



**T.C.
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ (DİN PSİKOLOJİSİ)
ANABİLİM DALI**

TRAVMA SONRASI STRES, DÜNYAYA İLİŞKİN VARSAYIMLAR VE TANRI ALGISI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Yüksek Lisans Tezi

Parvaneh Ebrahimi Dınvar

Ankara-2011

**T.C.
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ (DİN PSİKOLOJİSİ)
ANABİLİM DALI**

**TRAVMA SONRASI STRES, DÜNYAYA İLİŞKİN
VARSAYIMLAR VE TANRI ALGISI ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Yüksek Lisans Tezi

PARVANEH EBRAHİMİ DINVAR

**Tez Danışmanı
DOÇ.DR.ÖZNUR ÖZDOĞAN**

Ankara-2011

TEZ ONAY SAYFASI

T.C.
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ (DİN PSİKOLOJİSİ)
ANABİLİM DALI

TRAVMA SONRASI STRES, DÜNYAYA İLİŞKİN
VARSAYIMLAR VE TANRI ALGISI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Yüksek Lisans Tezi

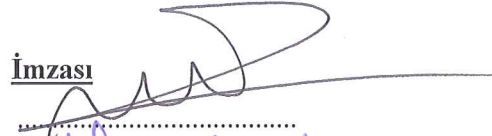
Tez Danışmanı : Doç. Dr. Öznur Özdoğan

Tez Jürisi Üyeleri

Adı ve Soyadı

Doç. Dr. Öznur Özdoğan
Prof. Dr. Niyazi Akçür
Yr. Doç. Dr. Valiit Göktaş

İmzası


Niyazi Akçür
Valiit Göktaş

Tez Sınavı Tarihi

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Bu belge ile, bu tezdeki bütün bilgilerin akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun olarak toplanıp sunulduğunu beyan ederim. Bu kural ve ilkelerin gereği olarak, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce ve sonuçları andığımı ve kaynağını gösterdiğimi ayrıca beyan ederim.(...../...../200...)

Tezi Hazırlayan Öğrencinin
Adı ve Soyadı

Parvaneh Ebrahimi Dınvar

İmzası



İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER.....	i
TABLolar.....	iv
KISALTMALAR.....	v
ÖNSÖZ.....	vi
GİRİŞ.....	1
BÖLÜM1: TRAVMA YAŞANTILARI VE TRAVMA SONRASI STRES BOZUKLUĞU.....	3
I.1. TRAVMATİK YAŞANTILARI.....	3
I.1.1. Travma Türleri.....	5
I.1.2. Travmatik Yaşantılara Verilen Tepkiler.....	6
I.2. TRAVMATİK OLAYLARDAN DOLAYLI ETKİLENME OLASILIĞI OLAN GRUPLAR.....	9
I.3. TRAVMA SONRASI BÜYÜME.....	11
I.4. TRAVMA SONRASI STRES BELİRTİLERİNİ AÇIKLAMAYA YÖNELİK KURAMSAL YAKLAŞIMLAR.....	14
I.4.1. Klasik Koşullanma Kuramı.....	14
I.4. 2. Bilişsel Model.....	15
1.4. 3. Varoluşçu Yaklaşım.....	19
I.5. TRAVMA SONRASI STRES BOZUKLUĞU	21
I.6. TRAVMA VE DÜNYAYA İLİŞKİN VARSAYIMLAR KONUSUNDA YURT DIŞINDA YAPILMIŞ ÇALIŞMALAR.....	23

I.7. TRAVMA VE DÜNYAYA İLİŞKİN VARSAYIMLAR KONUSUNDA TÜRKİYE’DE YAPILMIŞ ÇALIŞMALAR.....	31
BÖLÜM II. TANRI ALGISI.....	33
II.1. TANRI İMGESİNE İLİŞKİN YAKLAŞIMLAR.....	34
II.2. İSLAM’DA TANRI ANLAYIŞI.....	36
II.3. TRAVMA VE İNANÇ KONUSUNDA YURT DIŞINDA YAPILMIŞ ÇALIŞMALAR.....	39
II. 4. TRAVMA VE İNANÇ DEĞİŞKENLERİ KONUSUNDA TÜRKİYE’DE YAPILMIŞ ÇALIŞMALAR.....	44
BÖLÜM III. TRAVMATİK YAŞANTILAR SONRASINDA TANRI ALGISI ARAŞTIRMASININ BULGULAR.....	50
III.1. AMAÇ.....	50
III.2. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ.....	50
III.3. HİPOTEZLER.....	51
III.4. SINIRLILIKLAR.....	51
III.5. YÖNTEM.....	52
III.5. 1. Örneklem.....	52
III.5. 2. Veri Toplama Araçları.....	53
III.5. 2. 1. Kişisel Bilgi Formu.....	53
III.5.2.2. Travma Sonrası Stres Belirtisi Ölçeği(TSSBÖ).....	53
III.5.2.3. Dünyaya ilişkin Varsayımlar Ölçeği(DİVÖ).....	54
III.5.2.4 Tanrı Algısı Ölçeği (TA).....	56
III.5.3. Uygulama.....	57
III.5.4. Verilerin Analizi.....	57

III.6. BULGULAR.....	58
III. 6. 1. Demografik Değişkenlere Göre TSSB Puanlarının Karşılaştırılması.....	58
III.6.2. Tanrı Algısının Demografik Değişkenlere göre Karşılaştırılması	59
III.6.3. Ölçekler arasındaki İlişkilere Dair Bulgular.....	60
III.6.4. Travmanın Türüne Göre Tanrı Algısının Karşılaştırılması (Tek Yönlü ANOVA).....	61
 BÖLÜM IV: TARTIŞMA.....	 63
IV.1. Demografik Değişkenlerin Travma Sonrası Stres Belirtileri Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulguların Yorumlanması	65
IV.2. Tanrı Algısının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması.....	66
IV.3. Ölçekler Arası İlişkilerden Elde Edilen Sonuçlar.....	69
IV.4. Travma Türüne Göre Tanrı Algısının Karşılaştırılması.....	77
 BÖLÜM V: SONUÇ VE ÖNERİLER.....	 79
ÖZET.....	88
ABSTRACT.....	90
KAYNAKÇA.....	92
EKLER.....	104

Tablo 1: Örneklemin demografik Değişkenlere Göre Dağılımı (N:250).....	52
Tablo 2: Ölçeklere Ait Ortalama Ve Standart Sapma Değerleri	55
Tablo 3: TSSB Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması (Bağımsız Gruplar İçin T Testi).....	57
Tablo 4: Tanrı Algısı Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması (Bağımsız Gruplar İçin T Testi).....	59
Tablo 5: Ölçekler Arası Korelasyonlar.....	60
Tablo 6: Tanrı Algısı Puanlarının Travma Çeşidine Göre Karşılaştırılması	62

KISALTMALAR

TSSB	Travma Sonrası Stres Belirtisi Ölçeği
DİVÖ	Dünya ya İlişkin Varsayımlar Ölçeği
TAÖ	Tanrı Algısı Ölçeği
DSM-IV	Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından geliştirilmiş olan mental bozuklukları sınıflandırma sisteminin 4. gözden geçirilmiş baskısıdır.
ICD-10	Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından geliştirilmiş olup, Avrupa'da Hastalıkların Uluslararası resmi sınıflandırma sistemidir.
APA	American Psychiatric Association

ÖNSÖZ

İnsanlar yaşadıkları süreç içerisinde bazı olumsuz olaylarla karşılaşmaktadırlar. Bu olumsuz olaylar fiziki ve ruhi olarak insanların hayatını etkilemektedir. Ancak yaşadıkları olumsuz olayların bazıları travma şeklinde olup ve insanların dünyaya ve Tanrı'ya bakış açılarını da etkilemektedir. Bu çalışmamızda yaşanan travmalara göre insanların Dünyaya İlişkin Varsayımlarının ve Tanrı Algılarının hangi yönde etkilendiğini araştırmak hedeflenmiştir. Travmatik yaşantılar hayatımızın ayrılmaz parçalarından birisidir. İnsanların psikolojik bunalımlar yaşaması sonucunda inançlarının ne şekilde değiştiği ve Tanrı ile ilişkilerinin hangi doğrultuda etkilendiğini inceleyerek insanların yaşamlarını daha doğru değerlendirebiliriz.

İnsanların yaşadıkları travmalar sonrası Tanrı algısını ve din ile ilişkisini ortaya çıkarak yaşamlarının ne şekilde etkilendiği ve değiştiğini ortaya koymak bu araştırmanın amacını oluşturmaktadır. Ayrıca travmatik yaşantılarının insanların inançlarını değiştirip, değiştirmeyeceğini incelemek bu araştırmanın diğer amaçlarından biridir.

Bu çalışmada maddi ve manevi desteğini benden esirgemeyen sevgili eşim Davut Turan'a, yardım ve önerileri ile beni yönlendiren değerli hocalarım Prof. Dr. Niyazi Akyüz'e, Prof. Dr. Şaban Ali Düzgün'e, Dr. Vahit Göktaş'a, Dr. Banu Yılmaz'a, tez danışmanım Doç. Dr. Öznur Özdoğan'a, ölçeklerimi daha fazla şehirde uygulayarak araştırmamı daha güvenilir bir hale getirmeme imkan sağlayan sn.Tülin Akdi Çelik'e, Çimnaz Demirci'ye ve Şebnem Tebrizli'ye, İngilizce tercümelerde sn. Nadir Gazanfari'ye, Barış Keskin'e, editörlükte sn. Tülin Yalman'a, tez süresince yardımları ile meslektaşlarım sn. Özlem Güler Aydın'a, sn. Nuran Erkorkmaz'a, sn. Ayşe

Öztekin'e, manevi desteklerinden dolayı yakın arkadaşlarım olan Bahman Shahbazi'ye, Mahdiye Fathi'ye, Azer Khatabakhsh'e, Sanay Raşedi'ye ve bu çalışmada emeği geçen ve adını burada getiremediğim tüm dostlarıma teşekkürlerimi bildiririm.

Parvaneh Ebrahimi Dınvar

Psikolog

GİRİŞ

Bu araştırmada Travmatik Yaşantılar Sonrasında Tanrı Algısı ele alınmıştır. Kişinin ruhsal dünyasında uzun dönemli olumsuz etki yaratan her olay ve durum "travmatik" olarak adlandırılır. Herkesin geçmişinde büyüklü küçüklü travma yaşantıları vardır.

Bireyin inandığı ve kabul ettiği Tanrı'yla olan ilişkisi ilgi uyandıran bir konudur. Yurt dışında yapılan pek çok çalışmanın konusunu oluşturan Tanrı algısı kavramı, ülkemizde de din psikolojisi araştırmacılarının ilgisini çekmiş ve bu yönde çalışmalara başlanmıştır. Özdoğan (2005:135-161) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı bir çalışmadan önemli sonuçlar elde etmiştir. Yine Güngördü (2001) tarafından hazırlanan yüksek lisans tezinde bu konu geniş olarak ele alınmıştır.

İnanç boyutu inanç veya inançsızlıkla ilgili olup, inancın içeriği, güçlülüğü (geleneksel veya geleneksel olmayan) gibi yönlerini kapsar. Her dini sistem, kendisine tabi olanların iman sahibi kimseler olabilmeleri için o dinin temel inanç ve ilkelerini bilmelerini ve kabul etmelerini ister. İnanç boyutunda dindar insanın bu ilkeleri bileceği ve inanacağı beklentisi vardır. Bu durumdaki insanların tanrı algısı ve dini inançlarıyla ilişkisi araştırmamızın konusudur.

İnançlar, insanın iç dünyasının derin ve ayrılmaz birer parçasıdır. İnanç kavramı genel bir terim olarak bilgi, kanaat ve imanı da içine alabilecek şekilde kullanılmaktadır. Dini inançlar dini tutumlarla ilgili olmakla birlikte farklı kavramlardır. Dini inançlarda duygu unsuru hâkimdir. İnsanlar dini konulardaki bilgilerini aile, okul, cami, kitle

iletişim araçları, çevreden edindiği gibi gözlemler ve yaşadıkları hayat yoluyla da elde ederler. Kişinin sahip olduğu dini bilgi, inancının mahiyetini teşkil eder. Bilgi ne kadar gerçekçi ise inançta o kadar şüphelerden uzak olur.

Herkesin geçmişinde büyüklü küçüklü travma yaşantıları vardır. Terr, I. Tür ve II. Tür olmak üzere iki çeşit travmanın varlığından söz eder. I. Tür travmada bireyler tek bir travmatik olay ile yüz yüze kalmıştır. II. Tür travmada ise birden fazla ve tekrarlayan travmatik olay söz konusudur (Terr, 2002:10-21). Deprem, taciz, tecavüz gibi bir defada olan büyük travmalar olabileceği gibi çok göze çarpmayan ama srekliplik sergilediği için kişiye ilerideki yaşantısında olumsuz etkileyebilecek olan küçük ve orta büyüklükte travmalar da vardır. İkinci gruptakileri "olaydan ziyade srekliplik arz eden "durumlar" olarak isimlendirmek sanırım daha doğru olur. Bu gruptakilerin kişi üzerinde ileriki yaşantılarında, büyük olarak nitelendirdiklerimizden daha az etki yapacaklarını söyleyemeyiz. Bu tanımlamada büyük-küçük ayrımını yaparken kastedilenin daha çok dışarıdan bakan birisinin bu olayın ciddiyeti ile ilgili görüşü olduğu izlenimini ediniyoruz. Ancak psikolojik sağlık açısından önemli olan kişinin bu olay ya da durumu i dünyasında nasıl yaşadığıdır. Kişi çocukluğunda yaşadığı ve bir başkasının travmatik olarak isimlendireceği bir durumun etkisi ile ileride psikolojik bir problem geliştireceği gibi bu durumun akside olabilir. Aynı şekilde, dışarıdan bakan birisinin fark edemeyeceği ama kişinin çocukluğunda maruz kaldığı olumsuz bir olay ya da süregiden bir durum o kişinin ileride psikolojik bir sıkıntı geliştirmesine neden olabilir.

I. BÖLÜM

TRAVMA YAŞANTILARI VE TRAVMA SONRASI STRES BOZUKLUĞU

I.1. Travmatik Yaşantıları

Ölüm, ölüm tehdidi, ağır yaralanma ya da bedenin bütünlüğüne yönelik bir tehdidin ortaya çıktığı ve kişinin kendisinin yaşadığı ya da tanık olduğu olaylar travmatik yaşantılar olarak tanımlanmaktadır (APA, 1994). Bu tür olayların ardından ortaya çıkan psikolojik tepkilere sınıflandırma sistemlerinde yer verilmesinin tarihçesi çok eski olmamakla birlikte, yaşanan olayın istemsiz biçimde hatırlanması, uyku bozukluğu, kaçınma davranışları gibi travma sonrası tepkilerin bulunduğu olgulardan uzun yıllardır söz edilmektedir (Foy, Donahoe, Carroll, Gallers ve Reno, 1987:361-378). 17. yüzyıldaki Büyük Londra Yangını bu tepkilerin belirtildiği bilinen en eski olaylardan biridir. Bu yangından kurtulan Samuel Pepys'in günlüğünde, yangınla ilgili kabusları, uyku sorunları ve bir türlü kurtulamadığı anıları yer almaktadır (Fairbank, Schlenger, Caddell ve Woods, 1993:145-165).

Travma yaşantıları insanların gündelik yaşamında karşılaştığı sıradan ve sık olarak oluşan yaşantılardan farklı olup, çoğu kez de insanların başa çıkma tutumları ile üstesinden gelemmediği niteliktedir (Herman, 1997). Bu tür yaşantılar psikolojik travma olarak adlandırılır. Travmanın olağan dışı olması onunla karşılaşan bireyin uyuma yönelik ve başa çıkma tutumlarını bozması ve kişi üzerinde sosyal, psikolojik ve işlevsel açıdan olumsuz etkilere sahip olmasından kaynaklanır (Aker ve Önder, 2003).

Travma, dışarıdan bir etkenin yol açtığı fiziksel veya psikolojik yaradır. Fiziksel travmalar arasında kafaya alınan darbeler, kesikler, yarıklar, yanıklar vb. sayılabilir. Genel bir ifade ile “bireyin kişiliği ve psikolojik yapısı üzerinde şu veya bu ölçüde kalıcı

bir etki bırakan olağandışı, felaket niteliğinde bir yaşıntının anılarından kaynaklanan bir rahatsızlık ve bunalım durumu” olarak tanımlanabilir. Deprem, sel, yangın, vb. gibi afetler, savaş, ırk veya din ayrımcılığı, boşanma, reddedilme, çocuk istismarı, tecavüz, işkence, vb. yaşıntıları psikolojik travmalar olarak görülebilir. Psikolojik travmaların, yaşanan olayın ağırlığına olduğu kadar kişinin duyarlılığına ve dayanıklılığına da bağı olduğu unutulmamalıdır; başka bir deyişle birisi için travmatik olan bir yaşıntıyı bir başkası son derece normal karşılayabilir. Ayrıca travma ile stresin birbirine karıştırılmaması gerekir(Budak, 2003:765). Travma, bireyin kişiliğı ve psikolojik yapısı üzerinde şu veya bu ölçüde kalıcı bir etki bırakan olağandışı, felaket niteliğinde bir yaşıntının anılarından kaynaklanan bir rahatsızlık ve bunalım durumu olarak tanımlanır. Kişinin başından geçen olayların yarattığı stres onun dayanabilme gücünü aştığında psikolojik travma yaşıntısı ortaya çıkar. Bu yaşıntılar yetişkinlik döneminde yaşanabilecek acı verici olaylarla ilgili olabileceğı gibi çocukluk döneminde süregelen bir şekilde devam eden yaşıntılar (ihmal ve istismar olayları) şeklinde de olabilmektedir. DSM-IV’e göre ise travma, kişinin gerçek bir ölüm ya da ölüm tehdidi, ağır yaralanma veya kendisinin ya da başkalarının fizik bütünlüğüne bir tehdit olayı yaşamış, böyle bir olaya tanık olmuş ya da böyle bir olayla karşı karşıya gelmiş olma durumu olarak tanımlanmaktadır. Kişi o olay karşısında korku, çaresizlik ve dehşet duygularını yoğun olarak yaşamıştır (APA, 2000). ICD- 10’da ise travma, kişiyi tehdit eden ya da yıkıcı nitelikte olağandışı stresli bir olay ya da duruma karşı, gecikmiş ya da uzamış olarak ortaya çıkan uzun ya da kısa süreli bir yanıttır. ICD- 10’ da ki travmalar hemen herkeste ciddi bir sıkıntıya yol açabilecek nitelikte olmalıdır (örneğin, doğal ya da insanların neden oldukları yıkımlar, savaş, ciddi kazalar, başkalarının vahşi bir biçimde öldürölmesine tanık olmak, işkence, terör, tecavüz veya benzer saldırıların kurbanı olmak) (ICD–10, 1992).

