyimlerden ortaya çıkan sağlıklı etkilerin olduğuna yönelik öğretiler ve unsurlar yer almaktadır. Örneğin Hristiyan bakış açısına göre, acı çekmek bilgelik ve kişisel güce giden tek yolun anahtarıdır ve bu nedenle acı bir fırsat olarak değerlendirilmelidir (Tedeschi ve Calhoun, 1995). Benzer öğretiler İslamiyet, Hinduizm gibi dinlerde de mevcuttur. Ancak kavramın sistematik biçimde incelenmesi ve araştırmaların bir konusu haline gelmesi son yıllara denk gelmektedir (Duman, 2019). Travmatik deneyim ardından meydana gelen pozitif deneyimler oldukça eskiye dayansa da, 1980'lere kadar amacı özellikle travma

ardından gerçekleşen olumlu deneyimleri ölçmek ve süreci anlamak olan çalışmalar yürütülmemiştir (Tedeschi vd., 1998). Bu değişimler son yıllarda literatürde dikkat çeken konulardan biri haline gelmiştir. Tedeschi ve Calhoun'un (1995, 2004a, 2004b) travma sonrası büyüme (TSB) kavramına yönelik çalışmaları literatürde önemli bir yere sahiptir ve kavramın sistematik biçimde incelenmesi için önemli adımların atılmasının önünü açmıştır.

Travma sonrası pozitif değişimlerin sistematik biçimde ele alınması ardından olgu literatürde ilgi çeken bir kavram haline gelip pek çok farklı isimle anılmıştır. Stresle ilişkili büyüme (stress related growth; Armeli, Gunthert ve Cohen, 2001; Park, 1998), fayda bulma (benefit finding; Helgeson, Reynolds ve Tomich, 2006; Urcuyo, Boyers, Carver ve Antoni, 2005) ve travma sonrası büyüme (TSB) (posttraumatic growth; Tedeschi ve Calhoun, 2004a, 2004b; Tedeschi vd.,1998) literatürde en sık kullanılan terimler olarak dikkat çekmektedir. Tedeschi ve Calhoun'a (2004a) göre TSB kavramı, olguyu belli açılardan daha iyi açıklamaktadır; ilk olarak büyüme süreci günlük hayatta karşılaşılabilecek düzeyden daha yüksek düzeyde bir stresin varlığını gerektirmektedir. Ayrıca süreç sonunda meydana gelen değişimler gerçek bir değişimi içerir ve bir büyüme yanılsamasından farklıdır (Tedeschi ve Calhoun, 2004a). Son olarak olay sonucunda elde edilen bir çıktı olması süreç içinde kullanılan başa çıkma becerilerinden ayrıldığı noktaya dikkat çekmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004a). Bu özellikleri ile kavram literatürde olguyu tanımlama için kullanılan önemli kavramlardan biri haline gelmiştir.

"Travma sonrası büyüme" yaygın olarak travma yaşantısı ardından gerçekleşen pozitif değişimler olarak ifade edilmektedir (Dekel, Hankin, Pratt, Hackler ve Lahnman, 2016). Tedeschi vd. (1998) travma sonrası büyümenin hem bir süreç hem de bir sonuç olduğunu ifade etmektedir, bu bağlamda travma sonrası büyüme travmatik yaşantıyla başa çıkmak için başlayan bilişsel süreçten ortaya çıkan bir gelişme olarak tanımlanmaktadır. Travmatik yaşam olayları deprem gibi sarsıcı etkileri olan olaylara benzetilebilmektedir (Calhoun ve Tedeschi, 1998). Sarsıcı olaydan sonra gerçekleşen süreçler de travmayla başa çıkma sürecine benzetilebilmektedir. Travma yaşantısı gelecek, bu geleceğe nasıl ulaşılacağı gibi temel inançların, varsayımların sorgulanmasına neden olup kontrol etmesi zor stres ve acı meydana getirmektedir (Tedeschi vd., 1998). Ancak

deprem etkisiyle sarsılıp yıkılan yapıların yeniden inşa edilmesi gibi, travma yaşayan bazı kişiler de travma öncesindeki kadar iyi bir yaşam biçimini yeniden inşa edebilirler (Tedeschi ve Calhoun, 2004b). Bu kişiler yaşanan olayı yeni ve daha iyi bir hayat yapılandırmak için bir kaynak olarak kullanmakta ve yaşanan travmalarla daha iyi başa çıkma yollarını içeren yeni psikolojik yapılar kurmaktadır (Tedeschi vd., 1998).

Tedeschi ve Calhoun (1996) büyümenin hangi alanlarda gerçekleştiğini belirlemek amacıyla ölçek geliştirme çalışması yürütmüşlerdir. Yapılan faktör analizine göre travma sonrası büyümenin beş ana alanda gerçekleştiği görülmüştür (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Bu alanlar içeriklerine bakılarak kişilerarası ilişkide değişimler, kendilik algısındaki değişimler, yeni olasılıkları fark etme, inanç sistemindeki değişimler ve yaşamı takdir etme olarak isimlendirilmiştir (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Travma sonrası büyümenin dışa vurulduğu bu alanların hepsi aynı kişide gözlemlenemeyebilir (Tedeschi vd., 1998). Buna ek olarak son yıllarda Cho ve Park (2013) tarafından yapılan derleme çalışması travma sonrası büyümenin çeşitli travmatik yaşantılar sonucu ve farklı kültürlerde yaygın olarak deneyimlendiğini göstermektedir. Dekel ve diğerleri (2016) 11 Eylül saldırısını yaşayan bireylerin travma öykülerindeki travma sonrası büyüme temalarını incelemiş ve örneklem grubunun sadece %10'unda travma öykülerinde travma sonrası büyüme temasına rastlanmamıştır. Calhoun ve Tedeschi (2004) bireylerin travmatik yaşantı ardından negatif, pozitif veya daha tipik olarak her ikisini de içeren deneyimler yaşayabilmelerine dikkat çekmişlerdir. Anderson (2018) ise büyümenin varlığının travmayla ilişkili etkilerden arınık olmadığını ifade etmektedir. Diğer bir deyişle büyüme keder, duygusal stres ve ıstırapı ortadan kaldırmamaktadır. Dekel ve diğerlerinin (2016) çalışması bu bilgileri destekler niteliktedir. Bu çalışmada bireylerin travma öykülerinde olumsuz temalarla birlikte olumlu temaların da olduğu gözlenmiştir. Ayrıca sadece stres yaşayanların değil travma sonrası stres bozukluğu tanısı alan bireylerin de belli derecede olumluluk ve büyüme ifade ettikleri bulunmuştur. Görüldüğü üzere travma yaşantısı stres verici, yıkıcı bir yaşantı olmasına, olumsuz deneyimlere ve hatta bozukluklara neden olmasına rağmen, aynı zamanda kişilerin yeni bir yapı oluşturmaları ve eskisinden daha işlevsel olmasına imkan veren bir fırsattır.

Travmatik yaşantılar ardından oluşan olumlu ve olumsuz çıktılar, travmayı deneyimleyen kişilerin özelliklerinden ve olayın özelliklerinden etkilenmektedir (Linley ve Joseph, 2004). Yapılan çalışmalar travmatik deneyimi olan kişilerdeki büyüme düzeyinde cinsiyete göre anlamlı derece fark olduğunu göstermektedir. Örneğin Vishnevsky, Cann, Calhoun, Tedeschi ve Demakis (2010) kadınların erkeklere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek büyüme puanları aldıklarını rapor etmişlerdir. Ayrıca; yaş (Eze, Ifeagwazi ve Chukwuorji, 2020; Roberts, Banyard, Grych ve Hamby, 2019), sınıf düzeyi (Young ve Yujeong 2018; Xie, Wu ve Shen, 2020), ebeveyn eğitim düzeyi (Arıkan, 2007) gibi demografik özelliklerin TSB düzeyinde anlamlı bir farka neden olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Olaya ait özellikler incelendiğinde; travmatik olaydan algılanan etkilenme düzeyinin TSB üzerinde anlamlı bir farka neden olduğu görülmektedir (Fontana ve Rosenheck, 1998; Schnurr, Rosenberg ve Friedman, 1993). Ayrıca yaşanan travma türünün de TSB düzeyi üzerinde anlamlı bir farka neden olduğu görülmektedir (Haspolat, 2019). Görüldüğü üzere travmatik yaşantı ardından oluşan çıktılar kişiye ve olaya ait demografik özelliklerden etkilenmektedir. Ancak meydana gelen bu farkın Türkiye’de travmatik yaşantı deneyimi olan üniversite öğrencilerinde var olup olmadığının belirlenmesi önem arz etmektedir. Bu nedenle çalışmada katılımcıların ve travma yaşantısının özellikleri ele alınmıştır.

Olay merkeziliyeti kavramı son yıllarda travma literatüründe ilgi çeken ve travma sonrası büyüme ile ilişkili olduğu görülen önemli bir kavramdır. Olay merkeziliyeti travmatik yaşam olaylarının oluşturduğu anının ne dereceye kadar kişinin kimliğine ve diğer yaşam olaylarına yüklediği anlama bir referans noktası haline geldiğini ifade etmektedir (Berntsen ve Rubin, 2006). Diğer bir deyişle kişinin kendini yaşadığı olayla tanımlama, bu olayı hayatında bir dönüm noktası olarak görme ve hayatındaki diğer olayları yaşadığı bu travmatik olaya göre anlamlandırma düzeyini ifade etmektedir. Genellikle evlilik, işe başlama gibi olumlu deneyimler dönüm noktaları ve referans noktaları olarak algılanmasına rağmen (Berntsen ve Rubin, 2007), travmatik olayın yüksek stres barındırması, uzun bir süre net bir şekilde hatırlanması gibi özellikleri bu olayın olduğundan daha sık yaşandığı algısının oluştuğu bir mekanizma sağlayabilir (Tversky ve Kahneman, 1973). Böylelikle kişiler yaşamlarını travmatik olaya göre anlamlandırmaya başlayabilir. Görüldüğü üzere travmatik yaşantılar kişilerin hayatının geri kalanını

anlamlandırmasını etkileyebilen önemli yaşantılardır. Olay merkezieteti kavramı son yıllarda travma literatüründe araştırmalarda sıklıkla ele alınan bir değişken olarak dikkat çekmektedir (Bernard, Whittles, Kertz ve Burke, 2015; Tranter, Brooks ve Khan, 2021; Yanık, 2018). Ayrıca olay merkezietetinin hem travma sonrası stres bozukluğu gibi negatif (Berntsen ve Rubin, 2006), hem de travma sonrası büyüme gibi pozitif (Wamser-Nanney, Howell, Schwartz ve Hasselle, 2018) travma çıktıklarıyla pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Bu bağlamda literatürde mevcut olan bulguların Türkiye'deki travma yaşamış üniversite öğrencileri örnekleminde de benzer olup olmadığının araştırılması önem arz etmektedir. Diğer yandan görece yeni olan olay merkezieteti kavramının, temel inançlarda sarsılma ve stresle başa çıkma becerileri ile birlikte TSB üzerindeki yordayıcılığının incelenmesinin, olay merkezieteti kavramının doğasını anlamaya katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Ayrıca son yıllarda literatürde travmatik yaşantı ardından gerçekleşen pozitif değişimlere giderek artan bir ilgi mevcuttur (Lindstrom Cann, Calhoun ve Tedeschi, 2013). Bu bağlamda travmatik yaşantı ardından gerçekleşen pozitif değişimler üzerinde etkisi olduğu görülen ve görece yeni bir kavram olan olay merkezietetinin, Türkiye'deki farklı örneklerde meydana gelen TSB'nin istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığını belirlemeye yönelik araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Böylelikle TSB olgusunun doğasının anlaşılmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Travma sonrası büyüme kavramıyla yakından ilişkili olan bir diğer kavram temel inanç kavramıdır. Travma sonrası büyümeyi oluşturan etken, travmanın kendisinden ziyade travma ardından yaşanan süreçlerdir ve bu süreçlerin gerçekleşmesi için yaşanan olayın var olan inançları sarsacak derecede olup olmaması önem arz etmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004b). Var olan temel inançların sarsılmasının, olay hakkında tekrarlı düşüncelerden oluşan bilişsel bir sürece yol açtığı varsayılmaktadır (Lindstrom vd., 2013). Calhoun, Cann ve Tedeschi (2010) çalışmalarında kişilerin temel inancındaki sarsılmanın olayın stres derecesi ile anlamlı derecede ilişkili olduğunu rapor etmiştir. Çalışmada elde edilen bir diğer bulgu temel inançlarda sarsılma düzeyi ile büyümenin deneyimlenmesi arasında anlamlı ve güçlü bir ilişki olmasıdır. Benzer şekilde Haspolat (2019) temel inançlarda sarsılma düzeyi ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkinin pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı olduğunu bulmuştur. Görüldüğü üzere

travmatik yaşantı sonucu varsayımsal dünyanın sarsılması ve bireyin sarsılan temel inançlarını gözden geçirmeye yönelik bilişsel bir süreç geçirmesi travma sonrası büyümeyi mümkün hale getirmektedir (Linley ve Joseph, 2004).

Stresle başa çıkma becerileri, yaşanan olumsuz olayla başa çıkmak için kullanılan yöntemleri içermektedir (Lazarus ve Folkman, 1984). Travmatik yaşantılar yüksek stres barındırmaktadır ve kişilerin mevcut bilişsel yapılarının yeniden yapılandırılması ihtiyacını ortaya çıkarır (Tedeschi ve Calhoun, 2004b). Bu nedenle travma sonrası yaşanan süreçlerde stresle başa çıkma becerileri oldukça önemli bir yere sahiptir. Psikolojik Stres Kuramına göre bireyler, karşılaştıkları stresli durumla başa çıkmak üzere “problem odaklı başa çıkma” ve “duygu odaklı başa çıkma” becerilerini kullanmaktadır. Problem odaklı başa çıkma becerisi stres oluşturan durumu değiştirmeyi, duygu odaklı başa çıkma becerisi ise meydana gelen stresi düzenlemeyi amaçlamaktadır (Lazarus ve Folkman, 1987). Literatürde, kullanılan başa çıkma becerilerinin travma yaşantısı ardından ortaya çıkan farklı deneyimlerle ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (Coffrey, Leitenberg, Henning, Turner ve Bennet, 1996; Frazier, Tashiro, Berman, Steger ve Long, 2004). Örneğin Park, Aldwin, Fenster ve Snyder (2008) problem çözme, plan yapma gibi işlevsel başa çıkma becerilerinin büyümeyi güçlü derecede yordadığını; diğer yandan ilişki kesme, madde kullanımı gibi işlevsel olmayan başa çıkma becerilerinin büyümeye kıyasla travma sonrası stres bozukluğunu yordadığını bulgulamışlardır. Benzer biçimde Fisher, Zhou, Zuleta, Fullerton, Ursano ve Cozza (2020) aktif başa çıkma becerilerinin TSB ile pozitif yönde, kaçınma becerilerinin ise negatif yönde ilişkili olduğunu rapor etmiştir. Görüldüğü üzere kişilerin travmatik yaşantı ardından kullandıkları stresle başa çıkma becerilerindeki farklılıklar ile TSB düzeyi arasında anlamlı ilişkiler rapor edilmiştir. Bu bağlamda stresle başa çıkma becerilerinin, olay merkeziliyeti ve temel inançlar ile beraber TSB düzeyini yordama etkisinin belirlenmesi önem arz etmektedir.

Sonuç olarak insanlık tarihi kadar eski sayılabilecek, yaşam boyu sıklıkla ve evrensel olarak deneyimlenen travmatik yaşantılar, travmatik stres bozukluğu gibi negatif, travma sonrası büyüme gibi pozitif çıktılara neden olabilmektedir. Travma sonrası büyüme son yıllarda ilgi gören ve travma yaşantısı ardından gelişim göstermeyi ifade eden bir kavram olarak dikkat çekmektedir. Her ne kadar

literatürde mevcut araştırmanın değişkenleri olan TSB, temel inançlarda sarsılma, başa çıkma becerileri ve olay merkeziliyetinin birlikte yer aldığı bir araştırmaya rastlanmamış olsa da, bahsi geçen bu değişkenlerin travma sonrası büyümeyi ne düzeyde yoradığının belirlenmesi kavramın doğasını anlamak açısından önem arz etmektedir. Bu bağlamda travmatik olayların yaşanma sıklığı ve evrenselliği göz önünde bulundurularak, büyüme potansiyelinin söz konusu değişkenler açısından incelenmesi bu araştırmanın problem durumunu oluşturmaktadır.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Travmatik yaşantılar, yaşam boyunca bireyler tarafından sıklıkla deneyimlenme potansiyeline sahip yaşam olaylarından biridir. Oluşturduğu yüksek stres seviyesi ve yaşamı tehdit etme gibi özellikleri ile diğer yaşam olaylarından ayrılan travma, baş edilmesi ve uyum sağlanması gereken pek çok değişimi beraberinde getirmektedir. Türkiye gerek coğrafi gerek insani özellikleri nedeniyle travmaların sıklıkla deneyimlendiği yerlerden biridir denilebilir (Erdur-Baker ve Doğan, 2014). Özellikle son zamanlarda yaşanan doğal afetler büyük kitleleri etkilemektedir. Travma yaşantısına maruz kalan bireyler negatif pek çok deneyim yaşayabilmektedir. Literatürde travma yaşantısı ardından bireylerin, depresyon (Timberlake vd., 1997), travmatik stres (Garfin vd., 2019), travma sonrası stres bozukluğu (Rojas-Flores vd., 2017), madde kullanımı (Hakimi vd., 2018) gibi olumsuz deneyimler yaşadıklarını gösteren çalışmalar mevcuttur. Travmatik yaşantılar negatif deneyimlere neden olduğu gibi pozitif değişimlere de neden olabilmektedir. Travma ardından yaşanan pozitif değişimler literatürde travma sonrası büyüme olarak isimlendirilmektedir (Tedeschi vd., 1998). Travma sonrası büyüme bireylerin benlik algısı, kişilerarası ilişkiler ve hayat felsefesindeki değişimler ile ilişkilidir (Calhoun ve Tedeschi, 2004). Travma sonrası büyüme gösteren bireyler kendilerine yönelik kurban algısından sıyrılıp, hayatta kalan algısına sahip olduklarını, önceliklerinde değişim olduğunu, kendinden daha üstün bir varlıkla bağ kurduğunu ve daha özgüvenli olduğunu ifade etmektedir (Tedeschi vd., 1998). Böylelikle bireyler travma yaşantısı öncesindeki işlevsellik düzeyinden daha yüksek bir işlevsellığe erişmekte, daha işlevsel başa çıkma becerileri kullanmaktadır. Travma yaşantısı olumsuz ve etkileyici bir yaşantı olmasına rağmen bir kaynak olarak kullanılıp büyümeyle sonuçlanabilmektedir. Travma sonrası büyüme hakkında yapılan daha eski çalışmalar büyümenin oluşumu ve

yaygınlığı üzerinde durmaktayken, son yıllarda yapılan çalışmalar hangi değişkenlerin büyüme sürecine etki ettiğini ve büyüme deneyiminin bireyler arasında neden farklılaştığını ölçmeyi amaçlamaktadır (Lindstrom vd., 2013). Benzer travma yaşantısı geçiren bireylerden bir kısmının neden negatif deneyimler yaşarken, bir kısmının pozitif deneyimler yaşadığı sorusu son zamanlarda dikkat çeken önemli konulardandır. Bu bağlamda Türk kültüründe TSB'nin oluşumunu etkileyen değişkenlerin belirlenmesi önem arz etmektedir. Bu değişkenlerin belirlenmesi travma yaşantısı olan bireylerin daha kapsamlı bir bakış açısı ile ele alınmasına ve bu kişilere yönelik uzmanlarca verilen psikolojik yardımların zenginleştirilmesine katkı sağlayacaktır.

Alan yazında yer alan çalışmalar, travmatik yaşantıların nadir olmadığını göstermektedir. Dünya Sağlık Örgütü'nün, 24 ülkede ($n= 68,894$) gerçekleştirdiği Dünya Mental Sağlık Araştırması verilerine göre katılımcıların %70,4'ü yaşamları boyunca en az bir kez travmatik yaşam olayına maruz kaldığını belirtmiştir (Kessler vd., 2017). En sık yaşanan travma türleri ise sevilen kişinin beklenmedik ölümü (%31.4), ölüm veya ciddi yaralanmaya direk maruz kalma (%23.7) olarak rapor edilmiştir (Kessler vd., 2017). Oldukça yüksek olan bu oranlar bireylerin her an travmatik bir olaya maruz kalabileceğini göstermektedir. Okullar bireylerin vakitlerinin çoğunu geçirdiği, üniversiteler ise bireyin yetişkin hayatına adım attığı, kendini keşfettiği kurumlardır. Bu nedenle okullardaki psikolojik danışmanların travmatik olaya maruz kalan bireylerle karşılaşma oranlarının oldukça yüksek olduğu düşünülebilir. Travma sonrası belirtiler, tanı ve tedavi açısından önem arz etmektedir. Ancak psikolojik danışmanların ve ruh sağlığı uzmanlarının travma sonrası yaşanan pozitif gelişmelere de dikkat etmeleri ve fark etmeleri gerekmektedir. Travma sonrası yaşanan pozitif gelişimlerin farkında olunmasıyla travma yaşayan bireylere daha kapsamlı ve etkili yardım sunulabilir. Sunulan bu kapsamlı ve etkili yardımlarla travmaya maruz kalan kişiler büyüme göstererek travmadan öncesine göre daha işlevsel bir yapı oluşturabilir. Böylelikle travmatik olayı yaşayan birey zamanla büyüme göstererek kendinden emin, hayattaki önceliklerini yeniden belirlemiş, kişilerarası ilişkileri güçlenmiş, varoluşsal sorulara yeniden cevap vermiş, üstün bir varlıkla daha sağlam bir ilişki geliştirmiş bir kişi olarak hayatına daha işlevsel bir şekilde devam edebilir. Bu süreç travmatik olay, travmatik yaşantı sonucu bireylerin verdiği tepkiler ve bu tepkilerin hangi

değişkenler tarafından yordandığının belirlenmesi ile daha etkili şekilde yürütülebilir. Üniversiteler, genç işgücünün çalışma hayatına adım atmasına katkı sağladığı için oldukça önemli kurumlardır. Bu önemi göz önünde bulundurularak 2019-2023 Kalkınma Planında (T.C. Cumhurbaşkanlığı Strateji ve Bütçe Başkanlığı, 2019) üniversitelere yönelik pek çok maddeye yer verilmiştir. Bu maddelerden biri de üniversite öğrencilerinin işgücü piyasasına geçişlerinin sağlanmasını içermektedir. Travmatik deneyimler kişilerin hayatını oldukça olumsuz etkileyebilen ve kişinin sorumluluklarını yerine getirmesini engelleyebilen yaşantılardır. Bu nedenle kişiler üniversite eğitimini yarıda bırakabilirler. Mevcut araştırma ile travma yaşayan üniversite öğrencilerine verilecek yardımların daha etkili olması sağlanabilir ve sunulan etkili yardım ile travmaya bağlı üniversite terklerinin önüne geçilebilir. Böylelikle daha fazla üniversite öğrencisinin travma yaşantısı ardından işlevsel bir biçimde işgücü piyasasına geçişinin mümkün olabileceği düşünülmektedir. Böylelikle daha başarılı ve etkili bir iş gücü oluşturulmasına katkı sunulabilir. Bireylerin travmatik yaşantı ardından daha işlevsel bir yapı oluşturmaları toplumsal olarak da çeşitli olumlu etkiler meydana getirebilir. Önceki travmatik yaşantıların etkili biçimde ele alınması ile kişiler ileride kuracakları ailelerin daha işlevsel olmasına katkı sağlayabilir. Böylelikle travma yaşantısı hakkında yapılacak çalışmalar toplumsal katkıları da beraberinde getirebilir.

Yapılan araştırmanın bir diğer önemi travma yaşantısı, travmaya verilen tepkiler ve travma sonrası oluşan büyüme hakkında bilgi sağlamasıdır. Travma sonrası büyümeyi etkileyen değişkenlerin belirlenmesi ile benzer travmatik yaşantı deneyimi olan bireylerin bir kısmının neden büyüme geliştirirken bir kısmının geliştirmede sorusuna yanıt aranabilir. Travma yaşantısı travmanın kendinden, travmayı deneyimleyen kişinin özelliklerindeki farklılıklardan ve travma sonrası yaşanan süreçlerden etkilenen geniş kapsamlı bir yaşantıdır (Linley ve Joseph, 2004). Bu nedenle bu özelliklerin travma sonrası büyüme düzeyi üzerinde bir farka neden olup olmadığının belirlenmesi önem arz etmektedir. Ayrıca bu özelliklerin her birinin, Türkiye kültürüne bağlı olarak nasıl değiştiğinin de belirlenmesi önem arz etmektedir. Böylelikle travma yaşantısından önce de kişilerin özelliklerine göre olası bir travma yaşantısına nasıl tepki vereceği öngörülebilir ve önleme, güçlendirme çalışmaları sunulabilir. Travma yaşantısının sıklığı göz önünde

bulundurulduğunda, travma yaşanmadan önce yapılacak müdahalelerin önemi oldukça büyüktür. Travma sonrası büyümeyi yordayan değişkenlerin saptanmasıyla, travma yaşanmadan önce bireylere önleme ve güçlendirme çalışmaları yapılabilir ve olası bir travma yaşantısına karşı bireyler güçlendirilebilir.

Bu bağlamda yapılan araştırmanın genel amacı travma yaşayan bireylerin cinsiyet, birden fazla travmatik olayın olup olmaması, fakülte gibi demografik özelliklerine göre travma sonrası büyüme düzeyleri arasında anlamlı fark olup olmadığı ve travma yaşayan bireylerin olay merkeziliği düzeyleri, stresle başa çıkma becerileri ve temel inançlarda sarsılma düzeylerinin travma sonrası büyümeyi yordayıp yordamadığının incelenmesidir. Yapılan çalışma sonucunda travma yaşayan üniversite öğrencilerinin travma sonrası büyümeyi hangi alanlarda deneyimledikleri, var olan büyümenin temel inançlarda sarsılma düzeyi, stresle başa çıkma düzeyi ve olay merkeziliği ile nasıl bir ilişki göstereceğini belirlemek amaçlanmaktadır. Araştırmanın bir diğer amacı son yıllarda çalışılmaya başlanan ve hem travma sonrası stres bozukluğu gibi olumsuz hem de travma sonrası büyüme gibi olumlu çıktılarla ilişkili görünen olay merkeziliği kavramının travma sonrası büyüme ile ilişkisinin Türkiye'deki travma yaşamış üniversite öğrencileri örneğinde incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda, travmatik yaşantı sonucunda oluşan büyümenin hangi değişkenlerle nasıl bir ilişki içinde olduğunu belirlemek önem arz etmektedir. Böylelikle travma yaşantısından sonra büyümeyi oluşturan değişkenler belirlenip, travma yaşantısı geçiren bireylere daha etkili psikolojik yardımlar sunulabilir. Travma yaşantısının daha işlevsel olma yolunda bir kaynak olduğu düşünüldüğünde travma yaşayanlara yönelik sunulacak etkili yardım zorlu yaşantı geçirenleri daha işlevsel, kendine güvenen bireyler haline getirebilir, ileride yaşanacak sorunlar için daha işlevsel başa çıkma becerileri geliştirilebilir. Travmalar sıklıkla deneyimlenebilmektedir, bu da her zaman travma yaşayan bireylere daha etkili destek olunmasını gerektirecek yapılara ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir.

Araştırma Problemi

Bu araştırmada “Travma deneyimi olan üniversite öğrencilerinin çeşitli demografik özelliklerine göre travma sonrası büyüme düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?” ve “Travma deneyimi olan üniversite öğrencilerinin olay

merkeziyeti düzeyleri, stresle başa çıkma becerileri ve temel inançlarda sarsılma düzeyleri travma sonrası büyüme düzeyini anlamlı bir biçimde yordamakta mıdır?” sorularına cevap aranmıştır. Buna ek olarak olay merkeziyetinin travma sonrası büyüme ve travma sonrası stres belirtileri ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkisinin olup olmadığı sorusuna da yanıt aranmıştır.

Alt problemler. Araştırma problemi doğrultusunda alt problemler oluşturulmuş ve aşağıda sıralanmıştır.

1. Travma yaşayan bireylerin travma sonrası büyüme düzeyleri; cinsiyet, birden fazla travmatik olayın olup olmaması, fakülte, sınıf, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, travmatik olaya maruz kalma biçimi, travmatik olaydan algılanan etkilenme düzeyi ve travmatik olay üzerinden geçen zaman değişkenlerine göre anlamlı bir fark göstermekte midir?
2. Olay merkeziyeti, stresle başa çıkma becerileri ve temel inançlarda sarsılma düzeyleri travma sonrası büyüme düzeyini yordamakta mıdır?
3. Olay merkeziyeti, TSB ve travma sonrası stres belirtileri (TSSB) toplam puanları ve alt boyutları ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki göstermekte midir?

Sayıtlılar

Araştırmaya katılacak bireylerin, uygulanacak veri toplama araçlarına kendilerini en çok etkileyen stresli yaşam olayını referans alarak cevapladıkları varsayılmıştır.

Araştırmaya katılacak bireyler tüm ölçme araçlarını gerçek durumlarını yansıtacak şekilde, içtenlikle cevapladıkları varsayılmıştır.

Sınırlılıklar

Araştırma katılımcıların sosyo demografik özellikleri ile sınırlıdır. Elde edilecek bilgiler, büyükşehirlerde üniversite eğitimi alan, orta sosyoekonomik düzeye sahip olan bireylere genellenebilmektedir.

Araştırmada çalışma grubuna uygun örnekleme yöntemi ile ulaşılmıştır. Bu nedenle araştırma, örnekleme yönteminin sınırlılıklarını içermektedir.

Bu araştırma kapsamında elde edilen bulgular, her biri öz bildirim ölçme aracı olan Travmatik Yaşantı Tarama Listesi, Travma Sonrası Büyüme Ölçeği-X, Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği, Olay Merkeziyeti Ölçeği, Temel İnançlar Envanteri ve Stresle Başa Çıkma Ölçeğinin ölçümleri ile sınırlıdır.

Araştırma kapsamında travma türü ve düzeyinin ele alınmaması bu araştırmanın sınırlılıklarındandır.

Araştırmada travma sonrası stres bozukluğu belirtileri öz bildirim ölçeği ile ölçülmüş olup, klinik olarak travma sonrası stres bozukluğu belirlenmemiştir. Bu nedenle araştırma travma sonrası stres belirtileri ile sınırlıdır.

Tanımlar

Travma sonrası büyüme. Travma sonrası büyüme, yaşanan olaya karşı verilen mücadele sonucunda kişinin olaydan önceki duruma göre daha yüksek işlevsellik düzeyine ulaşması olarak tanımlanabilir (Tedeschi ve Calhoun, 1995).

Travma sonrası stres belirtileri. Travma sonrası stres bozukluğu travmatik bir olay sonucunda ortaya çıkan ruhsal bir bozukluktur. Travma sonrası stres belirtileri ise olayı yeniden yaşama, artan uyarılmışlık ve kaçınma davranışları ile karakterize olmaktadır (APA, 2013).

Olay merkeziyeti. Olay merkeziyeti stresli yaşam olaylarının oluşturduğu bir anının, ne dereceye kadar kişinin kimliğine ve diğer yaşam olaylarına yüklediği anlama bir referans noktası haline geldiğini ifade eden bir kavramdır (Berntsen ve Rubin, 2006).

Temel inançlarda sarsılma düzeyi. Temel inançlar zaman içinde gelişen, daha etkili işlevsellik göstermek için bireye kendisi ve dünya hakkında beklenti sağlayan bir kaynak olarak ifade edilebilir (Janoff-Bulman, 1989). Travma yaşantısı ise var olan bu temel varsayımları sarsma etkisine sahip olaylardır, örneğin bireyler bu olayın onların başına gelebileceğini hiç düşünmediklerini ifade etmektedir (Janoff-Bulman, 1989). Bu bireyin kendine yönelik zarar gelmeyeceği temel inancını oluşturmaktadır.

Stresle başa çıkma becerileri. Stresle başa çıkma kişi-çevre ilişkisinde stresli olarak değerlendirilen olayların ortaya çıkardığı duygusal taleplerin

yönetilme süreci olarak tanımlanabilir. Psikolojik Stres Modeline göre bireyler stresli durum nedeniyle oluşan negatif duygu durumunu düzenlemeyi amaçlayan “duygusal başa çıkma” ve durumu gözden geçirip değiştirmeyi amaçlayan “problem odaklı başa çıkma” stratejilerini kullanarak stresi azaltmaya çalışırlar (Lazarus ve Folkman, 1984).



Bölüm 2

Araştırmanın Kuramsal Temeli ve İlgili Araştırmalar

Bu bölümde araştırma problemi çerçevesinde öncelikle araştırmanın bağımlı değişkeni olan “travma sonrası büyüme”, daha sonra ise travma sonrası büyümenin yordayıcıları olduğu düşünülen ve araştırmanın bağımsız değişkenlerini oluşturan “olay merkeziliyeti”, “temel inançlarda sarsılma düzeyi” ve “stresle başa çıkma becerilerine” ilişkin bilgiler verilmiştir. Ardından değişkenlerle ilgili araştırmalara yer verilmiştir.

Travma Sonrası Büyüme

Travma yaşantısının negatif fiziksel ve psikolojik sonuçlarına yönelik çalışmalar ağırlıkta olmasına rağmen olumlu sonuçlarına yönelik çalışmalar da bulunmaktadır (Joseph, 2004; Kim ve Oh, 2019; Laufer ve Solomon, 2006; Park, 1998; Schulz ve Mohamed, 2004; Sheikh, 2004; Tedeschi ve Calhoun, 1996; Tranter vd., 2021; Vishnevsky vd., 2010). Travma sonrası büyüme yaygın olarak travma yaşantısı ardından gerçekleşen pozitif değişimler olarak tanımlanmaktadır (Dekel vd., 2016). Ancak travma sonrası büyüme, travma öncesindeki denge durumuna dönmekten daha fazlasını ifade eden bir kavramdır (Linley, 2003). Oluşan bu gelişmeler kişinin olay öncekinden daha yüksek seviyede işlev görmesini sağlamaktadır. Bu nedenle büyüme travma nedeniyle kaybedilip tekrar ulaşılan bir özellik değil travma yaşantısı ardından kazanılan bir özelliktir (Linley, 2003). Yaşanan çeşitli travmalardan sonra büyümenin gerçekleştiği ve oluşan bu büyümenin en az üç geniş kategori altında sınıflandırılabilceği görülmüştür (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Bu boyutlar benlik algısındaki, kişilerarası ilişki anlayışındaki ve hayat felsefesindeki değişimler olarak sıralanabilir.

Benlik algısındaki değişimler. Travma yaşantısı sonrası benlik algısındaki en önemli değişimlerden biri “kurban” algısından “hayatta kalan” algısına geçiştir (Tedeschi vd., 1998). Bu algısal değişim önem arz etmektedir çünkü hayatta kalan algısı travma yaşantısı geçiren insanın özel bir konum ve güçte olduğunu ifade etmektedir (Tedeschi vd., 1998). Travma yaşantısı sonucu benlik algısındaki bir diğer değişim ise yeni bir travma yaşantısına yönelik artan öz güvendir. Travma yaşantısından sonra büyüme deneyimleyen bireylerin sıklıkla daha güçlü olduklarını ve ilerde yaşanacak zorluklara yönelik hangi savunma becerilerini etkili

biçimde kullanacaklarını belirttikleri görülmüştür (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Travma sonrası büyüme gösteren bazı kişilerin kendi incinebilirliklerine yönelik artan farkındalığa sahip olduğu bulunmuştur (Tedeschi vd., 1998). Gücün ve incinebilirliğin farkına varılması paradoksal bir durum olarak nitelendirilebilir, ancak bu farkındalık büyüme gösterenlerin sosyal desteğe ihtiyacı kalmadığı algısından arınık olabilir ve etkili sosyal yardım arayışına olanak sağlayabilir (Tedeschi vd., 1998).

Kişilerarası ilişki anlayışındaki değişimler. Travma yaşantısı sonrası bireyler yaşanan olayın sonucuna dair devam eden bir konuşma ihtiyacı hissedip daha fazla kendilerini açabilirler (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Kendini açma davranışındaki bu artışla daha etkili sosyal desteğe ulaşma imkanına sahip olabilirler (Tedeschi vd., 1998). Yaşanan travma sonucu empati geliştirebilir ve travma yaşantısından bir süre sonra kendi deneyimlerini ve bilgilerini aynı yaşantıyı deneyimleyen kişilere aktarmak için motivasyona sahip olabilirler (Tedeschi vd., 1998). Görüldüğü üzere bu değişimler hem yardım almayı, kendini açmayı hem de yardım etme ve empatiyi içermektedir.

Hayat felsefesindeki değişimler. Travma yaşantısı sonucu hayat felsefesinde meydana gelen değişimler yaşamın önceliklerinin belirlenmesi, hayatı takdir etme, anlam hissi ve manevi gelişim olarak sıralanabilir (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Travmatik yaşantı sonucu kişiler, yakın ilişkilerine daha fazla vakit ayırdıklarını, öncelik sıralamalarının değiştiğini, hayatı daha fazla takdir ettiklerini rapor etmektedirler (Tedeschi vd., 1998). Ölümle yüz yüze geldikten sonra bireyler kendi varoluşsal soruları ile yeniden yüz yüze gelebilmektedir (Tedeschi vd., 1998). Ayrıca bireyler kendinden daha üstün bir varlıkla bağlantı içinde olduklarını rapor etmektedir (Tedeschi vd., 1998). Görüldüğü üzere hayat felsefesi yaşanan travma sonucunda yeniden yapılandırılmakta, öncelikler belirlenmekte, varoluşsal sorular gündeme gelip daha üst bir varlıkla olan bağlantı artmaktadır.

Tedeschi ve Calhoun (1996) yaşanan travmatik olayla mücadele sonucu oluşan büyümenin hangi boyutlarda oluştuğunu belirlemek için bir ölçek geliştirmiştir. Maddeler büyümenin gerçekleştiği görülen üç ana boyutu içermektedir. Elde edilen veri üzerinden yapılan faktör analizi ile büyümenin beş ana boyutta oluştuğu gözlemlenmiştir. Bu boyutlar yeni olasılıkları görebilme, kişiler arası ilişkilerdeki değişim, hem güçlü hem de incinebilir olduğu

paradoksunun farkına varılması, hayatı takdir etme ve varoluşsal, manevi değişimler olarak sıralanabilir (Tedeschi ve Calhoun, 1996).