Bir olayın travma olarak tanımlanabilmesi için bazı unsurlar gerekmektedir. İlk olarak yaşananların bireyin günlük deneyimlerinin dışında kalan bir durum olması gelir. Başka bir deyişle olayla ilgili bilgi ve yaşantının, bireyin yerleşik bilişsel şemaları içine oturmaması olayın anlaşılmasını güçleştirir (Sungur, 1999:105). Travma, bazı özellikleri ile günlük yaşam streslerinden ayrılmaktadır. Kira (2001:73-86)'ya göre gündelik streslerin görülme olasılığı daha yüksektir, daha sıradandır ve kişi tarafından kontrol edilmeleri daha mümkündür. Travma ise; sıra dışı, görülme olasılığı düşük ve kişi tarafından kontrol edilmeleri mümkün olmayan olaylardır. Terr'e (1991:10-21), göre çocukluk travması; geçici olarak kişiyi yardımsız bırakan, dayanma ve savunma gücünü azaltan, ani darbe ya da darbelerin zihinsel bir sonucudur.

I.1.1. Travma Türleri

Dünya Sağlık Örgütü raporlarında aile içinde gelişen travma ile ilgili bir sınıflama yer almaktadır. Buna göre, travmatik yaşantılar çocukluk döneminde çocuğun bakımı ile ilgilenen kişiler tarafından yapılan istismar sonucunda ortaya çıkmaktadır ve istismar dört ana grupta incelenebilir (WHO, 2002).

1. Fiziksel istismar: En genel anlamda çocuğun kaza dışı yaralanmasıdır. Çocuğun vücuduna elle veya ayakla vurmak, yakmak, boğmak gibi davranışlar.

2. Cinsel istismar: Psiko-sosyal gelişimini tamamlamamış ve yaşı küçük olan bir çocuğun bir yetişkin tarafından cinsel doyum için kullanılmasıdır (Kara ve ark. 2004). Cinsel istismar davranışları arasında; çocuğun genital bölgelerine dokunma, teşhircilik, cinselliğe teşvik eden konuşmalar ve tam cinsel ilişki gibi davranışlar yer almaktadır.

3. Duygusal istismar: Ailelerin çocuktan yeteneklerinin üstünde beklentiler içerisinde olmaları ve çocuk için güvenli bir ortam hazırlamamaları olarak tanımlanmaktadır. Çocuğu reddetme, aşağılama, küfretme, korkutma, tehdit etme şeklinde görülebilir.

4. İhmal: Çocuğa bakım veren kişinin veya kişilerin bu yükümlölüklerini yerine getirmemeleri; çocuğun beslenme, giyim, tıbbi, sosyal ve duygusal gereksinimlerin karşılanmaması durumudur. Fiziksel veya duygusal ihmal şeklinde olabilir.

İstismar ve ihmal arasındaki en temel farklılık ihmalin pasif, istismarın ise aktif bir davranış şekli olmasıdır. Çocuğun karşılaştığı bazı sağlık ve sosyal sorunlarını görmezden gelmek, doğal karşılamak veya sorun olarak görmemek çocuk ihmali olarak değerlendirilir (Topbaş, 2004: 76-80).

Travmatik olayların, insanların çaresizlikleri, kırılganlıkları ve dolayısıyla ölümlölükleri ile yüzleştikleri, yaşamlarını öncesi ve sonrası olmak üzere ikiye bölen hem kişisel hem de çevresel pek çok şeyi değıştiren olaylar olduğu bilinmektedir. Böylesi bir olayla yüzleşen insanoğlu, kendi varoluşunun derinden sarsıldığını ve sorgulandığını hissetmektedir.

I.1.2. Travmatik Yaşantılara Verilen Tepkiler

Travmatik bir yaşantı ile karşılaşan kişilerin önemli bir kısmının, yaşadıkları bu olay karşısında bir takım davranışsal, duygusal, bilişsel ve fiziksel tepkiler verdiği

bilinmektedir. Bu tepkilerin içeriği, biçimi ve şiddeti, kişiden kişiye değişmektedir ve genellikle “normal dışı bir olaya verilen normal tepkiler” olarak nitelendirilmektedir. Ancak zaman-zaman bu tepkiler şiddetini kaybetmeden uzun bir süre devam etmektedirler. Araştırmacılar dikkatlerini daha çok bu uzun ve şiddetli tepkilerle tanısıl kategorilerin, yani psikolojik bozukluklar üzerinde yoğunlaştırmaktadırlar. Tanısıl kategorilerin, araştırmacılar arasında uyum sağlamak konusunda önemli katkılar sağladığı düşünülmekle birlikte, bu tez çalışması kapsamında, tanısıl kategorilere dayanan bir araştırma yürütülmemektedir. Bu araştırmada, sadece tanı alacak düzeyde verilen tepkileri değil, kişilerin travmatik olaylardan sonra gösterdikleri tüm tepkiler ve Tanrı algısıyla ilişkisi ele alınmaktadır.

Stresin etkileme düzeyine ilişkin bu bireysel farklılıklara karşın, stres karşısında bedenin kan basıncının artması, kalp atışlarının hızlanması, terleme, solunumun hızlanması gibi fizyolojik tepkiler herkes için ortaktır. Stres hormonunun salgılanmasıyla birlikte ortaya çıkan bu tepkiler, organizmayı tehdit eden durumlarda, tehdit kaynağıyla savaşmaya ya da ondan uzaklaşmaya / kaçmaya hazır hale getirerek bu durumla başa çıkmaya yardımcı olur. Yaşanan stresin çok yoğun olduğu travmatik durumlarda, onunla başa çıkabilmek için salgılanan stres hormonu da aşırı miktarda olur ve stres kaynağı ortadan kalktıktan sonra bile bir süre daha bedende kalarak en ufak bir uyarı ile karşılaşıldığında bedenin daha önceki tehdit durumunda verdiği stres tepkilerinin benzerlerini üretmesine neden olur. Travmatik olay sırasında bedende ortaya çıkan ve hayatta kalmaya ilişkin değeri olan bu fizyolojik değişim nedeniyle, yaşanan olayın şiddetine bağlı olarak verilen travma sonrası tepkiler, bir süre için normal olarak ele alınır (Joseph ve ark. 1997). Travmatik olaylar aynı zamanda, kişilerin önceki şemalarının ve dünyanın güvenilir, öngörülebilir bir yer olduğuna ilişkin temel psikolojik

varsayımlarının yıkılmasına neden olarak, yaşamda bir düzen ve süreklilik olduğu inancının kaybolmasına yol açar. Travmatik yaşantıyla birlikte, kişiler kaygı/korku verici duygu ve deneyimlerle başa çıkmalarını sağlayacak içsel ya da dışsal güvenli bir yere sahip oldukları duygusunu kaybederlerken birbiri üstüne eklenen stres kaynaklarının ortak etkisi de, görece daha az incinebilir bireylerde bile travma benzeri tepkilere neden olabilmektedir (Janoff-Bulman ve Berg, 1998).

Yaşanan olayın hemen ardından ortaya çıkabilen bu tepkiler, kimi durumlarda zaman içinde kendiliğinden hafifleyebilirken bazen de şiddeti giderek artabilir. Fiziksel, duygusal, bilişsel, davranışsal ve sosyal açıdan ortaya çıkabilecek bu tepkiler, sınıflandırma sistemlerindeki ölçütleri karşılamadığı için travma sonrası stres bozukluğu tanısı almasa da, bir süre sonra işlevselliği bozucu bir etki yaratabilir.

Travma sonrasında ortaya çıkan tepkilerin, modern çağlardan önce de bilindiği ve tartışıldığı görülmektedir(Alford, 1992). Günümüz tanımlarına yakın ve bilimsel paradigma içindeki tanımlamaların ise, 19. Yüzyılda ortaya çıktığı bilinmektedir. Tren yollarının inşası ve demiryolu kazalarının artması, bu kazalara maruz kalan kişilerin verdiği psikolojik tepkilerin incelenmesine yol açmıştır ve bu tepkilere “omurga sarsıntısı”, “tren yolu omurgası” gibi isimler verildiği belirtilmektedir(Joseph, Williams ve Yule, 1997:6).

İkinci dünya savaşından sonra ise bugünkü tanımlara daha yakın tanımların ortaya çıkmaya başladığı gözlenmektedir. “travma sonrası sendrom”, “travma fobi”, “savaş nevrozu” gibi tanımlamaların ortaya çıktığı bilinmektedir(Joseph, Williams ve Yule, 1997:6). İkinci dünya savaşından sonraki dönemde araştırmalar devam etse de, travma

sonrası tepkilerin kapsayıcı bir şemsiye altında toplanmasının, Amerika Birleşik Devletleri'nin Vietnam'ı işgali ve yenilgisi sonrasında DSM-III'te (APA, 1980), “travma sonrası stres bozukluğu” tanımına yer verilmesi ile olanaklı olduğu bilinmektedir. Tanısal sistemlerin (ICD: Dünya Sağlık Örgütü'nün hastalıkların uluslararası sınıflaması; DSM Tanısal ve Sayımsal El Kitabı, Amerika Psikiyatri Birliği), 1980 öncesinde de travmatik olaylar sonrasındaki tepkileri tanımlamaya yönelik çeşitli kategoriler önerdikleri görülmekte, ancak hiçbirinin travma sonrası stres bozukluğu kadar kapsayıcı ve araştırmaları/uygulamaları yönlendirecek kadar etkili olmadığı düşünülmektedir.

Travma sonrasında ortaya çıkan tepkiler her ne kadar “anormal bir olaya verilen normal tepkiler, olarak nitelendirilse de, zaman zaman bu tepkiler kişinin pek çok alanda işlevselliğini bozacak düzeyde olabilmektedir.

I.2. Travmatik Olaylardan Dolaylı Olarak Etkilenme Olasılığı Olan Gruplar

DSM III-R'deki travma tanımı ile birlikte görüldüğü gibi, travma sonrası stres tepkileri yalnızca olaya doğrudan maruz kalanlarla sınırlı değildir. Bir olaya tanık olmak, travmatik bir olayın ayrıntılarını dinlemek ya da yalnızca olayla ilgili haberi duymak bile çeşitli düzeylerde kaygı yaratabilir (DSM IV-APA, 2000; Eriksson, Vande Kemp, Gorsuch, Hoke ve Foy, 2001:205-211; Johnsen, Eid, Lovstad ve Michelson, 1997:133-140; Rosenthal, 2000:271-284; Weiss, Marmar, Meizler ve Ronfeldt, 1995:361-368). Bu tanımdan yola çıkarak, travmatik olayların ardından, olaya doğrudan maruz kalanların yanı sıra, mağdurların aileleri, yakınları, olayın hemen ardından destek olan profesyonel ve gönüllüler, ilk tıbbi müdahaleyi yapan sağlık çalışanları, olayın psikolojik etkilerini önlemek ve gerekli psikolojik desteği vermek üzere müdahalede bulunan ruh sağlığı

Çalışanları ve geniş ölçekli afetlerin ardından olayın etkilerini medyadan izleyen bireylerin, travmaya dolaylı olarak maruz kaldığı ya da ikincil travmatik stres tepkisi gösterme olasılıkları olduğu söylenebilir. Konuyla ilgili araştırmalarda, bu grupların karşılaştığı yaşantılar, yaşamı tehdit eden olaya doğrudan maruz kalmadıkları için, *dolaylı travma* (vicarious trauma) ya da *ikincil travmatik stres* kavramlarıyla ifade edilmektedir.

İlgili yazın gözden geçirildiğinde, dolaylı travma ya da ikincil travmatik stres tanımlama konusunda genel bir görüş birliği olmadığı; bu kavramların genellikle birbirlerinin yerine kullanıldıkları görülmektedir (Lugris, 2000; Akt. Lerias ve Byrne, 2003:129-138). McCann ve Pearlman (1990) bu kavramları, doğrudan olmayan bir biçimde yaşanan travmatik bir olaya verilen stres tepkisi olarak tanımlamışlardır. Lerias ve Byrne (2003) tarafından yapılan gözden geçirmede, bu olgu için, doğrudan travmaya maruz kalanların deneyimlerinin, olaya mağdurların deneyimleri yoluyla maruz kalanlar üzerindeki etkisi (Lugris, 2000); travmatik olaya ilişkin bilgiden kaynaklı travmatik stres (Lind, 2000) ve dolaylı olarak bir olaya maruz kalma sonucunda bireyin kendisi ve dünyaya ilişkin algısındaki değişim (Pearlman ve MacLan, 1995) biçiminde açıklamalar yapıldığı görülmektedir (Akt. Lerias ve Byrne, 2003:129-138). Bu açıklamalardan yola çıkarak, Lerias ve Byrne (2003) dolaylı travma ya da ikincil travmatik stres kavramlarını, ciddi biçimde strese yol açan ya da trajik bir olaya tanık olan, bu olaya ilişkin bilgiye sahip olan ya da olay sonrası yardım çalışmalarında bulunanların tepkisi olarak tanımlamışlardır.

Bireyin daha önceki travmatik yaşantılara ilişkin öyküsünün, genellikle şimdiki stres düzeyini etkilediği bildirilmektedir. Araştırma sonuçları, geçmiş travma öyküsüne sahip olmanın, bireyin dolaylı olarak travmaya maruz kalmasının ardından, travma

sonrası stres için bir risk etmeni olduğunu göstermektedir (Marmar ve ark., 1996:94-102). Travmatik olayın bazı özellikleri, örneğin dehşet duyguları, geçmişteki kişisel travmaya ilişkin anıları tetikleyebilir. Brewin, Andrew ve Valentine (2000:748-766), travma sonrası öykünün, çocukluğunda bir travması olan ve istismar edilmiş yetişkinlerde özellikle önemli olduğunu vurgulamışlardır. Bu bireylerin, yeni bir travmayla karşı karşıya kalma sonrasında, çocukluk travması olmayanlara göre daha fazla kaygı belirtisi gösterdikleri saptanmıştır (Brewin ve ark., 2000:748-766). Hodgkinson ve Shepherd (1994: 587-600) tarafından yapılan çalışmada da, işle ilişkili stres ve yaşam olaylarının ikincil travmatik stresle anlamlı ilişkisi olduğu gözlenmiştir.

Toplumsal olarak uzun süreli, sıklıkla tekrarlanan ve şiddeti yüksek, savaş ve terörizmle ilişkili stresin yaşandığı topluluklarda görev yapan yardım görevlileri ile yapılan araştırmalarda, bu personelin düşükten orta düzeye doğru değişen ikincil travmatik stres belirtileri olduğu saptanmıştır (Hyman, 2004:149-156). Başka acil durum görevlerinde çalışanlarla yapılan araştırmalarda çeşitli sonuçlar elde edilmiştir. Örneğin, Delhanty, Dougall, Craig, Jenkins ve Baum (1997; Akt., Hyman, 2004:149-156) tarafından yapılan araştırmada, ikincil travmatik stres düzeyleri bu çalışmadakine göre daha düşük; Dyregrov ve arkadaşları (1996:541-612) tarafından yapılan araştırmada ise daha yüksek bulunmuştur.

I.3. Travma Sonrası Büyüme

Travmatik bir yaşantının sonrasında temel varsayımlarda ortaya çıkan değişim, travmaya maruz kalan kişide, travma sonrası stres tepkileri ve travmatik olaya bağlı bazı bozuklukların yanı sıra, travma sonrası büyüme kavramıyla ifade edilen bazı gelişmeleri

de beraberinde getirebilir. Travma sonrası büyüme kavramı, ciddi bir mücadeleyi gerektiren bir durumun ardından ortaya çıkan olumlu psikolojik değişimi ifade etmek için kullanılmaktadır (Calhoun ve Tedeschi, 1999, Akt., Yılmaz, 2006:35).

Acı çekme ve stresin olumlu değişimin olası kaynaklarından olduğuna ilişkin genel anlayışın binlerce yıllık bir geçmişi vardır. Acı çekmenin insanı bilgelik, gerçeklik ve Tanrıya yakınlaştırmasındaki rolü dinsel ve edebi metinlerde sıklıkla vurgulanmıştır (Tedeschi, Park ve Calhoun, 1998, Akt., Yılmaz, 2006:35). Örneğin Antik Yunanda ve Hristiyanlığın ilk yıllarında, ayrıca Hinduizm, Budizm ve İslamiyet'in bazı öğretilerinde, acı çekmenin potansiyel dönüştürücü gücünün bazı öğeleri bulunur. Pek çok felsefi sorgulamanın, roman ve şiirin teması insanoğlunun acıyla ilgili deneyimlerinin anlamını kavramaya yöneliktir (Tedeschi ve Calhoun, 1995, Akt., Yılmaz,2006:35).

Varoluşçu psikologlar, travmanın büyümeye götüren yönünü, travmayı, anlam ve cesaretin bulunabileceği an şeklinde tanımlayarak vurgulamışlardır. Bu görüşler, acı çekmenin kişisel gelişimdeki rolünden söz eden Kierkegaard ve Nietzsche'nin düşüncelerinin uzantısıdır (Tedeschi ve ark., 1998). Yirminci yüzyılda, başka pek çok klinisyen ve bilim insanı (örneğin, Caplan, 1964; Frankl, 1963; Maslow, 1954; Yalom, 1980) önemli yaşam krizlerini olumlu kişisel değişim için bir yol olarak göstermişlerdir. Maslow (1970), psikologların, sağlıklı bireyler ve insan davranışının ve doğasının olumlu yönleri üzerinde daha fazla çaba harcamaları gerektiğini vurgulamıştır (Akt., Tedeschi ve Calhoun, 2004:1-18).

Olumlu psikolojik değişim olgusunun sistematik olarak ele alınması ise 1980'ler ve daha çok da 1990'larda başlamıştır. Bu yıllara kadar, bu olguyu özgül olarak araştıran ya

da bu olgunun ortaya çıkışındaki süreçleri ele alan bir çalışma yapılmamış; bu kavramdan daha çok bir başa çıkma yolu olarak ya da travmatik olayın pek çok özelliğinden biri olarak söz edilmiştir (Tedeschi ve ark., 1998). Ölümcül hastalıkların etkilerinin incelediği bir araştırma (Hamera ve Shontz, 1978) ve doğal afetlerin etkileri ile ilgili bir sunum travma sonrası büyüme kavramını doğrudan ele alan ilk iki çalışmadır (Taylor, 1977) (Akt., Tedeschi ve ark., 1998). Bin dokuz yüz seksenlerin ortalarından başlayarak, araştırmacılar, travma sonrası büyüme konusunda yas, kronik hastalıklar, kanser, kalp krizi, trafik kazaları, yangın, tecavüz ve cinsel istismar gibi çok çeşitli travmatik olaya ilişkin çalışmalar yapmışlardır. Travma sonrası büyümeyi ölçme ve bu olgunun başka değişkenlerle ilişkileri konusundaki araştırmalar ise 1990'larda başlamıştır (Tedeschi ve ark., 1998). Bu çalışmalar, travma sonrası büyüme olgusunun pek çok olayın ardından çeşitli gruplardan bireylerde ortaya çıkabileceğini göstermektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004:1-18).

Travma sonrası büyüme olarak adlandırılan olgunun ne tür değişimler içerdiğinin incelendiği çalışmalarda, çeşitli boyutlarda olumlu gelişmelerden söz edilmektedir. Tedeschi ve Calhoun (1996:455-471), travma sonrası büyümenin beş boyutta değişim anlamına geldiğini bildirmektedirler: Kişilerarası ilişkilerde olumlu değişim, kendilik algısında olumlu değişim, yaşamın değerini anlama, yeni seçeneklerin fark edilmesi, inanç sisteminde gelişim.