Travma Sonrası Büyümeyi Açıklayan Modeller

Betimsel işlevsel model. Calhoun ve Tedeschi (1998; Tedeschi ve Calhoun, 2004a, 2004b) tarafından travma sonrası büyümeyi açıklamak amacıyla geliştirilen Betimsel İşlevsel Model, var olan literatüre ve araştırmacıların kendi klinik deneyimlerindeki gözlemlerine dayanmaktadır. Model büyüme sürecinin anlayabilmek amacıyla travma yaşayan bireyin özellikleri, sosyal destek sistemleri, bilişsel yapıları ve kendini açma istekleri gibi değişkenleri içermektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004b). Bireylerin, kendi davranışlarına rehberlik edecek, dünyayı ve içinde yaşanan olayların neden ve sonuçlarını anlamlandırmasını kolaylaştıracak, varoluşsal olarak anlam ve amaç hissi oluşmasını sağlayacak inançlar dizisi geliştirdiği ve bu inançlara güvendiği varsayımı modelin temel varsayımını oluşturmaktadır (Tedeschi ve Calhoun, 2004b). Ciddi tehditleri içinde barındıran yaşam olayları, birey tarafından oluşturulan bu inançlar dizisini sarsma ve hatta tahrip edip yıkma etkisine sahip olabilmektedir. Calhoun ve Tedeschi (1998) bu etkiye sahip olayları “sarsıcı olay” olarak tanımlamakta ve yaşanan olay ardından gözlenen büyümeyi “depem” metaforu ile açıklamaktadır. Sarsıcı olaylar bireyin dünyayı anlamlandırmasını etkileyebildiği gibi bireyin varoluşsal amacı ve anlamı gibi daha soyut kavramların da ciddi derecede sarsılmasına neden olabilir (Tedeschi ve Calhoun, 2004b). Modele göre varsayımsal dünya üzerinde tahrip edici ve hatta yıkıcı etkisi olan sarsıcı olaylar yaşandıktan sonra, depem ardından meydana gelen yeniden yapılandırma çalışmaları gibi bilişsel yapının da yeniden inşa edilmesi gerekmektedir (Calhoun ve Tedeschi, 1998; Tedeschi ve Calhoun, 2004a). Ortaya çıkan yeniden yapılandırma ihtiyacı, bireyleri travma yaşantısını süregelen biçimde düşünmeye sevk etmekte ve ruminatif düşünceler var olan temel inançlar ile yaşanan olayın uyuşmadığını belirgin hale getirmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004a). Bu farkındalık bireylerin varsayımsal dünyayı yeniden yapılandırması için motivasyon sağlayabilir, değişen gerçekliği göz önünde bulundurarak oluşturulan yeniden yapılanma ise ileride yaşanabilecek olumsuz durumlar için daha dirençli şemaların üretilmesi ile sonuçlanabilir, oluşan değişimler ise “büyüme” olarak deneyimlenir (Tedeschi ve Calhoun, 2004b). Modelde travmatik yaşantı sonucu tahrip olan bilişsel yapılar ve bu bilişsel

yapıların yeniden inşasını içeren bilişsel işleme süreci merkezi rol oynamaktadır (Tedeschi ve Calhoun, 2004b).

Travma Sonrası Büyüme statik bir sonuçtan ziyade bir yeniden yapılandırma süreci olarak düşünülmekte ve hem bir süreç hem de sonuç olarak ele alınmaktadır (Tedeschi ve Calhoun, 2004a, 2004b). Pek çok değişken bu süreci etkilemektedir. Büyümeyi oluşturan etken travma yaşantısının kendisinden çok yaşantı ardından gerçekleşen bilişsel yeniden yapılanma süreci olmasına rağmen (Tedeschi ve Calhoun, 2004a, 2004b; Cann vd., 2010), yaşanan travma türü ve travmanın düzeyi büyüme için önem arz etmektedir. Modele göre yaşanan olay varsayımsal dünyayı sarsacak kadar zorlayıcı olmalıdır (Tedeschi ve Calhoun, 2004a, 2004b). Böylelikle bireyde varsayımsal dünyayı yeniden inşa etme ihtiyacı oluşabilmektedir. Diğer yandan dışa dönüklük ve deneyime açıklık kişilik özelliklerinin, stres veren duyguların yönetilmesinin ve destek aramanın sürece katkı sağladığı görülmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004b). Yaşanan travmatik olay ardından ortaya çıkan tekrarlayıcı düşünceler de süreçte önemli bir yere sahiptir. Tekrarlayıcı düşünceler olay ardından istemsiz, girici biçimde oluşan düşünce ve görseller şeklinde otomatik olarak ortaya çıkmaktadır (Tedeschi ve Calhoun, 2004a). Ancak süreç devam ettiğinde bilişsel katılım daha istemli hale gelmekte ve büyümeye katkı sağlamaktadır (Tedeschi ve Calhoun, 2004b). Bilişsel işleme sürecine olayla ilişkili olan duygusal element eşlik etmektedir ve model stres ile büyümeyi bağımsız değişkenler olarak varsaydığı için büyüme oluşumunun stresi azaltmayacağı öngörülmektedir (Cann vd., 2010). Modele göre büyüme basitçe iyi hissetme, mutlu olma değildir, bu nedenle stres ve büyüme kişide aynı anda var olabilmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004a).

Modele göre büyüme üç ana alanda görülmektedir, bu alanlar yukarıda da değinildiği gibi; kendilik algısında, kişiler arası ilişkilerde ve hayat felsefesindeki değişimler olarak sıralanabilir (Tedeschi vd., 1998). Her alan kendi içinde paradoksal değişimleri içermektedir ve modele göre birey bu alanların hepsinde birden büyüme göstermeyebilir (Tedeschi ve Calhoun, 2004a, 2004b; Tedeschi vd., 1998). Travma sonrası gözlenen değişimlerin en dikkat çekenini kişide oluşan kendilik algısıdır; kişi kendini kurban olarak algılamaktansa kurtulan, hayatta kalan olarak algılamaya başlar (Tedeschi vd., 1998). Kendilik algısında gerçekleşen bu değişim kırılğan, incinebilir olma algısı ile ilişkilidir, birey paradoksal olarak hayatta

kötü şeylerin olabileceğini ve bu olayların onu incitebileceğini fark eder, ancak diğer yandan bu zorluklarla baş edebilecek kadar güçlü olduğuna yönelik algı geliştirmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004a, 2004b; Tedeschi vd., 1998). Kişisel incinebilirlik ve güç algısı, büyüme gösteren bireyleri sosyal destek aramaktan alıkoymamakta ve birey diğer insanlarla daha samimi ilişkiler deneyimleyebilmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004b; Tedeschi vd., 1998). Bu alandaki paradoksal değişim ise anlamlı ilişkiler kurmanın diğer ilişkilerin kaybına eşlik edebilmesidir (Tedeschi ve Calhoun, 2004b). Son olarak büyüme gösteren bireyler hayat felsefesinde değişimler deneyimleyebilirler, ölümlü doğa ile yüzleşme öncelikleri yeniden belirleme, varoluşsal değişimleri beraberinde getirebilir (Tedeschi ve Calhoun, 2004a). Görüldüğü üzere her alanda paradoksal değişimler yer almaktadır, bu bağlamda Tedeschi ve Calhoun (2004a) süreçte yaşanan değişimlerin en temel paradoks olduğunu vurgulamaktadır ve bireylerin kayıpları değerli bir sonuç üretmektedir.

Sonuç olarak travma sonrası büyüme olgusunu açıklamayı amaçlayan ve Calhoun ve Tedeschi (1998; Tedeschi ve Calhoun, 2004a, 2004b) tarafından oluşturulan betimsel işlevsel modelin odaklandığı bir kavram, yaşanan travmatik olayın varsayımsal dünyayı sarsma etkisidir. Ayrıca varsayımsal dünya ile yaşanan olayın uyuşmamasından ortaya çıkan bilişsel yeniden yapılanma süreci ve süreçte kullanılan tekrarlayıcı düşüncelere de odaklanılmaktadır. Bilişsel yeniden yapılandırma sürecinde kişilik özellikleri, sosyal destek arayışı, stres yönetimi önem kazanmakta ve büyüme hem süreç hem de sonuç olarak ele alınmaktadır.

Organizmik değerlendirme modeli. Joseph ve Linley (2005) tarafından geliştirilen organizmik değerlendirme modeli zorlu deneyimler ardından yaşanan büyüme olgusunu açıklamayı amaçlayan sosyal-bilişsel bir modeldir. Araştırmacılar olguyu açıklamaya çalışan diğer modelleri, açıklayıcı olmaksızın tanımlayıcı olmaları ve büyüme süreci hakkında kapsamlı bir bilgi sunmadıkları yönünden eleştirmişlerdir (Joseph ve Linley, 2005). Bu bağlamda hem travma sonrası stres bozukluğunu hem de büyümeyi ele alan modelleri kapsamlı bir biçimde incelenmiş ve bütüncül bir büyüme modeli oluşturmak için elde edilen bu bilgiler teorik bir alt yapı olarak kullanılmıştır. Model bu bağlamda pozitif psikoloji ile daha önceden var olan insancıl ve varoluşçu teoriler arasında bir köprü görevi görmektedir (Joseph ve Linley, 2005). Model var olan literatür çerçevesinde

şekillenmekte ve pozitif gelişimlere ilişkin literatürü travma sonrası stres bozukluğu gibi negatif çıktılar konusunda var olan literatür ile birleştirmektedir

Organizmik değerlendirme modeli, insancıl psikoloji geleneğindeki organizmik teorilerin içinde en temel kavramlardan olan “organizmik değerlendirme sürecine” dayanmaktadır. Organizmik değerlendirme süreci kavramı, bireylerin kendileri için neyin önemli olduğunu bilme ve daha anlamlı bir yaşam sürmek için neyin gerekli olduğunu bilmeye yönelik içsel bir yeteneğe sahip olduğunu ifade etmektedir (Joseph ve Linley, 2006). Büyüme süreci için önemli bir yere sahip olan organizmik değerlendirme süreci (Joseph ve Linley, 2005), sosyal çevre tarafından otonomi, yetkinlik ve ilişkisel ihtiyaçlar karşılanıyorsa desteklenebilir, karşılanmıyorsa engellenebilir (Joseph ve Linley, 2005). Organizmik değerlendirme modeli dört temel teorik prensip üzerine kurulmuştur. İlk teorik prensip “tamamlama eğilimi”dir. Varsayımsal dünyayı sarsma etkisine sahip travmatik bir olayla yüz yüze gelindiğinde, travmayla ilişkili bilginin var olan yapıya bütünleştirilmesi ihtiyacı ortaya çıkmaktadır (Joseph ve Linley, 2006). Bu entegrasyon ihtiyacı “tamamlama eğilimi” olarak nitelendirilir ve organizmik değerlendirme sürecinin bir özelliği olarak görülmektedir (Joseph ve Linley, 2006). Travma yaşantısı ile oluşan yeni bilginin benlik yapısı ve varsayımsal dünya ile pozitif entegrasyonuna yönelik çaba içsel motivasyondan kaynaklanır ve bu entegrasyon çabası travma yaşantısı ardından görülen girici düşünceler ve kaçınma semptomlarına yol açabilmektedir (Joseph ve Linley, 2005). Travmaya ilişkili bilgi aktif bellekte depolanmakta ve bu girici düşüncelere neden olabilmektedir. Girici düşüncelerin meydana getirdiği stres ise kaçınma tepkilerine neden olabilmektedir (Joseph ve Linley, 2006). İkinci teorik prensip “özümseme ve uyumsama”dır. Travma yaşantısı ile ilişkili yeni bilgi benlik yapısına ve varsayımsal dünyaya farklı şekillerde entegre edilmektedir. Modele göre bireyin doğal eğilimi travmatik bilginin uyumsanmasıdır (Joseph ve Linley, 2005). Uyumsama yeni bilgiler ışığında var olan yapıların yenilenmesi, değiştirilmesidir. Bireylerin sosyal çevreleri otonomi, ilişkisel ve yetkinlik gibi ihtiyaçları karşıladığında pozitif uyumsama yani büyüme meydana gelmektedir (Joseph ve Linley, 2006). Bu ihtiyaçlar travma yaşantısı öncesinde sosyal çevre tarafından karşılanmışsa olayın etkisine yönelik direnç gösterilmesini sağlayabilir. Eğer olay ardından bu ihtiyaçlar karşılanırsa organizmik değerlendirme sürecini kolaylaştırır ve pozitif uyumsamayı

olası kılar. Bu ihtiyaçlar travma sonrası karşılanmazsa organizmik değerlendirme süreci aksar ve negatif uyumsama daha olası hale gelir. Kişinin olayla etkileşime girmemesi ve travma öncesi yapıları korumaya yönelik çaba göstermesi organizmik değerlendirme sürecini bastırmakta ve özümseme gerçekleşmektedir (Joseph ve Linley, 2005). Büyüme, travma öncesi var olanın ötesinde bir yapı oluşturmayı içerdiği için zmsemedense yeni bir dünya görüşüyle alakalı olan uyumsamayı gerektirmektedir (Joseph ve Linley, 2006). nc teorik prensip “Anlamlandırma”dır. Yaşanan olayın anlamlandırılmasına ilişkin çabalar özümseme veya uyumsamayı oluşturmaktadır. Travma sonrası olumsuz sonuçlarla ilgili oluşturulan teoriler anlamı kapsayıcılık (meaning as comprehensibility) olarak ele almaktadır, bu anlam arayışında örneğin; olayı ve nedeni anlaşılmaya çalışılır. Diğer yandan büyüme teorileri önem olarak anlam (meaning as significance) boyutu olarak ele alma eğilimindedir, bu arayışta örneğin; olayın felsefi, spiritüel (tinsel) etkileri anlaşılmaya çalışılır (Joseph ve Linley, 2006). Olayın etkisine yönelik bu sorular olayla ilişkili bilginin uyumsanmasını talep eden sorulardır ve uyumsama hem negatif hem de pozitif şekilde ortaya çıkabilir. Olumsuz uyumsama meydana geldiğinde bu sorular umutsuzluk ve çaresizlik oluşturur, diğer yandan olumlu uyumsama bütünlük hissi oluşturur ve büyüme ile sonuçlanır (Joseph ve Linley, 2005). Son teorik prensip “psikolojik iyi oluş ve öznel iyi oluş”tur. Modele göre travmatik malzemenin pozitif uyumsanması ve önem olarak anlamın gelişimi bireyi öznel iyi oluş anlamında daha mutlu kılmayabilir ancak daha yakın ilişkiler, kendini kabul gibi psikolojik iyi oluşun karakteristik özelliği olan özellikleri etkiler. Böylelikle psikolojik iyi oluş gerçekleşir ve zamanla bu iyi oluş öznel iyi oluşa da yansır (Joseph ve Linley, 2006).

Modelde travmatik olay deneyimleyen bazı kişilerin neden olumsuz, bazılarının olumlu, bazılarının ise her ikisini de içeren deneyimler yaşadıkları sorusu da yanıtlanmaya çalışılmıştır. Bu soru dört bireysel farklılık ile ele alınmıştır. İlk farklılık bireyin önceki varsayımsal dünya ile travmayla ilişkili bilgi arasındaki tutarsızlık veya çatışmanın derecesidir. Eğer tutarsızlık büyürse daha fazla büyüme potansiyelinin olduğu hipotez edilmektedir (Joseph ve Linley, 2005). İkinci bireysel farklılık nedeni olay öncesi kişiliktir. Modelde olay öncesi otonomi, ilişkisellik gibi ihtiyaçların karşılanması olaya yönelik dayanıklılığa neden olacağı

ve travmatik bilginin daha kolay uyumsanacağı hipotez edilir. Diğer yandan bu ihtiyaçların karşılanmamasının olumsuz sonuçları doğuracağı hipotez edilmektedir (Joseph ve Linley, 2005). Üçüncü farklılık sürecin farkında olmadır. Değerlendirme sürecinde çaba göstermek sürecin farkında olduğunun bir göstergesidir. Son bireysel farklılık nedeni ise sosyal çevredir (Joseph ve Linley, 2005).

Sonuç olarak organizmik değerlendirme modeli, bireyi kendi için önemli ve gerekli olanı bilmeye yönelik içsel bir motivasyonu olan aktif bir organizma olarak ele almaktadır. Modele göre varsayımsal dünyayı sarsacak ve bu dünya ile tutarsız bilgileri beraberinde getirecek travmatik yaşantılar deneyimlendiğinde birey var olan bu içsel motivasyonu ile bu bilgiyi entegre etmeye çalışacaktır. Bu çaba ise üç farklı şekilde sonuçlanacaktır; özümseme, olumsuz uyumsama ve olumlu uyumsama. olumlu uyumsama “büyüme” olarak nitelendirilmektedir. Ayrıca modele göre olumlu uyumsamanın gerçekleşmesi için ilişkisellik, otonomi gibi temel ihtiyaçları karşılayan bir sosyal çevreye ihtiyaç duyulmaktadır. Sosyal çevre bu süreçte destekleyici veya engelleyici bir etkiye sahip olabilir. Destekleyici sosyal çevre ve pozitif uyumsama ile psikolojik iyi oluş artabilir ve süreç büyüme ile sonuçlanabilir. Ayrıca süreç tutarsızlığın derecesi, olay öncesi kişilik gibi çeşitli bireysel farklılıklardan da etkilenmektedir.

Christopher’ın biyopsikososyal-evrimsel modeli. Travma sonrası verilen tepkileri açıklamayı amaçlayan bir diğer model Christopher (2004) tarafından geliştirilen Biyopsikososyal-evrimsel modeldir. Christopher’a (2004) göre travma yaşantısı ardından verilecek normal tepki psikopatolojiden ziyade büyümedir, Christopher (2004, s.76) normal travma tepkisinin meta öğrenme için evrimsel, kalıtsal bir mekanizma olarak daha iyi anlaşılacağını savunmaktadır. Modele göre travmatik yaşantı ardından verilen patolojik tepkiler, normal travma tepkilerinin yeterince uyarlanmasındaki (modulate) başarısızlıktan kaynaklanmaktadır (Christopher, 2004). Normal stres tepkisi ile patolojik stres tepkisinin oluşumunun üç değişken tarafından belirlendiği öne sürülmektedir. Bu değişkenler; biyolojik sağlık, bilişsel şemanın varlığı ve sosyal ilişkiler olarak sıralanabilir. Modele göre biyolojik sağlık organizmanın ulaşılabilir kaynaklara ulaşip kullanmasını, bilişsel şemanın varlığı olayla oluşan stres ve kaygının öğrenme gibi adaptif sonuçlara dönüştürülmesini ve sosyal çevrenin yeteri kadar karmaşık ve duyarlı olması ise stresin azaltılmasını etkilemektedir (Christopher, 2004).

Christopher (2004) var olan literatürü biyopsikososyal perspektiften derleyip sentezlemiş ve birbiriyle ilişkili yedi ampirik temelli teorik sonuç önermiştir. Bu sonuçlardan ilki stresin en iyi şekilde organizmanın çevre ile olan ilişkisine ilişkin verilen biyopsikososyal bir yanıt olarak ele alınabilmesidir. İkinci sonuç travmatik stresin normal sonucunun patolojiden ziyade büyüme olmasıdır. Bir diğer sonuca göre travma sonrası oluşan pek çok patoloji tepkisi stresin uyumsuz uyarlanmasının (modülasyonunun) bir sonucudur. Travma yaşantısı bireyleri biyolojik olduğu kadar psikolojik olarak da dönüştürür. Stres tepkilerinin altında yatan sebepler evrenseldir ancak özel dinamikler benzersiz sosyal çevre ve bireyin psikolojik durumunun getirisidir. Psikolojik semptomlar aynı kalsa da, sabit patolojik semptomların altında yatan biyoloji değişebilir. Son ampirik temelli sonuç ise mantığa bürümenin (rationality, rasyonalizasyon) stresi azaltmak için kullanılan en yeni ve sofistike davranışsal mekanizma oluşudur. Tüm bu teorik sonuçlarla beraber, Christopher'ın (2004) biyopsikososyal-evrimsel modeli bugüne kadar travma sonrası büyüme hakkında yapılan en kapsamlı ve bütünsel açıklamayı sunmaktadır (Linley ve Joseph, 2006).

Travma Sonrası Büyümeyi Etkileyen Değişkenler

Travma sonrası büyüme olgusu, yaşanan travmatik olayların ardından gerçekleşen olumlu değişimleri ifade etmekte ve son yıllarda pek çok araştırmacının odaklandığı alanlardan biri olmaktadır. Literatür incelendiğinde travma sonrası büyümenin pek çok farklı değişken tarafından etkilendiği görülmektedir. Yapılan meta analizlere (Helgeson vd., 2006; Vishnevsky vd., 2010) paralel olarak kadınların erkeklerden daha fazla büyüme rapor ettiğini gösteren çalışmalar mevcuttur (Kim ve Oh, 2019; Laufer ve Solomon, 2006; Vishnevsky vd., 2010). Yaş değişkeni ile TSB arasındaki ilişkinin pozitif yönde olduğunu gösteren çalışmalar olduğu gibi (Haspolat, 2019; Vishnevsky vd., 2010), negatif yönde olduğunu gösteren çalışmalar da dikkat çekmektedir (Eze vd., 2020; Helgeson vd., 2006; Laufer ve Solomon, 2006). Diğer yandan yaş ile TSB arasında ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını gösteren çalışmalar da mevcuttur (Arpawong vd., 2016; Gökmen ve Deniz, 2020; Patrick ve Henrie, 2016; Schulz ve Mohamed, 2004). Tüm bu bulgulara ek olarak yaş ile TSB arasındaki ilişkinin eğrisel (curvilinear) olduğunu gösteren çalışmalar da mevcuttur. Örneğin Roberts ve diğerleri (2019) TSB'nin erken yetişkinlik (20'li yaşların başı) ve orta yetişkinlikte

(40'lı yaşların başı) en yüksek seviyede olduğunu ancak ergenlikte en düşük seviyede olduğunu bulgulamıştır. Sosyoekonomik düzeyin TSB ile ilişkisi incelendiğinde pozitif yönlü bir ilişkinin varlığını gösteren çalışmaların olduğu görülmektedir (Kim ve Oh, 2019).

Travma sonrası büyümenin kişilik özellikleri ile ilişkisi incelendiğinde yumuşak başlılık (agreeableness), deneyime açıklık (openness), sorumluluk (conscientiousness) (Linley ve Joseph, 2004) ve dışa dönüklüğün (extraversion) (Sheikh, 2004) TSB ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Olumluluk (optimism) (Helgeson vd., 2006; Urcuyo vd., 2005) ve dindarlık (Kim ve Oh, 2019; Laufer ve Solomon, 2006) TSB ile pozitif yönde ilişkili olan diğer kişilik özellikleri olarak dikkat çekmektedir. Travmatik yaşantılar yüksek stres barındırmaktadır ve stresle başa çıkma becerileri de süreçte önem kazanmaktadır. Literatür incelendiğinde farklı stresle başa çıkma becerilerinin TSB ile pozitif ilişkili olduğu göze çarpmaktadır. Pozitif yeniden yapılandırma (Helgeson vd., 2006; Linley ve Joseph, 2004; Urcuyo vd., 2005), kabul (Armeli vd., 2001), problem odaklı başa çıkma (Sheikh, 2004) ve dini başa çıkma (Urcuyo vd., 2005) TSB ile pozitif ilişkili bulunan başa çıkma becerilerindendir. Yaşanan olay ardından hem algılanan sosyal destek (Choi vd., 2019) hem de alınan sosyal destek (received social support) (Schulz ve Mohamed, 2004) TSB ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur.

Tedeschi ve Calhoun (2004b) TSB'yi açıklamak için önerdikleri modelde, büyümeyi ortaya çıkaran bilişsel mekanizma aktivasyonunun meydana gelmesi için temel inançlarda sarsılmanın gerekli bir koşul olduğunu ileri sürmektedir. Literatür incelendiğinde temel inançlarda sarsılma ile TSB arasında pozitif ilişki olduğunu gösteren çalışmalar göze çarpmaktadır (Cann vd., 2010; Haspolat, 2019; Lindstrom vd., 2013). Modelde yer alan bir diğer faktör ruminasyonlardır ve hem kasıtlı (deliberate) (Choi vd., 2019; Haspolat, 2019) hem de girici (intrusive) ruminasyonun (Lindstrom vd., 2013) TSB ile pozitif yönlü bir ilişki gösterdiği görülmektedir.

Olaya ilişkin değişkenler incelendiğinde, olayın stres düzeyinin (Armeli vd., 2001) ve olay sırasında yaşanan öznel korkunun (Laufer ve Solomon, 2006) TSB ile anlamlı ve pozitif yönlü ilişkisi olduğunu gösteren çalışmaların yanı sıra, olay sırasında yaşanan stres düzeyinin TSB ile negatif yönlü ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar da mevcuttur (Arpawong vd., 2016). Bu bulgulara ek olarak olay anında

yaşanan stres düzeyinin TSB'nin anlamlı bir yordayıcısı olmadığını bulgulayan çalışmalar da mevcuttur (Cann vd., 2010). Linley ve Joseph (2004) yaptıkları derleme çalışmasında olayın kendinden ziyade, olay hakkındaki farkındalık ve olayın kontrol edilebilirliği gibi özelliklerin TSB ile ilişkili olduğuna ulaşmış ancak mevcut ilişkinin lineer bir ilişki olmayabileceğinin altını çizmiştir. Diğer yandan Haspolat (2019) yaşanan travma türünün deneyimlenen büyüme üzerinde etkisi olabildiği sonucuna ulaşmıştır; doğa kaynaklı travmatik olay yaşayan bireylerin TSB'nin “yeni fırsatlar” ve “kişisel güç” alt boyutundan aldıkları puanlar, insan kaynaklı travmatik olay yaşayanlara göre daha fazladır. Görüldüğü üzere TSB pek çok değişken tarafından etkilenen karmaşık bir yapıya sahiptir.

Olay Merkeziyeti

Bentsen ve Rubin (2006) olumsuz olayların bellek ve benlik üzerindeki etkilerinden yola çıkarak “olay merkeziyeti” kavramını geliştirmişlerdir. Olay merkeziyeti, yaşanan stresli olaya ait anının, ne ölçüde kişinin benliğinin merkezi bir bileşeni, günlük yaşantısını anlamlandırmasında kullandığı bir dayanak noktası ve hayat hikayesinde bir dönüm noktası haline geldiğini ifade eden bir kavramdır (Berntsen ve Rubin, 2006, 2007). Kavram, araştırmacıların daha önceki çalışmalarına ek olarak, kişinin yaşamında dikkat çekici ve duygusal olayların diğer olaylara göre daha net hatırlamasını içeren “otobiyografik bellek” ve olayların sıklığına ve olma olasılığına göre bellekte yer edinmesini içeren “kolay ulaşabilirlik kestirme yolu” (availability heuristic) kavramları ile alakalı üç temadan yararlanılarak geliştirilmiştir (Berntsen ve Rubin, 2006). Bu temalardan ilki, dikkat çeken ve daha net hatırlanan hatıraların bireyin diğer deneyimlerini anlamlandırmasında ve gelecekle ilgili beklentilerini şekillendirmesinde bir referans noktası olarak kullanılabilmesidir (Berntsen ve Rubin, 2006). Kolay ulaşabilirlik kestirme yoluna (Tversky ve Kahneman, 1973) göre olayların sıklığı ve yaşanma olasılığı hatıraların ulaşılabilirliğini etkiler. Bu bakış açısına göre sık yaşanan olaylar, nadir olaylara göre daha kolay hatırlanıp hayal edilir. Bununla birlikte hatırlanma, mevcut sıklıkla alakalı olmayan değişkenlerden de etkilenebilmektedir (Tversky ve Kahneman, 1973, s. 209) ve bu değişkenler, ortaya çıkan olayların gerçekte olduğundan daha olası görünebileceği bir mekanizma sağlar (Tversky ve Kahneman, 1973, s. 230). Travmatik yaşantılar daha nadir yaşanmasına rağmen yüksek düzeyde stres barındırırlar ve çoğu durumda en net hatırlanan hatıralar

arasındadır (Rubin, Feldman ve Beckham, 2004). Bu nedenle travmatik yaşantılar da bireyin bugün ve yarınını anlamlandırmasında bir referans noktası haline alabilir. Diğer bir tema hayat hikayesindeki dönüm noktalarıdır. Genelde evlilik, ilk çocuğun doğumu gibi pozitif deneyimlerin dönüm noktası olarak algılanmasına yönelik bir eğilim varken travmatik olaylar uzun bir zaman boyunca içsel ve dışsal uyaranlarla spontan biçimde ulaşılabilen anılar olduğu için bu olaylar da kişileri hayatında önemli dönüm noktaları olarak işlev görebilirler (Berntsen ve Rubin, 2007). Son tema ise travmatik yaşantının benliğin bir bileşeni olarak algılanabilmesidir. Travma mağduru veya travmadan kurtulan kişi olmak rolü travma yaşantısı ardından ortaya çıkabilir ve travma yaşantısı merkezi bir hal aldığında bu roller de kişiliğin dikkat çekici bileşenleri haline gelebilir (Bernsten ve Rubin, 2007). Görüldüğü üzere bu kavram; travmatik yaşantının etkileyici, duygusal olarak yoğun, daha ulaşılabilir olması gibi özellikleri ile kişinin yaşamını anlamlandırmasını etkileyebileceğini ifade etmektedir. Boals (2010, s.107) kavramı bir örnekle açıklamıştır; “Cinsel tacize uğrayan bir kadın eğer yüksek olay merkeziyeti puanına sahipse, bu mağdur olma durumunun kadının bir birey olarak kim olduğunu önemli derecede açıkladığına inandığını ve bu tanımın kadının geçmiş ve gelecekteki olaylara ilişkin yorumlarını etkilediğini gösterirdi”.

Olay Merkeziyeti kavramı son yıllarda travma literatüründe sıklıkla çalışılan kavramlardandır ve hem travma sonrası stres bozukluğu gibi negatif hem de travma sonrası büyüme gibi pozitif çıktılarla ilişkili görünmektedir. Barton, Boals ve Knowles (2013) lisans öğrencileri ile yaptıkları çalışmada olay merkeziyetinin hem travma sonrası stres bozukluğu hem de travma sonrası büyüme ile pozitif yönlü ilişkili olduğunu bulgulamıştır. Olay merkeziyetinin hem olumsuz hem de olumlu çıktılarla pozitif ilişkili olduğunu gösteren ve farklı örneklerle gerçekleştirilen çalışmalar da mevcuttur (Schuettler ve Boals, 2011; Yanık, 2018). Var olan bu iki uçluluk araştırmacıların dikkatini çekmiş ve olay merkeziyetinin TSB’nin bağımsız bir yordayıcısı olup olmadığını belirlemek amacıyla çalışmalar yürütülmüştür. Groleau, Calhoun, Cann ve Tedeschi’nin (2013) çalışması, TSB ile ilişkili olduğu görülen temel inançlarda sarsılma, istemli ve girici ruminasyon ve anlam bulma değişkenleri kontrol edildiğinde dahi olay merkeziyetinin TSB’nin açıklanan varyansına istatistiksel olarak anlamlı katkı sağlamaya devam ettiğini göstermektedir. Benzer olarak Bernard ve diğerleri (2015) travma etkisi kontrol

edildikten sonra dahi olay merkezietinin TSB'nin açıklanan varyansına istatistiksel olarak anlamlı katkı sağlamaya devam ettiğini bulgulanmıştır. Bu çalışmalar olay merkezietinin TSB'nin bağımsız bir yordayıcısı olduğunu gösteren çalışmalardır. Boals, Steward ve Schuettler (2010) yaptıkları çalışmada analizler olay merkezietini yüksek olaylarla sınırlandırdıklarında TSB ile depresyon, hayat kalitesi, olumlu duygulanım (positive affect) gibi diğer psikolojik değişkenler arasındaki ilişkinin beklendik yönde ve Helgeson ve diğerlerinin (2006) meta analizine göre daha kuvvetli olduğunu göstermiştir. Görüldüğü üzere olay merkezietini kavramı TSB üzerinde önemli bir etkiye sahip bağımsız bir değişken olma özelliği gösterebilmektedir. Lancaster, Kloep, Rodrigues ve Weston'un (2013) çalışması bu görüşü destekler niteliktedir. Çalışmada olay merkezietinin TSB'nin beş alt boyutunun da önemli bir yordayıcısı olduğu bulgulanmıştır. Tranter ve diğerleri (2021) ise çalışmalarında olay merkezietinin olumsuz çocukluk yaşantıları ile TSB arasındaki ilişkide anlamlı bir aracılık rolü üstlendiğini göstermiştir. Tüm bu çalışmalar olay merkezietinin TSB'nin doğasının anlaşılması için önemli bir değişken olabileceğini göstermektedir.

Temel İnançlarda Sarsılma Düzeyi

Travma sonrası büyüme olgusunu açıklamak üzere pek çok model geliştirilmiştir. Calhoun ve Tedeschi'nin (1998; Tedeschi ve Calhoun, 2004a, 2004b) geliştirdiği "betimsel işlevsel model", gerek süreç içinde büyümeyi etkileyebilecek pek çok değişkeni içinde barındırması gerekse farklı kültürlerde bu modele dayanarak yapılan araştırmaların fazla olması nedeniyle literatürde önemli bir yere sahiptir. Bu modelde büyüme, travma yaşantısı ile tahrip olan bilişsel yapıların yeniden inşasını içeren bilişsel işleme süreci ile açıklanmaktadır. Süreçte "temel inançların sarsılması" kritik bir öneme sahiptir (Tedeschi ve Calhoun, 2004a, 2004b). Temel inançlar zaman içinde gelişen, daha işlevsel olmak için bireye kendisi ve dünya hakkında beklenti sağlayan ve kişinin varsayımsal dünyasını oluşturan şemalar olarak tanımlanabilir (Janoff-Bulman, 1989). Başka bir deyişle temel inançlar kişinin nasıl davrandığı, olaylar üzerindeki kontrol gücü gibi konulara yönelik inançlarını ifade eder (Cann vd., 2010). Stresli yaşam olayı deneyimleyen bireylerle yapılan çalışmalar varsayımsal dünyanın içeriği hakkında derin bilgiler ortaya çıkarmıştır (Janoff-Bulman, 1989). Janoff-Bulman (1989) temel varsayımları üç ana kategoride sınıflandırmıştır; dünyanın iyiliği, dünyanın

anlamlılığı ve kendiliğin değeri. Dünyanın iyiliği kategorisi insanların dünyayı ne derece iyi veya kötü algıladığını içermektedir. Bu kategori genel olarak dünyanın ve insanların iyiliği olmak üzere iki boyut içermektedir (Janoff-Bulman, 1989). Dünyanın anlamlılığı kategorisi ise yaşam içinde karşılaştıkları olayların dağılımı ile alakalıdır. Bu kategoriye üç dağılım prensibini içermektedir. İlki adil dağılımdır, kişi başına geleni hak eder ve hak ettikleri kişinin başına gelir. İkinci prensip ise kontrol edebilirliktir, kişi davranışlarına göre karşılaşacağı olayları belirleyebilir. Son prensip ise şans prensibidir. Bu prensibe göre kişinin başına gelenler şans eseridir (Janoff-Bulman, 1989). Taku, Cann, Tedeschi ve Calhoun (2015) yaptıkları çalışmada 2011'deki büyük Japonya depremini deneyimleyen lisans öğrencilerinde TSB yaşama derecelerini, temel inançlarda sarsılmanın da yer aldığı belli değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma bulgularına göre Japonların temel inançlarının batı toplumlarına göre daha düşük düzeyde sarsıldığı görülmüş ve bu farklılığın, Japonların "tıpkı iyi şeylerde olduğu gibi kötü şeylerin de olması muhtemeldir" düşünce yapısı ile ilişkili olabileceği ifade edilmiştir. Görüldüğü üzere kişinin yaşamdaki olayların dağılımına yönelik inançları temel inançların sarsılma derecesini etkileyebilmektedir. Ancak bu düşünce yapısına rağmen Japonların temel inançlarının sarsıldığını belirtmek önem arz etmektedir. Temel inançlara dair üçüncü kategori ise kendiliğin değeri. Bu kategori kişinin kendi hakkındaki inanışlarıdır ve üç varsayımı içermektedir. İlki öz değere olan inançtır. İkincisi öz kontrol edilebilirliktir, sonuncusu ise kişinin kendini şanslı görüp görmemesidir (Janoff-Bulman, 1989). Tüm bu temel inançlar kişinin kendisi ve dünya ve yaşadığı hayat üzerindeki etkisi hakkındaki düşüncelerini belirlemekte ve kişinin varsayımsal dünyasını oluşturmaktadır.

Yaşanan travmatik olay var olan temel inançların sorgulanmasına neden olup kontrol etmesi zor stres ve acı meydana getirebilmektedir (Tedeschi vd., 1998). Calhoun ve diğerleri (2010) TSB ile sonuçlanma ihtimali olan süreçlerin, travma yaşantısının kendisinden ziyade temel inançlardaki bozulma nedeni ile başladığını ifade etmektedir. Bu bakış açısına göre temel inançlarda sarsılma büyüme ile sonuçlanma ihtimali olan süreçlerin başlaması için itici bir güç işlevi görmektedir. Literatür incelendiğinde temel inançlarda sarsılma ile TSB arasındaki ilişki daha belirgin hale gelmektedir. Örneğin Lindstrom ve diğerleri (2013) temel inançlarda sarsılma ile TSB arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir

korelasyon olduğunu bulgulamıştır. Ayrıca bulgular temel inançlarda sarsılmanın TSB'nin önemli yordayıcısı olduğunu göstermiştir. Benzer bulgular başka çalışmalarda da elde edilmiştir (Calhoun vd., 2010; Taku vd., 2015). Cann ve diğerleri (2010) Temel İnançlar Envanteri'ni geliştirmek üzere yaptıkları araştırmalarında farklı örneklerle üç çalışma yürütmüştür. Bu çalışma sonuçlarına göre temel inançlarda sarsılma ile hem toplam TSB puanları hem de beş alt boyut arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca temel inançlarda sarsılma düzeyinin TSB'nin bağımsız bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Güncel çalışmalarda da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Örneğin Choi ve diğerleri (2019) yaptıkları çalışmada temel inançlarda sarsıma ve TSB arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulgulamıştır. Ayrıca temel inançlarda sarsılmanın TSB'yi ruminasyonlar üzerinden dolaylı olarak etkilediği görülmüştür, elde edilen bu sonuç Tedeschi ve Calhoun'un (2004a, 2004b) modelini desteklemektedir. Eze ve diğerleri (2020) ise temel inançlarda sarsılmanın toplam TSB puanlarının pozitif yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Kesitsel çalışmalara ek olarak yapılan boylamsal çalışmalar da temel inançlarda sarsılmanın önemine dikkat çekmektedir. Ramos ve diğerlerinin (2018) yaptığı boylamsal çalışmada temel inançlarda sarsılma ile TSB arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Danhauer ve diğerlerinin (2013b) akut lösemi hastaları ile yaptığı çalışma temel inançlarda sarsılmanın zaman içinde bireyin TSB gelişimine katkı sağlamadaki kritik rolüne kanıt sağlamıştır. Görüldüğü üzere temel inançlarda sarsılma TSB için önemli ve kritik bir değişkendir.

Stresle Başa Çıkma Becerileri

Stres kavramı 20. yüzyıl başlarında literatürde kullanılmaya başlayan (Yöndem, 2015) ve son yıllarda araştırmacıların ilgisini çeken önemli kavramlardan biridir. Stresin tanımı hakkında literatürde fikir birliği olmamasına karşın yapılan çalışmalar stresin pek çok boyutuna dikkat çekmektedir. Psikolojik gelenekle paralel olarak, stresin bir uyarıcı olarak ele alındığı yaklaşımlar mevcuttur (Lindemann, 1944). Bu yaklaşıma göre stresin kaynağı çevresel uyarıcılardır bu nedenle stresi oluşturan çevresel etmenler üzerine odaklanılmıştır (Yöndem, 2015). Stresi açıklamak üzere oluşturulmuş bir diğer yaklaşım ise stresi

bir tepki olarak ele almakta ve strese verilen fizyolojik tepkilere odaklanılmaktadır (Selye, 1991, s.22).