Travma sonrası büyümeye götüren bu olumlu değişimler, travmatik olayın ardından yaşanan süreçte zaman içinde gelişebileceği gibi, bu boyutlardan bazılarındaki değişim olaydan sonra birden de ortaya çıkabilir. Travmanın ardından temel varsayımların sorgulanması ve yeniden yapılandırılması zaman içinde gerçekleşebileceği için,

büyümenin bir süreç olarak ele alınması daha doğru görünmektedir. Ancak bazı boyutlardaki değişimler de olayın hemen ardından gerçekleşebilmektedir(Tennen ve Affleck, 1998, Akt., Yılmaz, 2006:37).

Travmanın ardından ortaya çıkan rahatsızlıkları ele almaya yönelik psikolojik süreçlerin aynısı, olumlu değişimlerin ortaya çıkmasında da rol oynamaktadır. Travmatik olayın ardından yaşanan bu olumlu değişim sürecine ilişkin giderek daha fazla sayıda bildirim yer almaktadır. Travmaların psikolojik sorunlara neden olduğuna ilişkin yaygın varsayımın yerini bu tür olayların gelişmeye neden olduğu inancı almamalıdır, ancak konuyla ilgili araştırmalar, stres tepkileri ve büyümenin sıklıkla bir arada görüldüğünü ortaya koymaktadır.

I.4. TRAVMA SONRASI STRES BELİRTİLERİNİ AÇIKLAMAYA YÖNELİK KURAMSAL YAKLAŞIMLAR

1.4.1. Klasik Koşullanma Kuramı

Bu kuram, diğer kaygı bozukluklarında önerilen klasik koşullanma kuramını, TSSB'yi açıklamak için de kullanılmaktadır. Mower'in(1960) iki bileşenli öğrenme modeline göre, travmatik yaşantı sırasında nötr olan pek çok uyaran, koşulsuz uyaran ile eşlenmekte ve korku ortaya çıkaracak koşullu uyaranlara dönüşmektedirler. Genelleme ve üst düzeyden koşullamalarla, daha pek çok nötr uyarının korku tepkisini ortaya çıkarması olası hale gelmektedir. Normalde, koşullu uyarının koşulsuz uyaran olmadan sürekli tekrarlanmasının, sönmeyi ortaya çıkarması beklenmektedir. Fakat travmatik

yaşantılardan sonra kişiler, koşullu uyarıcılarla karşılaşmaktan sũrekli kaçınmaktadırlar. Bu kaçınmalar hem davranışsal hem de zihinsel dũzeyde olabilmektedir. Kaçınmalar, korkuyu ortadan kaldırdıklarından dolayı pekiştirilmekte ve bu yolla travma sonrası stres belirtilerinin devam etmesini sağlamaktadırlar(Akt., Dũrũ, 2006:16).

Klasik koşullanma kuramı, travmatik yaşantıyı hatırlatan olayla doğrudan ilişkisi gũrũlemeyen uyarıların varlığı, bu hatırlatıcı uyarıların ortaya çıkardığı fizyolojik ve duygusal (psikolojik) uyarılmışlık hali ve kaçınmanın önemli rolũ gibi TSSB'nin pek çok ynũnũ açıklamaktadır. Olayın yeniden yaşantılanması her ne kadar uyarı genellenmesine bağlanabilse de (Livanou,2003:21), bellek mekanizmalarını dikkate almadan bunun açıklanması kolay grũnmemektedir. Kuramın TSSB'de önemli kavramlar olan dikkat ve bellek mekanizmalarını da tam olarak açıklayamadığı belirtilmektedir (Brewin ve Holmes, 2003). Sonuç olarak, klasik koşullanma kuramı, TSSB'nin önemli boyutlarını açıklamakla birlikte, gũnũmũzde bilişsel boyutları da (bellek mekanizmaları, anlam, bilişsel değerlendirme) içerecek şekilde yeniden uyarlamaya ihtiyaç duymaktadır.

I.4. 2. Bilişsel Model

Clark (1999:5-27), kaygı bozukluklarının, olaylar veya içsel uyarıların çarpıtılmış inançlar (distorted beliefs) sonucunda tehlike olarak algılanmasından dolayı ortaya çıktığını savunmaktadır. Yazara göre, bu çarpıtılmış inançların yaşamda doğrulanmamasına rağmen sũrmesinin altında yatan altı tane mekanizma bulunmaktadır. Gũven arayıcı davranışlar (safety seeking behaviors), dikkatin dağılması (attentional deployment), kendiliğinden oluşan imaj (spontaneous imagery), duygusal çıkarım

(emotional reasoning), bellek süreçleri (memory processes) ve tehdit temsilinin doğası (nature of the threat representation). Clark (1999:5-27), yukarıda da tartışıldığı gibi, özellikle bellek süreçleri ve tehdit temsilinin doğası mekanizmalarının TSSB’ de etkin olduğunu belirtmektedir.

Bellek süreçleri ele alındığında, TSSB’de açık (explicit) ve örtük (implicit) bellek arasında bir yarışma (dissociation) olduğu düşünülmektedir. Açık bellek, kişinin daha önce öğrendiklerini hatırlamasını gerektiren durumlarda istemli bir şekilde kullanılmaktadır; örtük bellek kullanıldığında ise daha önceki bir olayı bilinçli ve istemli bir şekilde hatırlamak gerekmebilmektedir (Parkin, 1996). Bilindiği gibi TSSB olan kişiler, olayı bilinçli bir şekilde hatırlamaya çalıştıklarında zorlanmaktadırlar. Genellikle olayın belli bölümlerini unutmuşlardır veya olayı sözelleştirmede zorluk çekmektedirler. Ancak, travmatik olayı hatırlamak ve aktarmakta yaşadıkları bu zorluklara rağmen, istemsiz bir şekilde olayı tekrar tekrar yaşamaktadırlar. Bu durumda açık belleğin düzgün çalışmadığı, örtük belleğin ise “gereğinden fazla” çalıştığı düşünülmektedir. Bunun yanında travmatik bir yaşantıya maruz kalan kişiler, bazen olayı hatırlamadıkları anlarda bile, başka bir uyarıyı travmayla bağlantılandırarak (bunun da örtük bellek mekanizmasıyla olabileceği düşünülmektedir) yoğun duygulanımlar yaşamakta ve niçin olumsuz duygular içinde olduklarını fark etmeyebilmektedir.

Tehdit temsilinin doğasının ise travmatik olayı yaşadıktan sonra kişinin ortaya çıkan belirtileri nasıl değerlendirdiğiyle ilgili olduğu belirtilmektedir. Clark (1999:5-27), travma sonrasında yoğun duygulanımlar ortaya çıkaran uyarıların bilinçli bir şekilde farkında olmayan kişilerin, aslında o andaki duygulanımlarının yersiz olduğunu öğrenme şansının olmadığını öne sürmektedir. Eğer kişi, travmatik olaydan sonra, yaşadığı

belirtileri doğal tepkiler olarak değerlendirip bunların “çıldırmaq”, “kontrolü kaybetmek” gibi belirtiler olmadığını fark ederse, duygulanımları üzerinde bilinçli bir kontrol sağlayabilmektedir. Yapılan araştırmalar, travmatik olaylar sonrasında ASB geliştiren kişilerin, daha sonra TSSB yaşamalarının daha yüksek bir risk olduğunu göstermektedir (Brewin, Andrews, Rose ve Kirk, 1999:165). Muhtemelen ASB geliştiren kişiler, yaşadıkları disosiyasyonun (kişilik çözünmesi sonucu çıkan savunma mekanizması) da etkisiyle uyarılar ve tepkiler arasındaki bağı anlamlandıramamakta ve ASB’den sonra TSSB’de geliştirmektedirler.

Ehlers ve Clark’ın (2002:310), TSSB’nin bilişsel modelini geliştirdikleri görülmektedir. Yazarlara göre, kronik TSSB’nin ortaya çıkması, 1) kişilerin travmayı ve travma sonrasında ortaya çıkan olguları nasıl değerlendirdikleriyle, 2) olaya ait bellekteki travmatik anıların doğası ve bu travmatik anıların diğer otobiyografik bellekte bulunan diğer anılarla etkileşiminin nasıl olduğuyla ilişkili görünmektedir. Travma sonrasında sıkıntı yaşayan kişiler, belirti göstermeyenlerin aksine, travmatik yaşantıyı belirli bir zaman diliminde yaşanmış ve kişinin geleceğine bütünsel olarak olumsuz etkide bulunacak bir olay olarak değerlendirmektedirler. Eğer kişiler travmatik yaşantıyı “yaşanmış / geçmişte kalmış” olarak değerlendirmezse, travmatik olay, “her an tehdit oluşturan bir olay” olarak algılanmaya devam edilecektir. Bu tehdit ya “dünya tehlikeli bir yerdir” şeklinde dışsal, ya da “ben başa çıkamıyorum, gelecekte de başaramayacağım” şeklinde içsel olarak tanımlanabilmektedir.

Ehlers ve Clark (2000:312). TSSB geliştiren kişilerin, travmatik yaşantı sonrasında yaşanan ve “anormal bir yaşantıya verilen normal tepkiler” olarak nitelendirilebilecek çeşitli tepkileri olumsuz olarak değerlendirdiklerini belirtmektedir. Bu değerlendirme

sonucunda, kişiler olumsuz anlamda kalıcı bir değişim yaşadıklarına karar verebilmektedir. Travma sonrasında yaşanan pek çok duygunun da yapılan değerlendirme ile ilişkili olduğu öne sürülmektedir. “dünya güvensiz bir yer” korkuya, “diğerleri bana olumsuz davrandı” öfkeye, “benim hatamdı” suçluluğa, “bir daha toparlanamayacağım, her şeyi yitirdim” üzüntüye yol açmaktadır.

Ehlers ve Clark (2000:313), TSSB geliştiren kişilerin, TSSB’ nin sürdürülmesini sağlayan çeşitli uyumsuz davranışsal ve bilişsel stratejileri olduğunu belirtmektedirler. Bu stratejilere örnek olarak, düşünceleri baskılamaya çalışma, tehditle ilgili olduğu düşünülen ipuçlarına aşırı dikkat etme, tehlikeyi önlemeye yönelik sürekli tedbir alma, bazı belirtileri kontrol etmeye çalışırken diğerlerini arttıracak davranışlarda bulunma (örneğin kabus görmemek için geceleri uykusuz kalıp dikkati toplamakta veya gerginliği azaltmak için gevşemekte sorunlar yaşama), olayla ilgili hiç düşünmemeye çalışma ve olayı hatırlatan uyarlardan kaçınma verilmektedir.

Görüldüğü gibi, Ehlers ve Clark’ın (2000) bilişsel modeli, TSSB’ nin pek çok boyutunu açıklamaktadır. Travmatik yaşantılar sonrasında ortaya çıkan tepkileri açıklamaya yönelik bilişsel model, çeşitli araştırmalar tarafından da desteklenmektedir (Ali, Dunmore, Clark ve Ehlers, 2002; Engelhard ve Arntz, 2005; Halligan, Clark ve Ehlers, baskıda). Brewin ve Holmes (2003), bilişsel modelin Ehlers ve Clark (2002) tarafından geliştirilen modelini, TSSB’yi açıklamaya yönelik en kapsamlı model olarak nitelendirmektedir.

1.4. 3. Varoluşçu Yaklaşım

Varoluşçu yaklaşımın, doğrudan TSSB'yi açıklamaya çalışmasa da, doğası gereği, travmatik yaşantıya maruz kalmış kişileri anlamamıza yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Genelde kuramlar, insan davranışını ve onun altındaki dinamikleri anlamaya çalışırken, pozitif bilimlerin yaptığı gibi, insanı araştırmanın nesnesi olarak görmektedirler. Varoluşçu yaklaşıma göre, insan doğasının gerçek anlamda ve bilimsel bir yolla araştırılması bu yolla olanaklı görünmemektedir. İnsanın öznel deneyimlerini araştırma süreçlerine katmak gerekmektedir; ancak bu şekilde “insan hakkında” bilgi edinmekle kalmayıp, “insanı” anlamak olanaklı olabilmektedir (May, Angel ve Ellenberger, 1958:38). Travmatik yaşantıya maruz kalan bir insanı anlayabilmek için, nesnel verilerin yanında, o kişinin deneyimlerini, algılarını, düşüncelerini, duygularını ve değerlerini anlamak önemli görünmektedir. Varoluşçu yaklaşıma göre, insanın nesnel ve öznel doğası arasındaki bölünmüşlüğü ortadan kaldırılması gerekmektedir. Çünkü “zihin, psişik durumlar, içinde bulundukları dünyalardan (anlamli bağlamlardan) ayırt edilemezler” (Boss, 1979; akt. Walsh ve McElwain, 2001: 225).

Varoluşçu bakış açısının, travmatik yaşantı sonrası ortaya çıkan tablonun anlaşılmasında önemli bir çerçeve oluşturabileceği düşünülmektedir. Yalom'a (1999) göre, insanın varoluşunun dört temel gerçeği bulunmaktadır. Bunlar, ölümün kaçınılmazlığı, insanın özgürlüğü ve bu özgürlüğü sonucunda kendi yaşamından sorumlu olduğu, varoluşsal bir yalnızlık içinde bulunduğu, yaşamın değerli bir anlamının olmadığı ve anlamsızlığın yaşamı kapladığıdır. Dünyaya gelerek, hatta kendini iradesi dışında dünyaya “fırlatılmış” bulan insan, tüm bu varoluşsal gerçeklerle yüzleşmektedir. Bu yüzleşme, özellikle de ölümlülükle yüzleşme, yoğun bir kaygı ortaya çıkarmaktadır. İnsan, bu yoğun kaygıdan kurtulmak için, çoğunlukla, varoluşun bu temel gerçeklerini inkar ettiği yeni bir dünya kurmaktadır. Tanrı inancı (dolayısıyla öteki dünyanın ve

ölümden sonra varoluşun devamının olanaklılığına, koruyan ve kollayan bir üstün gücün / yaratıcının varlığına inanç), kendinin özel olduğuna ve başına bir şey gelmeyeceğine inanma, iktidar ve güce tapınma; ilişki kurmaya yönelik inanılmaz bir motivasyon ve yaşamını başkalarıyla ortak kılma çabaları, yalnızlığın kötülenip sosyal ve ilişkide olmanın kutsanması; yaşamın anlamını bulmaya yönelik bilimsel, felsefi, dini ve edebi çalışmalar; liderlere ve yönlendirilmeye olan düşkünlük, kendi yaşamında olup bitenlerden sorumlu olduğu ve kendi yaşamını yaptığı seçimlerle oluşturduğu gerçeğini kabul etmeyip projeksiyon savunma mekanizmasını kullanma, hep bu varoluşsal kaygıyla başa çıkma için kullanılan yöntemler olarak değerlendirilmektedir(Yalom, 1999).

Travmatik bir yaşantıyla karşılaşan kişi, her şeyden önce incinebilir olduğuyla, bir başka deyişle tüm çıplaklığıyla ölümlü olduğu gerçeğiyle karşılaşmaktadır. Travmatik yaşantı sırasında çoğu zaman tamamen çaresiz kalmakta ve hiçbir güç ona yardım etmemektedir. Kendisinin yardımına koşacak tek kişi, sadece ve sadece kendisidir. Her ne kadar travmatik yaşantılar kişinin özgürlüğünü kısıtlayıcı nitelikte olsa da, bir taraftan da sorumluluğu ve seçimi tamamen olayla yüzleşen kişiye bırakmaktadır. Kişi o ana kadar kurduğu tüm ilişkilerin sonu olduğunu, sevdiklerinin ve kendisinin ölümlü olduğunu fark etmekte, kayıplar yaşayabilmekle ve tam anlamıyla çırılçıplak bir yalnızlıkla dünyanın ortasında kalmaktadır. Yaşama dair edinilen tüm izlenim bir anda yıkılabilmektedir. Dünyanın güvenli ve belirli bir anlam bütünü içinde çeşitli yönleriyle yordanabilir bir yer olduğu algısı, travmatik olayın yıkıcılığı karşısında çökmektedir. Yardım edecek kimse yoktur ve yalnızlık tüm yönleriyle yaşanmaktadır. Bu yaklaşım, Janoff_Bullman'ın (1992) "sarsılmış sayıtlılar" kuramına da uygun görünmektedir. Yazar, kişinin temel sayıtlılarının dünyanın "iyi niyetli" ve anlamlı olduğu ve kendisinin de değerli olduğu yönünde olması durumunda, travmatik bir olayla karşılaştığında, bu sayıtlıların yıkılmasıyla travma sonrasında sıkıntılar yaşayabileceğini belirtmektedir.

I.5. Travma Sonrası Stres Bozukluğu

Bugünkü Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) tanımlamalarının temelinde Horowitz'in "iki faktör modeli" bulunmaktadır (Joseph, Williams ve Yule, 1997:7). Bu iki boyutlu ve bilgi işleme süreçlerine dayanan modelde, kişi travma yaşadktan sonra rahatsız edici düşünceler ve duyguların istilasına (intrusion) uğramakta ve bunların etkisinden kurtulmak için de kaçınma davranışları içine girmektedir.

Günümüzde, Horowitz'in önerdiği modele, üçüncü bir boyut olarak "fiziksel aşırı uyarılmışlık hali" eklenmiştir. Taylor ve arkadaşlarının (1998:154-160) yaptığı bir araştırmada DSM-IV'teki TSSB tanımlamasındaki yeniden yaşama, aşırı fiziksel uyarılmışlık ve kaçınma ile duygusal yavaşlık (küntlük) kriterlerinin altında sıralanan 17 belirtinin nasıl gruplandığını bulmak için faktör analizi uygulandığı görülmektedir. Sonuçta daha üst bir faktöre yüklenen iki faktör bulunduğu belirtilmektedir: birinci faktör istilalar ve kaçınma, ikinci faktör ise aşırı uyarılmışlık (hyperarousal) ve duygusal küntlükten (numbing) oluşmuştur. Aslında birbirleri ile çelişir gibi görülen modellerin aynı faktörde toplanmasının nedenini kişilerin istilalara karşı kaçınmayı bir savunma aracı olarak kullanması olduğu düşünülmektedir. Benzer şekilde aşırı uyarılmışlık hali duygulanımla da ilgili olduğu için, katılımcıların mümkün olduğu kadar duygulardan uzak kalmaya çalışmış olabilecekleri düşünülmektedir. Çünkü en küçük bir duygulanım, travma yaşantısını hatırlatıp aşırı uyarılmışlık hali ortaya çıkarmaktadır. TSSB'nin boyutları ile ilgili yapılan bir başka çalışmada da benzer sonuçlar rapor edilmektedir. Maes ve arkadaşları (1998), trafik kazası ve yangın geçirmiş katılımcılarla yaptıkları çalışmada, TSSB'nin iki boyutlu bir yapı sergilediğini belirtmektedirler. Yazarlar, ilk

boyutun depresif ve kaçınmacı, ikinci boyutun ise anksiyete ve uyarılma belirtilerinden oluştuğunu belirtmektedir.