Lazarus ve Folkman (1984) stresi yalnızca bir uyarıcı veya tepki olarak ele almanın çeşitli sınırlılıkları olduğunu dile getirmektedir. Onlara göre gerek stres yaratan olayları büyük bir felaket veya değişim içeren olaylar ile sınırlandırma (Lazarus ve Folkman, 1984, s.13), gerekse bireylerin duygularını ve bu duygusal durumla başa çıkma yollarını her bireyde benzer bir süreç olarak oluştuğunu ifade etme, olgunun karmaşık yapısını açıklamada yetersiz kalmaktadır (Folkman ve Lazarus, 1988). Strese yönelik verilen tepkilerde bireysel farklılıklar olduğunun altını çizmekte ve her stres kaynağının her bireyde aynı etkilere sebep olmadığını ileri sürmektedir (Lazarus ve Folkman, 1984, s.16). Var olan teorik modellere yapılan bir diğer eleştiri ise bu modellerin tek yönlü nedensel modeller olmasıdır (Folkman ve Lazarus, 1988). Bu eleştirilerden yola çıkan Lazarus ve Folkman (1984) stresi birey ve çevre etkileşimi içerisinde oluşan ilişkisel bir kavram olarak tanımlamıştır. Lazarus ve Folkman'a (1984, s. 19) göre psikolojik stres; kişi ile çevre arasında oluşan, kişinin var olan kaynaklarını zorlayıp aşan ve aynı zamanda kişi tarafından iyilik halini tehdit eden olarak değerlendirilen bir ilişki olarak tanımlanmaktadır. Bu yaklaşıma göre stres yaratan durumlar ne sadece çevre ne de sadece kişi tarafından meydana getirilir, stresin meydana gelebilmesi için kişinin çevresinde stres olarak değerlendirebileceği bir yaşantının var olması gerekir, diğer yandan stresli bir çevrede bunu stres olarak değerlendirebilecek bireylerin var olması gerekir (Lazarus ve Folkman, 1987, s.142). Birey ve çevre arasında var olan bu etkileşim dinamik bir yapıya sahiptir ve süreç odaklıdır (Lazarus ve Folkman, 1987). Görüldüğü üzere stresin bu tanımında kişisel kaynaklar ve çevrede meydana gelen olaylar bir bütün olarak ele alınmakta, kişisel değerlendirme sürecinin önemi vurgulanarak bireysel farklılıklar da sürece dahil edilmektedir.

Lazarus ve Folkman'ın (1984) psikolojik stres kuramının iki anahtar ögesi bilişsel değerlendirme ve başa etmedir. Bilişsel değerlendirme mevcut deneyimin ne ölçüde ve neden stresli olduğunu değerlendirmeyi içermektedir, birincil değerlendirme ve ikincil değerlendirme olmak üzere iki düzeyi vardır (Lazarus ve Folkman, 1984, 1987). Birincil değerlendirme, yaşanan deneyimin anlamlandırıldığı süreç olarak ifade edilebilir. Bu değerlendirmeye göre deneyim

pozitif, stresli veya ilgisiz olarak anlamlandırılmaktadır (Lazarus ve Folkman, 1984, s.32). Deneyim kişinin iyilik hali için bir anlam ifade etmediğinde ilgisiz olarak değerlendirilir. Bir deneyimin olumlu olarak yorumlanması pozitif, olumsuz olarak yorumlanması ise negatif değerlendirmeyi oluşturur. Değerlendirmeler sonucu oluşan duygular da farklılık göstermektedir. Pozitif değerlendirme eğlence, mutluluk gibi pozitif duyguları oluşturur; stresli değerlendirme ise zarar/kayıp, tehdit ve meydan okumayı içermektedir (Lazarus ve Folkman, 1984, s. 32). Zarar/kayıp hali hazırda deneyimlenmektedir ancak tehdit zarar beklentisini içerir (Lazarus ve Folkman, 1987). Meydan okuma daha pozitif çıktıları oluşturabilmesine rağmen içinde barındırdığı belirsizlik durumu ile başa çıkılması gereken, aksi durumda zarar veya tehdidi ortaya çıkarma potansiyeli bulunan bir deneyim olarak nitelendirilebilir (Lazarus ve Folkman, 1987). İkincil değerlendirme ise var olan stres durumunda nelerin yapılabileceği ile ilgilidir ve kişinin kendi başa çıkma becerileri, var olan başa çıkma becerilerinin duruma uygunluğu gibi pek çok boyutun değerlendirildiği karmaşık bir süreçtir (Lazarus ve Folkman, 1984, s. 35). Son olarak yeniden değerlendirme süreci vardır bu süreç ise elde edilen bilgilerle yeniden değerlendirme yapma olarak tanımlanabilir (Lazarus ve Folkman, 1984).

Stresle başa çıkma ise kişi-çevre ilişkisinde stresli olarak değerlendirilen olayların ortaya çıkardığı duygusal taleplerin yönetilme süreci olarak tanımlanabilir (Lazarus ve Folkman, 1984). Psikolojik stres kuramına göre bireyler, süreçte iki çeşit başa çıkma stratejisi kullanmaktadır; mevcut durumda var olan problemleri kişi-çevre ilişkisini değiştirmeyi amaçlayan “problem odaklı başa çıkma” ve problemleri ilişki nedeniyle kişide meydana gelen duygusal stresi düzenlemeyi içeren “duygu odaklı başa çıkma” (Lazarus ve Folkman, 1987). Duygu odaklı başa çıkma genelde tehdit oluşturan durumu, olayın yarattığı duygusal stresi azaltmak için kullanılan; olaya direkt müdahale etmek yerine olayın anlamını değiştirme, probleminden kaçınmak için farklı aktivitelere yönelme, sosyal destek arama gibi becerileri içermektedir (Lazarus ve Folkman, 1984). Problem odaklı başa çıkma becerisi ise problem çözme stratejilerinde olduğu gibi; problemi tanımlama, alternatif çözümleri oluşturma, çözümleri olumlu ve olumsuz yönlerine göre değerlendirme, çözüm yolunu seçme ve uygulama adımlarını içerir. Ancak problem çözme becerilerinden farklı olarak içe yönlendirilen bir süreci kapsamaktadır (Lazarus ve Folkman, 1984).

Stresle başa çıkma becerilerinin sınıflandırılması ile ilgili farklı çalışmalar da yürütülmüştür. Gutiérrez, Peri, Torres, Caseras, ve Valdés (2007) literatürde stresle başa çıkma becerilerini ölçmek amacıyla sıklıkla kullanılan bir ölçme aracı üzerinde (COPE) analizler yaparak stresle başa çıkma becerilerini sınıflandırmaya çalışmışlardır. Yürüttükleri çalışma sonucunda başa çıkma becerilerinin sorumluluk alma (engagement), kopukluk/boş verme (disengagement) ve yardım arama (help-seeking) olarak üç boyutta toplanabileceğini ileri sürmüşlerdir. Bu bağlamda sorumluluk alma alt boyutu problem odaklı başa çıkma becerilerini barındırmakta ve olumlu yeniden yorumlama, plan yapma, aktif başa çıkma , kabul gibi başa çıkma becerilerini içermektedir (Gutiérrez vd., 2007). Kopukluk/ boş verme ise kişinin dikkat ve eylemlerini mevcut sorundan uzaklaştırdığı stratejileri içermektedir ve genel olarak işlevsel olmayan başa çıkma becerisi olarak nitelendirilmektedir. Bu alt boyut yok sayma, bilişsel kopukluk ve davranışsal kopukluk stratejilerini içermektedir (Gutiérrez vd., 2007). Son olarak yardım arama ise sosyal ve çevresel destek kaynaklarını kullanmayı ifade etmekte ve duygusal destek arama, araçsal destek arama, duyguları ifade etme gibi stratejileri içermektedir (Gutiérrez vd., 2007).

Travma yaşantısı başlı başına yüksek stres yaratan ve kişinin hem içsel kaynaklarını hem de dış dünyaya yönelik algılarını sarstığı için bu yapıların yeniden inşa edilmesi ihtiyacını ortaya çıkaran önemli ve kritik olaylardır. Bu bağlamda travma deneyimleyen kişinin stresle başa çıkma konusunda sahip olduğu içsel kaynaklar önem arz etmektedir. Literatür incelendiğinde stresle başa çıkma ile travma sonrası oluşan çıktılar arasındaki ilişkiyi inceleyen pek çok çalışma olduğu görülmektedir. Oldukça güncel olan bir çalışmada Fisher ve diğerleri (2020) ölüm beklentisi ve başa çıkma becerilerinin yakınlarını kaybeden bireylerin deneyimledikleri kederin ciddiyeti, depresyon ve TSB üzerindeki etkisini incelemişlerdir. Elde edilen sonuçlara göre ölçülen tüm başa çıkma becerileri TSB ile ilişkili bulunmuştur. Bu bağlamda aktif ve destekleyici stratejiler TSB ile pozitif yönde, kaçınma stratejisi ise negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Benzer sonuçlara yapılan meta analizlerde de ulaşılmıştır; Shand, Cowlshaw, Brooker, Burney ve Ricciardelli (2015) kanser hastaları ile yapılan çalışmaları incelediği meta analizinde olumlu yeniden değerlendirme, dini başa çıkma ve sosyal destek ile TSB arasında orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir ilişki olduğunu

İlgili Araştırmalar

34

belirlemek üzere pek çok çalışmanın konusu haline gelmektedir. Her ne kadar travma yaşantısı ardından gerçekleşen pozitif deneyimler insanlık tarihi için yeni bir kavram olmasa da (Tedeschi ve Calhoun, 1995), kavramın sistematik biçimde incelenmesi ve araştırmaların bir konusu haline gelmesi son yıllarda meydana gelmektedir (Duman, 2019). Tedeschi ve Calhoun'un (1995, 2004a, 2004b) TSB kavramına yönelik çalışmaları literatürde önemli bir yere sahiptir ve kavramın sistematik biçimde incelenmesi için önemli adımların atılmasının önünü açmıştır. Bu bağlamda literatürdeki çalışmaların incelenmesi kavramın doğasına yönelik anlayışın gelişmesi için önem arz etmektedir.

Bu bölümde, TSB kavramına ilişkin literatürde yer alan ve mevcut araştırmayla ilişkili olduğu görülen çalışmaların özetlenmesi amaçlanmıştır. Literatür incelendiğinde mevcut araştırmanın değişkenleri olan TSB, temel inançlarda sarsılma, stresle başa çıkma becerileri ve olay merkeziliyetinin birlikte yer aldığı bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak değişkenlerin farklı kombinasyonlar halinde dahil edildiği çalışmalara ulaşılmıştır. Bu bağlamda öncelikle mevcut araştırma değişkenlerinin üçünü içeren çalışmalara yer verilecek ardından iki değişkeni içeren çalışmalarla devam edilecektir. Çalışmalar örneklemelerin benzerliği ve güncellik kriterlerince değerlendirilmiş ve bu değerlendirme ardından bölüme dahil edilmiştir. Çalışmalar yurt içi ve yurt dışı araştırmalar olarak ayrılmamış mevcut araştırma ile olan ilişkisi göz önünde bulundurularak sınıflandırılmıştır. Yapılan sınıflandırmalar ardından ilgili araştırmalara ait bilgiler, kronolojik sıraya göre verilmiştir.

TSB, olay merkeziliyeti, temel inançlarda sarsılma ve stresle başa çıkma becerileri ile ilgili araştırmalar. Schuettler ve Bools (2011) aynı örneklem grubu içinde travma sonrası oluşan pozitif ve negatif çıktıların yordayıcılarını incelemek amacıyla çalışmalarını yürütmüşlerdir. Araştırmada verileri iki bölüm halinde toplanmıştır. İlk bölümde yaş ortalaması 20.58 olan (ranj= 18-62), 2.326 (%66 kadın) lisans öğrencisinden veriler toplanmıştır. Birinci kısımda yer alan katılımcılara ders kredisi karşılığında ikinci kısma katılma hakkı verilmiş ve yaş ortalamaları 20.52 olan (ranj= 18-46) 108 (%74 kadın) lisans öğrencisi ikinci kısımdaki örneklem grubunu oluşturmuştur. Bu katılımcılar ilk kısımdaki ölçümlerde belirttikleri travmatik yaşantılarını göz önünde bulundurarak travmaya özgü iki ek ölçek doldurmuşlardır. İki kısımdaki katılımcıların cinsiyet, yaş ve etnik

kökeni istatistiksel olarak anlamlı farklar göstermemiştir. Yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda TSB; olay merkeziyeti, problem odaklı başa çıkma ve travmaya yönelik pozitif bakış açısı tarafından yordandığı görülmüştür. Diğer yandan travma sonrası stres belirtilerinin ise olay merkeziyeti, kaçınma stratejisi, travmaya yönelik negatif bakış açısı ve bedensel tepkiler tarafından yordandığı görülmüştür. Yapılan bu çalışma literatürle tutarlı olarak olay merkeziyetinin hem TSB hem de travma sonrası stres belirtileri ile pozitif ilişki içinde olduğunu göstermiştir. Araştırmada altı çizilen önemli nokta ise yüksek olay merkeziyeti olması durumunda başa çıkma becerisi, olaya yönelik bireysel algı gibi faktörlerin travma sonrası oluşacak olumlu veya olumsuz deneyimlerin belirlenmesi için önemli bir etken olabileceğidir.

Groleau ve diğerleri (2013) olay merkeziyeti kavramının hem travma sonrası stres düzeyini hem de TSB'yi literatürde bilinen yordayıcılarının üstünde ve ötesinde açıklama derecesini ölçmek amacıyla çalışmalarını yürütmüşlerdir. Araştırmaya psikolojiye giriş dersi alan ve son iki yılda travmatik bir olay deneyimleyen 187 katılımcı (%61.5 kadın) katılım göstermiştir. Katılımcıların yaş ortalaması 21.4 olarak hesaplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda TSB temel inançlarda sarsılma, istemli ve girici ruminasyon, anlam arayışı ve olay merkeziyeti ile istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif yönde korelasyon göstermiştir. Ayrıca literatürle tutarlı olarak olay merkeziyeti hem TSB ile (.38) hem de travma sonrası stres belirtileri ile (.52) orta ila güçlü ilişki sergilemiştir. Hiyerarşik regresyon analizi sonuçları temel inançlarda sarsılma, girici ruminasyon, anlam arayışı kontrol edildiğinde dahi olay merkeziyetinin travma sonrası stres belirtilerinin açıklanan varyansına benzersiz biçimde katkı sağlamaya devam ettiğini göstermiştir. Benzer bir sonuç TSB için de gözlenmiş ve temel inançlarda sarsılma, girici ve istemli ruminasyon, anlam bulma kontrol edildiğinde dahi olay merkeziyetinin TSB'nin açıklanan varyansına %4 katkı sağladığı ve bu katkının istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Elde edilen bu sonuç olay merkeziyetinin TSB için bağımsız bir yordayıcısı olduğuna yönelik bir kanıt olarak nitelendirilebilir.

Görüldüğü üzere Schuettler ve Bools (2011) ile Groleau ve diğerlerinin (2013) çalışmaları literatürle tutarlı olarak olay merkeziyetinin hem TSB hem de travma sonrası stres belirtileri ile pozitif ilişkili olduğunu bulgulamıştır. Ancak hem olay merkeziyetinin TSB'nin bağımsız bir yordayıcısı olduğuna hem de yüksek olay

merkeziyetinin olması durumunda başa çıkma, temel inançlarda sarsılma gibi diğer değişkenlerin çıktılarının oluşumunda önemli etkilere sahip olduğuna yönelik bulgular bu değişkenlerin bir bütün olarak TSB üzerindeki etkisine ilişkin merakı arttırmaktadır. Ayrıca TSB ile ilgili olduğu araştırmalarca görülen temel inançlarda sarsılma ve başa çıkma becerileri değişkenlerinin olay merkeziyeti değişkeni sürece dahil edildiğinde etkilerinin nasıl değişeceği de merak uyandırmaktadır. Bu bağlamda değişkenlerin birlikte ele alınması önem arz etmektedir.

TSB ve olay merkeziyeti ile ilgili araştırmalar. Barton ve diğerleri (2013) olay merkeziyeti ve travma sonrası bilişlerin TSB ve travma sonrası stres bozukluğu üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla çalışmalarını üniversite öğrencileri ve tedavi arayan danışanlardan oluşan iki farklı örneklem grubunda yürütmüşlerdir. Üniversite öğrencilerinden oluşan ilk örneklem grubu yaşları 18-52 arasında değişen (M=20.90) 500 kişiden (%69 kadın) oluşmuştur. Öğrencileri stresli yaşam olayları, travma sonrası bilişler, olay merkeziyeti, travma sonrası stres bozukluğu ve TSB'yi ölçmek üzere geliştirilen ölçme araçlarını online olarak doldurmuşlardır. Yapılan korelasyon analizleri sonucunda olay merkeziyeti hem TSB (.59) hem de travma sonrası stres bozukluğu (.57) ile pozitif korelasyon göstermiştir. TSB'nin yordayıcılarını belirlemek üzere yapılan çoklu regresyon analizleri hem olay merkeziyetinin ($\beta = .65$) hem de travma sonrası bilişlerin ($\beta = -.14$) TSB'nin anlamlı yordayıcıları olduğunu göstermiştir. İkinci çalışmada cinsel ve/ya fiziksel istismar yaşayan ve tedavi arayan 53 kadın örneklem grubunu oluşturmuştur. Bu çalışmada olay merkeziyeti ile TSB arasında anlamlı bir ilişki görülme de ilk çalışmaya benzer biçimde TSB ile travma sonrası bilişler arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif bir ilişki gözlenmiştir. Elde edilen sonuçlar olay merkeziyeti ve travma sonrası bilişlerin yalnızca travma sonrası stres bozukluğu değil TSB'yi de benzersiz biçimde yordadığını göstermektedir.

Lancaster ve diğerleri (2013) çalışmalarında travma yaşantısı ardından meydana gelen bilişlerin kapsamını ve olay merkeziyetinin TSB'nin bir yordayıcısı olup olmadığını belirlemek amacıyla araştırmalarını yürütmüşlerdir. Araştırmada en az bir travmatik yaşantı geçmişi olan ve yaşları 18-51 arasında değişen (M=19.43) 405 üniversite öğrencisi örneklem grubunu oluşturmuştur. Olay merkeziyetinin TSB'nin tüm alt boyutları için yüksek bir yordayıcısı olacağı ve travma sonrası biliş puanlarının yüksek olmasının büyüme ile negatif ilişkili olacağı

hipotez edilmiştir. Araştırmada veriler; travma yaşantısı, travma sonrası bilişler, olay merkezieteti ve TSB'yi ölçmek amacıyla geliştirilen ölçeklerle katılımcılardan 10-20 kişilik gruplar halinde toplanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre TSB'nin hayatı takdir etme, kişilerarası ilişkiler ve tinsellik alt boyutları yalnızca olay merkezieteti tarafından önemli derecede yordanmaktadır. Diğer yandan yeni olasılıklar ve kişisel güç hem olay merkezieteti hem de dünya hakkındaki olumsuz bilişler tarafından yordanmaktadır. Ayrıca benlik hakkındaki negatif bilişler ve kendini suçlamanın büyümenin alt boyutlarının belirleyicisi olmadığı bulunmuştur. Çalışma sonucunda elde edilen olay merkezietetinin büyümenin tüm alt boyutlarının güçlü bir yordayıcısı olduğu bulgusu önemli bir bulgudur.

Sapach, Horswill, Parkerson, Asmundson ve Carleton (2019) yaşanan travmatik olayın merkezi olarak pozitif veya negatif görülmesinin travma yaşantısından sonra ortaya çıkacak sonuçları etkileyebileceğine dikkat çekmiştir. Olay merkezietetini merkezi-pozitif ve merkezi-negatif şeklinde ölçen araştırmacıların amacı olay merkezieteti değerinin travma sonrası sonuçlar üzerindeki etkisini belirlemektir. Araştırmaya en az bir kez travmatik olay yaşayan ve yaş ortalamaları 48.01 olan 512 (%52.1 erkek) kişi katılmıştır. Veriler travma sonrası stres belirtileri kontrol listesi, Olay Merkezieteti Ölçeği, Travma Sonrası Büyüme Ölçeği ile toplanmıştır. Regresyon modeline göre pozitif olay merkezieteti TSB ile pozitif, travma sonrası stres belirtileri ile negatif; negatif olay merkezieteti travma sonrası stres belirtileri ile pozitif, TSB ile negatif ilişki göstermiştir. Bu bulgular her iki hipotezi de destekleyen bulgulardır. Travma türü ile ilgili yapılan analizlerde cinsel saldırı yaşayan bireylerin doğal afet yaşayanlara göre daha negatif olay merkezieteti rapor ettiği görülmüştür. Ancak diğer türler arasında bir farklılık bulunamamış. Zaman ile olay merkezieteti değişkeni arasında lineer bir ilişki olmadığı bulunmuş. Araştırma sonucuna göre bazı kişilerin travmatik olayı merkezi ancak negatif algılarken, bazı insanların da merkezi ancak pozitif algıladığı ulaşılan bulgulardandır.

Tranter ve diğerleri (2021) olumsuz çocukluk yaşantıları ardından kişilerde meydana gelen pozitif ve negatif değişimleri, duygusal sağlamlık ve olay merkezietetinin ne derece etkilediğini belirlemek üzere çalışmalarını yürütmüşlerdir. Bu amaçla yaş aralığı 19-95 arasında değişen 167 katılımcı (%54.5 kadın) çalışmanın örneklemini oluşturmuştur. Araştırmada katılımcılar çocukluk çağı

olumsuz yaşantıları, sağlamlık, olay merkeziyeti, travma sonrası stres belirtileri ve TSB'yi ölçmeyi amaçlayan veri toplama araçlarını online olarak doldurmuşlardır. Kurulan aracılık modelinde olumsuz çocukluk çağı yaşantıları bağımsız, duygusal sağlamlık ve olay merkeziyeti eş zamanlı olarak aracı, TSB ise bağımlı değişken olarak belirlenmiştir. Yapılan analizler sonucunda model TSB'nin varyansının %38.4'ünü açıklamıştır. Olumsuz çocukluk yaşantısı ile TSB arasında duygusal sağlamlık üzerinden dolaylı, orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı negatif bir etki gözlenmiştir. Diğer yandan olumsuz çocukluk yaşantılar ile TSB arasında olay merkeziyeti üzerinden dolaylı, küçük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir etki gözlenmiştir.

Olay merkeziyeti hakkında yapılan bu çalışmalar olay merkeziyetinin TSB'nin toplam puanı ve her alt boyutu için bağımsız ve önemli bir yordayıcısı olduğuna dair kanıtlar sunmaktadır. TSB ile olay merkeziyeti arasındaki ilişkinin hem doğrudan hem de farklı değişkenler aracılığı ile dolaylı olarak var olduğuna dair çalışmalar mevcuttur. Bu bağlamda olay merkeziyeti olumsuz yaşantılar ardından gerçekleşen pozitif çıktıların oluşumunda önemli bir yere sahip gibi görünmekte ve ilişkinin doğasının anlaşılabilmesi adına daha fazla araştırma yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır.

TSB ve temel inançların sarsılması ile ilgili araştırmalar. Lindstrom ve diğerleri (2013) temel inançlarda sarsılma, ruminasyonlar, olay hakkında kendini açma ve hem yakın hem de uzak çevrede tanık olunan TSB temalarının ölçümü ile elde edilen sosyokültürel değişkenlerin TSB ile ilişkisini incelemiştir. Bu bağlamda Psikolojiye Giriş dersi alan ve son iki yıl içinde travmatik bir yaşantı deneyimleyen 129 üniversite öğrencisinden (%67.4 kadın) veriler toplanmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 20.29 olarak hesaplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda TSB puanlarının varyansının %34'ünün temel inançlarda sarsılma ile açıklandığı görülmüştür. Mevcut bulguların hem teorik beklentiler hem de daha önceki çalışmalar ile tutarlılık gösterdiğinin ve varsayımsal dünyanın sarsılmasının TSB oluşumu için önemli bir yeri olduğunun altı çizilmiştir.

Taku ve diğerleri (2015) büyük Japonya depremini yaşayan lisans öğrencilerinin TSB deneyimlerini temel inançlarda sarsılma, kasıtlı ve girici ruminasyon değişkenleri çerçevesinde incelemiştir. Bu bağlamda araştırmacının önemli amaçlarından biri de Batı kültürüne dayanarak oluşturulan Tedeschi ve

Calhoun'un (2004a, 2004b) TSB modelinin farklı bir kültürde incelenmesidir. Araştırmaya yaşları 18-36 arasında değişen ve Psikolojiye Giriş dersini alan 314 (158 erkek) lisans öğrencisi katılmıştır. Yapılan çalışma sonucunda Japon öğrencilerin temel inançlarının Batı'daki öğrencilere göre daha az sarsıldığı görülmüş ve elde edilen bu sonuç Japon öğrencilerin düşünce yapısındaki farklılıktan kaynaklanabileceği tartışılmıştır. Ancak temel inançların Japon öğrenciler için de travmatik bir olayın ardından belli bir düzeyde sarsıldığı görülmüştür. Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonuçlarına göre temel inançlarda sarsılmanın TSB'nin en güçlü yordayıcısı olduğu görülmüştür. Araştırma sonucunda daha genç olmak, istemli ve girici biçimde ruminasyon yapmak ve temel inançlarda sarsılmanın daha yüksek olması TSB ile pozitif ilişkili bulunmuştur. Elde edilen bulgular TSB modelinin farklı bir kültürde de geçerli olabileceğine dair bir kanıt olarak nitelendirilebilir.

Choi ve diğerleri (2019) temel inançlarda sarsılma, sosyal destek ve ruminasyonların TSB üzerindeki etkisini belirlemek üzere çalışmalarını gerçekleştirmiştir. Çalışmaya hem şehirde hem de kırsal kesimde konumlanmış olan 19 farklı üniversiteden 1121 öğrenci (%65.5 kadın) katılmıştır. Araştırmanın dikkat çeken bir bulgusu toplamda 1230 öğrenciye ulaşılmış olmasına rağmen yalnızca 85 öğrencinin (%6.9) herhangi bir travmatik olay belirtmediği için araştırmaya dahil edilmemesidir. Bu bilgi, aslında travmatik olayların ne denli sık yaşandığına dair bir gösterge olarak nitelendirilebilir. Araştırma sonucunda, temel inançların sarsılması ve algılanan sosyal desteğin yükselmesinin kasıtlı ruminasyonları da arttırdığı ve hem kasıtlı ruminasyonun hem de algılanan sosyal desteğin TSB ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür.

Haspolat (2019) travma sonrası büyüme ve travma sonrası stres belirtileri üzerinde, temel inançlarda sarsılmanın ruminasyon aracılığı ile olan dolaylı etkisinin bilgece farkındalık tarafından düzenlenip düzenlenmediğini ölçmek amacıyla çalışmasını yürütmüştür. Araştırmaya travma yaşantısı olan 246 kişi katılmıştır ve katılımcıların yaşları 19 ile 77 arasında değişmektedir. Katılımcılar Demografik Bilgi Formu, Olay İlişkili Ruminasyon Envanteri, Olayların Etkisi Gözden Geçirilmiş Formu, Travmatik Yaşantı Tarama Listesi, TSB Envanteri, Temel İnançlar Envanteri ve Beş Boyutlu Bilgece Farkındalık Ölçeğini doldurmuşlardır. Araştırma sonucunda travma türüne göre alınan puanlardaki

farklılıklar dikkat çekicidir. Araştırma hipotezi hem travma sonrası stres belirtileri ve TSB için istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bu sonuca göre temel inançlarda sarsılmanın, ruminasyonlar aracılığı ile hem travma sonrası büyüme hem de travma sonrası stres belirtileri üzerindeki dolaylı etkisinin bilgece farkındalık tarafından düzenlendiği bulunmuştur. Ayrıca bilgece farkındalığın alt boyutlarının da farklı düzeylerde etkisi olduğu gözlenmektedir.

TSB ile ilgili yapılan model çalışmalarında temel inançlarda sarsılma önemli bir yere sahip olmuştur (Tedeschi ve Calhoun, 2004a, 2004b). Literatür incelendiğinde mevcut teorik yapının doğrulandığı çalışmalar dikkat çekmektedir. Lindstrom ve diğerlerinin (2013) çalışması TSB'nin açıklanan varyansının önemli bir kısmının temel inançlarda sarsılma tarafından açıklandığını göstermektedir. Temel inançlarda sarsılmanın TSB üzerinde dolaylı etkisi olduğu da çalışmalarda gözlemlenen bulgulardandır. Mevcut bulgular göz önünde bulundurulduğunda temel inançlarda sarsılma, üniversite örneklemindeki TSB deneyimi için önemli bir değişken olduğu gözükmemektedir.

TSB ve stresle başa çıkma becerileri ile ilgili araştırmalar. Armeli ve diğerleri (2001) hem üniversiteden mezun olan hem de halihazırda lisans eğitimine devam eden öğrencilerden oluşan iki örneklem grubunda çalışmalarını yürütmüşlerdir. Öğrenci örneklemini psikolojiye giriş dersi almış olan %56'sı kadın 478 öğrenciden oluşmaktadır ve yaş ortalamaları 18.6 olarak hesaplanmıştır. Çalışmada stresörün ciddiyeti, kontrol edilebilirliği gibi özellikleri, başa çıkma becerileri ve strese bağlı büyümeleri (TSB) ölçülmüştür. Hipotezlerle tutarlı olarak her iki örneklem grubunda da deneyimlenen olayın stres düzeyi daha yüksek olduğunda, olay öncesinde sahip olunan kişisel ve sosyal kaynaklar daha işlevsel olduğunda ve problem odaklı başa çıkma, kabul, olumlu yeniden değerlendirme gibi işlevsel başa çıkma becerileri kullanıldığında daha fazla strese bağlı büyümenin (TSB) meydana geldiği görülmüştür.

Brooks ve diğerleri (2016) TSB'yi etkileyen değişkenleri lisans öğrencisi, suç mağdurları ve mağdurlarla çalışan profesyonellerden oluşan üç farklı örneklemlerde incelemiştir. Katılımcıların 101 üniversite öğrencisinden (%83.2 kadın) oluştuğu ilk çalışmada yaş, cinsiyet ırk gibi demografik bilgiler, travma deneyimi, stresle başa çıkma, dini ve tinsel inanışlar, travma sonrası stres belirtileri, sosyal destek ve TSB ölçülmüştür. Katılımcıların yaşları 17-58 arasında

değişmiş ($M= 26.96$) ve katılımcıların %83,2'si birden fazla olumsuz olay deneyimlediğini bildirmiştir. Yapılan Pearson korelasyon analizi olayın olduğu yaş, dini ve tinsel inanışlar, aktif başa çıkma, travma sonrası stres belirtileri ve sosyal desteğin TSB ile pozitif ilişkili olduğunu göstermiştir. Yapılan çoklu regresyon analizleri ise olayın olduğu yaş, dini ve tinsel inanışlar, aktif başa çıkma, travma sonrası stres belirtileri ve sosyal desteğin TSB'nin önemli yordayıcıları olduğunu göstermiştir. Aynı değişkenler suç mağdurları ve mağdurlarla çalışan profesyonellerden oluşan katılımcı grubunda da test edilmiş ve hem mağdurlarla hem de ruh sağlığı profesyonelleriyle yapılan çalışmada dini ve tinsel inanışlar, aktif başa çıkma ve sosyal desteğin TSB'nin istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir yordayıcısı olduğu görülmüştür.

Tel (2017) çalışmasında benlik saygısı ile TSB arasındaki ilişkide başa çıkma becerilerinin aracılık rolünü incelemeyi ve TSB gösteren bireylerin başa çıkma becerilerini ve büyümeyi yaşamlarının hangi alanında yaşadıklarını belirlemeyi amaçlamaktadır. Araştırma modeli nitel ve nicel modeli barındıran karma modeldir. Nicel kısımda 763 üniversite öğrencisi örneklem grubunu oluşturmaktadır ve TSB Ölçeği, Stresle Başa Çıkma Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeği ve kişisel bilgi formu aracılığı ile katılımcılardan veriler toplanmıştır. Nitel kısımda 12 yüksek düzey TSB gösteren katılımcı belirlenmiş ve veriler yarı yapılandırılmış görüşme formu ile toplanmıştır. Araştırma sonucunda benlik saygısı ve TSB arasındaki ilişkide problem ve kaçınma odaklı başa çıkma becerilerinin kısmi aracılık rolü oynadığı, diğer yandan sosyal desteğin aracılık rolü olmadığı bulunmuştur. Araştırmanın nitel kısmından elde edilen sonuçlar ise; yüksek düzey TSB gösteren bireylerin travma ile problem odaklı, sosyal destek, kaçınma odaklı ve dine sığınma stratejileri ile baş ettiklerini göstermektedir. Büyüme gösteren kişiler büyümeyi inanç sistemi, insan ilişkileri ve kendilik algısındaki değişim boyutlarından yaşamaktadır.

Brooks, Graham-Kevan, Robinson ve Lowe (2019) yaptıkları çalışmada TSB'nin belirleyicileri olarak nitelendirilen değişkenlerin, yaşanan travma deneyiminin karakteristiğine göre farklı sonuçlara neden olup olmayacağını araştırmayı amaçlamaktadır. Aktif, kaçınmacı ve duygusal başa çıkma becerileri, davetsiz düşünceler, sosyal destek ve spiritüellik; travma karakteristiği (kişilerarası travma, travma tiplerinin sayısı ve çocukluk çağı travması) ile travma sonrası

büyüme arasındaki ilişkide potansiyel bir aracı olarak incelenmiştir. Çalışmada a) aktif başa çıkma, istemsiz düşünceler, sosyal destek ve tinselliğin kişilerarası travma ve travma sonrası büyüme arasındaki ilişkideki aracı rolü, b) aktif başa çıkma, istemsiz düşünceler, sosyal destek ve tinselliğin çoklu travma tipi ve travma sonrası büyüme ilişkisi üzerindeki aracı rolü, c) aktif başa çıkma, istemsiz düşünceler, sosyal destek ve tinselliğin çocukluk çağı travması ve travma sonrası büyüme ilişkisi üzerindeki aracılık rolü incelenmiştir. Bu amaçla çalışmaya çoklu ve geniş kapsamlı stres kaynağına maruz kalan ve yaş ortalaması 33.8 olan 268 yetişkin (%81.3 kadın) katılmıştır. Elde edilen veriler çoklu aracılık modeli oluşturmak için kullanılmıştır. İlk modelde kişilerarası travma ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkide psikososyal özelliklerin aracılık rolü incelenmiştir. Sadece istemsiz düşünce ve sosyal destek için kişilerarası travma ve travma sonrası büyüme arasındaki ilişkide direk bir etki gözlenmiştir. Dolaylı etki olarak diğer tüm değişkenler kontrol edildiğinde, TSB ile ilişkide, istemsiz düşünceler anlamlı derecede pozitif, sosyal destek ise anlamlı ölçüde negatif ilişki göstermiştir. İkinci aracılık modelinde travma sayısı ile travma sonrası büyüme arasındaki doğrudan ilişki kaçınma stratejisi, istemsiz düşünceler ve sosyal destek için gözlenmiştir. Ayrıca kaçınma ve sosyal desteğin travma sayısı ve travma sonrası büyüme üzerinde negatif bir dolaylı etkisi olduğunu göstermiştir. Diğer yandan istemsiz düşünceler aynı ilişkide pozitif anlamlı bir ilişki göstermektedir. Son modele göre travma sonrası büyüme üzerinde kaçınma, istemsiz düşünceler ve sosyal desteğin direk etkisi gözlenmiştir. Dolaylı etki olarak da çocukluk çağı travması ve travma sonrası büyüme arasındaki ilişkide kaçınma ve sosyal destek anlamlı derecede negatif etki sergilemiştir. Diğer yandan istemsiz düşünce pozitif dolaylı bir etkiye sahiptir. Sonuç olarak aktif başa çıkma ve tinsellik hiçbir modelde anlamlı bulunmamıştır. Duygusal başa çıkma becerisi de araştırmadaki hiçbir modelde TSB üzerinde aracı bir etki göstermemiştir. Kaçınma stratejisi, istemsiz düşünceler ve sosyal destek travma karakteristiğinden etkilenip travma sonrası büyümeyi etkilemiştir.

Literatürde incelenen araştırmalar travma yaşantısı ardından ortaya çıkan değişimlerin bireysel kaynaklardan etkilenebileceğini göstermektedir. Bu bağlamda bireylerin stresle başa çıkma becerileri önem kazanmaktadır. Görüldüğü üzere aktif başa çıkma becerileri TSB ile pozitif ilişki gösterebilmekte ve TSB'nin önemli

bir yordayıcısı olabilmektedir. Bu bağlamda stresle başa çıkma becerilerinin de TSB oluşumunda önemli bir yere sahip olduğu söylenebilir.



Bölüm 3

Yöntem

Araştırmanın genel amacı travma yaşayan üniversite öğrencilerinin cinsiyet, birden fazla travmatik olayın olup olmaması, fakülte, sınıf, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, travmatik olaya maruz kalma biçimi, travmatik olaydan algılanan etkilenme düzeyi ve travmatik olay üzerinden geçen zaman özelliklerine göre travma sonrası büyüme düzeyleri arasında anlamlı fark olup olmadığı ve travma yaşayan bireylerin olay merkeziliği düzeyleri, stresle başa çıkma becerileri ve temel inançlarda sarsılma düzeylerinin travma sonrası büyümeyi yordayıp yordamadığının incelenmesidir. Buna ek olarak olay merkeziliğinin travma sonrası büyüme ve travma sonrası stres belirtileri ile ilişki de incelenmiştir. Bu bölümde araştırma amacı doğrultusunda ulaşılan çalışma grubu, veri toplama süreci, kullanılan veri toplama araçları ve verilerin analiz yöntemine ait bilgiler sırası ile verilmiştir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu (n=462) 2020-2021 Güz döneminde çoğunluğu Ankara (n=290) ve Bolu (n=161) illerindeki iki devlet üniversitesinin farklı fakültelerinde öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmanın çalışma grubunda farklı illerdeki devlet üniversitelerinde eğitim gören 11 öğrenci de yer almaktadır. Mevcut çalışmada veri toplama süreci pandemi döneminde sürdürüldüğü için veriler çevrimiçi ortamda toplanmış ve farklı üniversitelerdeki öğrencilere de ulaşılabilmiştir. Çalışmada katılımcıların öğrenim gördüğü üniversitelere göre bir karşılaştırma yapılmadığı için bu katılımcılar da çalışma grubuna dahil edilmiştir. Çalışma grubuna seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi ile, 2020-2021 Güz döneminde, Ekim ve Kasım aylarında gerçekleştirilen veri toplama süreci ile ulaşılmıştır. Uygun örnekleme çalışma için uygun, mevcut olan kişilerin gruba dahil edilmesi olarak tanımlanabilir ve en büyük avantajı araştırmacı için kolay ulaşılabilirliktir. Diğer yandan evreni temsil etme ve dolayısı ile genelleme yapma konusunda bir dezavantajı olduğu söylenebilir (Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2012). Fraenkel ve diğerleri (2012) uygun örneklemin kullanılması durumunda örnekleme ait

demografik ve diğer özelliklere ilişkin bilgilerin eklenmesinin önemli olduğunun altını çizmektedir.