Kessler ve arkadaşlarının (1995:1050) Amerika Birleşik Devletleri'nde 5877 kişi üzerinde yaptıkları araştırmada, Travma Sonrası Stres Bozukluğu'nun yaşam boyu görünme sıklığının %7.8 olduğu belirtilmektedir. Benzer şekilde Koren, Arnon ve Klein (1999), Travma Sonrası Stres Bozukluğu'nun yaşam boyu görünme sıklığının %3 ve %8 arasında olduğunu aktarmaktadır. Travma Sonrası Stres Bozukluğu'nun sıklığıyla ilgili bulguları tartışırken, yaşam boyu sıklığın yanı sıra, travmatik bir yaşantıya maruz kalanların ne sıklıkta TSSB geliştirdiklerini de dikkate almak gerekli görünmektedir. Çünkü travmatik yaşantıların günümüz dünyasında çok sık karşılaşılan durumlar olduğu bilinmektedir. Şahin (2000:106) travmatik olayla karşılaşmış topluluklarda, TSSB geliştirme oranlarının %55'lere kadar çıktığını belirtmektedir. Genel olarak travmatik bir yaşantıya maruz kalanların yaklaşık %18'inin uzun dönemde kronik TSSB geliştirdiği düşünülmektedir(Schroeder, 2000).

Travma Sonrası Stres Bozukluğunun Türkiye'deki yaygınlık oranları ile ilgili az sayıda çalışma bulunmaktadır. Kuğu ve Akyüz (2002:255-266), Marmara Depremi sonrasında yapılan araştırmada, depreme uğramış kişilerde TSSB görünme sıklığının %56-%77 arasında değiştiğini rapor etmektedir.

TSSB'nin pek çok başka psikolojik bozuklukla (diğer kaygı bozuklukları, depresyon, madde bağımlılığı, kişilik bozuklukları), komorbiditesi olduğu ve TSSB vakalarında %38-%78 arasında değişen oranlarda başka bir psikolojik bozukluğun eşlik ettiği bilinmektedir(Önder ve Tural, 2004:194). TSSB'nin diğer psikolojik bozukluklarla

aynı anda görülmesinin iki yoldan gerçekleştiği düşünülmektedir. Birincisi, travmatik olayla karşılaşmadan önce başka bir bozukluğun varlığının üzerine TSSB gelişmesi; ikincisi ise travmatik olaydan sonra TSSB'nin yanında Süreç içerisinde Başka bir bozukluğun daha gelişmesi olduğu düşünülmektedir. Her iki durumda da, kişiler için durumun daha da zorlaşabileceği gözlenmektedir.

I.6. Travma ve Dünyaya ilişkin Varsayımlar konusunda Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar

İnsanların sorgulanmayan varsayımlara göre hareket ettiği görüşü ilk başlarda psikologlardan çok ilgi görmemiş olsa da, daha önceki yıllardaki bazı yazılarda farklı kavramlarla ifade edilmiştir. Örneğin Bowlby'nin (1969) “dünya modelleri”, Parkes'in (1971) “varsayımsal dünya”, Maris'in (1975) “anlamların yapıları” ve Epstein'in (1973) “gerçeklik kuramı” kavramları benzer bir yapıyı temsil etmek için kullanılmıştır. Bu yapı, bireyin etkin olarak işlev gösterebilmesi için kendisi ve dünyaya ilişkin beklentiler sağlayan, zaman içinde gelişen temel bir kavramsal sistemdir. Bu kavramsal sistem, genellikle yaşam içindeki etkileşimler sırasında gözlenebilir hale gelen bir dizi varsayımla temsil edilir (Akt., Janoff-Bulman, 1989:113-136).

Bilişsel sistemin merkezinde, dünya ve kendilikle ilgili güvenlik ve incinmezlik duygusunu sağlayan temel varsayımlar vardır (Bowlby, 1969). Bu varsayımlar, yaşamın ilk yıllarındaki deneyimlerle şekillenir. İlk temasın yaşandığı kişi, dünya ve benliğin ilk sözel olmayan temsillerini sağlar. Bebeğin ağlamasına yanıt vererek anne, “iyilik”le ilgili ilk temeli atar. Bu ilk sosyal etkileşimlerde, çocuk, iyi ve anlamlı bir dünya ve değerli bir “ben”e ilişkin ilk temsilleri geliştirmeye başlar. Stern (1985), bebeğin yedi aydan itibaren

kendisi ve diğerleriyle ilgili genellemeler yapmaya başladığını belirtir. Bu olumlu genellemeler, temel varsayımların sözel olmayan ilk temsilleridir. Yetişkinlikte, bu varsayımlar bilişsel sistemdeki daha soyut genel şemalar haline gelir (Akt., Janoff-Bulman ve Berg, 1998).

Janoff-Bulman'ın (1989:113-136), insanların inançları ve varsayımları konusunda kuramsal bir çerçeve sunduğu 'Temel Varsayımlar Modeli'nde, bireyin sahip olduğu temel varsayımlar üç ana grupta ele alınmaktadır: Dünyanın iyiliği varsayımı, dünyanın anlamlılığı varsayımı, kendilik değeri varsayımı.

Dünyanın İyiliği Varsayımı: Bireyin dünyayı olumlu ya da olumsuz olarak görme derecesini içerir. Bu kategoriyi oluşturan iki temel varsayım, kişisel olmayan dünyanın iyiliği ve insanların iyiliğidir. Kişisel olmayan dünyanın iyiliğine inanç ne kadar güçlüyse, dünyanın iyi bir yer olduğuna ve kötülüklerin de o kadar az olduğuna olan inanç o derece güçlüdür. Benzer şekilde, insanların iyiliğine olan inanç, insanların temelde iyi, yardımsever ve nazik olduğuna ilişkin inançla paraleldir (Janoff-Bulman, 1989:113-136).

Dünyanın Anlamlılığı Varsayımı: Bireyin, sonuçların dağılımına ilişkin inancını içerir. Bir başka deyişle, kimin başına iyi, kimin başına kötü şeylerin geleceğine ilişkin soruya verilen yanıt bu varsayıma dayanır. Bu varsayım da, adalet, kontrol edilebilirlik ve rastlantı olmak üzere üç ilkeye göre belirlenebilir. İnsanların hak ettiklerini yaşadıklarına olan inancın temelinde adalet ilkesi vardır (Janoff-Bulman, 1989). Lerner'in (1980) "adil dünya kuramı", insanların adil bir dünya inancına olan gereksinimlerinden söz eder. Bu kurama göre, insanlar neyi hak ederlerse onu alırlar ve neyi alırlarsa onu hak etmişlerdir.

Sonuçların dağılımı konusundaki ikinci etmen, kontrol edebilirliktir. Sonuçların dağılımı, bireyin kişiliğinden çok, davranışlarına bağlanabilir. Bu açıdan, uygun davranışlar, bireyin başına gelecekleri belirleyen etmendir. Buradaki varsayım, bireyin dünyayı kendi davranışlarıyla belirleyebileceği ve incinebilirlik olasılığını uygun davranışlarla en aza indirebileceğidir. Adalet ve kontrol varsayımları bir arada düşünüldüğünde “anamlılık duygusu” olarak tanımlanan kavramı oluşturur. Sonuçların dağılımını etkileyen üçüncü etmen, rastlantıdır. Rastlantısallık varsayımına göre, bazı olayların bazı insanların başına neden geldiğini anlamanın bir yolu yoktur; bu yalnızca bir rastlantının sonucudur ve anlamsızlık egemendir. Rastlantıya güçlü bir biçimde inanan biri, adalet ya da kontrolü bir belirleyici olarak görmez ve olumsuz olayları engellemek için yapılabilecek bir şey olmadığına inanır. İnsanlar, sonuçların dağılımı konusunda bu üç ilkenin de az ya da çok işlediğine inanır (Janoff-Bulman ve Berg, 1998).

Kendilik Değeri Varsayımı: Bireyin kendisiyle ilgili inançlarını içerir. Bu varsayımla ilgili üç boyut, dünyanın anlamlılığıyla ilgili üç ilkeye benzer. Benliğe ilişkin ilk varsayım, bireyin kendini ne derece iyi, ahlaklı, değerli olarak algıladığıyla ilişkilidir. Kendi kişiliğiyle ilgili olumlu algıları olduğu düzeyde kendini adil bir dünyada incinmez olarak hisseder; böyle bir dünyada bireyin iyiliği sonuçlar için belirleyicidir. Kendilikle ilgili ikinci varsayım, kendilik kontrolüdür ve kendini uygun davranışlar gösteren bir birey olarak görme derecesini içerir. Buradaki soru bireyin sonuçları kontrol edip edemediği değil, sonuçları kontrol etmek için gerekli olanı yapıp yapmadığıdır. Üçüncü varsayım, bireyin kendisini kötü talihten korumasına izin veren bir inanç olarak ele alınabilir. Buna göre dünya rastlantı ilkesine göre işleyebilir, ancak şanslı birey iyi sonuçları elde eder (Janoff-Bulman, 1989:113-136).

Bu üç temel varsayım ve bu varsayımların dayandığı ilke ya da inançlar bütün olarak ele alındığında dünyaya ilişkin varsayımlarla ilgili kavramsal modelde sekiz önerme olduğu görülmektedir: Dünyanın iyiliği, insanların iyiliği, adalet, kontrol edebilirlik, rastlantısallık, kendilik değeri, kendilik kontrolü, talih (Janoff-Bulman, 1989:113-136).

Dünyaya ilişkin bu temel varsayımlar, yaşamı güvenli ve rahat bir hale getirir. Ancak travmatik olaylar bireyin içsel dünyasına darbe vurup varsayımları sarsarak, olaya maruz kalan kişinin dünya ve kendisiyle ilgili olumlu inançlarını sorgulamasına; kendi incinebilirliğini fark etmesine neden olur (Janoff-Bulman ve Berg, 1998). Travma mağdurları, yaşadıkları şeyin kendilerine olabileceğini hiç düşünmediklerini, olaydan sonra incinebilir, güvensiz ve korunmasız hissettiklerini belirtirler. Travma mağdurlarının bu tepkisi, travmaya maruz kalmamış bireyin genellikle bir “incinmezlik yanılsaması (‘bu bana olmaz’ duygusu)” temelinde yaşamını sürdürdüğü konusunda bilgi verir. Her insan, bilişsel düzeyde, kanserin çok yaygın olduğunu, trafik kazalarında çok sayıda insanın öldüğünü bilir, ancak bu tür olayların kendisini bulacağına inanmaz (Janoff-Bulman, 1989:113-136).

Yanılsamalarla yüzleşme süreci, travmatik olayın neden olduğu içsel değişimi belirleyen acı verici bir süreçtir. Bu süreç, yavaş-yavaş ortaya çıkan ve daha sığ olan normal değişimden farklı olarak, doğrudan ve ani olur. Bu noktada varoluş, korkutucu olarak algılanır; eski güvenlikler ve kesinlikler ortadan kalkar. Travma mağduru, kötü şeylerin kendisine ve sevdiklerine de olabileceğini anlar. Ernest Becker bu durumu “dünyayı olduğu gibi görmek” olarak ifade eder. Travmanın ardından kişi güvenlik için

umut, kaygı için çare, acı için son olmadığını fark eder. Bu, varoluşçuluğun anlamsızlıklar dünyası kavramıyla uyumludur (Janoff-Bulman ve Yopyk, 2004:30-34).

Travmanın ardından yaşanan başa çıkma çabalarında, travmaya ilişkin düşünce, duygu ve imgelerle yüzleşme ve bunlardan kaçınma arasında hassas bir dengeyi gerektiren varsayımların yeniden yapılandırılması süreci vardır. Travmatik yaşantının üzerinden zaman geçtikçe, pek çok travma mağduru, kişisel olarak anlamlı bilişsel yeniden değerlendirmeler ve sosyal destekle, içsel dünyalarını yeniden kurmayı başarır (Janoff-Bulman, 1992). Başarılı bir başa çıkma süreci, önceki temel varsayımlara geri dönüş anlamı taşımamakta; daha çok, travmatik yaşantıyla bütünleşmiş bir varsayımsal dünya yapılandırma anlamına gelmektedir. Travma, olaya maruz kalan kişinin içsel dünyasına, temel şemalarda kişisel incinebilirlik ve gerçeklerle yüzleşmeyi yansıtan bir değişim yoluyla kalıcı olarak kodlanır. Bir başka deyişle, bu sürecin ardından travma mağduru, temel varsayımları düzeyinde, kendisi ve dünyaya ilişkin daha olumsuz varsayımlara sahip olarak kalır (Janoff-Bulman, 2004:30-34). Çeşitli travma gruplarıyla yapılan araştırmalarda, travmatik yaşantının üzerinden yıllar geçtikten sonra bile, mağdurların dünya ve kendileriyle ilgili varsayımlarının, travmatik yaşantısı olmayanlara göre daha olumsuz olduğuna yönelik bulgular göze çarpmaktadır.

Konuyla ilgili yazın gözden geçirildiğinde, araştırmaların pek çoğunun, travmaya maruz kalmanın temel varsayımlar üzerindeki etkilerini incelemeye yönelik olarak planlandığı görülmektedir. Geçmiş travmatik olayların, bu olaylara maruz kalmış kişilerin temel varsayımlarını etkileyip etkilemediği sorusuna yanıt aranan araştırmalardan birinde (Janoff-Bulman, 1989), travma mağdurları ve travmatik bir yaşantıya maruz kalmamış bireyler temel varsayımları açısından karşılaştırılmıştır. Çalışmanın sonuçları, travmatik

olaydan yıllar sonra bile, travma mağdurunun diğerlerine göre daha olumsuz varsayımlara sahip olduğunu göstermiştir. Schwartzberg ve Janoff-Bulman (1991:270-288) tarafından yapılan çalışmada da, travmatik bir yaşantı olarak kaybın, bireyin temel varsayımlarında tetiklediği değişimlerin araştırılması amaçlanmıştır. Kaybın ardından yaşanan bu bilişsel değişimler zaman-zaman göz ardı edilmiş, bazen de kabul edilmiş ancak incelenmemiştir. Bu çalışmanın temel varsayımlarla ilgili sonuçları, kaybı olan kişilerin, dünyanın anlamlılığı ile ilişkili varsayımlarının daha olumsuz olduğunu göstermiştir. Travmatik bir olaya maruz kalmış bireylerde ortaya çıkan bilişsel değişimleri kavramak üzere tasarlanan bir başka çalışmada da (Magwaza, 1999:622-630), Güney Afrika'da yaşanan insan hakları ihlalleri nedeniyle mağdur olmuş bireyler, herhangi bir travmatik yaşantısı olmayan bireylerle, dünyaya ilişkin varsayımları ve travma sonrası stres belirtileri açısından karşılaştırılmıştır. Sonuçlar, travmaya maruz kalmış grubun, dünya ve insanlara ilişkin iyilik varsayımlarının travmatik yaşantısı olmayan gruba göre daha olumsuz olduğunu ortaya koymuştur. Matthews ve Marwit (2004:115-136) tarafından yapılan araştırmada ise, çocuğunu kaybetmiş anne-babaların varsayımsal dünyaları incelenmiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre de, yası olan anne-babaların diğerlerine göre daha olumsuz varsayımlara sahip olduğu tespit edilmiştir. Travmatik yaşantıların temel varsayımlar üzerindeki etkilerinin araştırıldığı bazı başka çalışmalarda da (Foa, Ehlers, Clark, Tolin ve Orsillo, 1999; Wickie ve Marwit, 2000:303-314), travmatik yaşantının doğası ele alınmış; varsayımların, travmanın doğal yollarla ya da insan eliyle ortaya çıkmasına bağlı olarak nasıl değiştiği incelenmiştir. Bu çalışmalar, insan eliyle oluşturulan travmaların, varsayımları, doğal yollarla ortaya çıkan travmalara göre, daha olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur.

Temel varsayımların travma sonrası stres bozukluğu ile ilişkisi ise daha az sayıda araştırmamanın konusu olmuştur. Bu çalışmalardan birinde (Solomon, Iancu ve Tyano, 1997:1785-1798), yedi yıl önce bir tren-otobüs çarpışmasından kurtulan gençlerin bilişsel şemaları incelenmiş; dünyanın iyiliği, insanların iyiliği, şans ve kendilik değeri konusundaki olumsuzluğun, daha fazla travma sonrası stres bozukluğu belirtisi ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Bir başka çalışmada da, Foa ve arkadaşları (1999:303-314) tarafından, travma sonrası stres bozukluğu olan ve olmayan bireylerin temel varsayımları karşılaştırılmış; travma sonrası stres belirtisi olanların daha olumsuz varsayımları olduğu bulunmuştur.

Travma mağdurlarının travma sonrası stres belirtilerinin düzelmesinin ardından temel varsayımlarında ne tür değişimler olduğu konusunda ise çok daha az bulgu vardır. Belirtilerin ortadan kalkması, bir başka ifadeyle iyileşme, belirtilerin ortaya çıkmasından önceki duruma geri dönüş anlamına gelmektedir. Ancak, travma mağdurları için iyileşme, farklı bir anlam taşımaktadır. Janoff-Bulman (1989:113-136), iyileşmenin, travma mağdurunun önceki varsayımlarına yeniden sahip olma değil, travmatik yaşantı ile bütünleşmiş yeni varsayımların oluşturulması anlamına geldiğini vurgular. Temel varsayımlardaki değişimleri bu açıdan inceleyen bir çalışmada (Dekel, Solomon, Elklit ve Ginzburg, 2004:407-420), savaşa katılmış gazilerin çatışma stresi tepkileri ve travma sonrası stres belirtileri, olayın hemen ardından ortaya çıkan tepkiler, uzun dönemli tepkiler ve bu ikisi arasındaki sürede dünyaya ilişkin varsayımlarda ortaya çıkan değişim incelenmiştir. Sonuçlar, gazilerin, insanların iyiliğine ilişkin daha olumsuz varsayımlara sahip olduğunu; olayın hemen ardından travma sonrası stres belirtileri gösterenlerin kendileri ve dünyaya ilişkin algılarının daha olumsuz olduğunu; olaydan uzun süre sonra belirti gösterenlerin ise, daha olumsuz kendilik değeri algıları olduğunu ortaya

koymuştur. Rini ve arkadaşları (2004:325-333) tarafından yapılan çalışmada da, çocuğu kemik iliği nakli olacak annelerin temel varsayımlarının, boylamsal bir desenle araştırılması amaçlanmıştır. Çocuğunun nakil için hastaneye yatırılışı sırasında annenin temel inançları ve naklin bir yıl sonrasında bu inançlardaki değişimin önceki travma ve geçmişteki olumsuz yaşam olaylarına bağlı olarak nasıl etkilendiği araştırılmıştır. Ayrıca, annenin temel inançları ve işlevsel uyumu arasındaki ilişki de incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, önceki travmatik yaşantılar ve olumsuz olaylar, hastane dönemindeki temel inançlarla ve daha sonraki dönemlerdeki temel inançlardaki değişimle ilişkili bulunmuştur.

Özetle, travmanın, bireyin temel varsayımlarını nasıl etkilediğini anlamaya yönelik olarak yapılan araştırmalar, bu etkinin olumsuz olduğuna ilişkin tutarlı bulgular sağlamıştır. Bu nedenle, bireyin temel varsayımlarının, travma sonrası iyileşme sürecinde göz önünde bulundurulması gereken önemli değişkenlerden biri olduğu söylenebilir. Travma mağdurunun, iyileşmeye yönelik olarak, zaman içinde, daha az kırılgan yeni varsayımlar geliştirdiği düşünülmektedir. Temel varsayımlar modeli, travma sonrası ortaya çıkan belirtileri ve iyileşme sürecinin aşamalarını anlamada bir ereve sağlar (Matthews ve Marwit, 2004:115-136). Ancak, travmanın ardından ortaya çıkan duygusal tepkiler ve bilişsel değişimler arasındaki ilişkinin doğası henüz tam olarak açık değildir. Bir başka deyişle, travma sonrası stres belirtileri ve değişen varsayımlar arasındaki ilişki, ortaya çıkış sırası ve travma öncesi varsayımların içeriğine ilişkin bilgi veren boylamsal çalışmaların bulgularına gereksinim vardır (Dekel ve ark., 2004:407-420).

I.7. Travma ve Dünyaya ilişkin Varsayımlar konusunda Türkiye’de Yapılmış Çalışmalar

Marmara depreminden üç yıl sonra, Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi çalışanlarının afet ve diğer travmatik olaylara bağlı ruhsal sorunlarını belirlemek amacıyla Acicbe ve arkadaşları (2003) tarafından yapılan araştırmada, travma sonrası stres bozukluğu yaygınlığı % 2.7 ve depresyon yaygınlığı %1 olarak saptanmıştır. Aynı araştırma kapsamında, çalışanlar, sağlıkçılar ve yardımcı hizmetliler olarak karşılaştırıldığında travma sonrası stres bozukluğu ve depresyon oranlarının, sağlıkçılarda belirgin olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Çakmak ve arkadaşları (2004) tarafından Kocaeli 112 Acil yardım biriminde görev yapan sağlık çalışanlarının ruhsal sorunlarını saptamak ve olası bir afete karşı bireysel hazırlık durumlarını değerlendirmek amacıyla yapılan araştırmada da, çalışanların, yaşadıkları depreme bağlı yeniden yaşantılama, kaçınma ve aşırı uyarılmışlık gibi travmatik stres belirtilerini, %10-29 oranında yaşadıkları belirlenmiştir. Aynı çalışmada, ruhsal tedaviye gereksinim duyanların oranı %9 olarak saptanmıştır. İzmit ilinde görev yapan itfaiye çalışanlarına yönelik bir destek programında da, bu görevliler arasında travma sonrası stres bozukluğu yaygınlığı %8.5 bulunurken, depresyon saptanmamıştır (Duruduygu, Aker ve Acicbe, 2003). Aker (2006) Marmara Depremi’ne ilişkin araştırma bulgularını gözden geçirdiği çalışmasında, hem insan eliyle hem de doğal olarak ortaya çıkan çeşitli travmatik olaylara maruz kalma olasılığı olan sağlık çalışanlarının, hazırlıksız yakalanma, ne zaman, nerede, ne yapacağını bilememe, doğrudan zarar görmüş olma, geçmişteki ruhsal travma yaşantıları, afetle baş edememe ve destek sistemlerinin olmaması gibi etmenler nedeniyle, ruhsal açıdan olumsuz etkilendiklerini belirtmektedir (Yavuz 2004, Freedy ve ark. 1992, Carr ve ark. 1995; Akt. Aker, 2006; Aker 2000).

Sosyal destek ve travma sonrası büyüme arasında karşılıklı bir ilişki olduğunu gösteren araştırma bulguları da vardır. Güneş (2001) ve Karancı (2005), sosyal destek algısı ve travma sonrası büyümenin pozitif yönde ilişkili olduğunu bildirmektedir. Duygu durumun travma sonrası büyüme ile ilişkisine yönelik bulgular, olaya ilişkin genel rahatsızlık düzeyi, ruminasyon, zorlayıcı düşünceler ve kaçınma belirtileri arttıkça büyümenin de arttığını göstermektedir (Güneş, 2001; Karancı, 2005).

II. BÖLÜM

TANRI ALGISI

İnsancıl dinlerde Tanrı figürü, insanın kendi yaşamında gerçekleştirmeye çalıştığı, kişisel güçlerinin yani yüceliğinin bir sembolü biçimindedir. İnsan da bir gün bu sembole erişip, onun gibi olabilme şansına sahiptir. İnsancıl dinlerin en iyi örneği ilk dönem Budizm’idir. Buddha, aklın sembolüdür. Akılla konuşur ve diğer insanlarında kendi akıllarını geliştirmesini öğütler. Gerçeğe ulaşmada ilk adım akıldır bundan sonra kişi akıl ve sevgi gücünü geliştirmeli ve dünyevi ihtiraslarından kurtulmalıdır. Nirvana’ya ulaşmak çaresizce boyun eğmek değil, kendi içsel güçlerini gerçekleştirmektir. Zen Budizm’ e göre gerçek bilgi kişinin dışındaki birinden gelemmez, gerçek bilgi ancak insanın içinden gelir. İnsanın dışından gelecek olan düşünceleri, kolaylıkla tapınılan bir otoriteye dönüşebileceğinden dolayı tehlikeli bulurlar (Fromm, 2004).

Fromm insancıl dinlerdeki inancı, bir şeye inanmanın verdiği güven olarak tanımlar. İnanç, belli davranış biçimini, onu koyandan dolayı değil; kişinin duygu ve düşüncesi ile deney imlediklerinden ötürü kabul ettiği şeydir. Bu nedenle yaşanan duygu sevinçtir. Otoriter dinlerde ise bu belirli davranış biçimleri, onu koyandan ötürü kabul edilir bu da suçluluk ve acı çekme duyguları olarak yaşanır (Fromm, 2004).

Fromm, otoriter dinlerde Tanrı’yı, aslında insana ait olan akıl ve sevginin tek sahibi olarak görür. Tanrı mükemmelleştikçe de insan yetersizleşir. İnsan iyi ve başarılı olduğu ne varsa Tanrı’ya yöneltir; kendisi beceriksiz ve acizdir. İnsan bu süreç boyunca tüm gücünü yitirir ve değersizleşir. Çünkü ona güç ve güven verecek tüm değerli güçlerini Tanrı’ya yansıtmıştır. Fromm, kişinin güçlerini kendi eliyle böyle kaybetmesi

durumunda insanın kendine yabancılaşacağını öngörür. Çünkü ne varsa Tanrı' ya aittir, insana hiçbir şey kalmamıştır. Fromm, insanın bu durumda kendisi ile iletişime geçebilmek için bile Tanrı' nın aracılığını kullanmaya mecbur olduğunu söyler. İbadet ve tapınmalarında kendi ruhu ile temas kurmaya çalışır. Tanrı' ya tapınarak, her şeyini Tanrı' ya vermiş olan insan, kendine ait olan güçlerin bir kısmını geri istemektedir. Tanrı dilerse insanın bu dileğini kabul eder. İnsanın içindeki bu sevgi ve iyilik güçlerinden mahrum kalması, kendisini günahkar hissetmesine sebep olur. Sevgi ve akıl gücünü kullanamadığı için kendine ve diğer insanlara olan inancını yitirir. Fromm, insanın aslında kendine ait olan bu güçlerine yabancılaşmasının, insanı hem Tanrı' nın kölesi haline getirdiğini hem de kötüleştirdiğini söyler. Bu sevgisiz yaşamı günah olarak değerlendiren Fromm, bireyin kaybettiği insanlığını geri kazanabilmek için Tanrı ile iletişime geçmeye çabalayacağını ifade eder. Fakat bu çabalar bir kısır döngü haline gelir. Kişi günahkar hissettikçe Tanrı' ya daha çok yönelip Tanrı' yı daha çok yüceltir. Yücelttikçe kendisi daha da küçülür. Bu çelişkili döngü kişinin kendini bulmasını, tanımasını imkansızlaştırır (Fromm, 2004).

II.1. Tanrı İmgisine İlişkin Yaklaşımlar

Psikoloji bilimi içinde Tanrı kavramının oluşması ile ilgili olarak günümüze değin pek çok fikir ortaya atılmıştır. Bu görüşlerin ilki olarak Freud' un yansıtma teorisini gösterebiliriz. Freud' a göre Tanrı, baba figürünün bir yansımasıdır. Psikoanalitik yönelimli teorisyenlerin tercih ettiği bu yaklaşımda temel kanı, bireyin Tanrı imgesinin ebeveyn imgesinin yansıması olduğudur (Rizzuto, 1974:83-99). Freud' un bu fikre ait ilk açıklamaları baba- oğul dinamiğine odaklanmışken (Birky ve Ball, 1988:133-137), sonraki empirik çalışmalar her iki ebeveynin de Tanrı imgesi ile ilişkili olduğunu

göstermiştir (Birky& Ball, 1988; Justice& Lambert, 1986). Nesne ilişkileri teorisyenleri, izzuto gibi Freud’ un teorisini uyarlayarak daha geniş bir uygulama haline getirdiler. Nesne ilişkileri açısından Tanrı imgesi özellikle ebeveynler olmak üzere önemli diğerleriyle ilişkilerin kapsamı içerisinde kazanılmış sunumlardan yararlanılmasına dayanır (Birky& Ball, 1988; Lawrence, 1997).

Tanrı algısı konusundaki diğer önemli çalışma da Benson ve Spilka (1973:297-310) tarafından yapılmıştır. Bilişsel tutarlılık teorisine dayanarak benlik imgesinin Tanrı imgesi üzerinde belirleyici bir etken olduğunu ileri sürmüşlerdir. Tutarlılık teorisine göre; kişinin genel benlik algısına uymayan bir bilgi bilişsel bir uyumsuzluk yaratır (Benson & Spilka, 1973:297-310). Böyle bir uyumsuzluğun neden olduğu bir rahatsızlıkla birey, bu rahatsızlığı azaltmak ve benlik imgesi ile tutarlı bir bilgiyi sağlamak için inkar, çarpıtma veya seçici algılama gibi teknikler kullanabilir. Tanrı imgesine dayanan tutarlılık teorisine göre bireyin benlik imgesi Tanrı imgesini belirler (Cecero ve Ark., 2004:1669-1680).

Chartier ve Goehner (1977:352-371), Benson ve Spilka’nın teorisine ek olarak, ebeveynin de hem Tanrı imgesi hem de benlik imgesini etkileyebileceği fikrini önermişlerdir. Reddedici ebeveynler hem benliğe hem de Tanrı’ ya karşı olumsuz bir bakış açısına neden olabilir. Öte yandan, kabul edici ebeveyn tutumu daha çok kabul gören bir bakış açısına sevk edebilir. Bu araştırmacılar, benlik kabulünün (selfacceptance) gelişiminin desteklendiği bir aile atmosferinde kabul edici bir Tanrı inancının gelişeceğini iddia ederler. Nelsen ve Kroliczak (1984:267-277) da ebeveynin çocuğun din ve Tanrı hakkındaki eğitiminde doğrudan bir rol oynadığını ve ebeveynlerin iyi veya kötü olan niteliklerinin bu eğitimi çerçevelediğini belirtirler.

II.2. İslam’da Tanrı Anlayışı

İslam’da Tanrı anlayışını öncelikle Kur’an’da aramak, daha sonrasında ise yaşanan çağa, coğrafyaya ve içinde neşet bulduğu kültürün biriktirmiş olduğu tarihi arka plana bakmak gerekir. “Allah”, İslam dininde kâinatı yaratan ve idare eden en yüce varlığın adıdır. O varlığı zorunlu olan ve bütün övgülere layık bulunan zattır.

Kur’an’da, Allah’ın varlığını, birliğini, sıfatlarını anlatan pek çok ayet vardır. “İnsanlara ufuklarda ve kendi nefislerinde ayetlerimizi göstereceğiz ki onun gerçek olduğu, onlara iyice belli olsun. Rabbinin her şeye şahit olması yetmez mi?”(Fussilet 41/83). ayeti öncelikle Allah’ın varlığının gerçek olduğunu sonra da bireylerin bu gerçekliğin delillerini hem dış dünyada hem de insanın içinde bulabileceğini ifade eder. Ufuklarla nefsimiz arasındaki bu geniş yelpazeye İslam düşünürleri hudus, imkân, nizam, fitrat, keşif veya dini tecrübe diyebileceğimiz birçok delili sıgdırmışlardır.

İslam’ın Tanrı tasavvurunun en belirleyici niteliği hiç kuşkusuz tevhid’dir. Kur’an-ı Kerim’de de Allah’ın “birliğini ifade eden ayetler, varlığını belirten ayetlerden çoktur.”(Topaloğlu, 1992:428). O’nun birliğinden kasıt, benzeri ve dengi olmayan, cüzlerden oluşmuş olmayan, Allah’tan başka ilahın olmadığıdır. Rablıkta ve ulûhiyette tevhid, Fatiha ve ihlâs sûreleriyle formüle edilmiş gibidir.

Kur’an bize, kendisine inanmamızı ve tapınmamızı istediği Tanrı’nın isim ve sıfatlarını bildirir. Biz Tanrı’yı isim ve sıfatlarıyla tanımaya ve bu yolla ona ulaşmaya çalışırız. “Kur’an’da ifadesini bulan ilahi isimlerin, sıfatların bizzat (kendinde) ilahi gerçeklikte nasıl bir olguya delalet ettiklerini tam olarak/ bütünüyle bilmesek de, bizzat

Allah tarafından Kur'an'da zikredilen ilahi isimler / sıfatlar ile ilahi gerçeklik arasında semantik/ontolojik bir kırılmanın veya bağdaşmazlığın olabileceği de düşünülemez.”(Recher, 2007:111).

Allah'ın Kur'an'da ve Hadislerde geçen isimleri, Esmâü'l – Hüsnâ başlığı altında toplanmaya çalışılmıştır. Genel kabuldeki gibi doksan dokuz sayısı ile sınırlı olmayan bu isimlerin en çok bilinenleri, Rahman, Rahim, Melik, Kuddüs, Aziz, Cebbar, Kerim, Zü'lcelâli ve'l-İkrâm vb.dir. İslam tarihinde sıfatlar da çeşitli tasniflere tâbi tutularak tenzihî, subûtî ve fiilî gibi kısımlara ayrılmıştır. Bu ayırımları kabul etmeyen veya sıfatlar konusunda merkezi ağırlık noktaları farklı olan çeşitli mezhep ve düşünce mensuplarının benimsediği Tanrı, fiilen var olan, kâinatı yaratıp yöneten, yetkin sıfatlarla nitelenen, aşkın bir varlıktır. Aynı zamanda insana şah damarından daha yakın, her an yaratmayı sürdürüp evreni yönetendir de.

“Birçok İslam düşünürünün Tanrı konusunda sahip oldukları özel görüşler, prensip itibariyle aynı kökten geldiği halde, her birinin ulaştığı sonuçlar farklı olmuştur. Ancak bu düşünsel semalar, tasavvufî, selefî, kelâmî, felsefî mektepler ve her bir mektebin kendi içerisindeki farklı ifade biçimleri Tanrı'yı çeşitli yönlerden düşünebilmemizi, tasavvur edebilmemizi mümkün kılmaktadır.”(Baykan, 2005:25).

Bu imkânı yaratan ilk müracaat kaynaklarımızdan biri de Türk skolastiğidir. “Türk skolastiğinde, filozofları iki zümrede toplayabiliriz. Birincisi ‘Meşşaiyyun’dur. Bunlar Aristo’yu takip, tercüme ve şerh edenlerdir. En büyükleri Farabi, İbn-i Sina idi. İkincisi ‘İşrakîyun’dur(Ülken, 2004:105). Sühreverdi, işrakilerin önde gelen

isimlerinden biridir. Farabi (Ö.950), Tanrı'nın varlığını, birliğini ispatlamak için hareket, inayet ve ekmel varlık delillerini kullanmıştır.

“Farabiye göre Allah için cins, fasl, tarif düşünülemez. Her şeyin ilk nedeni O'dur. O'nun olmaması düşünülemez. O, bekası için bir şeye muhtaç da değildir. Bir halden diğer hale geçmez. Bölünmeyi kabul etmez. Hakikat bizzat kendisidir. O'na miktar, zaman ve yer de isnat edilemez. Cisim değildir. Maddesi ve sureti de yoktur.”(Baykan, 2005:29). Meşşaiyun filozoflarından İbn-i Sina ise Allah'ın varlığını ve birliğini vâcibu'lvücud ve mümkünü'l vücud kavramlarıyla açıklamaya çalışır.

“Vâcibül-vücud, asla yokluğu düşünilemeyen ve hep kendi kendini bilen bir varlıktır. O'nun varlığı ve mahiyeti ayrı olmadığı için cinsi, faslı, türü, esi, benzeri ve ortağı da yoktur; dolayısıyla ne varlığının tanımı yapılabilir ne de varlığına burhan getirilebilir. Çünkü İbni Sina'nın ontolojik deliline göre O'nun varlığı apaçıktır ve bundan dolayı O her şeyin burhanıdır. O'nu kendi dışındaki varlıklarla açıklamak mümkün değildir; aksine diğer bütün varlıklar O'nun ile açıklanabilir. O biricik, en yetkin, en güzel varlık ve tek gerçektir. Bu bakımdan başkası O'nu sevsin veya sevmesin O kendi kendini sever; bundan dolayı da O ask, âşık ve mâşuktur. Yine hay, kâdir ve mûrid olup bu nitelikleri kendi kendisini bilmesinin sonucudur”¹⁴ İbn-i Sina Allah'ın irade, sem, basar, ilim, hayat, kelim, tekvin yaratma gibi sıfatlarından da bahsetmektedir.

Selçuklular dönemine geldiğimizde ise fikir hayatında Sahabeddin Sühreverdi'nin eliştirildiği işrakilik dikkati çekmektedir. Bu sistem aslında İbn-i Sina ve Farabi'nin açmış olduğu düşünce yoluna tasavvufi mefhumların aksetmiş hali gibidir. Bütün

varlıkların dayandığı bir ilk nur veya zorunlu nur vardır. Bu zorunlu Nur'a, Suhreverdi Nûrlar Nûr'u, Zatıyla Kâim Nûr, Kudsi Nûr vb. adlar verir(Fahri, 2000:373). O, Allah'tan başlayarak nefs-i hayvanîye kadar bütün maneviyatı nur telakkisiyle açıklamaya çalışır. Ona göre, "Mümkün varlıklar silsilesinin başlangıcında hiçbir yönden mümkün olmayan bir zorunlu varlığın olması gerekir."(Fahri, 2000: 383). Bu zorunlu varlık bütün âlemi aydınlatan, nâmütenâhî nur olmak itibariyle Hakikat Nuru, yani Allah'tır. Selçuklular dönemi Türk düşünce yapısına yön veren düşünürlerin en önemlisi belki de Gazali'dir. Dönemin eğitim merkezi olan Nizamiye medreselerinde hem bir dönem ders vermiştir, hem de kitapları uzun yıllar bu medreselerde okutulmuştur. Allah'ın varlığının ve birliğinin yakînî bir bilgi olarak kalple bilinebileceğine inanan Gazali, "bu bilmenin vücubiyetini ser'an ve Allahu Tealanın borç etmesiyle"(Gazali, 1974: 289) temellendirmektedir.