Süreç içinde toplamda 544 lisans, yüksek lisans öğrencisi ve mezununa ulaşılmıştır ancak çalışma grubuna dahil edilmek için psikolojik bir rahatsızlık tanısına sahip olmamak ve 18 yaşından büyük olmak kriterleri oluşturulmuştur. Bu bilgilere demografik bilgi formu aracılığıyla öz bildirim yöntemi ile ulaşılmıştır. Bu ön koşula dayanarak psikolojik bir rahatsızlığa sahip olan (n=75) ve 18 yaşından küçük olan (n=3) 78 kişi örnekleme dahil edilmemiştir. Ters puanlamaya sahip maddelerin yardımı ile dört katılımcının yönergeyi istenilen biçimde uygulama konusunda sorun yaşadığı tespit edilmiş ve bu katılımcıların da çıkarılması ile çalışma grubu 462 kişiden oluşmuştur. Çalışma grubunun demografik özellikleri Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo 1

Çalışma Grubuna İlişkin Demografik Bilgiler

		N	%
Cinsiyet	Kadın	350	75.8
	Erkek	112	24.2
Üniversite	Ankara	290	62.8
	Bolu	161	34.8
	Diğer	11	2.3
Fakülte	Fen Edebiyat	77	16.7
	Mühendislik	34	7.4
	İktisadi İdari Bilimler	55	11.9
	Güzel Sanatlar	30	6.5
	Eğitim	122	26.4
	Sağlık Bilimleri	64	13.9
	Turizm	35	7.6
	Tıp	17	3.7
	Diş Hekimliği	13	2.8
	Spor Bilimleri	15	3.2
	Hazırlık	5	1.1
Sınıf	1	102	22.1
	2	121	26.2
	3	76	16.5
	4	89	19.3
	5	14	3.0
	6	5	1.1
	Mezun	9	1.9
	Lisansüstü	41	8.8
Yaş	18-19	101	21.9

		20-21	184	39.8
		22-23	84	18.2
		24-25	30	6.5
		26 ve daha büyük	63	13.6
Hayatın Büyük Bölümünün Geçtiği Yer		Metropol	101	21.9
		İl	232	50.2
		İlçe	91	19.7
		Kasaba	7	1.5
		Köy	31	6.7
Aile Aylık Gelir		2000 ve altı	66	14.3
		2000-4000	159	34.4
		4000-6000	124	26.8
		6000-8000	55	11.9
		8000-10000	26	5.6
		10000 ve üstü	32	6.9
Algılanan SED		Çok iyi	5	1.1
		İyi	93	20.1
		Orta	296	64.1
		Kötü	55	11.9
		Çok kötü	13	2.8
Anne Eğitim Düzeyi		Okuryazar	33	7.1
		İlkokul	193	41.8
		Ortaokul	56	12.1
		Lise	89	19.3
		Yüksek Okul	17	3.7
		Üniversite	67	14.5
		Yüksek Lisans	7	1.5
Baba Eğitim Düzeyi		Okuryazar	3	.6
		İlkokul	116	25.1
		Ortaokul	62	13.4
		Lise	119	25.8
		Yüksek Okul	31	6.7
		Üniversite	115	24.9
		Yüksek Lisans	10	2.2
Birden Fazla Travmatik Olay		Doktora	6	1.3
		Var	291	63.0
		Yok	171	37.0
Olaydan Algılanan Etkilenme Düzeyi		Hiç	4	.9
		Biraz	33	7.1
		Orta düzeyde	93	20.1
		Çok	227	49.1
		Çok Ağır Düzeyde	105	22.7
Olayın Üzerinden Geçen Zaman		1 aydan az	27	5.8
		1-3 ay	15	3.2
		3-6 ay	16	3.5
		6 ay-3 yıl	152	32.9
		3-5 yıl	74	16.0
		5 yıldan fazla	178	38.5

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların %75.8'inin kadın, %24.2'sinin erkek olduğu görülmektedir. Katılımcıların büyük bir kısmının algıladıkları sosyo ekonomik düzeyinin orta düzeyde (%64.1) olduğu görülmektedir. Katılımcıların öğrenim gördükleri fakülte incelendiğinde, katılımcı sayısının en yüksek olduğu fakültenin Eğitim fakültesi (%26.4), en düşük olduğu fakültenin ise Diş Hekimliği fakültesi (%2.8) olduğu görülmektedir. Katılımcıların çoğunluğu 2. sınıfa (%26.2) devam etmektedir. Bunu 1. sınıf (%22.1), 4. sınıf (%19.3) ve 3. sınıf (%16.5) izlemektedir. Katılımcıların yaşları incelendiğinde %21.9'unun 18-19, %39.8'inin 20-21, %18.2'sinin 22-23, %6.5'inin 24-25, %13.6'sının ise 26 ve daha büyük olduğu görülmektedir. Katılımcıların ebeveynlerinin eğitim durumu incelendiğinde annelerinin çoğunluğunun ilkokul (%41.8), babalarının çoğunluğunun ise lise (%25.8) düzeyinde eğitime sahip oldukları görülmektedir.

Yaşanan travmatik olay ile ilgili değişkenler incelendiğinde katılımcıların %63'ünün birden fazla travmatik yaşantı deneyimi olduğu, %37'sinin ise yalnızca bir travmatik yaşantı deneyimi olduğu görülmektedir. Diğer yandan katılımcıların çoğunluğu yaşadıkları travmatik olaydan “çok” (%49.1) etkilendiklerini ifade etmişlerdir. Etkilenme düzeyi oranlarına göre; “çok ağır düzeyde” (%22.7), “orta düzeyde” (%20.1), “biraz” (%7.1) ve “hiç” (%9) olarak sıralanabilir. Son olarak travmatik olay üzerinden geçen zaman incelendiğinde katılımcıların %5,8'inin olayı 1 aydan daha kısa bir süre önce, %3.2'sinin 1 ila 3 ay önce, %3.5'inin 3 ila 6 ay önce, %32.9'unun 6 ay ila 3 yıl önce, %16'sının 3 ila 5 yıl önce, %38.5'inin ise 5 yıldan daha uzun bir süre önce deneyimledikleri görülmektedir.

Veri Toplama Süreci

Veri toplama süreci öncesinde, ölçeklerin kullanımı hakkında geliştirme ve uyarlama çalışmalarını yürüten araştırmacılardan izin alınmış, “Gönüllü Katılım Formu” (Ek-B) ve “Demografik Bilgi Formu” (Ek-C1) oluşturulmuş ve gerekli etik izinlerin alınması için Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonuna başvurulmuştur. Etik iznin alınması ardından (Ek-Ç), diğer üniversite ve fakültelerde uygulama yapabilmek için uygulama izinleri alınmıştır. Alınan izinlerin ardından 2020-2021 güz dönemi içinde, Ekim ve Kasım aylarında veri toplama süreci başlatılmıştır.

Araştırma kapsamında veri toplama süreci pandemi döneminde yüz yüze gelmenin riskleri de göz önünde bulundurularak çevrimiçi platformlar aracılığı ile

yürütülmüştür. Veri toplama araçları aslı ile birebir olacak şekilde çevrimiçi bir platforma aktarılmış ve her bir maddenin işaretlenmesi zorunlu kılınmıştır. Etik izinlerin alındığı üniversite ve bölümlerdeki öğretim elemanları ile e-posta yolu ile iletişime geçilmiş ve hazırlanan çevrimiçi anketlerin üniversite öğrencileri ile paylaşılması sağlanmıştır. Uygulama esnasında yalnızca “Travmatik Yaşantı Tarama Listesinde” yer alan olaylardan birini deneyimlediğini ifade eden katılımcılar geri kalan ölçekleri doldurmuşlardır. Bu nedenle araştırmaya katılan kişi sayısı net bilinemese de, izlenen bu yolla farklı fakültelerde öğrenim görmekte olan toplamda 544 travmatik yaşantı deneyimi olan öğrenciye ulaşılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Bu bölümde araştırmada kullanılan veri toplama araçlarına yer verilmiştir.

Demografik bilgi formu. Araştırma kapsamında, katılımcıların demografik özellikleri araştırmacı tarafından geliştirilen Demografik Bilgi Formu aracılığı ile edinilmiştir. Demografik bilgi formu katılımcılara ait; yaş, cinsiyet, birden fazla travmatik olayın olup olmaması, fakülte, sınıf, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, travmatik olaya maruz kalma biçimi, travmatik olaydan algılanan etkilenme düzeyi ve travmatik olay üzerinden geçen zaman gibi demografik özelliklere ait bilgileri almayı amaçlamaktadır. Kişilerin travmatik olarak nitelendirdiği olaya yönelik demografik özellikler, kişilerin bu olaya ne şekilde maruz kaldığını ve travmatik olaydan algıladıkları etkilenme düzeyini belirlemeyi amaçlayan iki çoktan seçmeli maddeyi, ayrıca en etkileyici olayın ne kadar zaman önce meydana geldiğinin belirtebilmesini amaçlayan açık uçlu bir maddeyi içermektedir. Bu bağlamda travmatik olaya maruz kalma biçimi DSM V (APA, 2013) tanı kriterlerinde yer alan maruz kalma biçimleri dikkate alınarak “*Doğrudan ben yaşadım*”, “*1. Dereceden yakınımın başına geldi*”, “*Olaya şahsen tanık oldum*” ve “*Sosyal medya aracılığı ile tanık oldum*” şıklarını içeren çoktan seçmeli bir madde ile ölçülmüştür. Olaydan etkilenme düzeyi ise “*Hiç etkilenmedim-Çok ağır düzeyde etkilendim*” seçeneklerini içeren beş seçenekli çoktan seçmeli bir madde ile ölçülmüştür. Ölçeklerin yapısal bütünlüğünü bozmamak amacıyla travmatik olayın özelliklerini ölçmeyi amaçlayan maddeler travmatik yaşantı tarama listesi ardından sorulmuştur. Uygulanan Demografik Bilgi Formu Ek- C1’de sunulmuştur.

Travmatik yaşantı tarama listesi. Travmatik Yaşantı Tarama Listesi Foa, Cashman, Jaycox ve Perry (1997) tarafından geliştirilen ve travma yaşantısı ardından meydana gelen travma sonrası stres bozukluğunu ölçmeyi amaçlayan Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği'nin ilk bölümüdür. Türkçeye uyarlama çalışması Dürü ve Işıklı (2006) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçekte bireylerin hayatı boyunca karşılaşılabilecekleri 12 olay ve bu olayların dışında yer alan bir yaşantıyı belirtmek adına “diğer” seçeneği yer almaktadır. Ayrıca birden fazla olay belirtilmesi durumunda en etkileyici olayın belirlenmesini amaçlayan bir madde de yer almaktadır. Travmatik Yaşantı Tarama Listesi Ek-C2'de sunulmuştur.

Travma sonrası büyüme ölçeği-x (TSBÖ-X). Travma Sonrası Büyüme Ölçeği Tedeschi ve Calhoun (1996) tarafından TSB'nin beş alt boyutunu ölçmek amacıyla geliştirilmiş, 21 maddeden oluşan bir ölçektir. Ancak inanç sistemindeki değişimler alt boyutu orijinal ölçekte yalnızca iki maddeden oluşmaktadır ve yapılan çalışmalar incelendiğinde bu maddelerin varoluşsal büyümeyi ölçmede yetersiz kaldığı görülmüştür. Bu nedenle Tedeschi, Cann, Taku, Şenol-Durak ve Calhoun (2017) bu alt boyutu ölçen maddelerin genişletilmesine yönelik çalışma yürütmüş ve ölçeği revize etmişlerdir. Bu amaçla ölçeğe dört madde eklenmiş ve ölçek üç farklı kültürde, üç farklı örnekleme test edilmiştir. Bu ülkelerden biri de Türkiye'dir. Türkiye örnekleme 502 (112 erkek, 379 kadın, 1 cinsiyet belirtmeyen) üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Tüm örneklemden elde edilen veriler üzerinde yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre ölçeğin beş faktörlü yapısının tekrarlandığı görülmüştür. Türkiye örnekleminde elde edilen sonuçlara göre ölçeğin tamamının iç güvenirlik katsayısı için .96, kişisel güç alt boyutu için .85, diğerleri ile ilişkiler alt boyutu için .88, yeni olasılıklar alt boyutu için .86; hayatı takdir alt boyutu için .81 ve spiritüel/varoluşsal değişim alt boyutu için .90 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin geçerliği ölçüt geçerliği ile test edilmiştir. TSBÖ-X temel inanç ve olaya ilişkin istemli ruminasyon ölçümleri ile istatistiksel olarak anlamlı ilişki göstermiş, ancak istemsiz ruminasyonlarla anlamlı ilişki göstermemiştir. Yapılan revizyon çalışması sonucunda beş alt boyutu ölçen 25 maddeden oluşan geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı oluşturulmuştur. Ölçek altılı Likert derecelendirmeye sahiptir (0=Hiç yaşamadım- 5=Çok fazla yaşadım) ve ranji 0-125 arasındadır. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar yüksek düzey büyüme gerçekleştiğinin göstergesidir. Ölçek maddeleri Ek-C3'de verilmiştir.

Bu araştırma örnekleminde elde edilen verilerle ölçeğin güvenirliği Cronbach alfa katsayısı ile yeniden test edilmiştir ve hayatı takdir alt boyutu için .69, kişisel güç alt boyutu için .74, yeni olasılıklar alt boyutu için .81, diğerleri ile ilişkiler alt boyutu için .83, spritüel/varoluşsal değişim alt boyutu için .84; ölçeğin tümü için ise .93 olarak hesaplanmıştır.

Travma sonrası stres belirtileri ölçeği. Foa ve diğerleri (1997) travma sonrası stres bozukluğu tanısı alabilecek kişileri ve travma sonrası stres belirtilerinin şiddetini belirlemek amacıyla Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeğini geliştirmişlerdir. Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği geliştirilen bu tanı ölçeğinin dört alt ölçeğinden biridir. Travma sonrası stres belirtileri ölçeği 17 maddeden oluşan 0-3 (0:Hiç ya da yalnızca bir kez- 3:Haftada 5 ya da daha fazla/ neredeyse bütün gün) arasında puanlanan, 4'lü Likert tipi derecelendirmeye sahip bir ölçme aracıdır. Ölçeğin ranjı 0-51 arasındadır ve ölçekten alınan yüksek puanlar belirti düzeyinin yüksekliğini ifade etmektedir. Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .92 olduğu belirtilmiştir ve yüksek iç tutarlığa sahip olduğu söylenebilir. Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği'nin alt ölçekleri için hesaplanan iç tutarlılık katsayıları ise; yeniden yaşama için .78, kaçınma için .84 ve aşırı irkilme için .84 olarak sıralanabilir. Yapılan test tekrar test güvenirliğinden elde edilen sonuçların da tatmin edici seviyede olduğu görülmüştür; ölçeğin tümü için .83 ve alt boyutlar için .77-.85 arasındadır. Ayrıca ölçeğin eş zaman geçerliği de test edilmiş ve ilişkilerin beklendiği yönde olduğu görülmüştür.

Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Dürü ve Işıklı (2006) tarafından gerçekleştirilmiştir. Uyarlama çalışması 18-50 yaş arası en az bir travmatik yaşantı deneyimi olan 90 kişiden toplanan verilerle gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin tümü için Cronbach alfa katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır. Geçerlik çalışmaları hem yapı hem eş zaman geçerliği ile test edilmiştir. Kuramsal olarak 3 faktöre sahip yapı uyarlama çalışmasında neredeyse tüm maddeler için tekrarlanmış, maddeler kurama göre olması gerektiği yapı altında toplanmıştır. Ancak iki madde farklı faktörlere yüklenmiştir. Eş zaman geçerliği Kısa Semptom Envanteri, Beck Depresyon Envanteri ve Beck Anksiyete ölçeği kullanılarak test edilmiş ve sırasıyla .70, .60 ve .63 bulunmuştur. Elde edilen sonuçlar beklendiği yönde ve istatistiksel olarak anlamlıdır. Ölçek maddelerine Ek-C4'ten ulaşılabilir.

Araştırma örneklemini ile ölçeğin iç tutarlılığı yeniden test edilmiş ve tümü için .92, yeniden yaşama alt boyutu için .86, aşırı irkilme alt boyutu için .86, kaçınma alt boyutu için .76 bulunmuştur.

Olay merkeziyeti ölçeği. Olay Merkeziyeti Ölçeği Berntsen ve Rubin (2006) tarafından yaşanan travmatik olayın ne dereceye kadar kişinin benliğinde merkezi bir rol oynadığını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek tek faktörlü 20 maddelik uzun ve 7 maddelik kısa versiyon olarak geliştirilmiş, 5'li Likert tipi bir ölçektir. Dört farklı üniversitede eğitim gören 707 öğrenciden elde edilen verilerle yapılan güvenirlik çalışması sonucunda Cronbach alfa katsayısı uzun versiyon için .94 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin kısa formu için diğer sorularla yüksek korelasyon gösteren yedi madde seçilmiş ve iç tutarlılığı hesaplanmıştır. Cronbach alfa katsayıları dört örneklem grubunda .87 ila .89 ranjındadır. Ölçeğin uzun ve kısa versiyonun korelasyonu da incelenmiş ve .96 ila .97 ranjında ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca ölçeğin kısa formu yeni bir örnekleme tekrar test edilmiş ve iç tutarlılık katsayısı .92 olarak hesaplanmıştır.

Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmaları Eğeci ve Doğruyol (2019) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek 340 üniversite öğrencisine uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda 20 maddelik uzun versiyonun Türkiye örneklemini için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olmadığı saptanmıştır. Ölçeğin kısa versiyonu için de geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yürütülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin kısa formunun orijinalindeki gibi tek faktörlü bir yapı sergilediği görülmüştür. Yapılan çalışma sonucunda negatif yaşantı yaşayan grupta yapılan analizle sonucu elde edilen Cronbach alfa katsayısı .86, travmatik olay yaşayan grup için ise .85 olarak hesaplanmıştır. Adaptasyon çalışması sonucunda 7 maddeli beşli Likert (1:*Hiç katılmıyorum*- 5:*Tamamen katılıyorum*) derecelendirmeye sahip ölçeğin kısa formunun Türk örneklemini için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu görülmüştür. Ölçekten alınabilecek puanlar 7-35 arasındadır. Ölçek maddeleri Ek-C5'te verilmiştir.

Bu araştırmanın örneklem grubundan elde edilen verilerle ölçeğin iç tutarlılığı yeniden test edilmiş ve tek faktörlü kısa formun iç tutarlılığı .89 olarak hesaplanmıştır.

Temel inançlar envanteri. Temel İnançlar Envanteri yaşanan olayla birlikte, kişinin dünya hakkındaki temel varsayımlarını ne derecede sorgulamaya

başladığını ölçmek amacıyla Cann ve diğerleri (2010) tarafından geliştirilen bir ölçektir. Ölçek tek boyut ve 9 maddeden oluşmaktadır. Maddeler altılı Likert tipi (0:Hiç olmadı- 5:Çok büyük düzeyde oldu) derecelendirme ile puanlanmaktadır, yüksek puanlar temel varsayımların sarsıldığına, bozulduğuna işaret etmektedir. Ölçek ikisi lisans öğrencileri, biri hayatı tehdit eden bir hastalığa sahip kişilerden oluşan üç örneklem grubunda test edilmiş ve ölçeğin iç tutarlılık katsayıları .82 ile .89 arasında değiştiği ve iyi düzeyde olduğu görülmüştür. Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği üniversite örnekleminin yer aldığı ikinci çalışmada test edilmiş ve ilk ölçümden iki ila üç ay sonra yapılan ikinci ölçüm arasındaki ilişki .69 olarak bulunmuştur. Elde edilen bu puanın kabul edilebilir olduğu görülmüştür.

Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmaları Haselden (2014) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Türkiye'nin çeşitli üniversitelerinde eğitim gören 574 üniversite öğrencisinden toplanan veriler üzerinden yapılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi ile sınanmıştır. Yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin orijinalinin aksine iki faktörlü bir yapı oluşturduğu görülmüş, daha ayrıntılı bir inceleme yapmak amacı ile doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. DFA sonucunda da ölçeğin Türkiye örnekleminde iki faktörlü bir yapı sergilediğine yönelik bulgular elde edilmiş ve faktörlere yüklenen maddelerin içerikleri incelenerek ilk faktöre “diğer insanlara yönelik- DİYTİ” (1,2,3,4); ikinci faktöre de “kendine yönelik- KYTİ” (5,6,7,8,9) isimlendirmesi yapılmıştır. Ölçeğin birleşen geçerliği de sınanmış ve kullanılan geçerli ve güvenirliği kanıtlanmış farklı ölçme araçları ile beklendik yönde ilişkiler gösterdiği görülmüştür. Ölçeğin güvenirlik çalışmaları iç tutarlılık katsayısı ile sınanmıştır. Yapılan analizler sonucu elde edilen Cronbach alfa katsayıları tüm ölçek için .87, “kendine yönelik” temel inançlar alt faktörü için .82, “diğer insanlara yönelik” temel inanç alt faktörü için .90'dır. Elde edilen sonuçlara göre ölçeğin Türk örnekleminde kullanımı için geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu görülmüştür. Ölçek maddelerine Ek-C6'dan ulaşılabilir.

Bu çalışma kapsamında elde edilen verilerle ölçeğin iç tutarlılığı tekrar sınanmış ve DİYTİ alt boyutu için .84, KYTİ alt boyutu için .88, tüm ölçek için ise .91 olarak hesaplanmıştır.

Stresle başa çıkma ölçeği.Stresle Başa Çıkma Ölçeği (SBÇÖ) Türküm'ün (2002) Folkman ve Lazarus'un modeline dayalı olarak geliştirdiği 23 maddeden

oluşan beşli Likert tipi (1:*Hiç uygun değil*- 5:*Tamamen uygun*) derecelendirmeye sahip bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek puan aralığı 23-115'tir, ölçeğin bütününden ve alt ölçeklerinden alınan yüksek puanlar kişinin yüksek puan aldığı alanla ilgili başa çıkma becerilerini kullanmaya yönelik eğilimini göstermektedir. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları 498 üniversite öğrencisinden toplanan verilerle gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliği faktör analizi ile test edilmiştir ve üç faktörlü bir yapı sergilediği görülmüştür. Bu faktörler içeriğine bakılarak “soruna yönelme”, “sosyal destek arama” ve “sorunla uğraşmaktan kaçınma” olarak adlandırılmıştır. Sosyal destek arama alt boyutunda yer alan üç madde (10,17,20) ters yönden puanlanmaktadır. İç tutarlılık katsayısı tüm ölçek için .78, “sosyal destek arama” için .85, “soruna yönelme” için .80, “sorunla uğraşmaktan kaçınma” için .65 olarak hesaplanmıştır. Test- tekrar test yöntemi ile ölçeğin güvenirliği test edilmiş ve on hafta arayla toplanan verilerin analiz edilmesi ile ölçeğin bütünü için elde edilen korelasyon katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır, alt ölçekler için elde edilen korelasyon katsayılarının ise .67 ile .71 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçek maddeleri Ek-C7’de verilmiştir.

Bu araştırma örnekleminde elde edilen verilerler yapılan iç tutarlılık çalışmasında sorunla uğraşmaktan kaçınma alt boyutu için .67, soruna yönelme alt boyutu için .82, sosyal destek arama alt boyutu için .85 ve ölçeğin tümü için .80 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizine geçilmeden önce verilerin analize uygun hale getirilmesi için çalışmalar yürütülmüştür. Ulaşılan 544 örnekleme psikolojik rahatsızlık tanısı olan ve on yedi yaşından küçük olan 78 kişi tespit edilmiştir ve bu kişiler veri setinden çıkarılmıştır. Ters maddelerin yardımı ile yönergeyi istenilen biçimde uygulama konusunda sorun yaşayan dört kişi tespit edilmiş ve bu kişilerin de veri setinden çıkarılması ardından 462 kişilik bir örneklem grubu oluşturulmuştur. Ölçeklerde yer alan ters puanlanan maddeler yeniden kodlanmıştır. Uç değerlerin tespiti için z değerleri hesaplanmış ve örneklem grubu 100 kişinin üzerinde olduğu için z puanları -4 ile +4 aralığı dışında kalan verileri uç değer olarak nitelendirme kriterine göre değerlendirme yapılmıştır (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2012). Hesaplanan z değerleri ardından tüm verilerin -4 ile +4 aralığı içinde olduğu

görülmüş ve uç değerin olmadığına yönelik çıkarım yapılmıştır. Hatalı ve kayıp verilerin olup olmadığı da test edilmiştir. Veriler çevrimiçi bir platformda toplandığı ve tüm maddelere cevap vermek zorunlu kılındığı için kayıp verinin olmadığı görülmüştür.

Verilerin analize uygun hale getirilmesi ardından ölçeklerin güvenilirliklerine ait kanıt sağlamak amacıyla SPSS 23 paket programı ile tüm ölçeklerin ve alt boyutlarının iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Verilerin normal dağılım sergileyip sergilememesi kullanılacak analizlerin belirlenmesinde büyük önem arz etmektedir (Can, 2019, s.81). Bu gerekçe ile analizlere geçilmeden önce verilerin normal dağılıp dağılmadığı çarpıklık ve basıklık değerleri incelenerek test edilmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Ölçeklere ilişkin betimsel istatistikler Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2

Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistikler, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçekler	n	$\bar{X}$	Standart Sapma	Çarpıklık	Basıklık
Travma Sonrası Büyüme Ölçeği-X	462	2.74	.97	-.378	-.306
Hayatı Takdir Etme	462	3.43	1.17	-.825	.384
Kişisel Güç	462	3.22	1.19	-.612	-.232
Yeni Olasılıklar	462	2.76	1.23	-.197	-.745
Diğerleri ile İlişkiler	462	2.04	1.11	.043	-.661
Spritüel/ Varoluşsal Büyüme	462	2.87	1.24	-.372	-.553
Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği	462	1.20	.74	.136	-1.040
Kaçınma	462	1.11	.81	.253	-.936
Yeniden Yaşama	462	1.17	.84	.400	-.841
Aşırı İrkilme	462	1.28	.86	.201	-1.115
Olay Merkeziyeti Ölçeği	462	2.79	1.14	.247	-1.005
Temel İnançlar Envanteri	462	2.90	1.37	-.316	-.846
Diğer İnsanlara Yönelik	462	2.96	1.45	-.311	-.947
Kendine Yönelik	462	2.85	1.50	-.294	-.947
Stresle Başa Çıkma Ölçeği	462	3.26	.58	-.086	-.106
Sosyal Destek Arama	462	2.90	1.00	-.110	-.764

Soruna Yönelme	462	3.67	.83	-.458	-.331
Sorunla Uğraşmaktan Kaçınma	462	3.18	.77	-.060	-.339

Tablo 2 incelendiğinde tüm ölçekler için çarpıklık değerlerinin .043 ile -.825 arasında; basıklık değerlerinin ise -.106 ile -1.115 arasında değiştiği görülmektedir. Hair, Black, Babin, Anderson ve Tatham (2013) çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1 ile -1 arasında olmasının verinin normal dağıldığını gösterdiğini ileri sürmektedir. Diğer yandan Tabachnick ve Fidell (2013) bu değerlerin +1.5 ile -1.50 arasında olmasının da verinin normal dağıldığını gösteren kanıtlar olarak nitelendirilebileceğini belirtmiştir. Bu araştırma kapsamında yapılan normallik analizi sonucunda çarpıklık ve basıklık değerlerinin tümünün +1.5 ile -1.5 aralığında kaldığı görülmüştür. Bu nedenle bütün değişkenlerin normal dağılım sergilediği söylenebilir.

Verilerin analize hazırlık çalışmaları ve normal dağılımın test edilmesi ardından alt problemlerin test edilmesi işlemine geçilmiştir. Veriler normal dağılım sergilediği için yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi gibi demografik değişkenler ile bağımlı değişken arasındaki ilişkiye göre farklılık parametrik testler ile incelenmiştir. Bu bağlamda cinsiyet gibi iki bağımsız grubun bağımlı değişken arasındaki ilişki “bağımsız örneklem için *t* testi” ile; ikiden fazla bağımsız grubun bağımlı değişken arasındaki ilişki “tek yönlü ANOVA” ile test edilmiştir. Her bir analizden önce verilerin gruplara göre normal dağılım sergileyip sergilemediği “Split File” yapılarak test edilmiş ve tüm analizlerde gruplara göre de normal dağılımın devam ettiği görülmüştür. Demografik değişkenler içerisinde bazı değişkenlerin gruplar arası karşılaştırma yapmak için gereken anlamlılık düzeyinin altında kaldığı görülmüştür ($n < 30$). Bu gruplar incelenmiş ve aralarında mantıksal ilişki bulunan ve birbirine yakın sayıda olan gruplar birleştirilmiştir. Bu bağlamda elde edilen veriler incelenerek Tıp ve Diş Hekimliği fakülteleri “Tıp ve Diş Hekimliği” adı ile birleştirilmiştir. Spor Bilimleri fakültesi ile benzer özellikler gösteren başka bir fakülte olmadığı için Spor Bilimleri fakültesi analiz dışında bırakılmıştır. Öğrenim görülen sınıf düzeyine ilişkin analizlerde hazırlık ve 1. sınıf birleştirilmiş ve “Hazırlık ve 1. sınıf” olarak isimlendirilmiştir. Ayrıca 4., 5., 6. sınıf birleştirilmiş ve “4. sınıf ve üstü” olarak isimlendirilmiştir. Son olarak mezun ve lisansüstü eğitim alan katılımcılar “Mezun ve Lisansüstü” adı altında birleştirilmiştir. Annesi yüksekokul ve yüksek lisans düzeyinde eğitim alan katılımcıların verileri üniversite ile birleştirilmiş

ve “Önlisans-Lisans ve Lisansüstü” olarak ele alınmıştır. Diğer yandan okur yazar babaya sahip kişilerin verileri ilkökul verileri ile birleştirilmiş ve “Okur yazar- İlkokul” kategorisi olarak isimlendirilmiştir. Ayrıca yüksek lisans ve doktora düzeyinde eğitim gören babaya sahip kişilerin verileri üniversite kategorisi ile birleştirilmiş ve “Lisans ve Lisansüstü” olarak isimlendirilmiştir. Travmatik olaya sosyal medya ile tanık olma grubu ise şahsen tanık olma ile birleştirilmiş ve “Tanık Olma” kategorisi olarak ele alınmıştır. Travmatik olaydan hiç etkilenmediğini belirten katılımcılar ise biraz etkilenme grubu ile birleştirilmiş ve “Az Etkilenme” olarak ele alınmıştır. Son olarak olay üzerinden geçen zaman değişkeni de önemi göz önünde bulundurularak anlamlılık düzeyinin altında olduğu gözlenen gruplar “6 aydan az” kategorisinde birleştirilmiş ve istatistiksel analizlerde bu şekilde kullanılmıştır.

Araştırmanın ikinci alt problemi olan TSB’nin yordayıcılarını belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizine başvurulmuştur. Ancak regresyon analizi çok değişkenli uç değerlerin kontrol edilmesini gerektirmektedir (Can, 2019). Bu nedenle analize geçilmeden önce Mahalonobis uzaklığı hesaplanmış ve 6 bağımsız değişken ile işlem gerçekleştirileceği için 16.812 değerinden büyük olan (Can, 2019, s. 283) 3 kişi veri seti dışında bırakılmıştır. Çoklu doğrusal regresyon analizinin yapılabilmesi için bir takım koşulların sağlanması gerekmektedir ve gerekli koşullardan ilki bağımsız değişkenler arasında yüksek derecede ilişkinin bulunmamasıdır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu koşula ilişkin bulgular Tablo 3’de yer almaktadır.

Tablo 3

Değişkenler Arasındaki Korelasyon Katsayıları

Ölçekler	$\bar{x}$	SS	1	2	3	4	5	6	7
1.Travma Sonrası B.	2.73	.97	1						
2.Diğer İ. Yönelik Tİ	2.95	1.45	.08*	1					
3.Kendine Yönelik Tİ	2.86	1.49	.17**	.73**	1				
4. Sosyal Destek Arama	2.91	1.00	.27**	-.13**	-.20**	1			
5. Soruna Yönelme	3.66	.82	.42**	.21**	.18**	.18**	1		
6.Sorunla U. Kaçınma	3.18	.76	.37**	.15**	.20**	-.02	.37**	1	
7. Olay Merkeziyeti	2.79	1.14	.12**	.43**	.58**	-.19**	.07	.15**	1

$n = 462$, * $p < .05$, ** $p < .01$

Tablo 3 incelendiğinde değişkenler arasındaki ilişkinin -0.02 ile $.58$ arasında değiştiği görülmektedir ve elde edilen veriler bağımsız değişkenler arasında yüksek derecede ilişkinin bulunmadığını göstermektedir ($r < .90$). Çoklu doğrusallık problemi (VIF) varyans artış faktörünün incelenmesi ile de test edilmiştir. Bu bağlamda elde edilen tüm VIF değerlerinin 4' n altında (Hair vd., 2010) olduğu ve çoklu doğrusallık probleminin olmadığı görülmüştür. Regresyon analizinin yapılabilmesi için gerekli bir diğer koşul yordanan değişken ile yordayıcı değişkenlerin her biri arasında doğrusal ilişkinin bulunmasıdır (Can, 2019, s. 275). Tablo 3 incelendiğinde yordayıcı değişkenler ile yordanan değişken arasındaki ilişkinin $.08$ ile $.42$ arasında değiştiği ve tüm ilişkilerin istatistiksel olarak düşük ve orta düzeyde anlamlı olduğu görülmektedir.

Regresyon analizleri için bir diğer koşul gözlenen değerler ile tahmin değerleri arasındaki farkların normal dağılım sergilemesidir (Can, 2019, s. 275). Tahmin hatalarının birbirinden bağımsız olması da bir diğer koşuldur. Bu koşulu test etmek amacıyla Durbin-Watson katsayısı hesaplanmış ve 1.789 olduğu görülmüştür. Tabachnick ve Fidell (2013) Durbin-Watson katsayısının 1.5 ile 2.5 arasında olmasının tahmin hatalarının birbirinden bağımsız olduğunu gösterdiğini ifade etmektedir. Elde edilen katsayı ile bu koşulun sağlandığı söylenebilir. Son olarak olay merkeziliyetinin travma yaşantısı ardından meydana gelen olumlu ve olumsuz değişimler ile ilişkisini Türkiye'deki travma yaşamış  niversite öğrencileri örnekleminde incelemeyi amaçlayan son alt problemi test etmek üzere Pearson korelasyon katsayısı hesaplanmıştır.

Bölüm 4

Bulgular ve Yorumlar

Bu bölümde araştırmanın alt problemlerine ilişkin elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Bulgular alt problemlerin veriliş sırasına göre sunulmuştur. Bu bağlamda öncelikle araştırmanın bağımlı değişkeni olan travma sonrası büyümenin çeşitli demografik özelliklere göre fark gösterip göstermediğine ilişkin elde edilen bulgulara yer verilmiştir. İkinci olarak travma sonrası büyümenin hangi değişkenler tarafından yordandığına ilişkin regresyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir. Son olarak olay merkeziliği değişkeninin olumlu ve olumsuz çıktılar ile ilişkisini belirlemeyi amaçlayan korelasyon bulgularına yer verilmiştir.

Travma Sonrası Büyüme Düzeyinin Demografik Değişkenlere göre Değişip Değişmediğine İlişkin Bulgu ve Yorumlar

Bu bölümde katılımcıların demografik özelliklerinin TSB düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka neden olup olmadığına yönelik bulgu ve yorumlara yer verilmiştir. Bu bağlamda cinsiyet, birden fazla travmatik yaşantının olup olmaması, fakülte, sınıf düzeyi, ebeveyn eğitim düzeyi, travmatik olaya maruz kalma biçimi, travmatik olaydan algılanan etkilenme düzeyi ve olay üzerinden geçen zaman incelenen demografik özellikler olarak sıralanabilir.

Cinsiyete göre TSB düzeyine ilişkin bulgular. Üniversite öğrencilerinde travmatik bir yaşantı ardından meydana gelen TSB düzeyinin cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterip göstermediği bağımsız örneklem için *t* testi ile test edilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 4'te yer almaktadır.

Tablo 4

Cinsiyete göre TSB Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	sd	t	p
TSB Düzeyi	Kadın	350	2.73	.93	-.252	.80
	Erkek	112	2.76	1.07		

Tablo 4 incelendiğinde erkeklerin TSB ölçeğinden aldıkları puan ortalamasının ($\bar{x}$ = 2.76) kadınlarınkinden ($\bar{x}$ = 2.73) daha yüksek olduğu görülmüştür. Ancak elde edilen p değerli bu farkın istatistiksel olarak anlamlı bir

düzeyde olmadığını göstermektedir ($t = -.252$, $p > .05$). Elde edilen sonuçlar üniversite öğrencilerinin TSB puan ortalamalarında cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı göstermektedir.

Birden fazla travmatik olayın olup olmamasına göre TSB düzeyine ilişkin bulgular. Travmatik yaşantının bir ya da birden fazla olmasının üniversite öğrencilerinde görülen TSB düzeyinde bir farka neden olup olmadığı bağımsız örneklem için t testi ile test edilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 5'e aktarılmıştır.

Tablo 5

Birden Fazla Travmatik Olay Olup Olmamasına Göre TSB Düzeylerine İlişkin t Testi Sonuçları

Değişken	Birden fazla travmatik olayın varlığı	n	$\bar{x}$	sd	t	p
TSB Düzeyi	Var	291	2.75	.96	.332	.74
	Yok	171	2.72	.97		

Tablo 5 incelendiğinde birden fazla travmatik olay deneyimleyen bireylerin TSB puan ortalamalarının ($\bar{x} = 2.75$) tek bir olay yaşayanlardan ($\bar{x} = 2.72$) daha yüksek olduğu ancak elde bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir ($t = .332$, $p > .05$).

Fakülteye göre TSB düzeyine ilişkin bulgular. Tıp, Diş Hekimliği ve Spor bilimleri fakültelerine ait katılımcı sayısının gruplar arası karşılaştırma yapmak için gereken anlamlılık düzeyinin altında kaldığı belirlenmiştir ($n < 30$). Bu nedenle Tıp ($n = 17$) ve Diş Hekimliği ($n = 13$) fakülteleri "Tıp ve Diş Hekimliği" başlığı altında birleştirilmiş ve analizler gerçekleştirilmiştir. Spor Bilimleri fakültesi ile benzer özellikler gösteren bir fakülte olmadığı için bu fakülte analiz dışında bırakılmıştır. Öğrenim görülen fakülteye göre üniversite öğrencilerinin TSB puan ortalamalarına yönelik betimsel istatistiklere Tablo 6'dan ulaşılabilir.

Tablo 6

Fakülteye Göre TSB Düzeyleri Hakkında Betimsel İstatistikler

Değişken	Fakülte	n	$\bar{x}$	sd
TSB Düzeyi	Fen Edebiyat	77	2.63	1.08
	Mühendislik	34	2.33	.98
	İktisadi İdari Bilimler(İİBF)	55	2.57	.81
	Güzel Sanatlar	30	2.58	.93
	Eğitim	122	3.03	.91
	Sağlık Bilimleri	64	2.53	1.03
	Turizm	35	3.06	.72
	Tıp ve Diş Hekimliği	30	2.49	.92

Tablo 6 incelendiğinde fakültelere göre kişilerin TSB ortalamalarının 2.33 ile 3.06 arasında değiştiği ve en düşük ortalama puana Mühendislik fakültesi en yüksek ortalama puana ise Turizm fakültesi öğrencilerinin sahip olduğu görülmektedir.

Öğrenim görülen fakültenin üniversite öğrencilerinin TSB düzeyi üzerinde fark oluşturup oluşturmadığı bağımsız örneklem için tek yönlü ANOVA ile test edilmiştir. Elde edilen bulgulara Tablo 7’de ulaşılabilir.

Tablo 7

Fakülteye Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	25.208	7	3.89	4.382	.000
Gruplar içi	389.422	439	.89		
Toplam	416.630	446			

Tablo 7 incelendiğinde farklı fakültelerde öğrenim görmekte olan ve travma yaşantısına sahip üniversite öğrencilerinin TSB düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($F=4.382$, $p<.01$). Varyansların homojenliği için Levene testi sonuçları incelendiğinde varyansların homojen dağılmadığı ($p<.05$) görüldüğünden Post Hoc testi için Games-Howell kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara Tablo 8’den ulaşılabilir.

Tablo 8

Fakülteye Göre TSB Düzeylerine İlişkin Games-Howell Testi Bulguları

Değişken	Fakülte(I)	Fakülte(J)	Ortalamalar Arası Fark	p
Fen Edebiyat	Fen Edebiyat	Mühendislik	.30	.84
		İİBF	.06	1.00
		Güzel Sanatlar	.05	1.00
		Eğitim	-.40	.13
		Sağlık Bilimleri	.09	1.00
		Turizm	-.43	.21
		Tıp ve Diş Hekimliği	.13	1.00
Mühendislik	Mühendislik	Fen Edebiyat	-.30	.84
		İİBF	-.24	.93
		Güzel Sanatlar	-.24	.97
		Eğitim	-.70*	.01
		Sağlık Bilimleri	-.20	.98
		Turizm	-.73*	.02
		Tıp ve Diş Hekimliği	-.16	1.00
İİBF	İİBF	Fen Edebiyat	-.06	1.00
		Mühendislik	.24	.93
		Güzel Sanatlar	-.01	1.00
		Eğitim	-.46*	.02
		Sağlık Bilimleri	.04	1.00
		Turizm	-.49	.07
		Tıp ve Diş Hekimliği	.08	1.00
Güzel Sanatlar	Güzel Sanatlar	Fen Edebiyat	-.05	1.00
		Mühendislik	.24	.97
		İİBF	.01	1.00
		Eğitim	-.45	.27
		Sağlık Bilimleri	.04	1.00
		Turizm	-.48	.31
		Tıp ve Diş Hekimliği	.08	1.00
Eğitim	Eğitim	Fen Edebiyat	.40	.13
		Mühendislik	.70*	.01
		İİBF	.46*	.02
		Güzel Sanatlar	.45	.27
		Sağlık Bilimleri	.50*	.03
		Turizm	-.03	1.00
		Tıp ve Diş Hekimliği	.54	.10
Sağlık Bilimleri	Sağlık Bilimleri	Fen Edebiyat	-.09	1.00

	Mühendislik	.20	.98
	İİBF	-.04	1.00
	Güzel Sanatlar	-.04	1.00
	Eğitim	-.50*	.03
	Turizm	-.53	.07
	Tıp ve Diş Hekimliği	.04	1.00
Turizm	Fen Edebiyat	.43	.21
	Mühendislik	.73*	.02
	İİBF	.49	.07
	Güzel Sanatlar	.48	.31
	Eğitim	.03	1.00
	Sağlık Bilimleri	.53	.07
	Tıp ve Diş Hekimliği	.57	.14
Tıp ve Diş Hekimliği	Fen Edebiyat	-.13	1.00
	Mühendislik	.16	1.00
	İİBF	-.08	1.00
	Güzel Sanatlar	-.08	1.00
	Eğitim	-.54	.10
	Sağlık Bilimleri	-.04	1.00
	Turizm	-.57	.14

*p<.05

Tablo 8 incelendiğinde Eğitim fakültesi ile Mühendislik, İİBF ve Sağlık Bilimleri fakültelerinde öğrenim görmekte olan öğrencilerin travmatik bir yaşantı ardından oluşan TSB puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<.05$). Bu bağlamda Eğitim fakültesinde ($\bar{x}=3.03$) eğitim gören katılımcıların TSB puan ortalamalarının Mühendislik ($\bar{x}=2.33$), İİBF ($\bar{x}=2.57$) ve Sağlık Bilimleri ($\bar{x}=2.53$) fakültelerinde eğitim gören katılımcılardan daha yüksek olduğu söylenebilir. Ortalamalar arasındaki farklar ise sırası ile .70, .46 ve .50'dir. Diğer yandan Turizm ve Mühendislik fakültelerinde eğitim görmekte olan öğrencilerin TSB puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmüştür ($p<.05$). Elde edilen bulgular incelendiğinde Turizm ($\bar{x}=3.06$) fakültesinde eğitim gören katılımcıların TSB puan ortalamalarının Mühendislik ($\bar{x}=2.33$) fakültesinde eğitim gören katılımcılardan daha yüksek olduğu söylenebilir, ortalamalar arasındaki fark ise .73'tür.

Sınıf Düzeyine göre TSB düzeyine ilişkin bulgular. Sınıf düzeyine göre katılımcı sayısı incelendiğinde hazırlık ($n=5$), mezun ($n=9$), 5. ($n=14$) 6. ($n=5$) sınıflarda eğitim görmekte olan katılımcıların sayısının istatistiksel işlem yapmak

için gerekli olan minimum sayının altında olduğu görülmüştür ($n<30$). Sınıf düzeyi arasındaki ilişkiler incelenerek hazırlık ve 1. sınıf birleştirilmiş ve “Hazırlık ve 1. sınıf” olarak isimlendirilmiştir. Ayrıca 4., 5., 6. sınıf birleştirilmiş ve “4. sınıf ve üstü” olarak isimlendirilmiştir. Son olarak mezun ve lisansüstü eğitim alan katılımcılar “Mezun ve Lisansüstü” adı altında birleştirilmiştir ve analizler gerçekleştirilmiştir. Sınıf düzeyine göre TSB puan ortalamalarının betimsel istatistikleri Tablo 9’da sunulmaktadır.

Tablo 9

Sınıf Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişken	Sınıf Düzeyi	n	$\bar{x}$	sd
TSB Düzeyi	Hazırlık ve 1. sınıf	107	2.59	.95
	2	121	2.86	.96
	3	76	2.80	.93
	4. sınıf ve üstü	108	2.81	.93
	Mezun ve Lisansüstü	50	2.48	1.08

Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları travma ardından gerçekleşen TSB düzeyinin sınıf düzeyine göre anlamlı bir fark olup olmadığı bağımsız örneklemeler için tek yönlü ANOVA ile test edilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 10’da yer almaktadır.

Tablo 10

Sınıf Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	8.450	4	2.11	2.289	.059
Gruplar içi	421.873	457	.92		
Toplam	430.323	461			

Elde edilen bulgular incelendiğinde farklı sınıf düzeylerinde eğitim gören üniversite öğrencilerinin TSB puan ortalamaları arasında anlamlı istatistiksel olarak bir fark olmadığı görülmüştür ($F=2.289$, $p>.05$).

Anne eğitim düzeyine göre TSB düzeyine ilişkin bulgular. Anne eğitim düzeyine göre katılımcı sayısı incelendiğinde annesi yüksekokul ($n=17$) ve Yüksek

Lisans ($n=7$) düzeyinde eğitim görmüş olan katılımcı sayılarının istatistiksel işlem yapmak için gerekli olan minimum sayının altında olduğu görülmüştür ($n<30$). Yüksekokul ve yüksek lisans grubu üniversite ile birleştirilip “Önlisans-Lisans ve Lisansüstü” olarak isimlendirilmiştir. Anne eğitim düzeyine göre TSB puan ortalamalarının betimsel istatistikleri Tablo 11’de sunulmaktadır.

Tablo 11

Anne Eğitim Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişken	Anne Eğitim Düzeyi	n	$\bar{x}$	sd
TSB Düzeyi	Okur Yazar	33	2.85	.89
	İlkokul	193	2.85	.97
	Ortaokul	56	2.88	.89
	Lise	89	2.74	.94
	Önlisans-Lisans ve Lisansüstü	91	2.37	.97

Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları travma ardından gerçekleşen TSB düzeyinde anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark olup olmadığı bağımsız örneklem için tek yönlü ANOVA ile test edilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 12’de yer almaktadır.

Tablo 12

Anne Eğitim Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	16.155	4	4.04	4.456	.002
Gruplar içi	414.168	457	.91		
Toplam	430.323	461			

Elde edilen bulgular incelendiğinde anne eğitim düzeyine göre TSB puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir. ($F=4.456$, $p<.05$). Varyansların homojen dağıldığı görüldüğünden ($p>.05$) post hoc olarak Tukey testi yapılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 13’de özetlenmiştir.

Tablo 13

Anne Eğitim Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tukey Testi Bulguları

Değişken	AnneEğitim(I)	AnneEğitim(J)	Ortalamalar Arası Fark	p
Okur Yazar		İlkokul	.00	1.00
		Ortaokul	-.02	1.00
		Lise	.11	.98
		Önlisans-Lisans ve Lisansüstü	.48	.10
İlkokul		Okur Yazar	-.00	1.00
		Ortaokul	-.03	1.00
		Lise	.11	.91
		Önlisans-Lisans ve Lisansüstü	.48*	.00
Ortaokul		Okur yazar	.02	1.00
		İlkokul	.03	1.00
		Lise-Yüksek Okul	.13	.93
		Önlisans-Lisans ve Lisansüstü	.51*	.02
Lise		Okur yazar	-.11	.98
		İlkokul	-.11	.91
		Ortaokul	-.13	.93
		Önlisans-Lisans ve Lisansüstü	.37	.07
Önlisans-Lisans ve Lisansüstü		Okur yazar	-.48	.10
		İlkokul	-.48*	.00
		Ortaokul	-.51	.02
		Lise	-.37	.07

*p<.05

Tablo 13 incelendiğinde annesi önlisans-lisans ve lisansüstü düzeyinde eğitim görmüş katılımcıların TSB puanları ile annesi ilkokul ve ortaokul düzeyinde eğitim gören katılımcıların puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<.05$). Bu bağlamda önlisans-lisans ve lisansüstü gören anneye sahip katılımcıların puan ortalamalarının ($\bar{x}=2.37$), annesi ilkokul ($\bar{x}=2.85$) ve ortaokul ($\bar{x}=2.88$) düzeyinde eğitim alan katılımcıların TSB toplam puanlarından istatistiksel olarak daha düşük olduğu söylenebilir. Ortalamalar arası fark ise sırası ile -.48 ve -.51 olarak hesaplanmıştır.

Baba eğitim düzeyine göre TSB düzeyine ilişkin bulgular. Baba eğitim düzeyine göre katılımcı sayısı incelenmiş ve babası okur yazar ($n=3$), yüksek lisans ($n=10$) ve doktora ($n=6$) düzeyinde eğitim görmüş olan katılımcı sayılarının gruplar arası karşılaştırma yapmak için gerekli olan anlamlılık düzeyinin altında

kaldığı görülmüştür ($n<30$). Bu bağlamda okur yazar babaya sahip kişilerin verileri ilkokul ile birleştirilmiş ve “Okur yazar- İlkokul” kategorisi olarak isimlendirilmiştir. Diğer yandan yüksek lisans ve doktora düzeyinde eğitim gören babaya ait veriler üniversite kategorisi ile birleştirilmiş ve “Lisans ve Lisansüstü” olarak isimlendirilmiştir. Baba eğitim düzeyine göre TSB puan ortalamalarının betimsel istatistikleri Tablo 14’de sunulmaktadır.

Tablo 14

Baba Eğitim Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişken	Baba Eğitim Düzeyi	n	$\bar{x}$	sd
TSB Düzeyi	Okuryazar- İlkokul	119	2.88	.96
	Ortaokul	62	2.97	.93
	Lise	119	2.68	.95
	Yüksek Okul	31	2.72	.92
	Lisans ve Lisansüstü	131	2.55	.99

Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları travma ardından gerçekleşen TSB düzeyinde baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir fark olup olmadığı bağımsız örneklem için tek yönlü ANOVA ile test edilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 15’de yer almaktadır.

Tablo 15

Baba Eğitim Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	10,567	4	2.64	2.876	.023
Gruplar içi	419,756	457	.92		
Toplam	430,323	461			

Tablo 15 incelendiğinde baba eğitim düzeyine göre TSB puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir ($F=2.876$, $p<.05$). Varyansların homojen dağıldığı görüldüğünden ($p>.05$) post hoc olarak Tukey testi yapılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 16’da özetlenmiştir.

Tablo 16

Baba Eğitim Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tukey Testi Bulguları

Değişken	BabaEğitim(I)	BabaEğitim(J)	Ortalamalar Arası Fark	p
OkurYazar-İlkokul		Ortaokul	-.09	.98
		Lise	.20	.48
		Yüksek Okul	.16	.92
		Lisans ve Lisansüstü	.33	.06
Ortaokul		OkurYazar-ilkokul	.09	.98
		Lise	.29	.31
		Yüksek Okul	.25	.77
		Lisans ve Lisansüstü	.41*	.04
Lise		OkurYazar-ilkokul	-.20	.48
		Ortaokul	-.29	.31
		Yüksek Okul	-.04	1.00
		Lisans ve Lisansüstü	.13	.84
Yüksek Okul		OkurYazar-ilkokul	-.16	.92
		Ortaokul	-.25	.77
		Lise	.04	1.00
		Lisans ve Lisansüstü	.17	.91
Lisans ve Lisansüstü		OkurYazar-ilkokul	-.33	.06
		Ortaokul	-.41*	.04
		Lise	-.13	.84
		Yüksek Okul	-.17	.91

*p<.05

Tablo 16 incelendiğinde babası lisans ve lisansüstü görmüş katılımcıların TSB puanları ile babası ortaokul düzeyinde eğitim gören katılımcıların puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<.05$). Bu bağlamda lisans ve lisansüstü ($\bar{x}=2.55$) öğrenimi gören babaya sahip katılımcıların puan ortalamalarının, babası ortaokul düzeyinde eğitim alan ($\bar{x}=2.97$) katılımcıların TSB toplam puan ortalamalarından istatistiksel olarak daha düşük olduğu söylenebilir. Ortalamalar arası fark ise $-.41$ 'dir.

Travmatik olaya maruz kalma biçimine göre TSB düzeyine ilişkin bulgular. Travmatik olaya maruz kalma biçimine ait demografik bilgiler incelendiğinde sosyal medya ile tanık olmanın ($n=6$) istatistiksel analizler yapmak için gerekli olan alt sınırın altında kaldığı görülmüştür ($n<30$). Bu grup şahsen tanık olma ile birleştirilmiş ve "Tanık Olma" kategorisi olarak ele alınmıştır. Travmatik

olaya maruz kalma biçimine göre TSB puan ortalamalarının betimsel istatistikleri Tablo 17’de sunulmaktadır.

Tablo 17

Travmatik Olaya Maruz Kalma Biçimine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişken	Travmatik Olaya Maruz Kalma Biçimi	n	$\bar{x}$	sd
	Doğrudan Kendi Yaşantısı	324	2.72	1.00
TSB Düzeyi	1.Derece Yakının Başına Gelmesiyle	72	2.85	.86
	Tanık Olma	66	2.69	.93

Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları travma ardından gerçekleşen TSB düzeyinde travmatik olaya maruz kalma biçimine göre anlamlı bir fark olup olmadığı bağımsız örneklem için tek yönlü ANOVA ile test edilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 18’de yer almaktadır.

Tablo 18

Travmatik Olaya Maruz Kalma Biçimine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	1.135	2	.57	.607	.545
Gruplar içi	429.188	459	.94		
Toplam	430.323	461			

Elde edilen bulgular incelendiğinde travmatik olaya maruz kalma biçimine göre meydana gelen TSB puan ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür ($F=.607$, $p>.05$).

Travmatik olaydan algılanan etkilenme düzeyine göre TSB düzeyine ilişkin bulgular. Travmatik olay ardından algılanan etkilenme düzeyine ait demografik bilgiler incelendiğinde hiç etkilenmeyen katılımcıların sayısının ($n=4$) gruplar arası karşılaştırma yapmak için gereken koşulları sağlamadığı görülmüştür ($n<30$). Bu grup biraz etkilenme grubu ile birleştirilmiş ve “Az Etkilenme” olarak ele alınmıştır. Travmatik olay ardından algılanan etkilenme düzeyine göre TSB puan ortalamalarının betimsel istatistikleri Tablo 19’da sunulmaktadır.

Tablo 19

Travmatik Olaydan Algılanan Etkilenme Düzeyine Göre TSB Düzeyleri hakkında Betimsel İstatistikler

Değişken	Algılanan Etkilenme Düzeyi	n	$\bar{x}$	sd
TSB Düzeyi	Az	37	2.48	1.23
	Orta Düzey	93	2.56	1.00
	Çok	227	2.87	.93
	Çok Ağır Düzey	105	2.70	.86

Tablo 19 incelendiğinde travmatik olaydan etkilenme düzeyine göre kişilerin TSB ortalamalarının 2.48 ile 2.87 arasında değiştiği ve en düşük ortalama puana az, en yüksek ortalama puana ise çok etkilenen kişilerin sahip olduğu söylenebilir. Travmatik olaydan algılanan etkilenme düzeyine göre üniversite öğrencilerinin TSB düzeyinde fark olup olmadığı bağımsız örneklem için tek yönlü ANOVA ile test edilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 20’de sunulmuştur.

Tablo 20

Travmatik Olaydan Algılanan Etkilenme Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	9.291	3	3.10	3.369	.019
Gruplar içi	421.033	458	.92		
Toplam	430.323	461			

Tablo 20 incelendiğinde travmatik olaydan algılanan etkilenme düzeyine göre üniversite öğrencilerinin TSB düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($F=3.369$, $p<.05$). Varyansların homojenliği için Levene testi sonuçları incelendiğinde varyansların homojen dağılmadığı ($p<.05$) görüldüğünden post hoc testi için Games-Howell testi kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara Tablo 21’den ulaşılabilir.

Tablo 21

Travmatik Olaydan Algılanan Etkilenme Düzeyine Göre TSB Düzeylerine İlişkin Games- Howell Testi Bulguları

Değişken	Olaydan Algılanan Etkilenme Düzeyi(I)	Olaydan Algılanan Etkilenme Düzeyi (J)	Ortalamalar Arası Fark	p
	Az	Orta	-.09	.98
		Çok	-.39	.27
		Çok Ağır	-.23	.73
	Orta Düzey	Az	.09	.98
		Çok	-.30	.06
		Çok Ağır	-.14	.73
	Çok	Az	.39	.27
		Orta	.30*	.06
		Çok Ağır	.17	.39
	Çok Ağır Düzey	Az	.23	.73
		Orta	.14	.73
		Çok	-.17	.39

*p<.05

Tablo 21 incelendiğinde yapılan post hoc sonuçlarının istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir.

Travmatik olay üzerinden geçen zamana göre TSB düzeyine ilişkin bulgular. Travmatik olay üzerinden geçen zamana ait demografik bilgiler incelendiğinde olayın üzerinden geçen 1 aydan az ($n=27$), 1-3 ay ($n=15$) ve 3-6 ay ($n=16$) arasındaki sürelerle sahip bireylerin sayısının istatistiksel analizler yapmak için gerekli olan alt sınırın altında kaldığı görülmüştür ($n<30$). Bu gruplar “6 aydan az” kategorisi olarak birleştirilmiş ve travmatik olay üzerinden geçen zaman dört boyut olarak incelenmiştir. Travmatik olay üzerinde geçen zamana göre TSB puan ortalamalarının betimsel istatistikleri Tablo 22’te sunulmaktadır.

Tablo 22

Travmatik Olay Üzerinden Geçen Zamana Göre TSB Düzeylerine İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişken	Travmatik Olay Üzerinden Geçen Zaman	n	$\bar{x}$	sd
	6 aydan az	58	2.96	.90
	6 ay- 3yıl	152	2.80	.91

3-5 yıl	74	2.59	.94
5 yıldan fazla	178	2.68	1.04

Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları TSB düzeyinde olay üzerinden geçen zamana göre anlamlı bir fark olup olmadığı bağımsız örneklemeler için tek yönlü ANOVA ile test edilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 23’de yer almaktadır.

Tablo 23

Travmatik Olay Üzerinden Geçen Zamana Göre TSB Düzeylerine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Bulguları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	5.546	3	1.85	1.993	.114
Gruplar içi	424.777	458	.93		
Toplam	430.323	461			

Elde edilen bulgular incelendiğinde travmatik olay üzerinden geçen zamana göre TSB puan ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür ($F=1.993$, $p>.05$).

Travma Sonrası Büyüme Düzeyini Yordayan Değişkenlere İlişkin Bulgu ve Yorumlar

Bu bölümde literatürde TSB düzeyi ile ilişkili olduğu görülen temel inançlarda sarsılma, stresle başa çıkma becerileri ve olay merkeziliyeti değişkenlerinin TSB düzeyini yordama düzeyi incelenmiştir ve elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Temel inançlarda sarsılma, stresle başa çıkma becerileri ve olay merkeziliyetinin, TSB toplam puan düzeyini yordama gücüne ilişkin bulgular.

Araştırma kapsamında yordayıcı değişkenler olan temel inançlarda sarsılma, stresle başa çıkma becerileri ve olay merkeziliyetinin, TSB üzerindeki yordama gücü çoklu doğrusal regresyon analizi ile test edilmiştir. Analize geçilmeden önce Mahalonobis uzaklığı incelenmiş ve 3 verinin uç değer olduğu görülmüştür, bu veriler veri setinden çıkarılmıştır ($n=459$). Ayrıca analiz yapabilmek için gereken koşullar test edilmiş ve analizin yapılmasını engelleyecek bir duruma rastlanılmamıştır. Daha sonra çoklu doğrusal regresyon analizine geçilmiş ve

yordayıcı değişkenler bir arada modele dahil edilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 24'da sunulmuştur.

Tablo 24

TSB'nin Yordayıcılarına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata _B	β	T	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	-.388	.240	-	-1.618	.106		
DiğYon	-.102	.038	-.153**	-2.656	.008	.079	-.124
KenYon	.126	.042	.194**	3.025	.003	.169	.141
SosDes	.247	.040	.254**	6.144	.000	.266	.278
SoYön	.324	.052	.275**	6.239	.000	.421	.282
SoKaç	.315	.054	.248**	5.792	.000	.369	.263
OMÖ	.056	.041	.066	1.354	.177	.121	.064

DiğYon: Diğerlerine Yönelik Temel İnançlar, KenYon: Kendine Yönelik Temel İnançlar, SosDes: Sosyal Destek Arama, SoYön: Soruna Yönelme, SoKaç: Sorundan Kaçınma, OMÖ: Olay Merkeziyeti

**p<.01, *p<.05

Analiz sonuçları incelendiğinde, yordayıcı değişkenler ile oluşturulan çoklu doğrusal regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlı bulunduğu görülmektedir ($F=32.836$, $p<.01$). Bu bağlamda kurulan modelin, olgunun toplam varyansının yaklaşık %29'unu açıkladığı görülmüştür ($R=.551$; $R^2=.304$; AR^2 [Düzeltilmiş $R^2]=.294$).

Yordayan değişkenlerin TSB üzerindeki görece etkilerine standardize regresyon katsayıları incelenerek (β) ulaşılmıştır. Bu bağlamda etkiler önem sırasına göre en önemliden başlayarak; soruna yönelme ($\beta=.275$), sosyal destek arama ($\beta=.254$), sorundan kaçınma ($\beta=.248$), kendine yönelik temel inançlar ($\beta=.194$), diğerlerine yönelik temel inançlar ($\beta=-.153$) ve olay merkeziyeti ($\beta=.066$) olarak sıralanabilir. Elde edilen bir diğer bulgu olay merkeziyeti dışındaki tüm değişkenlerin TSB'yi istatistiksel olarak anlamlı derecede yordadığıdır. Ancak olay merkeziyetinin TSB toplam puan ortalamaları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcı etkiye sahip olmadığı bulunmuştur. Diğerlerine yönelik temel inançlarda sarsılmanın TSB toplam puanları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı negatif bir yordayıcı etkiye sahip olması da elde edilen bir diğer bulgudur.

Elde edilen bulgular sonucunda TSB düzeyinin yordanmasına yönelik regresyon denklemi oluşturulmuştur.

$$TSB = -.338 + .324*SoYön + .315*SoKaç + .247*SosDes + .126*KenYön + .056*OMÖ - .102*DiğYön$$

Olay Merkeziyetinin TSB ve Travma Sonrası Stres Belirtileri ile olan ilişkisine ilişkin Bulgu ve Yorumlar

Bu bölümde literatürde son zamanlarda dikkatleri üzerine çeken ve travmatik yaşantı ardından meydana gelen pozitif ve negatif çıktılarla ilişkili olduğu gözlenen olay merkeziyeti kavramının Türkiye'deki travma yaşamış üniversite öğrencileri örnekleminde adı geçen çıktılarla nasıl bir ilişki gösterdiğini belirlemek üzere yapılan Pearson korelasyon analizine ve elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Olay Merkeziyetinin TSB ve Travma Sonrası Stres Belirtileri ile olan ilişkisine yönelik bulgular. Olay Merkeziyetinin TSB ve travma sonrası stres belirtileri (TSSB) ile ilişkisi Pearson korelasyon katsayısı hesaplanarak ortaya konmuştur. Bu bağlamda olay merkeziyetinin hem TSB ve TSSB toplam puan ortalamaları hem de alt boyutlardan elde edilen puan ortalamaları arasındaki ilişki incelenmiş ve elde edilen bulgular Tablo 25 ve Tablo 26'ya aktarılmıştır.

Tablo 25

Olay Merkeziyeti ile TSB Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

Değişken	TSBTop	HayTak	KıGuc	YeOla	Diğİl	Sprit
Olay Merkeziyeti	.12*	.16**	.09*	.17**	-.01	.11*

TSBTop: TSB toplam puan, HayTak: Hayatı Takdir Etme, KıGüc: Kişisel Güç, YeOla: Yeni Olasılıklar, Diğİl: Diğerleri ile ilişkiler, Sprit: Spritüel/Varoluşsal

**p<.01, *p<.05

Tablo 26

Olay Merkeziyeti ile TSSB Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

Değişken	TSSBTop	Kacın	YenYas	Asır
Olay Merkeziyeti	.52**	.47**	.52**	.41**

TSSBTop: TSSB toplam puan, Kacın: Kaçınma, YenYas: Yeniden Yaşama, Asır: Aşırı İrkilme

**p<.01

Elde edilen korelasyon katsayıları incelendiğinde olay merkeziyetinin hem TSB ($r=.12$, $p<.05$) hem de TSSB ($r=.52$, $p<.01$) toplam puanları ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. TSB'nin alt boyutları ile olay merkezi arasındaki ilişki incelendiğinde olay merkeziyetinin TSB'nin diğerleri ile ilişkiler alt boyutu dışında tüm alt boyutları ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde pozitif bir ilişki gösterdiği görülmektedir. Bu bağlamda hayatı takdir etme ($r=.16$), yeni olasılıklar ($r=.17$), kişisel güç ($r=.09$), ve spiritüel/varoluşsal büyüme ($r=.11$) alt boyutları ile olay merkeziyeti arasında düşük düzeyde bir ilişki gözlenmektedir (Cohen,1992). Diğerleri ile ilişkiler alt boyutu ise olay merkeziyeti ile istatistiksel olarak anlamsız ancak negatif bir ilişki sergilemektedir.

TSSB ile olay merkeziyeti arasındaki ilişki incelendiğinde, hem toplam puanların hem de tüm alt boyutların olay merkeziyeti ile istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir ilişki sergilediği görülmektedir. Pearson korelasyon katsayıları incelendiğinde TSSB toplam puan ($r=.52$) ve yeniden yaşama ($r=.52$) alt boyutu için orta; kaçınma ($r=.47$), ve aşırı irkilme ($r=.41$) alt boyutu için düşük düzeyde ilişki olduğu söylenebilir (Cohen, 1992). Bu bağlamda olay merkeziyetinin travmatik yaşantı ardından ortaya çıkan hem TSB hem de TSSB ile istatistiksel olarak anlamlı ve TSB'nin Diğerleri ile ilişkiler alt boyutu hariç tüm alt boyutlar ve toplam puanlar için pozitif bir korelasyon gösterdiği bulunmuştur.

Bölüm 5

Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Araştırmanın bu bölümünde araştırma bulgularına kısaca yer verilecek ve elde edilen bulgular incelenen literatür rehberliğinde tartışılacaktır. Bu bağlamda araştırmanın bulgular kısmı ile paralel olarak öncelikle demografik değişkenlere yönelik tartışmalara yer verilecek, ardından TSB'yi yordayan değişkenlere yönelik tartışmalar gerçekleştirilecektir. Literatürde ve Türkiye örnekleminde yeni bir kavram olan olay merkeziliyetinin TSB ve travma sonrası stres belirtileri ile olan ilişkisine yönelik tartışmaların ardından da araştırmacılara ve uygulayıcılara öneriler sunulacaktır.

Sonuç

Bu araştırmada travma deneyimi olan üniversite öğrencilerinin travma sonrası büyüme düzeylerinde çeşitli demografik değişkenlere göre fark olup olmadığı incelenmiştir. Ayrıca temel inançlarda sarsılma, stresle başa çıkma becerileri ve olay merkeziliyetinin travma sonrası büyümeyi yordayıp yordamadığı tespit edilmeye çalışılmıştır. Son olarak olay merkeziliyeti kavramının travma sonrası büyüme ve travma sonrası stres belirtileri ile ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen sonuçlar şu şekildedir;

1. Üniversite öğrencilerinin TSB puan ortalamalarında cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır.
2. Üniversite öğrencilerinin TSB puan ortalamalarında birden fazla travmatik olayın olup olmamasına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır.
3. Üniversite öğrencilerinin TSB puan ortalamalarında öğrenim görülen fakülteye göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Eğitim fakültesinde eğitim gören katılımcıların, Mühendislik, İİBF ve Sağlık Bilimleri fakültelerinde eğitim gören katılımcılardan daha yüksek büyüme puanı aldığı; ayrıca Turizm fakültesinde eğitim gören katılımcıların, Mühendislik fakültesinde eğitim gören katılımcılardan daha yüksek büyüme puanı aldığı görülmüştür.

4. Üniversite öğrencilerinin TSB puan ortalamalarında öğrenim görülen sınıf düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır.
5. Üniversite öğrencilerinin TSB puan ortalamalarında anne eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu bağlamda annesi önlisans-lisans ve lisansüstü düzeyinde eğitim alan katılımcılar, annesi ilkokul ve ortaokul düzeyinde eğitim alan katılımcılardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha düşük büyüme rapor etmiştir.
6. Üniversite öğrencilerinin TSB puan ortalamalarında baba eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır. Bu bağlamda babası lisans ve lisansüstü eğitim alan katılımcılar, babası ortaokul düzeyinde eğitim alan katılımcılardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha düşük büyüme rapor etmiştir.
7. Üniversite öğrencilerinin TSB puan ortalamalarında travmatik olaya maruz kalma biçimine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır.
8. Üniversite öğrencilerinin TSB puan ortalamalarında travmatik olaydan algılanan etkilenme düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır. Ancak yapılan ileri düzey analizlerde bu farklılığın hangi düzeyler arasında olduğuna yönelik bir sonuç elde edilememiştir.
9. Üniversite öğrencilerinin TSB puan ortalamalarında olay üzerinden geçen zamana göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır.
10. TSB'nin yordayıcılarını belirlemek üzere temel inançlarda sarsılma, stresle başa çıkma becerileri ve olay merkeziliği değişkenleri ile oluşturulan çoklu doğrusal regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.
11. Olay merkeziliği dışındaki tüm değişkenler TSB'yi istatistiksel olarak anlamlı derecede yordamaktadır.
12. Sosyal destek arama, soruna yönelme, sorundan kaçınma ve kendine yönelik temel inançlarda sarsılma, TSB düzeyini anlamlı düzeyde pozitif yönde yordarken, diğerlerine yönelik temel inançlarda sarsılma TSB düzeyini anlamlı düzeyde negatif yönde yordamaktadır.

13.Olay merkeziet TSB'nin diğlereri ile ilişkiler alt boyutu dışında tüm alt boyutları ve toplam puanı ile anlamlı düzeyde pozitif bir ilişki göstermektedir.

14.Olay merkeziet travma sonrası stres belirtilerinin tüm alt boyutları ve toplam puanı ile anlamlı düzeyde pozitif bir ilişki göstermektedir.

Tartışma

Bu bölümde araştırma kapsamında elde edilen bulgular konu ile ilgili literatür temel alınarak tartışılmıştır. Öncelikle araştırmanın demografik özellikleri incelenerek elde edilen bulgulara yönelik tartışma sunulmuş, ardından TSB'nin yordayıcılarını belirlemek üzere oluşturulan modele yönelik tartışmaya yer verilmiştir. Son olarak olay merkeziet kavramının TSB ve travma sonrası stres belirtileri ile olan ilişkisi hakkındaki tartışma sunulmuştur.

TSB düzeyinin demografik değişkenlere göre değişip değişmediğine ilişkin tartışma. Araştırma kapsamında ele alınan demografik özellikler; cinsiyet, birden fazla travmatik olayın olup olmaması, fakülte, sınıf, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, travmatik olaya maruz kalma biçimi, travmatik olaydan algılanan etkilenme düzeyi ve travmatik olay üzerinden geçen zaman olarak sıralanabilir. Demografik özelliklere yönelik tartışma sırası ile sunulmuştur.

Cinsiyete göre. Araştırma kapsamında incelenen ilk demografik özellik katılımcıların cinsiyetidir. Elde edilen bulgulara göre katılımcıların cinsiyetlerinin TSB düzeyi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka neden olmadığı görülmüştür. Literatür incelendiğinde bu bulguyu destekleyen çalışmalar görülmüştür. Cann ve diğlereri (2010) yaşları 18 ile 62 arasında değişen 188 lisans öğrencisi ile yaptıkları çalışmada (133 kadın, 48 erkek) cinsiyetin TSB üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka neden olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Benzer biçimde Zeligman, Bialo, Brack ve Kearney (2017) yaşları 18 ile 57 arasında değişen 362 (215 kadın) lisans öğrencisi ile yaptıkları çalışmada kadınların erkeklere göre daha yüksek TSB puan ortalamalarına sahip olmasına rağmen aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı derecede olmadığını rapor etmiştir. Benzer sonuçlar farklı kültürlerde yapılan çalışmalarda da göze çarpmaktadır. Örneğin; Taku, Calhoun, Cann ve Tedeschi (2008) yaşları 18-25 arasında değişen 445 (266 kadın, 179 erkek) Japon lisans üniversite öğrencisi ile

yürüttükleri çalışmalarında cinsiyet faktörünün toplam TSB puanları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark oluşturmadığını gözlemlemiştir. Shigemoto ve Poyrazlı'nın (2013) hem Amerikan ($n=182$) hem de Japon ($n=163$) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışma, cinsiyete göre TSB puanlarındaki farkın kültürel faktörlerden etkilenebileceğini göstermektedir. Bu çalışmada Amerikan örnekleminde kadınların toplam TSB puanlarının erkeklerle göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu ancak Japon örnekleminde anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür. Hayatı tehdit eden bir hastalığa sahip olan, sevdiği birini kaybedip yas döneminde olan ve ergenlik döneminde olan kişilerin örneklem grubunu oluşturduğu farklı çalışmalarda da cinsiyetin oluşan toplam TSB düzeyi üzerine istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olmadığını gösteren çalışmalar da mevcuttur (ör. Arpawong vd., 2016; Patrick ve Henrie, 2016; Schulz ve Mohamed, 2004; Sheikh, 2004). Diğer yandan yapılan meta analitik çalışmalar kadınların erkeklerden istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek düzeyde TSB deneyimlediklerini göstermektedir (Helgeson vd., 2006; Vishnevsky vd., 2010). Meta analizlerde gözlenen bu durumu destekleyen çalışmalar da göze çarpmaktadır. Örneğin Kesimci, Göral ve Gençöz (2005) 132 lisans öğrencisi ile yürüttükleri çalışmada kadınların stresle ilişkili büyüme deneyimlemeye daha yatkın olduğunu ifade etmiştir. Benzer biçimde oldukça güncel bir çalışmada Kim ve Oh (2019) çoğunluğu kadınlardan oluşan (%62.3) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada kadın öğrencilerin istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek TSB puanı aldığını bulgulamıştır. Benzer bir fark deprem deneyimi olan ve yetişkin kişilerden oluşan örneklemelerde de gözlenmiştir (ör. Akbar ve Witruk, 2016; Sebuktekin, 2018).

Literatür incelendiğinde araştırmanın cinsiyete göre TSB toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farka neden olmadığına yönelik bulguyu destekleyen ve desteklemeyen araştırmaların olduğu görülmüştür. Bu durum çalışma grubunun özelliklerinden kaynaklanmış olabilir. Araştırmanın çalışma grubu büyük şehirlerde üniversite eğitimi alan kişilerden oluşmaktadır ve katılımcıların toplumsal cinsiyet rolü algıları elde edilen sonucu etkilemiş olabilir. Altuntaş ve Altınova (2015) yaptıkları çalışmada eğitim düzeyi arttıkça cinsiyet rol algısının da daha olumlu olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca Esen, Siyez, Soylu ve Demirgürz (2017) üniversite öğrenimine devam eden kadınların

%28.8'inin, erkeklerin ise %29'unun androjen cinsiyet rolüne sahip olduğunu rapor etmiştir. Bu iki araştırma eğitim düzeyi arttıkça kişilerin geleneksel cinsiyet rollerindense daha androjen cinsiyet rollerine sahip olabileceklerini göstermektedir. Üniversitenin her iki cinsiyetin eşit katılımını içeren bir etkileşim ortamı sunması kişilerin daha androjen cinsiyet rolleri benimsemesini sağlamış olabilir. Bu etkileşimin büyük şehirlerde daha fazla olabileceği de düşünülmektedir. Oluşan androjen cinsiyet kimliği erkeklerin daha fazla sosyal yardım talep etmesini, daha çok kendini açmasını sağlamış olabilir. Bu da mevcut araştırmada elde edilen sonucun cinsiyet rollerinden etkilenmiş olabileceğini göstermektedir. Ayrıca kültürel özelliklerin cinsiyete göre TSB düzeyinde oluşan farkı değiştirebileceğine yönelik bulgular, mevcut kültürel farkların da elde edilen sonuç üzerinde etkisi olabileceğini düşündürmektedir. Bu nedenle hem toplumsal cinsiyet rolleri hem de kültürü konu edinen daha kapsamlı ve nitel araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Diğer yandan Vishnevsky ve diğerleri (2010) yaptıkları meta analizde cinsiyet ile TSB arasındaki ilişki üzerinde yaş değişkeninin moderatör etkiye sahip olduğunu ve yaş ortalaması arttıkça kadınların erkeklerden giderek daha fazla büyüme rapor ettiğini ifade etmişlerdir. Mevcut çalışmada katılımcıların yalnızca %13.6'sı 26 yaşından büyüktür, bu da katılımcıların görece daha genç olduklarını göstermektedir. Bu bulgular göz önünde bulundurulduğunda mevcut çalışmada cinsiyete göre TSB düzeyleri arasında fark olmamasının bir diğer nedeninin katılımcıların yaşları olabileceği ve daha genç yaşlarda TSB düzeyi üzerindeki cinsiyet etkisinin daha az olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda cinsiyetin TSB üzerindeki etkilerini belirlemeye yönelik daha fazla, farklı kültürlerde ve çeşitli örneklem grupları ile yapılacak çalışmalara ihtiyaç duyulabilir.

Birden fazla travmatik olayın olup olmamasına göre. Mevcut araştırmada elde edilen bir diğer bulgu birden fazla travmatik olayın varlığının toplam TSB düzeyi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka neden olmamasıdır. Literatür incelendiğinde sayıca az olmakla birlikte bu bulguyu destekleyen ve desteklemeyen çalışmalara rastlanmıştır. Oldukça güncel olan bir çalışmada Gökmen ve Deniz (2020) yaşları 18-60 arasından değişen 204 yetişkin birey ile çalışmalar yürütmüştür. Araştırma sonunda elde ettikleri TSB düzeyinin travma sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermediği bulgusu mevcut çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir. Sebuktekin (2018) 18 yaşın

üzerinde olan 334 kişi ile çalışmasını gerçekleştirmiştir. Katılımcıların büyük bir kısmının çevrelerinde meydana gelen çatışmalara dayalı olarak göç etmek durumunda kalan kişilerden oluşması bu çalışmanın önemli noktalarından biridir. Bu çalışmada benzer biçimde travmatik olay sayısı ile oluşan TSB düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu bulguların yanı sıra yaşanan travmatik olay sayısının oluşan TSB düzeyini etkilediğini gösteren çalışmalar da mevcuttur. Örneğin Laufer ve Solomon (2006) terör saldırılarına maruz kalan İsraili orta okul öğrencileri ile yaptıkları çalışmada ($n=2.999$) travmatik olay sayısı ve oluşan TSB arasında pozitif korelasyon olduğunu rapor etmiştir. Diğer yandan Arpawong ve diğerleri (2016) yüksek riskli bir bölgede eğitim gören 564 lise öğrencisi ile yaptığı çalışmada daha az stresli yaşam olayının TSB'nin bir yordayıcısı olduğunu rapor etmiştir.