Gazaliye göre, en yüksek bilgi keşf yoluyla elde edilir (Gazali, 1974: 295). Keşf yolunun fena mertebesinde kişi Allah'ın birliği, yani âlemde O'ndan başka gerçek bir varlık olmadığının farkına varır.

II.3. Travma ve İnanç konusunda Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar

Travma alanında çalışan çoğu araştırmacılar ve teorisyenler şöyle varsaymaktalar ki bir şahsın inancı, çevre ile etkileşim yaparak gelişmektedir (etkileşime dayalı inanç, Decker, 1993:15-32). Bilgi işlem teorisyenlerinin önerisine göre travmatik olaylar hem bilgileri düzeltmede karışıklığa neden olabilir (Chemtob, Roitblat, Hamada, Carlson, & Twentyman, 1988:253-275; Foa, Steketee, & Rothbaum, 1989:155-176) hem de inançlarda ve şemada (McCann & Pearlman, 1990; Resick & Schnicke, 1993). Kişiler

inanç sistemlerine uymayan yeni bilgi ile karşılaştıklarında, örneğin bir travmatik deneyim ile karşılaştıklarında, onlar bu bilgi ve onun getirdiği duygunun yükü altında boğulabilirler (Resick & Schnicke, 1993:1081-1088). Resick ve Schnicke (1990:488-506), Hollon ve Garber (1988) in çalışmasına dayanarak, şöyle önermişler ki travma kurbanları travmatik deneyimi göz önünde bulundurarak yeni bilgileri, benzetme, uyum sağlama ve aşırı uyum sağlama ile tamamlamaya çalışırlar.

Resick, Schnicke, ve Markway (1991) travma kurbanlarının inançlarını araştırdı ve emniyet, güven, güç, itibar ve yaklaşma çerçevelerinde değişiklikler gözlemledi. Bu bölgelerde olan değişiklikler ve aynen adaletli bir dünyaya inançlı olmakta değişiklikler (örneğin, iyi şeyler iyi insanlara olur ve kötü şeyler kötü insanlara olur; Lerner & Miller, 1978:1030-1051), gösteriyor ki kurban olmak dini inanç veya psikolojik inançta bozukluğa neden olur. Travma kurbanlarında rastlanan dinsel sorular ve karışıklıklar birkaç yöntemde görülebilir. Örneğin, kişi muhtemelen yeni anlam ve önemlilik kaynakları arayarak, dönüşüm kopyalaması yaratabilir (Pargament, 1996:215-239). Onlar şöyle sorabilirler, “neden Tanrı beni cezalandırır?” ve şöyle sonuç alabilirler ki biz muhtemelen bunu hak edecek bir şey yapmışızdır. Diğerleri artık Tanrıya inanmamayı iddia ediyorlar, çünkü Tanrı öyle korkunç olayların olmasına izin vermemelidir. Alternatif olarak, onlar muhtemelen iddia ediyorlar ki inançları olmadan kurban olma deneyimlerine dayanarak incinmekten kurtulamazlardı. Bir kişinin hangi tür bir dini araçları kullanacağına katkıda bulunan faktörler belli değil, ama yine de, travma kurbanlarının hayatındaki dinselliğin veya ruhsallığın fonksiyonunun doğruluğunun önemi belli olur çünkü onların nasıl deneyimlerini tanımladıklarını veya deneyimlerine anlam buldukları ile bağlantıdadır.

Çeşitli araştırmalara göre dini araçlarla stresle başa çıkma, bireylerin stres azalmasında en yaygın şekilde kullandıkları yöntemlerdendir (Koenig, George, & Siegler, 1988; McRae, 1984; Pargament et al., 1990:303–310). Çeşitli çalışmalar travmanın etkisini travma kurbanlarının dinselliği üzerinde araştırmışlardır. Sonuçlar birkaç araştırmada anlamsız olmuştur. Yapılan bazı araştırmalara göre travma, bu deneyimi yaşamış kişilerin dini inançlarını ve davranışlarını negatif yönde etkilemektedir, (Finkelhor, Hotaling, Lewis, & Smith, 1989; McLaughlin, 1994; Rosetti, 1995:379– 399) ama bunun aksine sonuç gösteren çalışmalarda vardır. Yani bazı çalışmalarda, kişilerin dini inançlarını ve davranışlarını pozitif yönde etkiledikleri gözlenmiştir (Carmil & Breznitz, 1991; Valentine&Feinauer, 1993:393–405), bu durum da travma deneyimi ve kişinin dini ve psikolojik durumu arasında kompleks bir bağlantı göstermektedir. Kişinin dindarlığındaki değişimin, başka fonksiyonları nasıl etkilediği veya onlardan nasıl etkilendiği konusu ise belirsizdir. Donahue (1985:400– 419)’ta göre dini faaliyetlere katılmanın genellikle psikolojik ve fiziksel sağlığı ile pozitif bağlantısı vardır. Kişinin inançlarındaki olumlu değişim travmaya sebep olan olayın etkisinde azalmaya neden olabilir.

Decker (1993:15–32)’a göre travma sonrası stres hastalığı ve travma sonrası psikolojik semptomlar muhtemelen karmaşık inanç sistemi sonucunda oluşmaktadır. Kişinin kendisi, dünya ve diğerleri hakkındaki esas varsayımları, onun korku içeren olaylara maruz kalması veya hayatına dair bir tehdit olduğunda anlamını kaybedebilir(Janoff-Bulman, 1985).

Birkaç çalışmada, travma sonrası stres bozukluğu ve dini inançlardaki değişiklikler arasındaki ilişki araştırılmıştır. Astin, Lawrence, ve Foy (1993:17-28),

şiddete uğrayan kadınlar üzerinde bir çalışma yapmışlardır. Travma sonrası stres bozukluğu teşhislerinde kullanılan ölçeklere göre farklı sonuçlar elde etmişlerdir. Olay boyutunun etkisi, şiddeti, travma öncesi ve travma sonrası değişkenlere indirilmiştir. İçsel dindarlık ve travma sonrası stres bozukluğu şiddeti arasında negatif yönde ilişki saptanmıştır. Sonuçlara göre TSSB belirtileri aynı değişkenlere indirildiğinde, içsel dindarlık ve TSSB şiddeti arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Yazarlara göre yukardaki farklılık, içsel dindarlığı belirlemede kullanılan ölçeğin, bireysel uygulamasına ve ölçeğin geliştirme sürecindeki bakış açısından kaynaklanmıştır. Başka çalışmada ise savaş gazilerinin TSSB ve dini inançları arasında ki ilişki incelenmiştir. Yapılan bu çalışma sonucunda savaş gazileri ortalamanın altında dini yönelim göstermişlerdir. Ayrıca sosyal destek almak için dini yöntemleri kullanmaya meyil göstermemişlerdir (Kennedy, 1989, cited in Drescher & Foy, 1995).

Eğer travma veya TSSB, dini inançları etkiliyorsa, ve bu etki kişiler arası ilişkiler, kişisel güç, kişisel kontrol ve güvenlik gibi durumlar da olduğu gibi ise travma yaşamış bireylere maneviyata dayalı terapi uygulamak daha uygun olacaktır (Garbarino, 1996). İçsel dindarlık, bireyin dindarlığının bir göstergesi olarak düşünülebilir (Hathaway & Pargament, 1990:423-441).

Tanrı'yla ilişkilerinin prostat kanserini yenmiş olan insanların yaşam kaliteleri üzerindeki rolünün incelendiği bir çalışmada Tanrı ile ilişkinin önemli bir faktör olduğu gözlenmiştir (Gall, 2004:1357-1368). Şiddetli acılar çekilen durumlarda Tanrı'nın acılara karşı yardım edici olarak algılanması insanlara acıyla baş etmede oldukça yardım etmektedir (Louw, 1998:233-242).

Roof ve Roof (1984:201-205), insanların Tanrı kavramlarını incelemişlerdir. Elde edilen verilere göre, örneklemin %87'si Tanrı'yı "Yaratıcı- Creator", %76'sı "İyileştirici- Healer", %68'i "Dost- Friend", %68'i "Baba- Father", %67'si "İsa (kurtarıcı)- Redeemer", %64'ü "Sahip- Master", %60'ı "Sevgili- Lover", %58'i "Kral- King", %52'si "Yargılayan- Judge" ve %50'si de "Kurtarıcı- Liberator" olarak düşünmektedir. Bu yüzdeler Amerikan Protestanlarla yapılmış bir çalışmanın verileridir, Katoliklerde bu yüzdeler biraz daha düşük çıkmaktadır.

Hutsebaut ve Verhoeven (1995:49-60), Belçika' da Katolik bir üniversiteye devam eden 1438 kişiye şu soruyu sormuştur: "Tanrı sizin için ne anlam ifade ediyor?" Bazıları Tanrı' yı, ilişki kurabildikleri bir "kişi- insan" olarak görmektedir. Bu araştırmanın örnekleminin %30'u "Tanrı bir dosttur, babadır, seven, yakın ve affedicidir" şeklinde bir ilişki tanımlamışlardır. % 19,4'ü " Tanrı çok güçlüdür, her şeyi bilir, esrarlı ve tanımlanamazdır" şeklinde aşkın tanımlar vermiştir. % 14,8'i " Her şeyde bulunan, içimdeki güç, adalet ve sevgiyle yaşamımın en derin boyutu." şeklinde her an var olan bir Tanrı tanımlamıştır. % 20,5' i belirsiz, kapalı cevaplar vermiştir.

Kirkpatrick ve Shaver (1990, 1992:315-334) bağlanma stilleri ile dini değişkenler ve Tanrı imgesi arasında ilişkiler saptamıştır. Kirkpatrick (1997, 1998), yaptığı iki boylamsal çalışmada, Tanrı'nın, güvensiz bağlanma modelleri gösteren bireyler için telafi edici bir bağlanma figürü olabileceğini göstermiştir. Tenelshof ve Furrow (2000:99-108) yetişkin bağlanmaları ile manevi olgunlaşma arasında bir ilişki bulmuşlardır.

Bireyin Tanrı ile ilgili bildikleri, tecrübeleri ve kendi hisleri Tanrı' ya yönelik tutumunu oluşturmaktadır. Dini ve Tanrı'yı yaşamında etkin kılan birey için Tanrı'yı nasıl bildiği çok önemli olacaktır. Hemen her insana hayatı boyunca Tanrı hakkında bilgiler verilir. Kişi mantığı ve hisleri doğrultusunda bunların bazılarını inanır ve bunları kabul eder. İnanca dönüşen bilgileri ile de kendine ve dünyaya yönelik bakışı oluşur. Araştırmalardan görüldüğü üzere Tanrı algısı konusu yurtdışında çokça sayıda araştırılmış ve araştırılmaya devam eden bir konudur. Bu konu hakkında bizim kültürümüz içinde de araştırmaların ortaya konması önemli görülmektedir.

II. 4. Travma ve İnanç değişkenleri konusunda Türkiye’de Yapılmış Çalışmalar

Bacanlı (1995:155-163) tarafından yapılan bir araştırmada, Konya Selçuk Üniversitesi’nden araştırmaya katılan 77 öğrencinin Tanrı ile ilgili sıfatlara verdikleri cevaplara göre; tüm deneklerin işaretlediği sıfat, “Affedici (merhametli)” ; işaretlenme sıklığı en çok olan ikinci sıfat “Yaratıcı”, üçüncüsü ise kızlarda, “Güvenilir” erkeklerde ise “Güçlü” şıkları olmuştur. Deneklerin tümünün işaretlediği tek sıfat “Affedici” sıfatıdır. Bununla birlikte, araştırmada deneklerin hiçbiri cezalandırıcı sıfatlarını işaretlememiştir. Araştırmacı denekleri, Tanrı'yı ‘korkulan’ değil ‘sevilen’ olarak algıladıkları yönünde değerlendirmiştir.

İmam Hatip Lisesi öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada (Albayrak, 1995:87-107) ilginç sonuçlar elde edilmiştir. Öğrencilerin büyük çoğunluğu, aldıkları dini eğitimi tatmin edici bulmamaktadır. Yapılan mülakatlarda öğrenciler, ailelerinden ve okuldan aldıkları dini eğitimin baskıcı ve korku yoğunluklu verildiğini ifade etmişlerdir. Yine öğrencilerin büyük bir kısmı, araştırmacının beklediğinin aksine, ibadetlere

düzenli olarak katılmamaktadır. Araştırmacı bu durumu, sevgi yoksunluğuna bağlamaktadır. Araştırmada deneklere ön test uygulandıktan sonra, iki hafta süresince korku yüklü mesajlar (Azap ve cehennemle ilgili ayet, hadis, şiir, vaaz) verilmiş ve aynı ölçekler uygulanmıştır. Bir hafta sonra, iki hafta süreyle, sevgi yüklü mesajlar (sevgi ve merhamet ayet, hadis, şiir, vaaz) verilmiş ve yine aynı ölçeklerle veri toplanmıştır. Son olarak da sevgi ve korku yüklü öğeler bir arada verilerek son ölçüm alınmıştır.

Araştırmanın sonuçlarına göre; korku yüklü mesajlar özellikle inanç boyutundaki puanlarda artışa neden olmuştur. Bu sonuç araştırmacının beklentisinin aksine olmuştur ve araştırmacı bu durumu korku motifinin baskıcı etkisinin inançları sorgulamaya izin vermemesi, bu nedenle de inanç boyutundaki artışın bu baskıdan kaynaklandığı şeklinde yorumlamıştır. Korku yüklü mesajların inançlar üzerinde kısa 27 vadede etkili olabildiğini, bunun ancak yoğun duygusal bir tepki olduğunu ifade etmiştir. İbadet boyutunda ise zorunlu olan ibadetlerde korku mesajının; nafile ibadetlerde ise korku + sevgi mesajının etkili olduğu sonucu çıkmıştır. Cehennem korkusu şeklindeki mesajlar, farz ibadetlere katılımı artırmıştır. İsteğe bağlı ibadetlerde, sevgi mesajları oldukça etkili olmuştur. Dua davranışında ise korku motifi, sıkıntılı ve ihtiyaç duyulan anlarda duaya yönelmede etkili olurken, sevgi motifi, sık sık ve düzenli olarak duaya yönelmede etkilidir (Albayrak, 1995: 87-107).

Ergenlerin dini hayatının duygu boyutunda en etkili mesaj sevgi olmuştur. Sevgi mesajları, öğrencilerin Allah' a güvenlerini de artırmaktadır. Korku mesajı Allah sevgisi puanlarını düşürmüş ve cehennem azabı puanlarını yükseltmiştir; aynı şekilde, sevgi mesajları, Allah sevgisinde artışa, cehennem azabı puanlarında düşüşe neden olmuştur. Sevgide doyumun sağlanması ile ahlaki davranışlar arasında olumlu ve anlamlı bir ilişki

ortaya çıkmıştır. Öğrencilerin %78'i de vicdan gelişimlerini Allah korkusuna borçlu olduklarını ifade etmişlerdir (Albayrak, 1995:139).

Özdoğan isimsiz hayatlar adlı çalışmasında bir grup kadın mahkumlarla yaptığı arındırma ve tövbe çalışmaları yapmıştır. Tövbe insanın kendine ve başkalarına zarar veren davranış ve düşüncelerinin farkına varması ve bir daha yapmamaya karar vermesi, güzel ve iyi olaylara yönelmesi demektir. Tövbe süreci bir halden başka bir hale dönüşmeyi içerir ve dört aşamalıdır. 1) farkındalık 2) kendini affetme 3) insanın öz bilincinden doğan kendine ve başkalarına yararlı eylemler üretme 4) kararlılık ve kalıcılık. Bu çalışmada her felaketin işlenen yanlışın bir cezası olarak algılandığı, her şeyden önce tövbe ederek dünyevi acı ve sıkıntılardan kurtuluş hedeflenmiştir. Bu kapsamda Özdoğan'ın vardığı sonuçlara göre manevi değerlerin özellikle tövbenin kişiyi bir daha o suçu tekrarlamamaya yönelttiğini saptamıştır (Özdoğan,2007:139-163)

Güngördü (2001)'nın Allah' a atfedilen özellikler ile depresyon arasındaki ilişki üzerine yaptığı çalışmada ilahiyat ve sosyoloji öğrencilerini Spilka, Allport tutum ölçeği ile karşılaştırmış ve ilahiyat öğrencilerinin sosyoloji öğrencilerinden daha içe dönük ve bireysel inanç tarzına sahip olduklarını bulmuştur. Bir başka bulgu da ilahiyat öğrencilerinin Tanrı'yı daha olumlu ve üstün sıfatlarla tanımlamalarıdır. Sosyoloji öğrencileri Tanrı'yı olumsuz sıfatlarla ilişkilendirmişlerdir. Sosyoloji öğrencilerindeki bu karamsar bakış daha çok yaşamlarındaki olumsuzluk ve aksiliklerinin Tanrı' ya yükleme şeklindedir. Tanrıya karşı iyimser bireyler, Tanrı'yı sıcak ve yakın algılamakta; karamsar bireylerse uzak ve soğuk algılamaktadır. Bu 28 çalışmada dini tutum ve Tanrı algısında cinsiyetlere göre farklılık bulunmamıştır. Tek farklılık ilahiyat bölümü kız öğrencilerinde görülmüş, buna göre bu grup diğer gruplara oranla Tanrı' ya

karşı daha iyimser atıflarda bulunmuşlardır. 20 yaş altı grup 23 yaş üstü gruptan daha karamsar ve Tanrı'yı olumsuz görmektedir (Güngördü, 2001, Akt: Güler, 2006:28).

Özdoğan'ın pastoral psikolojiyi ele aldığı makalesinde yaşadıklarımızı anlamlandırmamızda psikolojik danışmanın yanı sıra manevi değerlerinde önemli olduğunu ve manevi bakış açısını yaşananlara yönelik bir üst algı geliştirmemize yardımcı olduğunu belirtmektedir. Özdoğan'ın ikili danışmanlık çerçevesinde yaptığı görüşmede danışanın yaşadığı olayla ilgili ifadelerine yer verilmektedir. Örneğin: 1999 yılında Serap Ankara'da ailesiyle birlikte yaşamaktadır. Bir yakınının düğünü için Gölcük'e giderler. Eşi gitmek istemez ama Serap ısrar eder. Deprem gecesi göçük altında kalırlar. O gece eşi vefat eder. Kendisi 3 saat sonra ağır yaralı olarak kurtarılır, parmakları kesilir. Kızlarının, annesinin, yeğenlerinin öldüğünü öğrendiğinde hissettiği derin acı nedeniyle psikiyatrik yardım almaya başlar. Aynı zamanda manevi bir arayış içine girer, yaşadıklarını anlamaya ve anlamlandırmaya ihtiyaç duyar.

Öznur Özdoğan Serapla bir konferans sırasında tanışır. Özdoğan Serap'ı şöyle anlatır. Serap'ın soruları oldukça fazlaydı. Eşinin ve çocuklarının nereye gittiğini merak ediyordu. Onları düğüne gitmeye zorladığı için kendisini sürekli suçluyordu. Ağlama krizleri vardı. Evine giremiyordu. Çocuklarının eşyalarına dokunamıyordu. Bu arada çocukları vefat ettiği için eşiyle ortak olan mal varlığı, yasal olarak eşinin ailesine kalmıştı. Maddi açıdan zorlanıyordu. Eşinin ailesi “oğlumuz sen istediğin için Gölcük'e gitti. Onun ölümünden sorumlusun” diyorlardı. Bu durum Serap'ın kendisini suçlamasını pekiştiriyordu.