Literatür incelendiğinde travmatik olay sayısının TSB düzeyi üzerindeki etkisi hakkında net bir çerçevenin çizilmemiş olduğu görülmektedir. Ancak TSB düzeyinin travmatik yaşantı sayısına göre farklılaştığını gösteren çalışmaların örneklem gruplarının, oldukça riskli bölgelerdeki ve yaş itibarı ile daha küçük yaş grubundaki kişilerle yapılmasının elde edilen sonuçları etkileyebileceği düşünülmektedir. Mevcut çalışmada gönüllü katılımı tercih eden ve yaşamı boyunca travmatik olay deneyimleyen 18 yaşından büyük kişiler örneklem grubunu oluşturmaktadır. Bu bağlamda bulgularda var olan farklılıkların örneklemelerin özelliklerinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Yaşın artmasının da gerek başa çıkma becerilerinin işlevselliğini gerekse bilişsel işleme sürecinin gelişmesini etkileyeceği düşünülmektedir. Dolayısıyla örneklem gruplarının yaş farklılıklarının da literatürde ve mevcut çalışmada elde edilen bulguları etkilemiş olabileceği düşünülmektedir. Diğer yandan travmatik yaşantı sayısının TSB düzeyinde farka neden olduğunu gösteren çalışmalar yüksek riskli bölgelerde yaşayan bireylerle gerçekleştirilmiştir. Bu bağlamda yaşanan travma türü ve şiddetinin de farklılaşabileceği ve bulguların bu değişkenler nedeniyle farklılaşmış olabileceği düşünülebilir. Literatürde yaşanan travma türü ile TSB düzeyini arasında ilişki olabileceğini gösteren çalışmalar mevcuttur (Haspolat, 2019; Norris, Friedman, Watson, Byrne, Diaz ve Kaniasty, 2002). Bu araştırmalar travma türü ile büyüme süreci arasında ilişki olabileceğini göstermektedir. Elde edilen bilgiler

travmatik olayın türü, şiddeti, sayısı, süregelen olup olmadığı gibi olayın doğasına ait bilgileri de içeren daha detaylı çalışmalara ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir.

Fakülteye göre. Mevcut araştırmada örneklem grubundaki öğrencilerin eğitim gördükleri fakülteye göre TSB düzeyinde fark olup olmadığı da incelenmiş ve çeşitli farkların olduğu görülmüştür. Elde edilen bulgulara göre eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrenciler mühendislik, iktisadi ve idari bilimler ve sağlık bilimleri fakültelerinde eğitim gören öğrencilerden istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek TSB puanları aldıkları görülmüştür. Elde edilen bir diğer bulgu ise turizm fakültesinde eğitim gören öğrencilerin TSB puan ortalamalarının mühendislik fakültesi öğrencilerinden istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğudur. Literatür incelendiğinde üniversite örneklemleri ile yapılan çalışmalar arasında TSB düzeyinin öğrenim görülen fakülteye göre anlamlı derecede farklılaşıp farklılaşmadığına yönelik bulgular sunan çalışmaya rastlanılmamıştır. Her ne kadar TSB olgusu travmanın yapısı, travma yaşayan bireyin kişisel özellikleri gibi bireysel faktörlerden etkilenme eğiliminde olsa da, kişiler tarafından seçilen fakülte ve bölüm, travma yaşayan kişi hakkında önemli bilgiler sunabilmektedir. Bu bağlamda elde edilen bulgular önem arz etmektedir. Linley ve Joseph (2004) yaptıkları çalışmada açıklık, sorumluluk, dışadönüklük ve uyumluluk faktörlerinin TSB ile pozitif ilişkili olduğunu bulgulamıştır. Ayrıca dışa dönüklüğün farklı çalışma bulgularında da TSB ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Sheikh, 2004; Rzeszutek, Oniszczenko ve Gruszczyńska, 2019). Literatürdeki bu bilgiler meslek seçiminde önemli bir yere sahip olan kişilik özelliklerinin oluşan TSB düzeyi üzerinde farka neden olabileceğini göstermektedir. Kişilerin öğrenim görecekleri fakülteleri kişilik özellikleri, ilgi ve yetenekleri gibi çeşitli özelliklere göre seçmelerinin yanı sıra, öğrenim görülen fakülteye ait çeşitli özelliklerin de kişilerin TSB düzeyi üzerinde etkili olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda eğitim fakültesinde eğitim gören öğrencilerin mühendislik, İİBF ve sağlık bilimleri fakültelerindeki öğrencilerden daha yüksek TSB puanı almaları eğitim fakültesinde verilen eğitimin sosyal etkileşime dayanmasından kaynaklanıyor olabilir. Eğitim fakültelerinde teorik derslerin yanı sıra öğretmenlik uygulamaları ve topluma hizmet uygulamalarını da barındıran bir eğitim programı sunulmaktadır (YÖK, 2018). Ayrıca sınıf yönetimi ve etkileşimini de içeren dersler yer almaktadır. Verilen eğitimin içeriğinin, eğitim fakültesinde

eğitim alan öğrencilerin daha yüksek sosyal etkileşim içinde olmasını pekiştirebileceği ve olası bir travma deneyimi ardından daha fazla ve etkili sosyal desteğe ulaşmalarının mümkün olabileceği düşündürmektedir. Benzer bir durum turizm fakültesinde de geçerli olabilir.

Bu çalışmalar incelendiğinde her ne kadar doğrudan fakülteleri ele alan bir çalışmaya rastlanmasa da, dolaylı olarak öğrenim görülen fakültenin bazı özelliklerinin ve bu fakültelerde öğrenim görmek isteyen öğrencilerin belli kişilik özelliklerinin de TSB düzeyi üzerinde farka neden olabileceği düşünülmektedir. Elde edilen bu bilgiler ışığında mevcut örneklemdaki öğrencilerin öğrenim gördükleri fakültelere göre meydana gelen TSB düzeyi bu farklılığın kişilik özelliklerinden ve sunulan eğitimin özelliklerinden kaynaklanabileceğini düşündürmekte ve daha derin araştırmalara ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir.

Sınıf düzeyine göre. Araştırma bulgularından bir diğeri sınıf düzeyinin TSB düzeyi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka sebep olmadığıdır. Literatür incelendiğinde elde edilen bu bulguyu destekleyen ve desteklemeyen kaynakların olduğu görülmüştür. Örneğin Young ve Yujeong (2018) 305 Koreli lisans öğrencisi (81 erkek, 224 kadın) ile yaptığı kesitsel çalışmada, travmatik deneyime sahip üniversite öğrencilerinde TSB düzeyinin sınıf değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı derecede fark olmadığını rapor etmiştir. Bu çalışma gerek örneklem benzerliği gerekse elde edilen bulguların benzer olması dolayısı ile mevcut araştırma bulgularını destekleyen önemli bir kaynaktır. Diğer yandan farklı yaş grupları ile yapılan çalışmalar da sınıf düzeyinin TSB düzeyi üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmadığını göstermektedir. Örneğin oldukça güncel olan çalışmalarında Xie, Wu ve Shen (2020) deprem deneyimi olan 850 Tibetli ergen (382 erkek, 468 kadın) ile çalışmıştır. Bu çalışmada da sınıf değişkeninin TSB düzeyi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı derecede farka neden olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Deprem deneyimi olan ergenlerle yapılan farklı bir çalışmada da sınıf düzeyi ile TSB arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı rapor edilmiştir (Jia, Ying, Zhou, Wu ve Lin, 2015). Bu çalışma bulgularına ek olarak sınıf düzeyi ile TSB düzeyi arasında ilişki olduğuna yönelik bulgular gösteren çalışmalar da mevcuttur. Örneğin Laufer ve Solomon (2006) ortaokula giden çocuklarla yaptıkları çalışmada daha genç ve daha düşük sınıf seviyesine sahip bireylerin daha fazla TSB gösterme eğiliminde olduklarını rapor

etmiştir. Benzer şekilde Yu ve diğerleri (2010) 3324 Çinli ergen (1758 erkek, 1481 kadın) ile yaptıkları çalışmada sınıf düzeyinin TSB üzerinde istatistiksel olarak anlamlı derecede farka sebep olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Mevcut araştırma bulgularına göre sınıf düzeyinin meydana gelen TSB düzeyi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka sebep olmadığı görülmektedir. Literatürde bu durumu destekleyen ve desteklemeyen bulgular olsa da araştırma örneklemine benzer örnekleme sahip olan yalnızca bir çalışmaya rastlanması ve bu çalışmanın mevcut bulguyu destekler nitelikteki bulgularının olması önemli bir durum olarak nitelendirilebilir. Sınıf düzeyinin TSB üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka sebep olduğunu gösteren çalışmalar ortaokul ve lise öğrencileri ile yani görece daha genç bir örneklem grubuyla yapılmıştır. Bu örneklem grubundaki bireylerde üst sınıfta olmak yaş itibarı ile de büyük olmayı gerektirebilir ve gelişim dönemleri dikkate alındığında TSB düzeyi üzerinde meydana gelen farklılığın edinilen bilişsel kazanımlarla da ilişkili olabileceği düşünülmektedir. TSB sürecinin oldukça bilişsel bir süreç (Tedeschi ve Calhoun, 2004a) olduğu düşünüldüğünde bilişsel kazanımın bir önceki yıllara göre daha ileri seviyede olması meydana gelen TSB düzeyindeki farkı etkileyebilir. Ancak bu konuda yapılacak daha ayrıntılı çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Diğer yandan üniversite sınıflarında yaş aralığı çok farklılaşabilmektedir ve bu dönemde meydana gelen bilişsel gelişim hızının daha küçük yaşlara göre görece yavaş olması mevcut araştırmada elde edilen bulguya bir dayanak oluşturabilir. Ancak üniversite örnekleminin sınıf düzeyi hakkında yapılan çalışmaların azlığı bu konuda daha fazla çalışma yapılması ve belki de bilişsel gelişim düzeyini de kapsayan çalışmaların yapılması gerektiğini göstermektedir.

Anne-baba eğitim düzeyine göre. Mevcut araştırmada elde edilen bir diğer bulgu anne ve baba eğitim düzeylerine göre katılımcıların TSB düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark meydana geldiğidir. Bu bulguya göre annesi önlisans-lisans ve lisansüstü eğitim gören katılımcıların TSB toplam puanları, annesi ilkokul ve ortaokul düzeyinde eğitim gören katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha düşüktür. Benzer biçimde babası lisans ve lisansüstü eğitim gören katılımcıların TSB toplam puanları, babası ortaokul düzeyinde eğitim gören katılımcılara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha düşüktür. Literatür incelendiğinde anne baba eğitim düzeyinin travma

yaşayan kişilerdeki TSB düzeyi üzerinde bir farka neden olup olmadığını konu alan yalnızca bir çalışmaya rastlanmıştır. Bu çalışma dışında ulaşılan kaynakların genelde katılımcıların eğitim düzeyine odaklandığı dikkat çekmiştir (örneğin, Danhauer vd., 2013a; Xu ve Liao, 2011; Yorulmaz, Bayraktar ve Özdilli, 2010). Mevcut bulgu ile ilgili olduğu görülen araştırma lisans ve yüksek lisans öğrenimine devam eden 321 (230 kadın, 91 erkek) üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir (Arıkan, 2007). Elde edilen bulgulara göre anne ve baba eğitim düzeyi ile TSB arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Elde edilen bulgu mevcut bulguyla paralel değildir, ancak mevcut araştırmada elde edilen ebeveyn eğitim düzeyi düştükçe katılımcıların TSB puanlarının arttığı bulgusu ilgi çekici bir bulgudur. Ebeveyn eğitim düzeyi kişilerin yaşamları hakkında pek çok bilgi barındırmaktadır. Eğitim düzeyi düştükçe sosyoekonomik düzeyin de belli oranda düştüğü düşünülebilir. Bu durum yüksek riskli bölgelerde yaşayan çocukların, olumsuzluklara rağmen oldukça başarılı birer yetişkin olmasına katkı sağlayan psikolojik sağlamlık (resilience) (Werner, 1992, 1993) kavramını akla getirmektedir. Anne ve baba eğitim düzeyinin düşmesi, kişilerin karşılaşacakları problemlere yönelik daha işlevsel becerileri kendi çabalarıyla geliştirilmesi ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin daha yüksek olması ile sonuçlanabilir. Thabet, Elhelou ve Vostanis (2015) üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlık ve TSB düzeyinin pozitif yönde anlamlı bir ilişki içinde olduğunu rapor etmiştir. Benzer şekilde Sebuktekin (2018) TSB ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Görüldüğü üzere katılımcıların psikolojik sağlamlık düzeyleri TSB düzeyi üzerinde bir farka neden olabilir. Ancak mevcut araştırmada psikolojik sağlamlık bir değişken olarak ele alınmamıştır ve değişkenin TSB düzeyi ile ilişkisini konu edinen daha detaylı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Alan yazında psikolojik sağlamlık ile TSB arasında eğrisel bir ilişki olduğunu gösteren çalışmalar (Li, Cao, Cao ve Liu, 2014). Bu nedenle iki değişken arasındaki ilişki hakkında yapılacak daha detaylı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Ailenin sosyo ekonomik düzeyi de TSB üzerinde anlamlı farklara neden olabilmektedir. Kim ve Oh (2019) yaptıkları çalışmada yüksek ekonomik statü bildiren katılımcıların, orta ve düşük ekonomik statü bildirenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek TSB puanları aldıklarını rapor etmişlerdir. Bu durum yüksek ekonomik statüye sahip bireylerin psikolojik yardıma daha kolay

ulaşabilmesi ile ilgili olabilir. Diğer yandan ailenin eğitim düzeyinin yükselmesi olası olduğu için, ailenin daha ilgili olabilmesi ile de ilişki olabilir. Ancak Helgeson ve diğerleri (2006) yaptıkları meta analizde sosyoekonomik düzey ile TSB arasında anlamlı bir ilişki olmadığını rapor etmiştir. Alan yazında yer alan bu bilgiler sosyoekonomik düzeyin de büyüme sürecini etkileyen bir değişken olduğunu göstermekte ve farklı sosyo ekonomik düzeylere sahip katılımcılarla yapılan çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Yetişkinlik düzeyinde ebeveyn etkisinin azalmasının mevcut sonucu doğurmuş olabilecek başka bir değişken olduğu d ş n lmekle beraber, süreğen travma yaşantılarında ve çocukluk  ağı travmalarında ebeveyn eğitim düzeyinin ve hatta ailenin başa çıkma, duygu düzenleme becerileri gibi  zelliklerinin, TSB düzeyinde bir farka sebep olup olmadığının incelenmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda yapılacak boylamsal çalışmalara ihtiyaç duyulmakta ve mevcut araştırma bulgusu da göz önünde bulundurulursa, aile özelliklerinin de yapılacak çalışmada incelenmesi gereken değişkenlerden biri olması gerektiği düşünülmektedir.

Travmatik olaya maruz kalma biçimine göre. Mevcut araştırmada travmatik olaya maruz kalma biçiminin TSB üzerinde anlamlı farka neden olmadığı bulgusu elde edilmiştir. Bu bağlamda kişinin olaya doğrudan maruz kalması, sevdiği kişilerin başına geldiğini görmesi veya olaya tanık olmasının, TSB düzeyi üzerinde farka neden olmadığı söylenebilir. Shigemoto, Low, Borowa ve Robitschek (2017) potansiyel bir travmatik yaşantısı olan 292  niversite  ğrencisi ile yaptığı çalışmada olayı deneyimleme biçimini doğrudan ve dolaylı olmak üzere iki kategoriye ayırmışlardır. Kurdukları regresyon modeline göre hem kadınlarda hem de erkeklerde meydana gelen TSB düzeyi ile olayın doğrudan olup olmaması arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Elde edilen bu bulgu gerek örneklemenin benzer oluşu gerekse bulgunun mevcut bulguyu destekler nitelikte olması nedeniyle önemlidir. Benzer bir bulgu deprem deneyimi olan ergenlerle yapılan çalışmada da görülmüştür (Zhou, Wu ve Zhen, 2018). Bu çalışmaya deprem deneyimi olan 591 ergen katılmış ve deneyimleri kendilerinin yaralanmasını içeren doğrudan ve sevdikleri birinin yaralanmasını içeren dolaylı deneyim olarak iki grupta incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda TSB düzeyi ile olayı doğrudan ya da dolaylı deneyimleme arasında istatistiksel olarak anlamlı

bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. Görüldüğü üzere literatürde olayı deneyimleme biçiminin TSB düzeyi üzerinde anlamlı bir farka neden olmadığını gösteren çalışmalar mevcuttur. Literatürde yer alan ve hayatı tehdit eden bir hastalığa sahip kişilerle ve partnerleri ile yapılan çalışmalar da ilgi çekici sonuçlar rapor etmişlerdir. Örneğin Manne, Ostroff, Winkel, Goldstein, Fox ve Grana (2004) meme kanseri kadınlar ve partnerleri ile yaptıkları boylamsal çalışmada her iki grupta da zaman içinde TSB düzeyinin yükseldiğini rapor etmiştir. Ayrıca Thornton ve Perez (2006) prostat kanseri olan erkekler ve partnerleri ile boylamsal bir çalışma yürütmüş ve her iki grupta da TSB meydana geldiğini rapor etmiştir. Bu çalışmada en dikkat çekici bulgu TSB düzeyinin her iki grupta da benzer olması ile hastalarda ve partnerlerdeki TSB puanlarında istatistiksel olarak anlamlı fark olmamasıdır. Tüm bu çalışmalar travmatik yaşantıya maruz kalma biçimleri farklılaşsa da bireylerde belli düzeyde TSB deneyimlendiğini ve hatta bu deneyimin olaya maruz kalan kişiler kadar olabileceğini göstermektedir. Diğer yandan olaya maruz kalma biçiminin TSB düzeyi ile ilişkili olduğunu gösteren çalışma da mevcuttur. Val ve Linley (2006) 167 yetişkin katılımcı ile yaptıkları çalışmada olayı doğrudan deneyimleyen kişiler ile dolaylı olarak deneyimleyenler arasında TSB düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğunu rapor etmiştir. Bu bağlamda doğrudan maruz kalan bireyler uzun vadede daha fazla büyüme rapor etmişlerdir.

Görüldüğü üzere literatürde mevcut araştırma bulgusunu destekleyen ve desteklemeyen çalışmalar mevcuttur. Ancak sosyal bir varlık olan insanın tanık olduğu travmatik olayların kişiyi, olayı doğrudan deneyimleyen kişi kadar travmatize edebileceği, temel inançlarını gözden geçirmesine ve yeni bir bilişsel yapı inşa etmesi yönünde harekete geçmesini sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu süreçlerin başlaması da kişilerde belli oranda bir büyüme oluşmasına neden olabilmektedir. Sosyal Öğrenme Kuramı, oluşan bu durumu açıklamada önemli bir yere sahiptir. Bandura (1977) insanın gözlem yolu ile öğrenme kapasitesinin, karmaşık davranış kalıplarının öğrenilmesini sağladığını belirtmektedir. Bu bağlamda kişi olayı doğrudan yaşamasa da, olayı doğrudan deneyimleyen birini gözlemleyerek çeşitli karmaşık davranış kalıplarını öğrenebilir (Bandura, 1969). TSB oldukça karmaşık bir süreç olmasına rağmen, sosyal öğrenme kuramının altını çizdiği dolaylı öğrenme kavramı, travmatik olaya doğrudan maruz kalmayan kişilerin de neden büyüme gösterdiğine yönelik önemli bir açıklama sunmaktadır.

Olaya dolaylı olarak maruz kalan kişiler, doğrudan maruz kalmış kişileri gözlemleyerek büyüme deneyimleyebilirler. Bu durum göz önünde bulundurulduğunda elde edilen bulgunun literatürle tutarlı ve anlaşılabilir olduğu söylenebilir (Manne vd., 2004; Shigemoto vd., 2017; Thornton ve Perez, 2006; Zhou vd., 2018). Ancak konu hakkında yapılacak ve sosyal öğrenme kuramını da içeren detaylı çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Travmatik olaydan algılanan etkilenme düzeyine göre. Araştırmada katılımcıların olaydan etkilenme düzeyleri kişilerin kendi algılarına dayanarak belirlenmiş ve olaydan algılanan etkilenme düzeyinin meydana gelen TSB düzeyi üzerinde istatistiksel olarak anlamlı derecede farka neden olduğu bulunmuştur. Ancak farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan ileri düzey analizlerde anlamlı bir sonuca ulaşılamamıştır. Literatürde travmadan etkilenme düzeyi ile TSB arasında eğrisel bir ilişki olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Fontana ve Rosenheck, 1998; Schnurr, Rosenberg ve Friedman, 1993). Her iki çalışmada da TSB düzeyi, orta düzey etkilenme gösteren katılımcılarda çok düşük ve yüksek düzey etkilenme gösterenlere kıyasla daha yüksek olmuştur. Literatürde yer alan bu bulgular mevcut çalışmada ileri düzey analizlerde bir sonuç elde edilememesini açıklayabilmektedir. Bu bağlamda olayın etki düzeyi ile TSB arasındaki ilişki doğrusal olmayabileceği için mevcut çalışmada böyle bir sonuç elde edilmiş olabilir. Elde edilen bu durum daha detaylı çalışmalara ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir.

Diğer yandan literatürde olay etkisi ile TSB arasındaki ilişki hakkında yapılan ve birbirinden farklı sonuçlar elde edilen çalışmalar mevcuttur. Laufer ve Solomon (2006) yedi, sekiz ve dokuzuncu sınıfa giden gençlerle yaptığı çalışmasında olay hakkındaki öznel etkilenme düzeyi ile TSB arasında pozitif bir ilişki olduğunu bulgulamıştır. Bu çalışmaya göre olayı daha stresli algılayan katılımcılar daha fazla büyüme eğilimi göstermiştir. Benzer şekilde kanser hastası ergenler ve ebeveynleri ile çalışma yürüten Barakat, Alderfer ve Kazak (2006), ergenlerde yaşam tehdidi algısı ve TSB'nin istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişkili olduğunu bulgulamıştır. Bu iki çalışma dışında yetişkinlerle yapılan çalışmalarda da algılanan stres ile TSB'nin pozitif ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Örneğin Cordova, Cunningham, Carlson ve Andrykowski (2001) meme kanseri kadınlarla yaptıkları çalışmada olaya ilişkin algılanan tehdit

ile TSB arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir ilişki bulmuştur. Ayrıca Helgeson ve diğerleri (2006) yaptıkları meta analizde olayın hem nesnel ciddiyetinin hem de olayla ilgili algılanan stres düzeyinin daha yüksek TSB düzeyi ile ilişkili bulunduğunu rapor etmişlerdir. Görüldüğü üzere literatürde pozitif yönde ilişkinin varlığını gösteren çalışmalar mevcuttur. Ancak ilişkinin olmadığını ve negatif yönde olduğu bulgusu elde edilen çalışmalar da mevcuttur. Örneğin Xie ve diğerleri (2020) deprem deneyimi olan ergenlerle yaptıkları çalışmada olaydan etkilenme düzeyinin katılımcılarda meydana gelen TSB düzeyinin istatistiksel olarak anlamlı derecede negatif bir yordayıcısı olduğunu raporlamıştır. Bu bağlamda yüksek etkilenme düzeyi, düşük TSB ile ilişkili bulunmuştur. Taku, Kilmer, Cann, Tedeschi ve Calhoun (2012) ise yedi, sekiz ve dokuzuncu sınıfa giden lise öğrencileri ile yaptıkları çalışmada olayın algılanan ciddiyetinin TSB'nin bir yordayıcısı olmadığı sonucunu bulmuşlardır. Görüldüğü üzere literatürde olayın algılanan etkisi ile TSB arasındaki ilişki hakkında farklı sonuçları işaret eden çalışmalar bulunmaktadır.

Tedeschi ve Calhoun (2004b) yaşanan travmatik olayın doğrudan TSB'yi meydana getirmediğini ancak TSB'nin oluşum sürecini başlatan bir güç olduğunun altını çizmektedir. Bu bağlamda olayın temel inançları sarsacak kadar zorlayıcı olmasının süreç için önemli olduğunu belirtmişlerdir. Mevcut araştırmada olaydan az etkilendiğini ifade eden katılımcıların TSB puan ortalamalarının diğer katılımcılara göre en düşük olması bu bilgiyi destekler niteliktedir. Araştırmada travma türü bir değişken olarak ele alınmamıştır ancak insan kaynaklı travmaların diğer travma türlerine göre daha ağır düzeyde etkileyici olduğu (Norris vd., 2002) ve temel inançlarda daha yüksek sarsılmaya neden olduğu bilgisi literatürde yer almaktadır (Haspolat, 2019). Bu sonuç göz önünde bulundurulursa travma türü değişkeninin elde edilen bulgu üzerinde karıştırıcı bir etkiye sahip olabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle travma türü değişkenini de içeren aracı ve düzenleyici modellerin test edilmesine ihtiyaç duyulmaktadır.

Literatür incelendiğinde olayın nesnel ve kişi için öznel olan iki farklı zorlayıcılık düzeyine sahip olduğu düşünülmekte ve literatürde yer alan çalışmaların bir kısmı her hem nesnel hem öznel etki boyunu içermektedir (örneğin; Helgeson vd., 2006; Taku vd., 2012). Mevcut çalışmada yalnızca olayın öznel etkisi ele alınmış istatistiksel olarak anlamlı bir sonuca ulaşılamamıştır.

Ayrıca mevcut çalışmada olaydan öznel etkilenme düzeyi bir madde ile ölçülmüş olup bu konuda daha detaylı bilgilerin alındığı kapsamlı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu bağlamda travmatik olayın öznel etkisini belirlemeye yönelik oluşturulacak geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı geliştirilebilir. Böylelikle yapılan çalışmalarda olayın öznel etkisi de daha ayrıntılı biçimde incelenebilecektir. Diğer yandan olaydan etkilenme düzeyi ile TSB arasındaki eğrisel ilişkiyi ölçen detaylı çalışmalara da ihtiyaç duyulmaktadır.

Travmatik olay üzerinden geçen zamana göre. Mevcut araştırmada elde edilen bir diğer bulgu travmatik olay üzerinden geçen zamana göre meydana gelen TSB puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede fark olmadığıdır. Elde edilen bu bulgu çeşitli çalışmalarca desteklenmektedir. Örneğin Helgeson ve diğerleri (2006) yaptıkları meta analizde travma üzerinden geçen zaman ile TSB'nin ilişkisiz olduğunu rapor etmiştir. Benzer şekilde Tedeschi ve Calhoun (1996) lisans öğrencileri ile yaptıkları çalışmada travma üzerinden geçen zaman ile TSB arasında bir ilişki olmadığını rapor etmiştir. Yine lisans ve yüksek lisans öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada ise Arıkan (2007) travmatik yaşantı ardından geçen süre ile TSB arasında istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon olmadığını belirtmiştir. Bu çalışmalar gerek elde edilen bulgunun gerekse örneklem grubunun benzemesi nedeniyle mevcut araştırma bulgusu için önem arz etmektedir. Ancak farklı örneklem grupları ile yapılan ve elde edilen bulguyu destekler nitelikte olan çalışmalar da mevcuttur. Örneğin ergen ve genç yetişkinlerle yaptığı çalışmada Wolchik, Cox, Tein, Sandler ve Ayers (2009) travma ardında geçen zaman ile TSB'nin yeni olasılıklar, kişisel güç ve spiritüel büyüme alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığını rapor etmiştir. Benzer şekilde son üç yılda travmatik bir yaşantısı olan ergenlerle yaptığı çalışmada Milam, Ritt-Olson ve Unger (2004) TSB olaydan sonra geçen zaman ile ilişkisiz bulunmuştur. Tüm bu çalışmaların yanı sıra literatürde olay ardından geçen zaman ile TSB arasındaki ilişkinin pozitif ve negatif yönlü olduğunu bulgulayan çalışmalar da mevcuttur. Örneğin Cann ve diğerleri (2010) travma ardından geçen zamanın TSB'nin istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir yordayıcısı olduğunu bulgulamıştır. Benzer bir sonuç meme kanseri teşhisi olan kadınlarla yapılan çalışmalarda da elde edilmiştir (Cordova vd., 2001; Danhauer vd., 2013a). Bu çalışmalara göre tanı ardından geçen daha uzun süre, daha yüksek TSB ile

ilişkili bulunmuştur. Yapılan başka bir çalışmada ise boylamsal desen kullanılmış ve akut lösemi hastaları ile çalışılmıştır (Danhauser vd., 2013b). Bu çalışmada da benzer biçimde tanı ardından geçen sürenin artması daha yüksek TSB toplam puanı ile ilişkili bulunmuştur. Diğer yandan Barakat ve diğerleri (2006) ergenlerle yaptıkları çalışmada travma ardından geçen zaman ile TSB'nin negatif ilişkili olduğunu rapor etmiştir. Benzer biçimde Wolchik ve diğerleri (2009) travma ardından geçen süre ile TSB'nin diğerleri ile ilişkiler ve hayatı takdir etme alt boyutları arasında negatif bir ilişki olduğunu bulgulamıştır. Görüldüğü üzere literatürde travmatik olay ardından geçen süre ile meydana gelen TSB düzeyi arasındaki ilişki konusunda farklı sonuçlar elde edilen çalışmalar yer almaktadır.

Mevcut araştırma bulgusunu destekleyen çalışmaların araştırma örneklemini benzer örneklem grubuna sahip olması elde edilen bulguya bir kanıt niteliğindedir. Ortaya çıkan bu durum, TSB düzeyi üzerinde katılımcıların kişisel özellikleri, olaya yönelik öznel yaşantılar gibi bireysel özelliklerinin daha fazla etkili olabileceğini düşündürmektedir. İncelenen demografik özelliklerden yalnızca eğitim görülen fakülte, ebeveyn eğitim düzeyi ve olaydan algılanan etkilenme düzeyinin TSB üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka sebep olması bu düşüncüyü destekler niteliktedir. Bu bağlamda ilerde yapılacak çalışmaların olayla ilgili faktörleri ve olay ardından gerçekleşen süreçleri etkileyebileceği düşünülen bireysel faktörleri ele alması önem arz etmektedir. Mevcut durum konu hakkında derinlemesine bilgi toplamayı olası kılan boylamsal ve nitel desene sahip çalışmaların da yapılma ihtiyacını gün yüzüne çıkarmaktadır. Ancak literatürde yer alan ve olay üzerinden geçen zaman ile TSB arasındaki ilişkinin negatif ve pozitif yönlü olduğunu gösteren çalışmalar, bu iki değişken arasındaki ilişkinin eğrisel olabileceğini düşündürmekte ve ilerde yapılacak çalışmalarda bu durumun da incelenme ihtiyacı gün yüzüne çıkmaktadır.

Travma Sonrası Büyüme düzeyini yordayan değişkenlere ilişkin tartışma. Araştırma problemini test etmek ve üniversite öğrencilerindeki TSB düzeyini yordayan değişkenleri belirlemek amacı ile çoklu doğrusal regresyon modeli oluşturulmuştur. Yapılan analizler sonucunda oluşturulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve olgunun açıklanan varyansının yaklaşık %29'unu açıkladığı görülmüştür. Yordayıcı değişkenler etki büyüklükleri açısından incelenmiş ve en yüksek etki büyüklüğüne sahip değişkenlerin stresle başa çıkma

becerileri olduğu görülmüştür (soruna yönelme; sosyal destek arama; sorundan kaçınma). Bulgular incelendiğinde ele alınan tüm stresle başa çıkma becerilerinin TSB düzeyini pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. Elde edilen bulguya göre kişilerin kullandığı başa çıkma becerilerinden aldıkları puanların artması meydana gelen TSB düzeyini de belli ölçüde arttırmaktadır. Lazarus ve Folkman (1984, s. 141) başa çıkma becerilerini “kişinin mevcut kaynaklarını aşan içsel ve dışsal talepleri yönetmek için sürekli değişen bilişsel ve davranışsal çabalar” olarak tanımlamaktadır. Görüldüğü üzere başa çıkma becerileri bireyin sürekli bir değişim halinde olan hayatını işlevsel bir biçimde devam ettirmesi için gerekli ve önemli bir beceridir. Travmatik yaşantılar yüksek stres barındıran ve mevcut yapıları sarsma potansiyeline sahip olaylardır. Bu nedenle, kişilerin travmatik yaşantı öncesinde sahip olduğu başa çıkma becerilerinin, hem travmatik yaşantı anında hem de sonrasında sürecin yönetilmesi açısından oldukça önemli bir hale geldiği düşünülebilir.

Mevcut çalışmada stresle başa çıkma becerileri soruna yönelme, sosyal destek arama ve sorundan kaçınma olmak üzere üç boyutta ele alınmıştır. Araştırma bulgularına göre her üç başa çıkma becerisinin de meydana gelen TSB düzeyinin pozitif yordayıcıları olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde sosyal desteği ve aktif başa çıkma becerilerini içeren başa çıkma becerilerinin TSB’nin pozitif yordayıcıları olduğunu gösteren ve sevilen birinin ani ölümünü deneyimleyen (Fisher vd., 2020), hayatı tehdit eden bir hastalığa sahip (Leloir vd., 2010; Shand vd., 2015; Sheikh, 2004; Urcuyo vd., 2005) katılımcılarla yürütülen farklı çalışmaların olduğu göze çarpmaktadır. Benzer bulgular yapılan meta analizlerde de elde edilmiştir. Örneğin Prati ve Pietrantonio (2009) olumlu yeniden değerlendirme ve dini başa çıkmanın TSB ile güçlü düzeyde, sosyal destek aramanın ise orta düzeyde ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yapılan bu çalışmada kişilerin kabul becerisini kullanması ise küçük ancak anlamlı bir etki göstermiştir. Bir diğer meta analizde ise Helgeson ve diğerleri (2006) benzer biçimde olumlu yeniden değerlendirme (positive reappraisal) ve kabul stratejilerinin TSB ile ilişkili olduğunu bulgulamıştır. Yeung, Lu, Wong ve Huynh (2016) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada TSB’nin yordayıcılarını belirlemek üzere hiyerarşik regresyon analizi yapmıştır. Yapılan analizler sonucunda kabul ve olumlu yeniden değerlendirmenin daha yüksek TSB puanları ile ilişkili olduğunu

bulgulanmıştır. Benzer biçimde üniversitede çalışan kişiler ve üniversite öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada problem odaklı başa çıkma, kabul ve sosyal destek arama gibi başa çıkma becerilerinin daha yüksek TSB ile ilişkili olduğu görülmüştür (Armeli vd., 2001). Görüldüğü üzere literatürde ulaşılan araştırmalar mevcut çalışma bulgularını destekler niteliktedir.

Tedeschi ve diğerleri (1998) TSB'yi hem bir bilişsel bir süreç hem de sonuç olarak tanımlamaktadır. Travmatik yaşantı ardından meydana gelen ve ruminasyonları içeren bilişsel mekanizmalar TSB'nin Betimsel İşlevsel modelinde (Tedeschi ve Calhoun, 2004a, 2004b) oldukça önemli bir yere sahiptir. Soruna yönelme; sorunun varlığını kabul etme, olası çözüm yolları arama ve mevcut çözüm yollarından uygun olanları hayata geçirme gibi adımları içeren ve aktif başa çıkma becerisi olarak nitelendirilebilecek bir beceridir. Bu bağlamda meydana gelen olayı kabul edip, aktif biçimde başa çıkmaya çalışma bilişsel süreçleri tetikleyerek meydana gelecek TSB düzeyine katkı sağlayabilir. Ancak aktif başa çıkma becerileri çok yönlü olup daha ayrıntılı biçimde incelenmesi gerekmektedir. Diğer yandan literatür incelendiğinde algılanan ve alınan sosyal desteğin TSB sürecine katkı sağladığını gösteren çalışmalara rastlanılmaktadır (Armeli vd., 2001; Linley ve Joseph, 2004; Sheikh, 2004; Shulz ve Mohamed, 2004). Bu bağlamda sosyal desteğin bir başa çıkma becerisi olarak kullanılması meydana gelen TSB düzeyine anlamlı ve pozitif bir katkı sağlamış olabilir. Ancak uygun sosyal desteğe ulaşabilme, sosyal destek memnuniyeti gibi değişkenlerin de varlığı göz ardı edilmemeli ve bu konuda da yapılacak daha ayrıntılı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Araştırmada elde edilen ve ilgi çekici olan bir diğer bulgu sorundan kaçınma başa çıkma becerisinin de TSB düzeyine anlamlı, pozitif bir katkısının olmasıdır. Bir diğer deyişle sorundan kaçınma düzeyi arttıkça TSB düzeyi de artmaktadır. Mevcut bulguyu desteklemeyen çalışmalar literatürde yer almaktadır. Örneğin Fisher ve diğerleri (2020) sevdikleri bireyleri ani biçimde kaybeden kişilerle yaptıkları çalışmada, kaçınma stratejisinin daha düşük TSB ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Benzer biçimde terör saldırılarına maruz kalan bireylerle yapılan başka bir çalışmada Park ve diğerleri (2012) inkarın TSB'yi istatistiksel olarak anlamlı ancak negatif yönde yordadığını rapor etmişlerdir. Literatürde var olan bu bilgilerin yanı sıra inkar gibi kaçınma odaklı başa çıkma becerilerinin daha

yüksek TSB puanları ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar da mevcuttur. Örneğin Lelorain ve diğerlerinin (2010) meme kanseri kadınlarla yaptıkları çalışmada inkarın TSB'nin pozitif bir yordayıcısı olduğuna ulaşılmıştır. Ayrıca yapılan bir boylamsal çalışmada hem olumlu yeniden değerlendirme, kabul gibi yaklaşım odaklı (approach-oriented) hem de kaçınma odaklı (avoidance-oriented) başa çıkma becerilerinin daha yüksek TSB puanları ile ilişkili olduğunu rapor etmişlerdir (Kunz vd., 2018). Bu çalışma bulgusuna göre ilk ölçümde her iki stratejiyi de daha yüksek düzeyde kullananlar ikinci ölçümde istatistiksel olarak anlamlı düzeye daha yüksek TSB puanları almışlardır. Görüldüğü üzere kaçınma odaklı stratejilerin kullanılmasının TSB'yi yordayıp yordamadığına yönelik literatürde farklı sonuçlar ortaya koyan çalışmalar mevcuttur. Ancak Kunz ve diğerleri (2018) başa çıkma esnekliğinin zaman içinde oluşan yüksek TSB ile ilişkili olduğunu rapor etmiştir. Bu sonuca göre belli bir beceriyi sürekli kullanmaktansa, becerileri esnek biçimde kullanabilmek büyüme ile ilişkili görünmektedir. Bu bilgi Lazarus ve Folkman'ın (1984, s. 141) stresle başa çıkma tanımına paralel görünmektedir. Çünkü bu tanımda kişinin çevresinde veya içinde meydana gelen ve kendi içsel kaynaklarını aşan talepleri yönetmek için kullanılan yöntemler olduğu görülmekte ve sürekli değişen bir yapı olduğunun altı çizilmektedir. Bu bağlamda her ne kadar aktif başa çıkma becerileri stresle başa çıkmada daha etkili gibi görünse de meydana gelen değişim ve ihtiyaçlara göre bu başa çıkma becerisinin yetersiz kalabileceği ve esnek biçimde farklı yöntemlerin kullanılması ihtiyacının doğabileceği düşünülebilir. Travmatik yaşantıların gündelik yaşantılardan çok daha yüksek stres yaratması ve mevcut yapıları derinden sarsması kişilerin sorunu cesaretle kabul etmesi ve aktif biçimde başa çıkmasını zorlaştırabilir. Bu bağlamda inkar gibi kaçınma stratejileri, kişinin olay ile başa çıkmasını sağlayacak sistemlerin yeniden geliştirmesine olanak tanıyabileceği için oldukça işlevsel bir hal alabilir. Kişi bu süreçte travmatik yaşam olayı ile başa çıkmak için enerji toplayacak zamanı elde ediyor olabilir. Bu bağlamda kaçınma stratejilerinin olaydan hemen sonra daha sıklıkla kullanıldığı ancak ilerleyen zamanlarda aktif başa çıkma becerilerine geçiş yapıldığı akla gelmektedir. Örneğin Danhauer ve diğerleri (2013b) akut lösemi hastaları ile yaptıkları çalışmada tanıdan sonra geçen sürenin daha az olmasının daha yüksek düzeyde stres ile ilişkili olduğunu bulgulamıştır. Bu bulgu mevcut öneriyi desteklese de, öne sürülen düşünceye doğrudan bir kanıt olmamakta ve bu konuda yapılacak daha derin

alışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Diğerk yandan başa çıkma esnekliğinin de nedimli önemli olduğu göze çarpmakta, bu bağlamda belli başa çıkma becerilerinin belli durumlarda işlevsel olup olmadığı düşünülmektedir. Bu konuda da yapılacak detaylı çalışmalara ihtiyaç duyulduğu aşıkardır. Başa ıkma becerileri yalnızca olaya değil kullanılan bağlam ve kullanan kişiye göre de işlevsel olabilmektedir (Lazarus ve Folkman, 1987). Bu bağlamda kişisel özelliklerin de belli bir olay karşısında seçilen başa çıkma becerilerini ve hatta işlevsel olup olmadığını belirleyebileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda kişisel ve bağlamsal özelliklere göre de bir inceleme yapılması ihtiyaç ortaya çıkmaktadır. Görüldüğü üzere stresle başa çıkma becerileri karmaşık bir yapıya sahiptir ve mevcut araştırmada TSB'nin en yüksek etkiye sahip yordayıcısı olduğu bulgulanmıştır.

Yapılan regresyon analizine göre TSB'nin diğerk bir yordayıcısının temel inançlarda sarsılma olduğu görülmektedir (kendine yönelik temel inançlar, $\beta = .194$; diğerklerine yönelik temel inançlar, $\beta = -.153$). Elde edilen buldu TSB'yi açıklayan ve literatürde kabul gören Betimsel işlevsel modelce desteklenmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004a, 2004b). Betimsel işlevsel modele göre temel inançlarda sarsılma, büyümeyi ortaya çıkaran bilişsel işleme süreçlerinin başlamasına katkı sağlamakta ve TSB'nin en önemli yordayıcılarından olma özelliği göstermektedir. Örneğin Lindstrom ve diğerkleri (2013) niversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada temel inançlarda sarsılmanın TSB'nin temel yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Elde edilen bulguya göre TSB'nin açıklanan varyansının %34' temel inançlarda sarsılma tarafından açıklanmaktadır. Japon niversite öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada da benzer bir sonuca ulaşılmış ve temel inançlarda sarsılmanın TSB'nin en önemli yordayıcısı olduğu rapor edilmiştir (Taku vd., 2015). Yine niversite öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada, Cann ve diğerkleri (2010) temel inançlarda sarsılmanın hem kesitsel hem de boylamsal çalışmalarda TSB'yi yordadığını rapor etmiştir. Yapılan bir diğerk boylamsal çalışmada Danhauer ve diğerklerinin (2013b) temel inançların daha fazla sarsılmasının zaman içinde meydana gelen daha yüksek TSB ile ilişkili olduğu sonucunu rapor etmiştir. Elde edilen bu bulgulara göre temel inançlarda sarsılma ile TSB arasında pozitif bir ilişki olduğu ve bu ilişkinin hem kesitsel hem de boylamsal çalışmalarca desteklendiği görülmektedir. Bu araştırmalar mevcut araştırmanın temel inançlarda sarsılmanın TSB'nin istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgusunu destekler

niteliktedir. Ancak literatürle tutarsız olarak, mevcut araştırmada temel inançlarda sarsılma TSB'nin en güçlü yordayıcısı olmadığı bulgulanmıştır. Bu farklılık kültürel farklılıklardan kaynaklanıyor olabilir. Taku ve diğerleri (2015) Japon öğrencilerle yaptıkları çalışmada öğrencilerin temel inançlarının batı toplumlarına oranla daha az sarsıldığını ve bu durumun olumsuz olayları anlamlandırmadaki kültürel farklardan kaynaklanabileceğini belirtmişlerdir. Mevcut bilgi temel inançlarda sarsılmanın kültürden etkilenebileceğini ve kültürün olumsuz olayı anlamlandırma gibi özelliklerinin mevcut araştırmada elde edilen bulguyu etkilemiş olabileceği düşündürmektedir. Bu bağlamda dünyada çekilen acıların diğer dünyada (ahirette) mükafatlandırılacağı, “başa gelen çekilir” gibi Türk kültürüne özel düşünce tarzlarının temel inançların sarsılma düzeyini etkileyebileceği düşünülmektedir. Ancak kültürel düşünce tarzları zaman içinde değişen ve gelişen özelliklerdir bu nedenle farklı yaş gruplarında yapılacak ve kültüre dayalı düşünce tarzlarının ölçümünü içeren çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Ayrıca gerek kültürel değerler ile TSB arasındaki ilişkinin incelendiği, gerekse kültürler arası farklılıkların belirlenmesi için farklı kültürden katılımcıların yer aldığı çalışmaların yapılması önem arz etmektedir. Ancak her ne kadar farklı araştırmalara ihtiyaç duyulsa da, mevcut çalışmada elde edilen temel inançlarda sarsılmanın TSB'nin anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulgusu literatürce desteklenmektedir.

Araştırmada elde edilen bir diğer dikkat çeken bulgu bireylerin kendilerine yönelik temel inançlarının sarsılmasının TSB'nin pozitif; diğerlerine yönelik temel inançlarının sarsılmasının ise negatif bir yordayıcısı olmasıdır. Temel inançlarda sarsılma envanterinin orijinali tek boyutlu bir yapı sergilemekte ancak Türkçe uyarlama çalışmalarında envanterin iki boyutlu bir yapıda olduğu görülmektedir (Haselden, 2014). Bu bağlamda kişinin kendine yönelik inançlar, kişinin hayatının anlamı, kendine yönelik algısı gibi boyutları; diğerlerine yönelik inançlar ise, dünyanın ve insanların güvenilirliği, dünyanın adil bir yer olduğu gibi boyutları içermektedir. Bu bağlamda aynı ölçek kullanılarak yapılan güncel bir çalışmada kişinin kendine yönelik temel inançlarının sarsılmasının TSB toplan puanını anlamlı olarak yordadığı ancak diğerlerine yönelik temel inançların TSB düzeyini yordamadığı görülmüştür (Köskün, 2019). Benzer bir sonuç Haselden (2014) tarafından da rapor edilmiştir. Literatürde yer alan bu bilgiler diğerlerine yönelik temel inançların sarsılmasının TSB'nin anlamlı negatif bir yordayıcısı olduğu

bulgusunu desteklememektedir. Daha önce de bahsedildiği üzere diğerlerine yönelik temel inançlar dünyanın adil bir yer olduğu, olayların kontrol edilebilir olduğu gibi kişinin dışında var olan dünya hakkındaki varsayımlarını kapsamaktadır. Bu inançlar kişinin kendisi ile ilişkili olan temel inançlara kıyasla kontrol edilmesi ve düzenlenmesi daha zor sarsılmalara sebep olabilir. Bu inançlar bir domino etkisi yaratarak kişide meydana gelen TSB düzeyini olumsuz etkileyebilir. Örneğin kişi geleceğe yönelik inançlarını kendi becerileri üzerinde çalışarak yeniden elde edebilir ancak dünyanın güvensiz olduğuna dair inancını yalnızca kendi başına onaramayabilir. Bu durumda daha yüksek stres düzeyi ortaya çıkabilir, mesela kişi dışarı çıktığında kendini çok daha güvensiz hissetmeye başlayabilir. Bu nedenle aktif başa çıkma becerileri yerine daha kaçınma odaklı ve işlevsel olmayan olarak nitelendirilen başa çıkma becerileri kullanmaya başlayabilir. Ortaya çıkan durum ise TSB düzeyine olumsuz bir katkı sağlayabilir. Görüldüğü üzere değişkenler birbiri ile yüksek derecede ilişkilidir ve bu ilişkilerin yapılacak çalışmalarla daha derin biçimde incelenmesi gerekmektedir. Bu alanda yapılacak daha derin çalışmalara ve belki de temel inançları iki farklı boyut olarak ele alan ve Türk kültüründe geliştirilen bir ölçme aracına ihtiyaç duyulmaktadır. Sonuç olarak temel inançlarda sarsılmanın TSB düzeyi üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu sonucuna bu araştırma kapsamında da ulaşılmış ancak literatürle tutarsız sonuçların varlığı yapılacak çalışmalara ihtiyaç olduğunu göstermiştir.

Yapılan regresyon analizi sonucunda elde edilen bir diğer bulgu ise olay merkeziliyetinin TSB'nin istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcısı olmamasıdır. Elde edilen bu bulgu literatür ile paralel değildir. Örneğin Schuettler ve Boals (2011) lisans öğrencileri ile yaptıkları çalışmada olay merkeziliyetinin TSB'nin istatistiksel olarak anlamlı pozitif bir yordayıcısı olduğunu rapor etmiştir. Benzer biçimde Groleau ve diğerleri (2013) de yaptıkları çalışmada olay merkeziliyetinin TSB'nin pozitif yordayıcısı olduğunu ve TSB ile ilişkisi literatürde görülen bazı değişkenlerin kontrol edilmesi halinde bile bu etkinin anlamlı olarak sürdüğünü rapor etmişlerdir. Ayrıca Bernard ve diğerleri (2015) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada olay merkeziliyetini hem olumsuz olayın hem de olumlu olayın merkeziliyeti olarak ele almış ve yapılan analizlere göre her iki olay merkeziliyeti boyutunun da, travma etkisi kontrol edildikten sonra bile TSB'nin anlamlı, pozitif yordayıcıları olduğunu

bulgulanmıştır. Üniversite öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada da olay merkeziyetinin TSB'yi pozitif olarak yordadığı rapor edilmiştir (Allbaugh, Wright ve Folger, 2016). Benzer bulgular farklı örneklemelerle yapılan çalışmalarda da elde edilmiştir (Barton vd., 2013). Mevcut çalışmada da literatürle tutarlı olarak olay merkeziyetinin TSB'nin pozitif bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılsa da bu etki istatistiksel olarak anlamlı değildir. Taku ve diğerleri (2021) tarafından on farklı ülkeden katılımcılarla yapılan oldukça güncel bir kültürler arası çalışma mevcut bulguyla tutarlı sonuçlar vermektedir. Bu çalışmada olay merkeziyetinin TSB üzerinde olumlu bir etkiye sahip olacağı hipotez edilmiş ancak beklenenin aksine bu hipotez yalnızca Almanya örneğinde desteklenebilmiştir. Elde edilen bu bulgu olay merkeziyetinin TSB üzerindeki etkisinde kültürel bir farklılık olabileceğini göstermektedir.

Olay merkeziyeti kavramı son yıllarda travma literatüründe ilgi çeken ve çalışmalara sıklıkla konu edilen bir kavramdır. Mevcut araştırmada TSB'nin istatistiksel olarak anlamsız olsa da pozitif bir yordayıcısı olduğu görülmüştür. Bu konuda Türkiye'de yapılan bir çalışmada olay merkeziyetinin TSB'nin istatistiksel olarak anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Yanık, 2018). Ancak yurt içinde yapılacak daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Olay merkeziyetinin yalnızca travma sonrası olumlu değişikliklerini değil travma sonrası stres bozukluğu gibi olumsuz değişiklikleri de yordadığına ilişkin çalışmalar literatürde yer almaktadır (Bernsten ve Rubin, 2006; Schuettler ve Boals, 2011; Yanık, 2018). Bu araştırma kapsamında olay merkeziyetinin olumsuz çıktıları ne denli yordadığı ele alınmamış olsa da ileride yapılacak ve bu sonucu oluşturan olası aracı ve düzenleyici değişkenleri belirlemeyi amaçlayacak çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Ayrıca bu farklılığın boylamsal çalışmalarla da test edilmesi ve olgunun daha iyi anlaşılması gerekmektedir.

Sonuç itibari ile yapılan regresyon analizi ile literatürde yer alan bulgular genel anlamda tutarlı olup, kültürel ve bireysel farklılıkların netleşmesi için yapılacak çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Olay Merkeziyetinin TSB ve Travma Sonrası Stres Belirtileri ile olan ilişkisine yönelik tartışma. Son yıllarda travma literatüründe sıklıkla değişken olarak ele alınan ve görece daha yeni bir kavram olan olay merkeziyeti hem TSB gibi pozitif hem de TSSB gibi negatif çıktılarla ilişkili görünmektedir. Literatürde bu

durum “iki ucu sivri bir kılıç” olarak ifade edilmekte ve Türkiye’deki travma yaşamış üniversite öğrencileri örnekleminde benzer bir durumun ortaya çıkıp çıkmayacağı merak uyandırmaktadır. Bu bağlamda mevcut araştırmada olay merkeziliyetinin çıktılar ile olan ilişkisi bir alt problem olarak ele alınmış ve ilişkisel analizlerle test edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre olay merkeziliyeti hem TSB hem de travma sonrası stres belirtileri toplam puanları pozitif ile ilişkili bulunmuştur. Alt boyutlar incelendiğinde olay merkeziliyetinin TSB’nin diğerleri ile ilişkiler alt boyutu dışında kalan tüm boyutlarla istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki içinde olduğu görülmüştür. Diğer yandan olay merkeziliyeti travma sonrası stres belirtilerinin tüm alt boyutları ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki göstermiştir.

Groleau ve diğerleri (2013) çalışmalarında benzer şekilde ilişkisel analizlere başvurmuş ve olay merkeziliyetinin hem TSB, hem de travma sonrası stres belirtileri ile pozitif ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Benzer biçimde Barton ve diğerleri (2013) olay merkeziliyetinin her iki çıktı ile istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki içerisinde olduğunu bulgulamıştır. Yurt dışında yapılan çalışmalara ek olarak Yanık (2018) da olay merkeziliyetinin her iki çıktı ile de istatistiksel olarak anlamlı düzeyde pozitif ilişkili olduğunu bulgulamıştır. Bu araştırmalar mevcut bulguyu destekler niteliktedir. Ancak Tranter ve diğerleri (2021) olay merkeziliyetinin TSB ile pozitif travma sonrası stres belirtileri ile negatif ilişki içerisinde olduğunu rapor etmiştir. Oldukça güncel olan deneysel desene sahip bir çalışma bu durumu negatif ve pozitif bilişler çerçevesinde ele almıştır (Clauss, Benfer, Thomas ve Bardeen, 2021). Yapılan analizler sonucunda olay merkeziliyeti ile travma sonrası stres belirtileri arasındaki ilişkinin uyumsuz üstbilişsel inançlar (maladaptive metacognitive beliefs) arttıkça daha da arttığını; olay merkeziliyeti ile TSB arasındaki ilişkinin uyumsuz üstbilişsel inançlar azaldıkça daha fazla arttığını bulgulamıştır. Elde edilen bu sonuçlar olay merkeziliyetinin kişilerin bilişsel özelliklerine göre hem olumlu hem de olumsuz çıktılar ile ilişkili olabildiğini göstermektedir. Bu bağlamda literatürde yeni olan bu olgunun hangi olası değişkenlerce olumlu ya da olumsuz çıktılarının oluşumuna katkı sağladığının belirlenmesi gerekmekte ve aracı ve düzenleyici değişkenleri içeren kapsamlı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu bağlamda araştırma kapsamında elde edilen bulguların literatürce desteklendiği ancak bu konuda Türkiye’de farklı örneklemlemlerle yapılacak başka çalışmalara ihtiyaç duyulduğu ortaya çıkmaktadır.

Öneriler

Mevcut araştırmadan elde edilen bulgular ışığında hem araştırmacılara hem de ruh sağlığı çalışanlarına yönelik çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

Araştırmacılara yönelik öneriler. Araştırma bulguları göz önünde bulundurularak araştırmacılara yönelik oluşturulan öneriler maddeler halinde sunulmuştur.

1. Mevcut araştırmada kişilerin öğrenim gördükleri fakültenin meydana gelen TSB düzeyini anlamlı derecede etkilediği görülmüştür. Ancak literatürde bu değişkeni ele alan yeterli çalışmaya rastlanmamıştır. Bu bağlamda meslek seçiminde etkisi olduğu bilinen belli kişilik özelliklerinin ve fakültelerde sunulan eğitime dair özelliklerin de TSB üzerindeki etkilerini ele alan çalışmalar yapılabilir.
2. Araştırma sonucunda annesi ilkokul ve ortaokul, babası ise ortaokul düzeyinde eğitim alan üniversite öğrencilerinin, ebeveynleri yüksek öğrenim düzeyinde eğitim alanlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek TSB puanı aldığı görülmektedir. Literatürde ebeveyn eğitim düzeyini ele alınan çalışmalar oldukça azdır, ancak ebeveyn eğitim düzeyi kişilerin baş etme becerilerini, aldıkları sosyal desteği etkileyen önemli bir değişkendir. Bu nedenle özellikle süregelen travmalarda veya çocukluk çağı travmalarında ebeveyn eğitim düzeyini ele alan çalışmalar yapılabilir.
3. Travmatik olaydan etkilenme gerek TSB modellerinde gerekse bu alandaki literatürde odak noktası olan konulardandır. Mevcut araştırmada olaydan öznel etkilenme düzeyinin meydana gelen TSB düzeyini etkilediği görülmüştür. Ancak yapılan ileri düzey analizlerde istatistiksel olarak anlamlı bir sonuç elde edilmemesi TSB ile etki düzeyi arasında eğrisel bir ilişki olabileceğini düşündürmektedir. Bu bağlamda yapılacak detaylı çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Ayrıca ileride yapılan araştırmaların yalnızca olayın genel stres düzeyini değil kişi tarafından algılanan stres düzeyini de ele alması önerilmektedir.
4. Mevcut araştırmada beklenildiği üzere stresle başa çıkma becerileri ve temel inançlarda sarsılmanın TSB'nin istatistiksel olarak anlamlı yordayıcıları olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada dikkat çeken bulgu

ele alınan üç stresle başa çıkma becerisi de TSB'nin pozitif yordayıcısı olmasıdır. Bu sonuç literatürde olumsuz başa çıkma becerisi olarak nitelendirilen kaçınma yöntemlerinin de TSB'nin pozitif yordayıcısı olarak bulunması açısından dikkat çekicidir. Elde edilen bulgu çerçevesinde kişilerin zaman içinde kullandıkları stresle başa çıkma becerilerinde ne gibi bir değişiklik olduğunu ve bu değişimin meydana gelen TSB'yi ne derece yordadığını belirlemeyi amaçlayan boylamsal çalışmaların yapılması önerilmektedir. Ayrıca kişilerin başa çıkma becerilerinin betimlenmesini amaçlayan nitel çalışmalara da ihtiyaç duyulmaktadır. Başa çıkma esnekliği de süreci etkileyen bir değişken gibi görünmekte ve bu değişkeni de ele alan kapsamlı çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

5. Temel inançlarda sarsılmanın, literatürün aksine TSB'nin en önemli yordayıcısı olmadığı bulunmuştur. Bu durum kültürel farklardan kaynaklanmış olabilir. Bu nedenle farklı kültürlerde yapılan kültürlerarası çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Ayrıca diğerlerine yönelik temel inançların TSB'nin negatif bir yordayıcısı olması temel inanç olgusunun daha karmaşık bir yapı olabileceğini ve daha kapsamlı araştırmalara ihtiyaç duyulabileceğini akla getirmektedir.
6. Her ne kadar olay merkeziliyetinin TSB'nin anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülse de bu kavramı içeren daha kapsamlı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Olay merkeziliyetinin hem TSB'yi, hem de travma sonrası stres belirtilerini etkilediği görülen diğer değişkenlerle olan ilişkisini inceleyen çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.
7. Mevcut çalışma nicel bir çalışmadır ancak travmatik yaşantılar ve ardından gerçekleşen süreçler kişiye özeldir. Bu bağlamda farklı çalışma gruplarında yapılacak nitel ve hatta boylamsal çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Ruh sağlığı çalışanlarına yönelik öneriler. Araştırma bulguları göz önünde bulundurularak ruh sağlığı çalışanlarına yönelik oluşturulan öneriler maddeler halinde sunulmuştur.

1. Kişilerin öğrenim gördükleri fakülte, ebeveyn eğitim düzeyi gibi demografik özelliklerinin yaşadıkları travmatik bir olay ardından deneyimledikleri pozitif çıktılar üzerinde anlamlı değişikliklere sebep olduğu görülmektedir. Ruh

sağlığı çalışanlarının bu durumu göz önünde bulundurması destek sürecine olumlu katkılar sağlayabilir.

2. Travmatik yaşantının etkisi her bireyde farklı şekillerde olabilir. Bu bağlamda ruh sağlığı çalışanlarının olayın nesnel stres düzeyinin yanı sıra kişi tarafından algılanan stres düzeyine de önem vermeleri süreç açısından olumlu olabilir.
3. Travma yaşantısı sonrasında stresle başa çıkma becerileri oldukça önem kazanmaktadır. Bu bağlamda travma yaşayan bireylere verilen destekte, stresle başa çıkma becerilerinin geliştirilmesine odaklanılabilir. Travmaya maruz kalmamış kişilerin stresle başa çıkma becerilerinin geliştirilmesi de önleyici bir etki yaratacaktır. Bu bağlamda stresle başa çıkma becerilerini içeren ve farklı yaş gruplarına hitap eden çeşitli psikososyal etkinlikler gerçekleştirilebilir.
4. Temel inançlarda sarsılma da TSB sürecinde önemli olduğu görülen bir diğer değişkendir. Bulgular kapsamında sarsılmanın, kişinin kendine veya diğer kişilere yönelik temel inançlarda olmasının süreci farklı etkilediği görülmektedir. Bu bağlamda temel inançların hangi boyutlarda sarsıldığının belirlenmesi süreçte önem kazanmaktadır. Böylelikle gerekli önlemler alınabilir, uygulamalar yapılabilir.
5. Travma sonrası büyüme kavramı oldukça önemli bir kavramdır ve hakkında farkındalık çalışmalarının yapılabilir.

Kaynaklar

- Akbar, Z., & Witruk, E. (2016). Coping mediates the relationship between gender and posttraumatic growth. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 217, 1036-1043.
- Allbaugh, L. J., Wright, M. O. D., & Folger, S. F. (2016). The role of repetitive thought in determining posttraumatic growth and distress following interpersonal trauma. *Anxiety, Stress, & Coping*, 29(1), 21-37.
- Altuntaş, O., & Altınova, H. H. (2015). Toplumsal cinsiyet algısı ile sosyo-ekonomik değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Turkish Studies–International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(6), 83-100.
- American Psychiatric Association, DSM-5 Task Force. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5™* (5th ed.). American Psychiatric Publishing, Inc. Retrieved from <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders : DSM-IV-TR*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Anderson, K. M. (2018). Post-traumatic growth and resilience despite experiencing trauma and oppression. *Journal of Family Social Work*, 21(1), 1-4.
- Arıkan, G. (2007). *Prevalence of traumatic events and determinants of posttraumatic growth in university students* (Yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Armeli, S., Gunthert, K. C., & Cohen, L. H. (2001). Stressor appraisals, coping, and post-event outcomes: The dimensionality and antecedents of stress-related growth. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 20(3), 366-395. Retrieved from <https://doi.org/10.1521/jscp.20.3.366.22304>
- Arpawong, T. E., Rohrbach, L. A., Milam, J. E., Unger, J. B., Land, H., Sun, P., . . . Sussman, S. (2016). Stressful life events and predictors of post-traumatic growth among high-risk early emerging adults. *The Journal of Positive Psychology*, 11(1), 1-14.

- Bandura, A. (1969). Social-learning theory of identificatory processes. In D. R. Goslin (Ed.), *Handbook of socialization theory and research* (pp. 213, 262). Chicago: Rand McNally.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Barakat, L. P., Alderfer, M. A., & Kazak, A. E. (2006). Posttraumatic growth in adolescent survivors of cancer and their mothers and fathers. *Journal of Pediatric Psychology*, 31(4), 413-419.
- Barton, S., Boals, A., & Knowles, L. (2013). Thinking about trauma: The unique contributions of event centrality and posttraumatic cognitions in predicting PTSD and posttraumatic growth. *Journal of Traumatic Stress*, 26(6), 718-726.
- Bernard, J. D., Whittles, R. L., Kertz, S. J., & Burke, P. A. (2015). Trauma and event centrality: Valence and incorporation into identity influence well-being more than exposure. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 7(1), 11-17.
- Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2006). The centrality of event scale: A measure of integrating a trauma into one's identity and its relation to post-traumatic stress disorder symptoms. *Behaviour Research and Therapy*, 44(2), 219-231.
- Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2007). When a trauma becomes a key to identity: Enhanced integration of trauma memories predicts posttraumatic stress disorder symptoms. *Applied Cognitive Psychology*, 21(4), 417-431.
- Boals, A. (2010). Events that have become central to identity: Gender differences in the centrality of events scale for positive and negative events. *Applied Cognitive Psychology: The Official Journal of the Society for Applied Research in Memory and Cognition*, 24(1), 107-121.
- Boals, A., Steward, J. M., & Schuettler, D. (2010). Advancing our understanding of posttraumatic growth by considering event centrality. *Journal of Loss and Trauma*, 15(6), 518-533.
- Brooks, M., Graham-Kevan, N., Robinson, S., & Lowe, M. (2019). Trauma characteristics and posttraumatic growth: The mediating role of avoidance

coping, intrusive thoughts, and social support. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 11(2), 232-238.

Brooks, M., Lowe, M., Graham-Kevan, N., & Robinson, S. (2016). Posttraumatic growth in students, crime survivors and trauma workers exposed to adversity. *Personality and Individual Differences*, 98, 199-207.

Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (1998). Posttraumatic growth: Future directions. In R. G. Tedeschi, C. L. Park, & L. G. Calhoun (Eds.), *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis* (pp. 215-239). Mahwah, New Jersey&London: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2004). The foundations of posttraumatic growth: New considerations. *Psychological Inquiry*, 15(1), 93-102.

Calhoun, L. G., Cann, A., & Tedeschi, R. G. (2010). The posttraumatic growth model: Sociocultural considerations. In T. Weiss & R. Berger (Eds.), *Posttraumatic growth and culturally competent practice: Lessons learned from around the globe* (pp. 1-14). Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.

Can, A. (2019). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. Ankara: PEGEM Akademi.

Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Kilmer, R. P., Gil-Rivas, V., Vishnevsky, T., & Danhauer, S. C. (2010). The Core Beliefs Inventory: A brief measure of disruption in the assumptive world. *Anxiety, Stress & Coping*, 23(1), 19-34.

Cho, D., & Park, C. L. (2013). Growth following trauma: Overview and current status. *Terapia Psicológica*, 31(1), 69-79. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082013000100007>

Choi, S., Lemberger-Truelove, M. E., & Cho, S. M. (2019). The influence of disruption of core beliefs, social support, and rumination on posttraumatic growth for Korean undergraduate students. *The Journal of Humanistic Counseling*, 58(3), 223-232.

Christopher, M. (2004). A broader view of trauma: A biopsychosocial-evolutionary view of the role of the traumatic stress response in the emergence of pathology and/or growth. *Clinical Psychology Review*, 24(1), 75-98.

- Clauss, K., Benfer, N., Thomas, K. N., & Bardeen, J. R. (2021). The interactive effect of event centrality and maladaptive metacognitive beliefs on posttraumatic stress symptoms and posttraumatic growth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 13(5), 596–602. Retrieved from <https://doi.org/10.1037/tra0001010>
- Çoban, D. A., & Gündoğmuş, İ. (2019). Travma sonrası stres bozukluğu belirti profilinin cinsel ve cinsel olmayan travma tiplerine göre karşılaştırılması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(5), 470-476.
- Coffey, P., Leitenberg, H., Henning, K., Turner, T., & Bennett, R. T. (1996). Mediators of the long-term impact of child sexual abuse: Perceived stigma, betrayal, powerlessness, and self-blame. *Child Abuse & Neglect*, 20(5), 447-455.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155-159.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları* (2. Basım). Ankara: Pegem Akademi.
- Cordova, M. J., Cunningham, L. L., Carlson, C. R., & Andrykowski, M. A. (2001). Posttraumatic growth following breast cancer: A controlled comparison study. *Health Psychology*, 20(3), 176-185.
- Danhauer, S. C., Case, L. D., Tedeschi, R., Russell, G., Vishnevsky, T., Triplett, K., . . . Avis, N. E. (2013a). Predictors of posttraumatic growth in women with breast cancer. *Psycho-oncology*, 22(12), 2676-2683.
- Danhauer, S. C., Russell, G. B., Tedeschi, R. G., Jesse, M. T., Vishnevsky, T., Daley, K., . . . Cann, A. (2013b). A longitudinal investigation of posttraumatic growth in adult patients undergoing treatment for acute leukemia. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 20(1), 13-24.
- Dekel, S., Hankin, I. T., Pratt, J. A., Hackler, D. R., & Lanman, O. N. (2016). Posttraumatic growth in trauma recollections of 9/11 survivors: A narrative approach. *Journal of Loss and Trauma*, 21(4), 315-324. Retrieved from <https://doi.org/10.1080/15325024.2015.1108791>

- Duman, N. (2019). Travma sonrası büyüme ve gelişim. *Uluslararası Afro-Avrasya Araştırmaları Dergisi*, 4(7), 178-184.
- Dürü, Ç. (2006). *Travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası büyümenin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi ve bir model önerisi* (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Eğeci, İ. S., & Doğruyol, B. (2019). A new look at the factor structure of the centrality of event scale. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(71), 1040-1050.
- Erdur Baker, Ö., & Doğan, T. (2014). *Afetler krizler travmalar ve psikolojik yardım*. Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği.
- Esen, E., Soylu, Y., Siyez, D. M., & Demirgürz, G. (2017). Üniversite öğrencilerinde toplumsal cinsiyet algısının toplumsal cinsiyet rolü ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *E- Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 46-63.
- Eze, J. E., Ifeagwazi, C. M., & Chukwuorji, J. C. (2020). Core beliefs challenge and posttraumatic growth: Mediating role of rumination among internally displaced survivors of terror attacks. *Journal of Happiness Studies*, 21(2), 659-676.
- Fisher, J. E., Zhou, J., Zuleta, R. F., Fullerton, C. S., Ursano, R. J., & Cozza, S. J. (2020). Coping strategies and considering the possibility of death in those bereaved by sudden and violent deaths: Grief severity, depression, and posttraumatic growth. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 749. Retrieved from <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.00749>
- Foa, E. B., Cashman, L., Jaycox, L., & Perry, K. (1997). The validation of a self-report measure of posttraumatic stress disorder: The Posttraumatic Diagnostic Scale. *Psychological Assessment*, 9(4), 445- 451.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466-475.
- Fontana, A., & Rosenheck, R. (1998). Psychological benefits and liabilities of traumatic exposure in the war zone. *Journal of Traumatic Stress: Official*

Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies, 11(3), 485-503.

- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (8th ed.). New York: McGraw-hill.
- Frazier, P., Tashiro, T., Berman, M., Steger, M., & Long, J. (2004). Correlates of levels and patterns of positive life changes following sexual assault. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(1), 19-30.
- Garfin, D. R., Holman, E. A., & Silver, R. C. (2020). Exposure to prior negative life events and responses to the Boston marathon bombings. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(3), 320-329. Retrieved from <https://doi.org/10.1037/tra0000486>
- Gökmen, G., & Deniz, M. E. (2020). Travma sonrası büyümenin yordayıcıları olarak öz-anlayış ve affetme. *Uluslararası Türk Kültür Coğrafyasında Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(2), 72-93.
- Graf, N. M. (2014). War and Post Traumatic Growth. In C. R. Martin, V. R. Preedy, & V. B. Patel (Eds.), *Comprehensive guide to Post-Traumatic Stress Disorder* (pp. 1-10). Cham: Springer International Publishing.
- Groleau, J. M., Calhoun, L. G., Cann, A., & Tedeschi, R. G. (2013). The role of centrality of events in posttraumatic distress and posttraumatic growth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 5(5), 477-483.
- Gutiérrez, F., Peri, J. M., Torres, X., Caseras, X., & Valdés, M. (2007). Three dimensions of coping and a look at their evolutionary origin. *Journal of Research in Personality*, 41(5), 1032-1053.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2013). *Multivariate data analysis*. Pearson Education Limited.
- Hakimi, D., Bryant-Davis, T., Ullman, S. E., & Gobin, R. L. (2018). Relationship between negative social reactions to sexual assault disclosure and mental health outcomes of Black and White female survivors. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 10(3), 270-275.

- Haselden, M. (2014). *Üniversite öğrencilerinde travma sonrası büyümeyi yordayan çeşitli değişkenlerin Türk ve Amerikan kültürlerinde incelenmesi: Bir model önerisi* (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Haspolat, A. (2019). *Travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası büyüme: Temel inançlardaki değişim, ruminasyonlar ve bilgece farkındalığın rolü* (Yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi, Ankara.
- Helgeson, V. S., Reynolds, K. A., & Tomich, P. L. (2006). A meta-analytic review of benefit finding and growth. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(5), 797-816. Retrieved from <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.5.797>
- Hermann, J. (2019). *Travma ve iyileşme: Şiddetin sonuçları ev içi istismardan siyasi teröre* (6. Basım) (Çev. Tamer Tosun). İstanbul: Literatür.
- Işıklı, S. (2006). *Travma sonrası stres belirtileri olan bireylerde olaya ilişkin dikkat yanlılığı, ayrışma düzeyi ve çalışma belleği uzamı arasındaki ilişkiler* (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Janoff-Bulman, R. (1989). Assumptive worlds and the stress of traumatic events: Applications of the schema construct. *Social Cognition*, 7(2), 113-136.
- Jia, X., Ying, L., Zhou, X., Wu, X., & Lin, C. (2015). The effects of extraversion, social support on the posttraumatic stress disorder and posttraumatic growth of adolescent survivors of the Wenchuan earthquake. *PLoS One*, 10(3), 1-13.
- Joseph, S. (2004). Client-centred therapy, post-traumatic stress disorder and post-traumatic growth: Theoretical perspectives and practical implications. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 77(1), 101-119.
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2005). Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. *Review of General Psychology*, 9(3), 262-280.
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2006). Growth following adversity: Theoretical perspectives and implications for clinical practice. *Clinical Psychology Review*, 26(8), 1041-1053.

- Kesimci, A., Göral, F. S., & Gençöz, T. (2005). Determinants of stress-related growth: Gender, stressfulness of the event, and coping strategies. *Current Psychology*, 24(1), 68-75.
- Kessler, R. C., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Benjet, C., Bromet, E. J., Cardoso, G., . . . Ferry, F. (2017). Trauma and PTSD in the WHO world mental health surveys. *European Journal of Psychotraumatology*, 8(sup5), 1-16.
- Kılıç, C., Magruder, K., & Koryürek, M. (2016). Does trauma type relate to posttraumatic growth after war? A pilot study of young Iraqi war survivors living in Turkey. *Transcultural Psychiatry*, 53(1), 110-123.
- Kim, I., & Oh, W.-O. (2019). Predictors of posttraumatic growth among university students who experienced a recent earthquake. *Issues in Mental Health Nursing*, 40(2), 176-184.
- Köskün, T. (2019). *Yakınları intihar eden kişilerde travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası gelişim ile ilişkili değişkenler* (Doktora tezi). Aydın Adnan Menders Üniversitesi, Aydın.
- Kunz, S., Joseph, S., Geyh, S., & Peter, C. (2018). Coping and posttraumatic growth: A longitudinal comparison of two alternative views. *Rehabilitation Psychology*, 63(2), 240-249.
- Lancaster, S. L., Kloep, M., Rodriguez, B. F., & Weston, R. (2013). Event centrality, posttraumatic cognitions, and the experience of posttraumatic growth. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 22(4), 379-393.
- Laufer, A., & Solomon, Z. (2006). Posttraumatic symptoms and posttraumatic growth among Israeli youth exposed to terror incidents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(4), 429-447.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1(3), 141-169.
- Lelorain, S., Bonnaud-Antignac, A., & Florin, A. (2010). Long term posttraumatic growth after breast cancer: Prevalence, predictors and relationships with

- psychological health. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 17(1), 14-22.
- Li, Y., Cao, F., Cao, D., & Liu, J. (2015). Nursing students' post-traumatic growth, emotional intelligence and psychological resilience. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 22(5), 326-332.
- Lindemann, E. (1944). Symptomatology and management of acute grief. *American Journal of Psychiatry*, 101(2), 141-148.
- Lindstrom, C. M., Cann, A., Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2013). The relationship of core belief challenge, rumination, disclosure, and sociocultural elements to posttraumatic growth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 5(1), 50-55.
- Linley, P. A. (2003). Positive adaptation to trauma: Wisdom as both process and outcome. *Journal of Traumatic Stress*, 16(6), 601-610.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies*, 17(1), 11-21.
- Macnab, F. (1989). *Life after Loss*. Philadelphia: Millenium Books.
- Manne, S., Ostroff, J., Winkel, G., Goldstein, L., Fox, K., & Grana, G. (2004). Posttraumatic growth after breast cancer: Patient, partner, and couple perspectives. *Psychosomatic Medicine*, 66(3), 442-454.
- Mi Young, K., & Yujeong, K. (2018). Factors affecting posttraumatic growth among college students. *The Open Nursing Journal*, 12(1), 238- 247.
- Milam, J. E., Ritt-Olson, A., & Unger, J. B. (2004). Posttraumatic growth among adolescents. *Journal of Adolescent Research*, 19(2), 192-204.
- Nordstrand, A. E., Hjemdal, O., Holen, A., Reichelt, J. G., & Bøe, H. J. (2017). Measuring psychological change after trauma: Psychometric properties of a new bi-directional scale. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 9(6), 1-10.
- Norris, F. H., Friedman, M. J., Watson, P. J., Byrne, C. M., Diaz, E. ve Kaniasty, K. (2002). 60,000 disaster victims speak: Part I. An empirical review of the

- empirical literature, 1981–2001. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 65(3), 207-239.
- Özen, Y. (2019). Psikolojik travmanın insanlık kadar eski tarihi. *The Journal of Social Science*, 3(5), 362-375.
- Park, C. L. (1998). Stress-related growth and thriving through coping: The roles of personality and cognitive processes. *Journal of Social Issues*, 54(2), 267-277. Retrieved from <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1998.tb01218.x>
- Park, C. L., Aldwin, C. M., Fenster, J. R., & Snyder, L. B. (2008). Pathways to posttraumatic growth versus posttraumatic stress: Coping and emotional reactions following the September 11, 2001, terrorist attacks. *American Journal of Orthopsychiatry*, 78(3), 300-312.
- Park, C. L., Riley, K. E., & Snyder, L. B. (2012). Meaning making coping, making sense, and post-traumatic growth following the 9/11 terrorist attacks. *The Journal of Positive Psychology*, 7(3), 198-207.
- Patrick, J. H., & Henrie, J. (2016). Up from the ashes: Age and gender effects on post-traumatic growth in bereavement. *Women & Therapy*, 39(3-4), 296-314.
- Prati, G., & Pietrantonio, L. (2009). Optimism, social support, and coping strategies as factors contributing to posttraumatic growth: A meta-analysis. *Journal of Loss and Trauma*, 14(5), 364-388.
- Ramos, C., Costa, P. A., Rudnicki, T., Marôco, A. L., Leal, I., Guimarães, R., ... & Tedeschi, R. G. (2018). The effectiveness of a group intervention to facilitate posttraumatic growth among women with breast cancer. *Psycho-oncology*, 27(1), 258-264.
- Roberts, L., Banyard, V., Grych, J., & Hamby, S. (2019). Well-being in rural Appalachia: Age and gender patterns across five indicators. *Journal of Happiness Studies*, 20(2), 391-410.
- Rojas-Flores, L., Clements, M. L., Hwang Koo, J., & London, J. (2017). Trauma and psychological distress in Latino citizen children following parental detention and deportation. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 9(3), 352-361.