Serapla düzenli görüşmelere başlandı. Önce içindeki gücün farkına varması ve yaşadıklarını kabullenmesi için, “Allah kimseye kaldıramayacağı yükü yüklemes”¹ anlamındaki ayetler söylendi. Ölümün sadece ayrılık olduğu, ruhların hep var olduğu, İslam inancına göre, yakınlarımızla öldükten sonra görüşebileceğimiz anlayışı paylaşıldı. O bu acısıyla baş edip, güzel işler yaparsa onlarla bir araya geldiğinde bu başarılarını paylaşabileceği söylendi. “Bir araya geldiğinizde onlara ne yaptığını anlatmak istersin” diyerek yaşama tekrar bağlanması için telkinler verildi. Yapmak istediği işler konusunda cesaretlendirildi, yardım edildi.

Serap çocuklarının öbür alemde ne yaptığını, yalnız mı olduklarını merak ediyordu. Sürekli sorular soruyordu. Bu konuda Kur’an-ı Kerim’in zamanın göreceli olduğu konusunda sunduğu şu yaklaşım paylaşıldı; bu dünyanın bin yılı ya da elli bin yılı öbür dünyanın bir gününü karşılamaktadır. Dolayısıyla dünyada zaman daha hızlı akmaktadır. Çocuklarına ve eşine göre kısa zaman içinde, Serap güzel bir hayat yaşadıktan sonra onlarla buluşabilecekti.

Serap’ın intihar girişimleri de olmuştu. Bir defasında Serap telefonla aradı. Artık dayanamadığını çocuklarını çok özlediğini ölmek istediğini söyledi. Bu girişimlerinden vazgeçmesi için ona, şöyle bir bakış açısı sunuldu: “Bizim acı çeken, özleyen yanımız ruhumuzdur. Ve ruhumuzun ölmek gibi bir özelliği yoktur. Bizim ölen yanımız bedenimizdir. Biz öldüğümüzde acılarımızı ruhumuzla birlikte taşırız. Bu dünyada acılarımızla baş edip, kendimizi güzelliklere açtığımızda ve normal akışı ile öbür aleme geçtiğimizde daha iyi seviyelerde buluruz kendimizi. Dünyada yaşadığımız ve yaşattığımız bütün güzel işler için kendimizi huzurlu hissederiz. Mevlana ölüm gününü sevgiliye kavuşma günü şeb-i aruz olarak isimlendirmektedir. O da hayatında, zorlu

¹ Bakara/ 286.

dönemler yaşamıştır. “Hamdım, piştım ve yandım” ifadesiyle yaşadıklarını bir öğrenme ve olgunlaşma süreci olarak anlamlandırmıştır. ” Bu açıklamayla Serap ikna olmuştu. Bir daha böyle bir girişimde bulunmadı.

Serap şu anda hayatla barışık. Türk Sanat müziği korosunda çalışmalara katılıyor. Hep gerçekleştirmek istediği bu yeteneği üzerinde çalışıyor. Resim ve çini kurslarına gidiyor.

Serapla 2005 yılı Ramazan ayında umreye gittik. Serap’ın oradaki duyguları şöyleydi: “Depremden sonra yaklaşık 3 yıl “Bunu neden başıma verdin diye Yaratanıma sitem etmişim. Ama şimdi, bana bu acıyla baş edebilme, yeteneklerimi yaşama fırsatı verdiği için şükran duygularıyla, O’nun evim dediği yere geldim.”

Serap geldiği noktada kendini şöyle ifade ediyor: “ Kabullenmeyi öğrendim. Yaşadığımız olayların tesadüf olmadığını anladım. Yaradanım benim bununla baş edebileceğimi bildiği ve içimdeki gücü çıkarmam için beni bu dünyada bıraktı. Hayatta zorlu olaylarla karşılaşanlara şunları söylüyorum: Ne kadar erken kabul edersen o kadar acılarla kolay baş edebiliyorsun. Şu anda şükürle dopdoluyum. Ödülleri de yaşıyorum. Yaradanım kazancımı o kadar bereketlendirdi ki maddi ve manevi bolluk içindeyim. Özdoğan’ın yaptığı bu ikili çalışmada görüldüğü gibi kişinin yaşadığı travmalar karşısında olayı anlamlandırma biçimi o olayla başa çıkma sürecinde etkili olabilmektedir. Ayrıca verilen psikolojik desteğin yanı sıra manevi desteğin de travma süresince çok etkili olduğu düşünülmektedir. Maneviyat bireyin benlik duygusunu geliştirir, insanın değer sistemini oluşturur, gelişme kapasitesini, büyüme ve yaratıcılığını güçlendirir (Özdoğan, 2006:111-124)

III. BÖLÜM

TRAVMATİK YAŞANTILAR SONRASINDA TANRI ALGISI

ARAŞTIRMANIN BULGULAR

III.1. AMAÇ

Kişinin ruhsal dünyasında uzun dönemli olumsuz etki yaratan her olay ve durum "travmatik" olarak adlandırılır. Herkesin geçmişinde büyüklü küçüklü travma yaşantıları vardır. Deprem, taciz, tecavüz gibi bir defada olan büyük travmalar olabileceği gibi çok göze çarpmayan ama süreklilik sergilediği için kişiyi ilerideki yaşantısında olumsuz etkileyebilecek olan küçük ve orta büyüklükte travmalar da vardır. Bu durumlarda insanların Tanrı algısı ile ilişkisi araştırmamızın konusudur.

Bu araştırmanın amacı insanların yaşadıkları travmalar sonrası Tanrı algısını ve Tanrı ile ilişkisini ortaya çıkararak yaşamlarının ne şekilde etkilendiği ve değiştiğini ortaya koymaktır. Travmatik yaşantıların insanların inançlarında değişikliğe yol açıp açmadığını incelemek bu araştırmanın diğer amaçlarından birisidir.

III.2. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Travmatik yaşantılar hayatımızın ayrılmaz parçalarından birisidir. İnsanların ruhsal bunaltilar yaşaması sonucunda inançlarının ne şekilde değiştiği ve Tanrı ile ilişkilerinin hangi doğrultuda etkilendiği inceleyerek insanların yaşamlarını daha doğru değerlendirebiliriz. Araştırmamızın önemi ise burada ortaya çıkmaktadır. İnsanların ruhsal bunaltilar ve ağır travmalar sonrası yeniden hayata bağlanmalarında Tanrı

olgusunun önemini vurgulamaktadır. Bireylerin sahip olduğu Tanrı algısının onların kendilerini algılamalarında ve dünyaya bakışlarında önemli bir rolü olduğunu düşünülmektedir. Ayrıca onların içsel yaşamlarının daha olumlu ve dengeli olmasında, tutarlı ve sağlıklı davranışlar kazanabilmesi açısından da Tanrı algısının ve dünyaya ilişkin varsayımların önemli olduğu düşünülmektedir.

III.3. HİPOTEZLER

1. Bireyin Tanrı algısıyla travma sonrası stres belirtileri arasında anlamlı bir ilişki beklenmektedir.
2. Bireyin Tanrı algısıyla dünyaya ilişkin varsayımları arasında anlamlı bir ilişki beklenmektedir.
3. Bireyin dünyaya ilişkin varsayımlarıyla travma sonrası stres belirtileri arasında anlamlı bir ilişki beklenmektedir.

III.4. SINIRLILIKLAR

1. Araştırmada elde edilen bulgular, araştırmanın uygulandığı Ankara, İstanbul, Artvin ve Türkiye’de yaşayan Güney Azerbaycanlı ve Iraklı Türkmenler, araştırmaya gönüllü olarak katılan 250 kişilik yetişkin örneklem için geçerlidir. Kùltürler arası farklılığa bakılmamıştır.
2. Araştırma bulguları, kullanılan ölçekler ile sınırlıdır.
3. Yaş gruplarının 17-24 ve 25- 60 yaş gibi geniş bir aralıkta gruplanması, örneklem sayılarının yakınlaştırılması için yapılmıştır. Örneklerim büyük kısmı 24 yaş altı genç deneklerden oluşmuştur.

III.5. YÖNTEM

III.5. 1. Örneklem

Araştırmanın evrenini 17-60 yaş aralığındaki yetişkin bireyler oluşturmaktadır (Otobiyografik anket içerisinde deneklere travmaları sorulmuş, travmatik bir olay yaşayan denekler araştırmaya alınmıştır). Araştırmanın örneklemini Ankara, İstanbul, Artvin ve Türkiye’de yaşayan Güney Azerbaycanlı ve Iraklı Türkmenler araştırmaya gönüllü olarak katılan ve evreni temsil ettiği düşünülen 117 erkek (%46.8) ve 133 kadın (%53.2) toplam 250 ($X=1,53$, $Ss=,50$) kişi oluşturmuştur. Örneklemin yaş ortalaması 26,31 ($Ss:7,43$) dir. Örneklemin demografik değişkenlere ilişkin dağılımı tablo 1de gösterilmiştir.

Tablo.1. Örneklemin demografik Değişkenlere Göre Dağılımı (N:250)

	KADIN N:133	ERKEK N:117	TOPLAM
YAŞ			
17-24	70	51	121
25-60	63	66	129
EĞİTİM			
Lise ve altı	21	11	32
Lisans	75	58	133
Lisansüstü	37	48	85
MEDENİ DURUM			
Evli	78	92	170
Bekar	55	25	80
TRAVMA TÜRÜ			
Cinsel	8	6	14
Saldırı/işkence	13	24	37
Kaza/doğal afet	27	24	51
Hastalık/yakın kaybı	66	57	123

III.5. 2. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın hipotezlerini sınamak amacı ile Kişisel Bilgi Formu, Tanrı Algısı Ölçeği (Güler, 2007), Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği (Janoff-Bulman 1989), Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği (Şahin, Batıgün ve Yılmaz, 2001) kullanılmıştır.

III.5. 2. 1. Kişisel Bilgi Formu

Bu formda deneklere yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, medeni durum gibi kişisel bilgilerin yanı sıra; travma yaşıyıp yaşamaması ve travma çeşidini belirlemek amacıyla sorular sorulmuştur. Bu çalışmada travma çeşitleri 4 grup olarak ele alınmıştır.

1. Cinsel travma(5, 6 ve 8.sorular)
2. Saldırı-işkence travmaları (3, 4, 7, 9 ve 10.sorular)
3. Kaza – doğal afetler travmaları (1 ve 2. Sorular)
4. Hastalık – ölüm travmaları (11 ve 12. Sorular)

III.5.2.2. Travma Sonrası Stres Belirtisi Ölçeği(TSSBÖ)

Bu ölçek, Şahin, Batıgün ve Yılmaz (2001) tarafından, Posttrauma Stress Disorder Checklist (PCL) (Weathers ve ark., 1994), Impact of Events (Horowitz ve ark., 1979) ve Dissociative Experiences Survey'den (Carlson ve Putnam, 1986) maddeler alınarak geliştirilmiş 36 maddelik bir formdur. Ölçeğin geliştirilmesinde, 1999 Marmara depreminin ardından, Milli Eğitim Bakanlığı ve UNICEF tarafından yürütülen Psikososyal Okul Projesi'nde görev alan öğretmenlerden toplanan veriler kullanılmıştır.

Temel bileşenler ve varimax rotasyon yöntemi kullanılarak yapılan faktör analizinde toplam varyansın %53.3'ünü açıklayan üç faktör elde edilmiştir: Kaçınma, tekrarlayan düşünceler, fizyolojik uyarılma.

Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliğine ilişkin bilgi elde etmek amacıyla yapılan analiz sonucunda travma sonrası stres belirtileri ölçeği toplam puanı ve alt ölçeklerinin KSE ile .49 ve .69 ($p < .05$) arasında değişen anlamlı düzeyde korelasyonlara sahip olduğu bulunmuştur ($N = 232$, $p < .001$).

Ölçeğin güvenirliğine ilişkin bilgi elde etmek amacıyla yapılan analiz sonucunda alt ölçekler için .89 ve .91 ($N = 265$) arasında değişen Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları elde edilmiştir.

III.5.2.3. Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği(DİVÖ)

Travmatik stresin, bireyin temel varsayımları üzerindeki etkilerini ölçmek için Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği (DİVÖ) kullanılmıştır. Travmatik olaylara maruz kalan bireylerin temel varsayımlarına ilişkin betimleyici veri elde etmek amacıyla Janoff-Bulman (1989) tarafından geliştirilen ölçek, bu çalışmada kullanılmak üzere Banu Yılmaz () tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Özgün formu 32 maddeden oluşan, Türkçe'ye uyarlama çalışmasında 25 maddeye düşen 6 basamaklı Likert tipi ölçekte, bir uçta yer alan “kesinlikle katılmıyorum” ifadesi 1 puan, diğer uçta yer alan “tamamen katılıyorum” ifadesi ise 6 puan almaktadır.

Ölçeğin faktör yapısını belirlemek amacıyla yapılan faktör analizi sonucunda 25 maddenin 6 faktör altında toplandığı bulunmuştur. Birinci faktör “*kişisel talihe inanç*” (*şans varsayımı*)(4 madde); ikinci faktör “*dünyanın iyiliğine inanç*” (*iyilik varsayımı*)(5 madde); üçüncü faktör “*olayların önceden kontrol edilebileceğine inanç*”(kontrol varsayımı) (5 madde); dördüncü faktör “*yaşamın rastlantılara dayalı olduğuna inanç*” (*rastlantısallık varsayımı*) (4 madde); beşinci faktör “*olumlu benlik inancı*”(kendilik değeri varsayımı) (4 madde); altıncı faktör de “*dünyanın adil olduğuna inanç*”(adalet varsayımı) (3 madde) olarak adlandırılmıştır.

Şans, bireyin kendisini kötü talihten korumasına izin veren bir inanç olarak ele alınabilir buna göre dünya rastlantı ilkesine göre işleyebilir, ancak şanslı birey iyi sonuçları elde eder. **İyilik varsayımı** bireyin dünyayı olumlu ya da olumsuz olarak görme derecesidir. Kişisel olmayan dünyanın iyiliği ve insanların iyiliğidir. Kişisel olmayan dünyanın iyiliğine inanç ne kadar güçlü ise, dünyanın iyi bir yer olduğuna ve kötülüklerin de o kadar az olduğuna inanç o derece güçlüdür. Benzer şekilde, insanların iyiliğine olan inanç, insanların temelde iyi, yardımsever ve nazik olduğuna ilişkin inançla paraleldir. **Kontrol edilebilirlik**, bireyin kişiliğinden çok davranışlarına bağlanabilir. Bu açıdan uygun davranışlar, bireyin başına gelecekleri belirleyen etmendir. Bireyin dünyayı kendi davranışlarıyla belirleyebileceği ve incinebilirlik olasılığını uygun davranışlarla en aza indirebileceğidir. **Rastlantısallık** varsayımına göre, neden bazı olayların bazı insanların başına geldiğini anlamanın bir yolu yoktur; bu yalnızca bir rastlantının sonucudur. Rastlantıya güçlü bir biçimde inanan bir birey adalet ve kontrolü bir belirleyici olarak görmemekte ve olumsuz olayları engellemek için yapılabilecek bir şey olmadığına inanmaktadır. **Kendilik değeri** varsayımı, bireyin kendisiyle ilgili inançları içerir. Bireyin kendini ne derece iyi, ahlaklı ve değerli olarak

algıladığıyla ilişkilidir. Birey kendi kişiliğiyle ilgili olumlu bir algısı olduğu düzeyde adil bir dünyada incinmez olduğunu hisseder(Janoff Bulman,1989;1992). **Adalet** varsayımı, insanların hak ettiklerini yaşadıklarına olan inancı yansıtır. Lerner'ın(1980) “adil dünya kuramı” , insanların adil bir dünya inancına olan gereksinimlerinden söz etmektedir. Bu kurama göre, insanlar neyi hak ederlerse onu alırlar ve neyi alırlarsa onu hak etmişlerdir (Akt., Yılmaz, 2008: 42).

Yapılan iç tutarlık analizi sonucunda Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı tüm ölçek için .81; kişisel talihe inanç, dünyanın iyiliğine inanç, olayların önceden kontrol edilebileceğine inanç, yaşamın rastlantılara dayalı olduğuna inanç, olumlu benlik inancı ve dünyanın adil olduğuna inanç alt boyutları için ise sırasıyla .85, .79, .75, .77, .63 ve .64 olarak hesaplanmıştır.

III.5.2.4 Tanrı Algısı Ölçeği (TA)

Tanrı Algısı Ölçeği (TA): Bireylerin Tanrı' ya yönelik atıflarını belirlemek üzere Ö. Güler (2007) tarafından geliştirilen Tanrı Algısı Ölçeği (TA) kullanılmıştır. Ölçek 22 maddeden oluşmaktadır ve seçenekler 5' li Likert tipi olarak hazırlanmıştır. 536 yetişkin örneklem üzerinde yapılan güvenirlik analizinde TA' nın Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı $\alpha = ,83$ bulunmuştur. Ölçek olumlu Tanrı algısını gösteren “Seven Tanrı“, “Tanrı' ya Yönelik Olumlu Duygular” ve olumsuz Tanrı algısını gösteren “Uzak/ Umursamaz Tanrı”, “Korkutan ve Cezalandıran Tanrı“ ve “Tanrı' ya Yönelik Olumsuz Duygular” olmak üzere beş faktörden oluşmaktadır. Bizim çalışmamızda, Tanrı algısı olumlu ve olumsuz Tanrı algısı olarak iki boyutta incelenmiştir.

Ölçeğin toplam puanı hesaplanırken 2, 3, 7, 8, 10, 14, 15, 16, 18, 21 numaralı maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireyin olumlu (seven/sevgi yönelimli) bir Tanrı algısına; düşük puanlar ise olumsuz (cezalandıran/ korku yönelimli) bir Tanrı algısına sahip olduğunu gösterir. Ölçekten alınacak en yüksek puan 110, en düşük puan 22’dir.

Tablo 2: Ölçeklere Ait Ortalama Ve Standart Sapma Değerleri

	Olumsuz Tanrı Algısı	Olumlu Tanrı Algısı	Travma Sonrası Stres Belirtisi	Şans Varsayımı	iyilik Varsayımı	Kontrol Varsayımı	Rastlantısallık varsayımı	Kendilik Değeri Varsayımı	Adale tVarsayımı
N	250	250	250	250	250	250	250	250	250
Ort.	18,38	50,05	71,06	14,04	18,51	19,63	11,84	18,56	10,59
Ss	5,82	11,90	18,65	5,35	5,96	5,42	4,76	4,28	4,12

III.5.3. Uygulama

Araştırmada kullanılan ölçme araçları Mart- Haziran 2010 tarihleri arasında 250 kişiye uygulanmıştır.

III.5.4. Verilerin Analizi

Araştırmanın hipotezlerini sınamak için veri toplama araçlarından elde edilen veriler SPSS 15.0 paket programı ile araştırmacı tarafından analiz edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Tekniği kullanılmıştır. Farklı grupların ölçeklerden aldıkları puanların ortalamaları açısından karşılaştırılması için bağımsız gruplar için t testi kullanılmıştır.