- Rubin, D. C., Feldman, M. E., & Beckham, J. C. (2004). Reliving, emotions, and fragmentation in the autobiographical memories of veterans diagnosed with PTSD. *Applied Cognitive Psychology: The Official Journal of the Society for Applied Research in Memory and Cognition*, 18(1), 17-35.
- Rzeszutek, M., Oniszczenko, W., & Gruszczyńska, E. (2019). Satisfaction with life, Big-Five personality traits and posttraumatic growth among people living with HIV. *Journal of Happiness Studies*, 20(1), 35-50.
- Sapach, M. J. T., Horswill, S. C., Parkerson, H. A., Asmundson, G. J., & Carleton, R. N. (2019). Centrality of traumatic events: Double edged sword or matter of valence? *Cognitive Therapy and Research*, 43(2), 374-386.
- Schnurr, P. P., Rosenberg, S. D., & Friedman, M. J. (1993). Change in MMPI scores from college to adulthood as a function of military service. *Journal of Abnormal Psychology*, 102(2), 288-296.
- Schuettler, D., & Boals, A. (2011). The path to posttraumatic growth versus posttraumatic stress disorder: Contributions of event centrality and coping. *Journal of Loss and Trauma*, 16(2), 180-194.
- Schulz, U., & Mohamed, N. E. (2004). Turning the tide: Benefit finding after cancer surgery. *Social Science & Medicine*, 59(3), 653-662.
- Sebuktekin, D. (2018). *Travma sonrası büyüme, temel inançlarda sarsılma ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.
- Selye, H. (1991). 1. History and present status of the stress concept. In A. Monat & R. S. Lazarus (Eds.), *Stress and coping: An anthology* (pp. 21-35). Columbia University Press.
- Shand, L. K., Cowlshaw, S., Brooker, J. E., Burney, S., & Ricciardelli, L. A. (2015). Correlates of post-traumatic stress symptoms and growth in cancer patients: A systematic review and meta-analysis. *Psycho-oncology*, 24(6), 624-634.
- Sheikh, A. I. (2004). Posttraumatic growth in the context of heart disease. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 11(4), 265-273.

- Shigemoto, Y., & Poyrazli, S. (2013). Factors related to posttraumatic growth in US and Japanese college students. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 5(2), 128-134.
- Shigemoto, Y., Low, B., Borowa, D., & Robitschek, C. (2017). Function of personal growth initiative on posttraumatic growth, posttraumatic stress, and depression over and above adaptive and maladaptive rumination. *Journal of Clinical Psychology*, 73(9), 1126-1145.
- T.C. Cumhurbaşkanlığı Strateji ve Bütçe Başkanlığı. (2019). *On birinci kalkınma planı (2019-2023)*. [Çevrim-içi: <https://www.sbb.gov.tr/wp-content/uploads/2019/07/OnbirinciKalkinmaPlani.pdf>], Erişim tarihi: 19 Eylül 2021.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. Boston: Pearson.
- Taku, K., Calhoun, L. G., Cann, A., & Tedeschi, R. G. (2008). The role of rumination in the coexistence of distress and posttraumatic growth among bereaved Japanese university students. *Death Studies*, 32(5), 428-444.
- Taku, K., Cann, A., Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2015). Core beliefs shaken by an earthquake correlate with posttraumatic growth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 7(6), 563- 569.
- Taku, K., Kilmer, R. P., Cann, A., Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2012). Exploring posttraumatic growth in Japanese youth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(4), 411-419.
- Taku, K., Tedeschi, R. G., Shakespeare-Finch, J., Krosch, D., David, G., Kehl, D., . . . Kamibeppu, K. (2021). Posttraumatic growth (PTG) and posttraumatic depreciation (PTD) across ten countries: Global validation of the PTG-PTD theoretical model. *Personality and Individual Differences*, 169, 110222.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering*. Newbury Park, CA: Sage Publications, Inc.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-472. Retrieved from <https://doi.org/10.1002/jts.2490090305>

- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004a). A clinical approach to Posttraumatic Growth. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive Psychology in practice* (pp. 405-419). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons. Inc.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004b). Target article: "Posttraumatic Growth: Conceptual foundations and empirical evidence". *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18. Retrieved from https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
- Tedeschi, R. G., Cann, A., Taku, K., Senol-Durak, E., & Calhoun, L. G. (2017). The Posttraumatic Growth Inventory: A revision integrating existential and spiritual change. *Journal of Traumatic Stress*, 30(1), 11-18.
- Tedeschi, R. G., Park, C. L., & Calhoun, L. G. (1998). *Posttraumatic Growth: Positive changes in the aftermath of crisis*. Routledge.
- Tel, F. D. (2017). *Travma yaşamış üniversite öğrencilerinin benlik saygıları ve travma sonrası büyüme düzeyleri arasındaki ilişkide stresle başa çıkmanın aracılık rolü* (Doktora tezi). Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Thabet, A., Elheloub, M., & Vostanis, P. (2015). Exposure to war traumatic experiences, post traumatic growth and resilience among university students in Gaza. *American Journal of Advanced Medical Sciences*, 1(1), 1-8.
- Thornton, A. A., & Perez, M. A. (2006). Posttraumatic growth in prostate cancer survivors and their partners. *Psycho-Oncology: Journal of the Psychological, Social and Behavioral Dimensions of Cancer*, 15(4), 285-296.
- Timberlake, N., Klinger, L., Smith, P., Venn, G., Treasure, T., Harrison, M., & Newman, S. (1997). Incidence and patterns of depression following coronary artery bypass graft surgery. *Journal of Psychosomatic Research*, 43(2), 197-207.
- Tranter, H., Brooks, M., & Khan, R. (2021). Emotional resilience and event centrality mediate posttraumatic growth following adverse childhood experiences. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 13(2), 165–173. Retrieved from <https://doi.org/10.1037/tra0000953>

- Türküm, A. S. (2002). Stresle başa çıkma ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(18), 25-34.
- Tversky, A., & Kahneman, D. (1973). Availability: A heuristic for judging frequency and probability. *Cognitive Psychology*, 5(2), 207-232.
- Urcuyo, K. R., Boyers, A. E., Carver, C. S., & Antoni, M. H. (2005). Finding benefit in breast cancer: Relations with personality, coping, and concurrent well-being. *Psychology & Health*, 20(2), 175-192. Retrieved from <https://doi.org/10.1080/08870440512331317634>
- Val, E. B., & Linley, P. A. (2006). Posttraumatic growth, positive changes, and negative changes in Madrid residents following the March 11, 2004, Madrid train bombings. *Journal of Loss and Trauma*, 11(5), 409-424.
- Vishnevsky, T., Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., & Demakis, G. J. (2010). Gender differences in self-reported posttraumatic growth: A meta-analysis. *Psychology of Women Quarterly*, 34(1), 110-120.
- Wamser-Nanney, R., Howell, K. H., Schwartz, L. E., & Hasselle, A. J. (2018). The moderating role of trauma type on the relationship between event centrality of the traumatic experience and mental health outcomes. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 10(5), 1-9.
- Werner, E. E. (1992). The children of Kauai: resiliency and recovery in adolescence and adulthood. *Journal of Adolescent Health*, 13(4), 262-268.
- Werner, E. E. (1993). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 5(4), 503-515.
- Wilson, J. P., & Lindy, J. D. (2013). *Trauma, culture, and metaphor: Pathways of transformation and integration*. New York: Routledge.
- Wolchik, S. A., Cox, S., Tein, J. Y., Sandler, I. N., & Ayers, T. S. (2009). Six-year longitudinal predictors of posttraumatic growth in parentally bereaved adolescents and young adults. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 58(2), 107-128.

- Xie, Y., Wu, J., & Shen, G. (2020). Posttraumatic growth in Tibetan adolescent survivors 6 years after the 2010 Yushu earthquake: Depression and PTSD as predictors. *Child Psychiatry & Human Development*, 51(1), 94-103.
- Xu, J., & Liao, Q. (2011). Prevalence and predictors of posttraumatic growth among adult survivors one year following 2008 Sichuan earthquake. *Journal of Affective Disorders*, 133(1-2), 274-280.
- Yanık, Z. (2018). *The mediating effect of rumination in relationship to centrality of event, posttraumatic growth and posttraumatic stress disorder among breast cancer survivors* (Yüksek lisans tezi). Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.
- Yeung, N. C., Lu, Q., Wong, C. C., & Huynh, H. C. (2016). The roles of needs satisfaction, cognitive appraisals, and coping strategies in promoting posttraumatic growth: A stress and coping perspective. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 8(3), 1-9.
- YÖK, (2018). *Yeni öğretmen yetiştirme lisans programları*. [Çevrim-içi: <https://www.yok.gov.tr/kurumsal/idari-birimler/egitim-ogretim-dairesi/yeni-ogretmen-yetistirme-lisans-programlari>], Erişim tarihi: 18 Eylül 2021.
- Yöndem, Z. D. (2015). *Kişilik dinamikleri ve stresle baş etme* (3. Basım). Ankara: Efil Yayınevi.
- Yorulmaz, H., Bayraktar, S., & Özdiilli, K. (2010). Posttraumatic growth in chronic kidney failure disease. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 2313-2319.
- Zeligman, M., Bialo, J. A., Brack, J. L., & Kearney, M. A. (2017). Loneliness as moderator between trauma and posttraumatic growth. *Journal of Counseling & Development*, 95(4), 435–444. Retrieved from <https://doi.org/10.1002/jcad.12158>
- Zhou, X., Wu, X., & Zhen, R. (2018). Patterns of posttraumatic stress disorder and posttraumatic growth among adolescents after the Wenchuan earthquake in China: A latent profile analysis. *Journal of Traumatic Stress*, 31(1), 57-63.

EK-A: Ölçeklerin Kullanım İzinleri

EK-A1. Travma Sonrası Büyüme Ölçeği- X İzni



Emre şenol durak

24.09.2019 Sal 15:05

Siz



PTGI-X TURKCE OLCEK.docx

16 KB



2017 The Posttraumatic grow...

5 MB

2 ek (5 MB)

Tümünü indir

Tümünü OneDrive'a kaydet

Merhaba Merve Hamide,
Bu konuya ilgi duymana ve aynı üniversitede çalışmamıza ben de sevindim. Bu hafta uygun değilim ama önümüzdeki haftalarda öncesinde haberleşirsek tabii ki ben de tanışmak isterim.
Ekte ölçeği ve ölçeğe ait yayını bulabilirsin. Referans vermek kaydıyla tezinde ölçeği kullanabilirsin.
Çalışmada kolaylıklar



Re: Post-traumatic Growth Scale

Kimden: rtedesch

Kime: HAMİDE MERVE DOĞANÇAY

8 Ekim 2019 14:13

You have my permission.

Best wishes in your work.

Richard G. Tedeschi, Ph.D.
Professor Emeritus
Health Psychology Doctoral Program
University of North Carolina Charlotte
9201 University City Blvd.
Charlotte NC 28223 USA

EK-A2. Travmatik Yaşantı Tarama Listesi ve Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği İzni

RE: Travmatik Yaşantı Tarama Listesi ve Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği



Dr. Sedat ISIKLİ <

10.10.2019 Per 14:04

Siz



tssbolcegi.docx
46 KB

Merhaba Merve,
Ölçeği memnuniyetle kullanabilirsin. Ölçekle ilgili bilgiyi ekli dosyada bulabilirsin,
Kolay gelsin,
Sdt

Doç. Dr. Sedat Işıklı
Hacettepe Üniversitesi
Psikoloji Bölümü
06800 Beytepe Ankara
Tel: 0312 2978335

EK-A3. Olayların Merkeziliyeti Ölçeği- Kısa Formu İzni



Re: Olayların Merkeziliyeti Ölçeği

27 Ağustos 2019 15:58

Kimden: sine

Kime: HAMİDE MERVE DOĞANÇAY

Merhaba Merve,
Elbette kullanabilirsin. Makaleye ulaştıysan, sorular da makalede yer alıyor.
Ama ulaşmakla ilgili sorun yaşarsan, ben de yollayabilirim.
Kolay gelsin,
Sine.

On 26 Aug 2019, at 14:01, HAMİDE MERVE DOĞANÇAY

wrote:

EK-A4. Temel İnançlar Envanteri İzni

**Re: Temel İnançlar Envanteri**18 Eylül 2019 10:16

Kimden: mcalisir

Kime: HAMİDE MERVE DOĞANÇAY

 TIE_GEC_GUVENIRLIK_CALISMASI.pdf (407,1 KB) [İndir](#) | [Evrak çantası](#) | [Kaldır](#)

 The Core Beliefs Inventory.pdf (109,5 KB) [İndir](#) | [Evrak çantası](#) | [Kaldır](#)

 TEMEL İNANÇLAR ENVANTERİ.pdf (121,6 KB) [İndir](#) | [Evrak çantası](#) | [Kaldır](#)

 [Tüm ekleri indir](#)

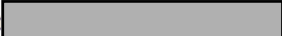
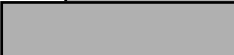
 [Tüm ekleri kaldır](#)

Sevgili Merve,

Öncelikle e-postan için teşekkürler. Ölçeği tezinde kullanabilirsin, TİE ile ilgili bazı bilgileri ekte gönderiyorum. Tezinin sonuçlarını benimle de paylaşabilirsen sevinirim.

Şimdiden başarılar,

--
Manolya Çalışır

Asst. Professor of Psychology
Cyprus International University
Faculty of Arts and Sciences
99258 Haspolat/Nicosia,
TRNC
E-mail: 
O:  Ext: 2616

Windows'u Et
Windows'u etkinle

EK-A5. Stresle Başa Çıkma Ölçeği İzni

**T**turkum.aysesibel <turkum.aysesibel@gmail.com>2.10.2019 Çar 16:26Siz

Merhaba Merve Doğançay, olcegimi tezinizde kullanmanızda memnuniyet duyarım. Başarılar dilerim.
Prof. Dr. Ayşe Sibel Türküm

EK-B: Gönüllü Katılım Formu

Değerli Katılımcı,

....../....../.....

Bu çalışma Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı'nda yüksek lisans öğrencisi Hamide Merve DOĞANÇAY tarafından, Doç. Dr. Türkan DOĞAN danışmanlığında yürütülen "Travma Yaşamış Üniversite Öğrencilerinde Travma Sonrası Büyümeyi Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi" konulu yüksek lisans tezi gereği yapılmaktadır. Yapılan çalışmada amaç travma sonrası büyümeyi etkileyen değişkenlerin belirlenmesidir. Bu amaç çerçevesinde veri toplama izni Hacettepe Üniversitesi Etik Kuruldan ve Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Etik Kuruldan alınmıştır.

Çalışmaya katılım tamamen gönüllülüğe dayanmaktadır, katılıp katılmamayı seçme hakkına sahipsiniz. Çalışmaya katılmayı seçtikten sonra, istediğiniz zaman katılımı sonlandırma hakkına da sahipsiniz, katılımı isteğinizle sonlandırmak size hiçbir sorumluluk getirmeyecektir. Araştırmada gizlilik önem arz etmektedir, bu nedenle "Gönüllü Katılım Formu" dışında hiçbir forma isim yazmanız istenmeyecektir, ölçekler 20-25 dakikada yanıtlanmaktadır. Cevaplarınız üzerinden elde edilen veriler yalnızca analiz için kullanılacak, elde edilen sonuçlar sadece bilimsel yayınlarda kullanılacaktır. Kimlik bilgileriniz araştırmacı ve danışman dışında kimseyle paylaşılmayacaktır. Araştırmaya yönelik aklınıza takılan soruları araştırmacıya istediğiniz an çekinmeden sorabilirsiniz.

Araştırma konusu gereği travmatik yaşantı geçmişi hakkında bilgi almayı içermektedir. Uygulama sırasında sizden yaşadığınız olumsuz olayı hatırlamanız ve ölçekleri bu olaya göre yanıtlamanız istenecektir. Uygulama esnasında veya sonrasında olumsuz anıyı yeniden yaşantılayabilir, rahatsızlık hissi duyabilirsiniz. Rahatsızlık hissettiğiniz an çalışmadan ayrılabilirsiniz, ayrılmanız size hiç bir yükümlülük getirmeyecektir. Araştırma sonrasında yaşadığınız olumsuz hisler için gerekli yardım araştırmacı tarafından verilecek, araştırmacının yardım veremeyeceği durumlar ortaya çıkarsa yönlendirme yapılarak yardım almanız sağlanacaktır. Yardım talebinizi iletmek ve araştırma sonucu hakkında bilgi almak için 0(534) 546 7126 numaralı telefonda veya merve.dogancay@ibu.edu.tr mail adresinden Psikolojik Danışman Hamide Merve DOĞANÇAY'a ulaşabilirsiniz.

Katılımcı onam açıklaması:

Gönüllü Katılım Formu'nda yer alan tüm açıklamaları okudum. Araştırmaya hiçbir zorlama olamadan kendi isteğimle katılıyorum. Araştırmayı istediğim zaman bırakabileceğimi, bunun bana hiçbir sorumluluk getirmeyeceğini, gerektiğinde yardım talep edebileceğimi biliyorum.

Katılımcı:

Adı, soyadı:

Adres:

Tel:

İmzası:

Tarih:

Sorumlu Araştırmacı

Doç. Dr. Türkan DOĞAN

HÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü,
Ankara

[İmza]

İmza:

Araştırmacı:

Hamide Merve DOĞANÇAY

BAİBÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü,
Bolu.

[İmza]

İmza:

EK-C: Ölçekler

EK-C1. Demografik Bilgi Formu

- 1.Cinsiyetiniz ☐ K ☐ E
- 2.Üniversiteniz ☐ Hacettepe ☐ Bolu Abant İzzet Baysal ☐ Diğer
- 3.Fakülte ve
Bölümünüz
- 4.Sınıfınız ☐ Hazırlık ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3
☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ Lisansüstü
- 5.Yaşınız ☐ 17 ve daha küçük ☐ 18-19 ☐ 20-21
☐ 22-23 ☐ 24-25 ☐ 26 ve daha büyük
6. Hayatınızın büyük kısmını geçirdiğiniz yer ☐ Metropol ☐ İl ☐ İlçe
☐ Kasaba ☐ Köy
7. Aile gelir düzeyiniz ☐ 2.000 ve altı ☐ 2.000- 4.000 ☐ 4.000- 6.000
☐ 6.000- 8.000 ☐ 8.000- 10.000 ☐ 10.000 ve üstü
- 8.Ekonomik durumunuzu nasıl algılıyorsunuz? ☐ Çok İyi ☐ İyi ☐ Orta ☐ Kötü ☐ Çok Kötü
9. Anneniz sağ mı? ☐ Evet ☐ Hayır
10. Babanız sağ mı? ☐ Evet ☐ Hayır
11. Annenizin eğitim durumu ☐ Okur-Yazar ☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise
☐ Yüksek Okul ☐ Üniversite ☐ Yüksek Lisans ☐ Doktora
11. Babanızın eğitim durumu ☐ Okur-Yazar ☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise
☐ Yüksek Okul ☐ Üniversite ☐ Yüksek Lisans ☐ Doktora
12. Tanı konmuş Psikiyatrik rahatsızlığınız var mı? ☐ Evet ☐ Hayır
- Cevabınız
"Evet"se lütfen ne
olduğunu belirtiniz

EK-C2. Travmatik Yaşantı Tarama Listesi

Birçok kişinin başından, hayatının herhangi bir döneminde, oldukça stresli ve travmatik bir olay geçmiş ya da böyle bir olaya tanık olmuştur. Aşağıda belirtilen olaylar içinde, başınızdan geçen ya da tanık olduğunuz olayların hepsini yanındaki kutuyu işaretleyerek belirtiniz, birden fazla işaretleyebilirsiniz.

(1)	Ciddi bir kaza, yangın ya da patlama olayı (örneğin, trafik kazası, iş kazası, çiftlik kazası, araba, uçak ya da tekne kazası)	☐
(2)	Doğal afet (örneğin, hortum, kasırga, sel baskını ya da büyük bir deprem)	☐
(3)	Aile üyelerinden biri ya da tanıdığınız bir kişi tarafından cinsel olmayan bir saldırıya maruz kalma (örneğin, saldırıya uğrayıp soyulma, fiziksel bir saldırıya maruz kalma, silahlı saldırı, bıçaklanma ya da silahla rehin alınma)	☐
(4)	Tanımadığınız biri tarafından cinsel olmayan bir saldırıya maruz kalma (örneğin, saldırıya uğrayıp soyulma, fiziksel bir saldırıya maruz kalma, silahlı saldırı, bıçaklanma ya da silahla rehin alınma gibi)	☐
(5)	Aile üyelerinden biri ya da tanıdığınız bir kişi tarafından cinsel bir saldırıya maruz kalma (örneğin, tecavüz ya da tecavüze teşebbüs gibi)	☐
(6)	Tanımadığınız bir kişi tarafından cinsel bir saldırıya maruz kalma (örneğin, tecavüz ya da tecavüze teşebbüs gibi)	☐
(7)	Askeri bir çarpışma ya da savaş alanında bulunma	☐
(8)	18 yaşından daha küçük olduğunuz bir dönemde kendinizden 5 ya da daha büyük yaşta biriyle cinsel temas (örneğin, cinsel organlarla, göğüslerle temas gibi)	☐
(9)	Hapsedilme (örneğin, cezaevine düşme, savaş esiri olma, rehin alınma gibi)	☐
(10)	İşkenceye maruz kalma	☐
(11)	Hayatı tehdit eden bir hastalık	☐
(12)	Sevilen ya da yakın birinin beklenmedik ölümü	☐
(13)	Bunların dışında bir travmatik olay	☐
(14)	13. Maddeyi işaretlediyseniz aşağıda bu travmatik olayı belirtiniz: 	

(15)	Eğer <u>birden fazla</u> sayıda travmatik olay işaretlediyseniz, <i>canınızı en çok sıkan, sizi en rahatsız eden</i> olayın yanındaki numarayı aşağıya yazınız (örneğin “işkenceye maruz kalma” dediyseniz 10 yazınız) ve sizi en çok etkileyen bu olayı kısaca anlatınız.
YUKARIDAKİ MADDELERDEN <u>HERHANGİ BİRİNİ İŞARETLEDİYSENİZ,</u> SORULARI YANITLAMAYA DEVAM EDİN. HİÇBİR MADDEYİ İŞARETLEMEDİYSENİZ, DEVAM ETMEYİN.	

16) Yukarıda belirttiğiniz ve size en çok zorlayan olaya nasıl maruz kaldınız?

- a) Doğrudan ben yaşadım
- b) 1. Dereceden yakınımın başına geldi
- c) Olaya şahsen tanık oldum
- d) Sosyal medya aracılığı ile tanık oldum

17) Yukarıda belirttiğiniz ve size en çok zorlayan olaydan ne derece etkilendiniz?

- a) Hiç etkilenmedim
- b) Biraz etkilendim
- c) Orta düzeyde etkilendim
- d) Çok etkilendim
- e) Çok ağır düzeyde etkilendim

18) Sizi en çok etkileyen bu olay ne kadar süre önce meydana geldi? Ay olarak belirtiniz.

EK-C3. Travma Sonrası Büyüme Ölçeği-X (Örnek Maddeler)

Aşağıda, sizi en fazla etkileyen yaşamsal krizin bir sonucu olarak ortaya çıkmış olabilecek değişiklikleri belirten ifadeler verilmiştir. Bu değişikliklerin yaşamınızda ne dereceye kadar yer aldığını verilen ölçek üzerinde işaretleyiniz.

Yaşadığım yaşamsal kriz sonucu.....

0= Hiç yaşamadım

1= Çok az yaşadım

2= Biraz yaşadım

3= orta düzeyde yaşadım

4= Oldukça fazla yaşadım

5= Çok fazla yaşadım

	Hiç yaşamadım	Çok az yaşadım	Biraz yaşadım	Orta düzeyde yaşadım	Oldukça fazla yaşadım	Çok fazla yaşadım
1. Hayatımda neyin önemli olduğu ile ilgili önceliklerimi değiştirdim						
7.Hayatıma yeni bir yön verdim						
10.Zorluklarla başa çıkabileceğimi daha iyi anladım.						
12.Olayları olduğu gibi kabullenmekte daha iyiyim						
15.Diğer insanlara daha çok şefkatliyim						
18.Daha güçlü bir dini inancım var						
20. İnsanların ne kadar harika olduğuyla ilgili çok şey öğrendim						
22. Dünya ile aramdaki uyum daha anlamlı gelmeye başladı.						

EK-C4. Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği (Örnek Maddeler)

Aşağıda, insanların bazen bir travmatik olayın ardından yaşadığı bazı sorunlar belirtilmiştir. Her maddeyi dikkatlice okuyun ve **GEÇTİĞİMİZ AY İÇİNDE** bu sorunun sizi ne sıklıkta rahatsız ettiğini en iyi ifade ettiğini düşündüğünüz sayıyı (0, 1, 2 ya da 3) daire içine alın.

Örneğin, söz ettiğiniz olay geçtiğimiz ay içinde aşağıda verilen sıkıntılar açısından sizi yalnızca bir kez rahatsız ettiyse 0'ı; haftada bir kez rahatsız ettiyse 1 işaretleyin. Aşağıda belirtilen olayla ilgili her sıkıntıyı **Travmatik Yaşantı Tarama Listesindeki 15. maddede belirttiğiniz travmatik olay açısından** değerlendiriniz.

- 0 Hiç ya da yalnızca bir kez
- 1 Haftada bir ya da daha az/kısa bir süre
- 2 Haftada 2 – 4 kez / yarım gün
- 3 Haftada 5 ya da daha fazla / neredeyse bütün gün

(1)	Bu travmatik olay hakkında, istemediğiniz halde aklınıza rahatsız edici düşünceler ya da imgelerin gelmesi	0	1	2	3
(4)	Bu travmatik olayı hatırladığınızda duygusal olarak altüst olduğunuzu hissetme (örneğin, korku, öfke, üzüntü, suçluluk vb. gibi duygular yaşama)	0	1	2	3
(6)	Bu travmatik olayı düşünmemeye, hakkında konuşmamaya ya da hissetmemeye çalışma	0	1	2	3
(8)	Bu travmatik olayın önem taşıyan bir bölümünü hatırlayamama	0	1	2	3
(9)	Önemli etkinliklere çok daha az sıklıkta katılma ya da bu etkinliklere çok daha az ilgi duyma	0	1	2	3
(11)	Duygusal açıdan kendinizi donuk, uyuşuk hissetme (örneğin, ağlayamama ya da sevecen duygular yaşayamama)	0	1	2	3
(13)	Uykuya dalma ya da uyumada zorluklar yaşama	0	1	2	3
(14)	Çabuk sinirlenme ya da öfke nöbetleri geçirme	0	1	2	3
(16)	Aşırı derecede tetikte olma (örneğin, çevrenizde kimin olduğunu kontrol etme, sırtınız bir kapıya dönük olduğunda rahatsız olma,vb.)	0	1	2	3

EK-C5. Olayların Merkeziliyeti Ölçeği (Örnek Maddeler)

Lütfen geriye dönüp, hayatınızdaki en stresli veya travmatik olayı düşünün ve aşağıdaki soruları, dürüst ve samimi bir şekilde 1’den 5’e kadar yer alan numaralardan birini işaretleyerek yanıtlayın.

1-----2----- 3----- 4----- 5

Hiç katılmıyorum

Tamamen katılıyorum

1. Bu olayın kimliğimin bir parçası haline geldiğini hissediyorum.	1	2	3	4	5
2. Bu olay, kendime ve dünyaya anlam vermemde bir dayanak noktası haline geldi.	1	2	3	4	5
5. Bu olay, kalıcı olarak hayatımı değiştirdi.	1	2	3	4	5
7. Bu olay hayatımda bir dönüm noktasıydı.	1	2	3	4	5

EK-C6. Temel İnançlar Envanteri (Örnek Maddeler)

İnsanların yaşadığı bazı olaylar öyle şiddetlidir ki, “dünyalarını sarsar” ve onları dünya, diğer insanlar, kendileri ve gelecekları hakkındaki temel inançlarını ciddi düzeyde sorgulamaya yönlendirirler. Lütfen bilgi formunda bildirdiğiniz olayı yansıtacak şekilde düşünün ve bu olayın aşağıdaki her bir temel inancı ciddi şekilde sorgulamaya ne düzeyde yönlendirdiğini belirtin.

0 1 2 3 4 5

Hiç olmadı Çok az düzeyde Az düzeyde Orta düzeyde Büyük düzeyde Çok büyük düzeyde

Bu olaydan dolayı, insanların başına gelen şeylerin adil olduğuna ne düzeyde inandığımı ciddi şekilde sorguladım.	0 1 2 3 4 5
Bu olaydan dolayı, diğer insanlarla olan ilişkilerim hakkındaki inançlarımı ciddi şekilde sorguladım.	0 1 2 3 4 5
Bu olaydan dolayı, kendi yeteneklerim, güçlü ve zayıf yanlarım hakkındaki inançlarımı ciddi şekilde sorguladım.	0 1 2 3 4 5
Bu olaydan dolayı, ruhani veya dini inançlarımı ciddi şekilde sorguladım.	0 1 2 3 4 5
Bu olaydan dolayı, insan olarak kendi kadirim ya da kıymetim (değerim) hakkındaki inançlarımı ciddi şekilde sorguladım.	0 1 2 3 4 5

EK-C7. Stresle Başa Çıkma Ölçeği (Örnek Maddeler)

Aşağıda, günlük yaşamda karşılaştığınız zorlukların üstesinden gelebilmek için verebileceğiniz olası tepkiler yer almaktadır. Lütfen her bir ifadenin karşısında yer alan ve sizi en iyi yansıtan seçeneği işaretleyiniz.

	Hiç uygun değil	Biraz uygun	Kararsızım	Oldukça uygun	Tamamen uygun
1.Dikkatimi sorundan uzaklaştırmaya çaba gösteririm.	1	2	3	4	5
5. Kendimi güçlü hissetmeye çabalarım.	1	2	3	4	5
6. Sıkıntılarımlı çözerken benzer durumların ortaya çıkmaması için tedbirler alırım.	1	2	3	4	5
9. Bu durumun üstesinden gelebileceğime ilişkin kendi kendimi inandırmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
10. Sıkıntılarımlı çevremdeki insanlardan gizlemeye çalışırım.	1	2	3	4	5
13. Fikirlerine güvendiğim kişilere danışırım.	1	2	3	4	5
14. Dini inançlarımdan güç alırım.	1	2	3	4	5
15. Sorunun çözümüyle bağlantılı adaklar adarım.	1	2	3	4	5
19.Sıkıntılı bir durumla karşılaştığımda “beterin beteri var” deyip teselli bulurum.	1	2	3	4	5
20. Yalnız kalmayı yeğlerim.	1	2	3	4	5
22.Beni rahatsız eden konuyu aklıma hiç getirmemeye çalışırım.	1	2	3	4	5
23. Sıkıntılarımlı güvendiğim kişilere anlatarak içimi boşaltırım.	1	2	3	4	5

EK-Ç: Etik Komisyon Onay Bildirimi



T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük



Sayı : 35853172-300
Konu : Hamide Merve DOĞANÇAY (Etik Komisyon İzni)

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 09.12.2019 tarihli ve 51944218-300/00000900416 sayılı yazı.

Enstitünüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı tezli yüksek lisans programı öğrencisi **Hamide Merve DOĞANÇAY**'ın Doç. Dr. **Türkan DOĞAN** danışmanlığında yürüttüğü "Travma Yaşamış Üniversite Öğrencilerinde Travma Sonrası Büyümeyi Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi" başlıklı tez çalışması Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonunun 17 Aralık 2019 tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini saygılarımla rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Rahime Meral NOHUTCU
Rektör Yardımcısı

Evrakın elektronik imzalı suretine <https://belgedogrulama.hacettepe.edu.tr> adresinden eac6737c-3267-4689-a881-b8059e2de988 kodu ile erişebilirsiniz.
Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanunu'na uygun olarak Otomatik Elektronik İmza ile imzalanmıştır.

Hacettepe Üniversitesi Rektörlük 06100 Sıhhiye-Ankara
Telefon:0 (312) 305 3001-3002 Faks:0 (312) 311 9992 E-posta: yuzimdi@hacettepe.edu.tr İnternet
Adresi: www.hacettepe.edu.tr

Sevda TCG**



EK-D: Etik Beyanı

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada,

- tez içindeki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- görsel, işitsel ve yazılı bütün bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu,
- atıfta bulunduğum eserlerin bütününe kaynak olarak gösterdiğimi,
- kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı,
- bu tezin herhangi bir bölümünü bu üniversitede veya başka bir üniversitede başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı

beyan ederim.

27/09/2021

Hamide Merve DOĞANÇAY

EK-E: Yüksek Lisans/Doktora Tez Çalışması Orijinallik Raporu

22/09/2021

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Başkanlığına,

Tez Başlığı : Travma Yaşamış Üniversite Öğrencilerinde Travma Sonrası Büyümeyi Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi

Yukarıda başlığı verilen tez çalışmamın tamamı (kapak sayfası, özetler, ana bölümler, kaynakça) aşağıdaki filtreler kullanılarak **Turnitin**adlı intihal programı aracılığı ile kontrol edilmiştir. Kontrol sonucunda aşağıdaki veriler elde edilmiştir:

Rapor Tarihi	Sayfa Sayısı	Karakter Sayısı	Savunma Tarihi	Benzerlik Oranı	Gönderim Numarası
22.09.2021	147	255246	14.09.2021	%9	1654813523

Uygulanan filtreler:

1. Kaynaklar hariç
2. Alıntılar dâhil
3. 5 kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunun beyan eder, gereğini saygılarımla arz ederim.

Ad Soyadı: Hamide Merve DOĞANÇAY

Öğrenci No.: N18137857

Ana Bilim Dalı: Eğitim Bilimleri

Programı: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Statüsü: ☒ Y.Lisans ☐ Doktora ☐ Bütünleşik Dr.

DANIŞMAN ONAYI

UYGUNDUR.
Prof. Dr. Türkan DOĞAN

EK-F: Thesis/Dissertation Originality Report

22/09/2021

HACETTEPE UNIVERSITY
Graduate School of Educational Sciences
To The Department of Educational Science

Thesis Title: Investigation of Variables That Provided Post-Traumatic Growth in University Students With Trauma

The whole thesis that includes the *title page, introduction, main chapters, conclusions and bibliography section* is checked by using **Turnitin** plagiarism detection software take into the consideration requested filtering options. According to the originality report obtained data are as below.

Time Submitted	Page Count	Character Count	Date of Thesis Defense	Similarity Index	Submission ID
22.09.2021	147	255246	14.09.2021	%9	1654813523

Filtering options applied:

1. Bibliography excluded
2. Quotes included
3. Match size up to 5 words excluded

I declare that I have carefully read Hacettepe University Graduate School of Educational Sciences Guidelines for Obtaining and Using Thesis Originality Reports; that according to the maximum similarity index values specified in the Guidelines, my thesis does not include any form of plagiarism; that in any future detection of possible infringement of the regulations I accept all legal responsibility; and that all the information I have provided is correct to the best of my knowledge.

I respectfully submit this for approval.

Name Lastname: Hamide Merve DOĞANÇAY
Student No.: N18137857
Department: Educational Science
Program: Guidance and Psychological Counseling
Status: ☒ Masters ☐ Ph.D. ☐ Integrated Ph.D.

ADVISOR APPROVAL

APPROVED
Prof. Dr. Türkan DOĞAN

EK-G: Yayımlama ve Fikrî Mülkiyet Hakları Beyanı

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin/raporumun tamamını ve ya herhangibir kısmını, basılı (kâğıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Hacettepe Üniversitesi'ne verdiğim bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikrî mülkiyet hakları mbende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezimin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinlerin yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Yükseköğretim Kurulu tarafından yayınlanan "**Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına ilişkin Yönerge**" kapsamında tezimin aşağıda belirtilen koşullar haricince YÖK Ulusal Tez Merkezi / H.Ü. Kütüphaneleri Açık Erişim Sisteminde erişime açılır.

- o Enstitü/Fakülte yönetim kurulunun kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihinden itibaren 2 yıl ertelenmiştir.⁽¹⁾
- o Enstitü/Fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihinden itibaren... ay ertelenmiştir.⁽²⁾
- o Tezimin ilgililik kararı verilmiştir.⁽³⁾

27/09 /2021

Hamide Merve DOĞANÇAY

"Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına ilişkin Yönerge"

- (1) Madde 6.1. Lisansüstü tezle ilgili patent başvurusu yapılmaması veya patent alınması sürecinin devam etmesi durumunda, tezdanişmanın önerisi ve enstitüün bilim dalının uyuşgun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kuruluna ilişkin süre ile tezini erişime açılmasının ertelenmesine karar verilebilir.
- (2) Madde 6.2. Yeni teknik, materyal ve metodların kullanıldığı, henüz makaleye dönüşmemiş veya patent gibi yöntemlerle korunmamış ve internette paylaşılmaması durumunda 3. şahıslara veya kurumlara haksız kazanç; imkânı oluşturabilecek bilgi ve bulguları içeren tezler hakkında tezdanişmanın önerisi ve enstitüün bilim dalının uyuşgun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile erteyiş yapmak üzere tezini erişime açılması engellenebilir.
- (3) Madde 7.1. Ulusal çıkarlar veya güvenliği ilgilendiren, emniyet, istihbarat, savunma ve güvenlik, sağlık vb. konulara ilişkin lisansüstü tezlerle ilgili gizlilik kararı, tezini yapıldığı kurum tarafından verilir*. Kurum ve kuruluşların yapılış birliği protokolü çerçevesinde hazırlanan lisansüstü tezlerle ilişkin gizlilik kararı ise, ilgili kurum ve kuruluşun önerisi ile enstitü veya fakültenin uyuşgun görüşü üzerine üniversite yönetim kuruluna tarafından verilir. Gizlilik kararı verilen tezler Yükseköğretim Kuruluna bildirilir. Madde 7.2. Gizlilik kararı verilen tezler gizlilik süresince enstitü veya fakülte tarafından gizlilik kuralları çerçevesinde muhafaza edilir, gizlilik kararının kaldırılması halinde Tez Otomasyon Sisteminde yoklenir

* Tezdanişmanın önerisi ve enstitüün bilim dalının uyuşgun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kuruluna tarafından karar verilir.