III.6. BULGULAR

III. 6. 1. Demografik Değişkenlere Göre TSSB Puanlarının Karşılaştırılması

Yaş, cinsiyet, eğitim durumu ve medeni durum değişkenlerinin TSSB puanları üzerinde nasıl bir etkisi olduğunu araştırmak üzere her bir demografik değişken için bağımsız gruplar için t testi yapılmıştır.

Tablo3: TSSB Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması (Bağımsız Gruplar İçin T Testi)

	N	Ortalama	Standart Sapma	t	P
Cinsiyet	117	68,1880	17,30006	-2,303*	,022
Erkek	133	73,5865	19,48275		
Kadın					
Yaş					
17-24	121	74,1901	17,54295	2,599*	,010
25- 60	129	68,1240	19,24513		
Eğitim					
Lise ve Altı	32	77,2813	14,21774	1,451	,149
Lisans ve Üstü	133	71,9699	19,48035		
Medeni Durum					
Bekar	170	74,3059	18,01612	4,139**	,000
Evli	80	64,1625	18,20589		

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

Demografik değişkenlerin TSSB puanları üzerindeki etkilerini belirlemek için yapılan t test analizi sonucuna göre TSSB puanları cinsiyete göre anlamlı olarak farklıdır (t:-2,30; p<.05). Erkeklerin puan ortalaması kadınlardan daha düşüktür. TSSB puanları da yaşa göre de anlamlı fark göstermektedir. Genç yaş grubunun TSSB puan ortalaması yetişkin gruptan daha yüksektir (t:2,59; p<.05). Ayrıca TSSB puanları da medeni duruma göre anlamlı fark göstermektedir. Bekar grubun TSSB puan ortalaması evli gruptan daha yüksektir (t:4,13; p<.01). Eğitim düzeyine göre TSSB puanları arasında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır (p>.05).

III.6.2. Tanrı Algısının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması (Bağımsız Gruplar İçin T Testi)

Yaş, cinsiyet, eğitim durumu ve medeni durum değişkenlerinin TSSB puanları üzerinde nasıl bir etkisi olduğunu araştırmak üzere her bir demografik değişken için bağımsız gruplar için t test yapılmıştır.

Tablo4: Tanrı Algısı Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılması (Bağımsız Gruplar İçin T Testi)

	Olumlu Tanrı Algısı					Olumsuz Tanrı Algısı				
Cinsiyet	N	X	Ss	t	p	N	X	Ss	t	p
Kadın	133	50,98	11,33	-1,323	,187	133	17,368	5,40	2,999*	,003
Erkek	117	48,99	12,48			117	19,547	6,08		
Yaş										
17-24	121	50,47	10,75	,549	,583	121	19,677	6,16	3,467**	,001
25- 60	129	49,65	12,91			129	17,178	5,22		
Eğitim										
Lise ve altı	32	49,71	11,04	-,378	,706	32	18,062	6,62	-,463	,644
Lisans ve Üstü	133	50,52	10,80			133	18,594	5,62		
Medeni Durum										
Bekar	170	49,60	12,24	-,875	,382	170	19,211	6,10	3,327**	,001
Evli	80	51,01	11,15			80	16,637	4,74		

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

Demografik değişkenlerin olumlu ve olumsuz Tanrı imgesi üzerindeki etkilerini belirlemek için yapılan t test analizi sonucunda, olumlu Tanrı imgesi puanları üzerinde demografik değişkenlerin anlamlı bir etkisi gözlenmemiştir. Olumsuz Tanrı imgesi incelendiğinde ise öncelikli olarak cinsiyetin olumsuz tanrı imgesi puanları üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür (t:2,99; p<.05). Ortalamalar incelendiğinde erkeklerin olumsuz Tanrı imgesi puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Olumsuz tanrı imgesi yaşa göre de anlamlı olarak farklılaşmaktadır (t:3,46; p<.01). Ortalamalara bakıldığında, genç yaş grubunun olumsuz tanrı imgesi

puanları yetişkin gruptan anlamlı olarak daha yüksektir. Bunlara ek olarak, olumsuz tanrı imgesi medeni duruma göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır ($t:3,32$; $p<.01$). Ortalamalara bakıldığında, bekar grubunun olumsuz tanrı imgesi puanları evli gruptan anlamlı olarak daha yüksektir. Eğitim düzeyine göre tanrı imgesi puanları arasında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır ($p>.05$).

III.6.3. Ölçekler Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular

Tablo5: Ölçekler Arası Korelasyonlar

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Olumsuz Tanrı Algısı	1							
2. Olumlu Tanrı Algısı	-,346(**)	1						
3. Travma Sonrası Stres Belirtileri	,258(**)	-,008	1					
4. Şans Varsayımı	-,160(*)	,162(*)	-,174(**)	1				
5. İyilik Varsayımı	-,129(*)	,245(**)	-,177(**)	,368(**)	1			
6. Kontrol Varsayımı	-,063	,234(**)	,029	,259(**)	,295(**)	1		
7. Rastlantısallık Varsayımı	,211(**)	-,113	,198(**)	-,066	-,088	,108	1	
8. Kendilik Değeri Varsayımı	-,330(**)	-,043	-,244(**)	,294(**)	,268(**)	,220(**)	-,146(*)	1
9. Adalet Varsayımı	,015	,095	,030	,328(**)	,217(**)	,549(**)	,080	,145(*)

* $p<.05$; ** $p<.01$

Olumsuz Tanrı algısı ile travma sonrası stres belirtileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki çıkmıştır ($r:,.25$; $p<.01$). Travma sonrası stres belirtileri olumlu Tanrı algısı ile anlamlı bir ilişki göstermemiştir ($r:-,008$; $p>.05$).

Dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeğinin faktörleri ile Tanrı algısının ilişkilerine bakıldığında, olumlu Tanrı algısı ile şans, iyilik ve kontrol varsayımları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir (Sırasıyla $r:16$; $p<.05$; $r:,.24$; $r:,.23$; $p<.01$).

Rastlantısallık, kendilik değeri ve adalet varsayımı, olumlu Tanrı algısı ile anlamlı ilişki göstermemiştir. Dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeğinin faktörleri ile olumsuz Tanrı algısının ilişkilerine bakıldığında ise şans ($r:-,16$; $p<.05$), iyilik ($r:-,13$; $p<.05$) ve kendilik değeri ($r:-,33$; $p<.01$) varsayımları olumsuz Tanrı algısı ile negatif yönde anlamlı; rastlantısallık varsayımı ise pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermiştir. Olumsuz Tanrı algısı ile kontrol ve adalet varsayımı arasında anlamlı ilişkiler bulunamamıştır.

Travma sonrası stres belirtileri ile dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeğinin faktörleri arasındaki ilişkilere bakıldığında da, stres belirtileri ile şans ($r:-,17$; $p<.01$), iyilik ($r:-,18$; $p<.01$) ve kendilik değeri ($r:-,24$; $p<.01$) varsayımları ile negatif ilişki göstermiştir. Stres belirtileri ile rastlantısallık varsayımı ($r:-,20$; $p<.01$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Stres belirtileri ile kontrol ve adalet varsayımı arasındaki ilişkiler ise anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır.

III.6. 4. Travmanın Türüne Göre Tanrı Algısının Karşılaştırılması (Tek Yönlü ANOVA)

Araştırmaya katılan deneklere kendilerini en çok etkileyen olay sorulmuş ve verdikleri cevaplar dört başlık altında toplanmıştır. Bunlar cinsel, saldırı/işkence, kaza/doğal afetler ve hastalık/yakın kaybı şeklindedir. Bu bölümde, olumlu ve olumsuz Tanrı algısı üzerinde travmanın türünün etkisi olup olmadığına bakılmıştır.

Tablo 6: Tanrı Algısı Puanlarının Travma Çeşidine Göre Karşılaştırılması

		Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kareler	F	Sig.
Olumsuz Tanrı Algısı	Gruplar Arası	242,148	3	80,716	2,421	,067
	Gruplar içi	7367,852	221	33,339		
	Toplam	7610,000	224			
Olumlu Tanrı Algısı	Gruplar Arası	431,054	3	143,685	1,089	,355
	Gruplar içi	29164,706	221	131,967		
	Toplam	29595,760	224			

Tablo 12’de görüldüğü üzere, travmanın türü ne olumlu ne de olumsuz Tanrı algısı üzerinde anlamlı bir etki göstermiştir. Tanrıya ilişkin algılar yaşanan travmatik olayın türüne göre değişmemektedir.

IV. BÖLÜM

TARTIŞMA

Çalışmamızda Tanrı algısı ve travmatik yaşantılar arasında nasıl bir ilişki olduğuna bakılmıştır. Bu çalışmada Travma ve Tanrı algısı arasında bir ilişkinin olduğu düşünülmüştür. Bu ilişkinin travmatik yaşantıların içeriği açısından değişiklik gösterip göstermediği incelenmiştir. Travmatik olayların yalnızca olumsuz tepkilere neden olmadığı, bu tür olayları yaşayan bazı kişilerde olumlu değişimlerin de gözlemlendiğine yönelik araştırma bulguları vardır. İlgili yazında travma sonrası büyüme kavramından bahsedilmektedir. Travma sonrası büyüme kavramı, ciddi bir mücadele sonrasında ortaya çıkan olumlu psikolojik değişimi ifade etmek için kullanılmaktadır (Akt,Yılmaz:35, Calhoun ve Tedeschi, 1999). Travmaya doğrudan maruz kalmış kişilerde bu tür olumlu değişimleri ele alan çok sayıda çalışma yapılmıştır. Araştırmamızda ayrıca dünyaya ilişkin varsayımlar da ele alınmıştır. Dünyaya ilişkin varsayımlar, kişinin dünyanın iyiliğine ve insanların iyiliğine olan inancını içermektedir. Bunun yanı sıra kişilerin tanrı imgeleri ile travma belirtileri ve dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeği arasındaki ilişkiler açıklanmaya çalışılmıştır ve ölçekler arası ilişkilere bakılmıştır. Bu amaçla ayrıca kişilerin, yaş, cinsiyet, eğitim ve medeni durumlarına bağlı olarak (demografik değişkenler) travma sonrası stres belirtileri, ve Tanrı algısı puanlarının değişip değişmediğine bakılmıştır. Çalışmanın bu bölümünde, araştırmanın temel amacına ulaşmak üzere yanıtı aranan araştırma sorularına uygun olarak yapılan analizlerden elde edilen bulgular, ilgili yazın çerçevesinde tartışılmaktadır.

İlgili yazında olumlu tanrı algısı ile psikolojik sağlık (Maton, 1989) arasında pozitif, kaygı (Schaefer ve Gorsuch, 1991:201-221) ile negatif yönde ilişki olduğundan bahsedilmektedir (Schaefer ve Gorsuch, 1991:201-221). Olumsuz tanrı algısı ise kaygı

ve travma ile pozitif ilişki bulunmuştur. (Doehring, 1993; Justice ve Lambert, 1986; Kane, Cheston ve Greer, 1993; Nowacki-Butzen, 2009).

IV.1. Demografik Değişkenlerin Travma Sonrası Stres Belirtileri Üzerindeki Etkisine İlişkin Bulguların Yorumlanması

Travmatik yaşantılarının ardından deneyimledikleri süreçte ortaya çıkması olası travma sonrası stres belirtileri önemli olabileceği düşünülen bazı demografik değişkenlerin etkisini anlamak üzere t testi analizi yapılmıştır. Bu analizler doğrultusunda, travma sonrası stres belirtileri üzerindeki etkilerini belirlemek için yaş, cinsiyet, eğitim ve medeni durum değişkenleri ele alınmıştır.

Demografik değişkenlerin TSSB puanları üzerindeki etkilerini belirlemek için yapılan t test analizi sonucunda TSSB puanları cinsiyete göre anlamlı olarak farklıdır. Erkeklerin puan ortalaması kadınlardan daha düşüktür. Bizim çalışmamızda travma belirtileri üzerinde cinsiyet farklılığı görülmektedir. Erkeklerin puan ortalaması kadınlardan daha düşüktür. Yani erkeklerin travma sonrası stres belirtileri kadınlara kıyasla daha azdır. Kadınlar daha çok travma sonrası stres belirtisi göstermektedirler. İlgili yazında da cinsiyet etkisinden bahsedilmektedir. Kadınlar yaşadıkları sıkıntıları daha çok ifade ettikleri için ve daha çok çocukluk travmasına uğradıkları için, daha sonraki olaylardan daha çok etkilenmelerinin, cinsiyet farkının ortaya çıkmasında önemli olduğu belirtilmektedir (Berwin, Andrews ve Valentine, 2000, Akt: Duru;s:111). Dürü (2006) tarafından yapılan çalışmada cinsiyet farkının zayıf olduğu gözlenmiştir. Kadınların duygusal yapıya sahip olmaları ve kendilerini güvende hissetmemeleri, onların daha fazla travma belirtileri göstermelerine neden olabilir.

TSSB puanları da yaşa göre anlamlı fark göstermektedir. Genç yaş grubun TSSB puan ortalaması yetişkin gruptan daha yüksektir. Dürü(2006:94) tarafından yapılan çalışmada yaştan travma sonrası büyüme ve travma sonrası stres belirtileri ile ilişkisi olmadığını saptamıştır. Yaşları az olan kişilerin hayata karşı deneyimlerinin az olması, onların daha fazla korkmalarına ve kaygı yaşamalarına neden olabilmektedir. Bu durumda onların daha çok travma sonrası stres belirtisi göstermelerine neden olabilir.

Medeni durumun travma sonrası stres belirtileri üzerindeki etkisine baktığımızda; medeni durum değişkeninin etkisi gözlenmiştir. Yani bu sonuca göre, bekar olan grubun travma sonrası stres belirtileri puan ortalamaları, evli olan gruptan daha yüksektir. Bekar olanlar daha çok stres belirtisi göstermektedirler. Yılmaz (2006:118)'ın arama-kurtarma çalışanları üzerinde yaptığı çalışmada ise bunun tersi sonuçlar elde etmiştir. Yani evli çalışanların evli olmayanlardan daha yüksek travma sonrası stres belirtisi ortalamasına sahip oldukları görülmektedir. Evlilerin daha fazla stres tepkisi gösteriyor olmalarının, özdeşim ile açıklanabileceği açıklanmıştır. Bir aile sahibi olmak, bu kişilerde özdeşim olasılığını arttırıyor olabilir. Yardım çalışmalarında yer almaktan kaynaklı travmatik strese travma mağduruyla özdeşleşmenin bir risk etmeni olduğuna ilişkin çok sayıda araştırma bulgusu vardır (Frazer ve Taylor, 1982; Ursano ve ark., 1999; Weiss ve ark., 1995, Akt., Yılmaz, 2006:119). Medeni durum farklılığının TSSB gelişimi açısından önemli bir etmen olduğunu bildiren çalışmalar, bu durumu özellikle travma sonrası dönemde sosyal destek düzeyi ile ilişkilendirmişlerdir (Brewin ve ark. 2000:748-766). Yukarıda da belirtildiği gibi ilgili yazında TSSB ile medeni durum arasındaki etkiye baktığımızda anlamlı bir ilişki görünmektedir. Evli olan grupta ailenin ve yuvanın hissettirdiği güven, sevgi duygusunun varlığı, aile desteği ve düzenli bir hayat, kişilerdeki travma belirtilerinin düşük olmasında neden olarak gösterilebilir. Ayrıca evliliğin getirdiği bazı sorumluluklar vardır. Kişi ailesine karşı olan sorumluluğunu

yerine getirmek için travma yaşantısı sonrasında kendini toparlayıp bir an önce sorumluluklarını yerine getirmeye çalışır. Bu durum kişinin travma sonrası stres belirtisinin dūřuk olmasına neden olabilir.

Bizim çalışmada travma sonrası stere belirtileriyle eēitim dūzeyi arasında ilişki olup olmadıēına baktıēımızda, eēitim dūzeyine göre tssb puanları arasında farklılık bulunmamıştır.

Literatürde TSSB gelişimine yatkınlık saēladıēı bildirilen travma öncesi ve travma içi faktörler gözden geirildiēinde travma öncesi faktörler olarak kadın olma (Breslau ve ark. 1999:216-222), bekar, dul veya boşanmış olma (Lima ve ark. 1989), geçmişte travma öyküsüne sahip olma (Wolfe ve ark. 1999), psikolojik hastalık öyküsüne sahip olma (Cardozo ve ark. 2000), ailede psikolojik hastalık öyküsüne sahip olma (Bařoēlu ve ark. 1994), hatta travma şiddetinde olmasa bile travma öncesinde sıkıntı verici yaşam olayları olması (Wagner ve ark. 1998) olarak saptanmıştır. Bizim alışmamızda kadınların, genç yaş grubunda olanların ve bekar olanların daha fazla travma belirtisi gsterdiēi görülmüştür.

IV.2. Tanrı Algısının Demografik Deēiřkenlere Göre Karşılaştırılması

Yař, cinsiyet, eēitim dūzeyi ve medeni durumunun Tanrı algısı puanları üzerindeki etkisini görmek için t testi analizi yapılmıştır. Demografik deēiřkenlerin olumlu ve olumsuz Tanrı imgesi üzerindeki etkilerini belirlemek için yapılan t test analizi sonucunda, olumlu Tanrı imgesi puanları üzerinde demografik deēiřkenlerin anlamlı bir etkisi gözlenmemiştir. Olumsuz Tanrı imgesi incelendiēinde, eēitim dūzeyine göre tanrı imgesi puanları arasında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Güler (2007:28)'in Tanrı'ya

yönelik atıflar, benlik saygısı ve günahkarlık duygusu üzerine yaptığı çalışmada da eğitim düzeyi ile Tanrı algısı arasında farklılık bulunmamıştır.

Cinsiyetin olumsuz tanrı imgesi puanları üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür. Ortalamalar incelendiğinde erkeklerin olumsuz Tanrı imgesi puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Hristiyan üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada gençlerin Tanrı kavramları çeşitli değişkenlere göre incelenmiş. “İlgisiz bir Tanrı”, “Görkemli bir Tanrı” ve “ İntikam alan bir Tanrı” algıları ile cinsiyet yüksek korelasyon göstermiştir. Bu çalışmanın sonucunda kadınlar, erkeklere göre, Tanrı’ yı daha “dikkat çekici”, “saygın” ve “saygıyla karışık bir korkuya neden olan” olarak görmekte ve erkeklerden daha az “cezalandırıcı” olarak tanımlamaktadır. Kadınlar, Tanrı’ ya yönelik olumsuz atıfta bulunmaya karşı daha isteksiz olmuşlardır. (Hammersla, Andrews- Qualls& Frease; 1986:424-435). Foster ve Babcock (2001:93-104) çalışmasında ise kadın ve erkeklerin; kadın Tanrı figürüne ve erkek Tanrı figürüne sahip olmada farklılık gösterip göstermediklerini incelemişlerdir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre hem Tanrı’ nın cinsiyeti hem de deneklerin cinsiyetinden dolayı önemli farklılıklar göstermiştir. Kadın bir Tanrı düşünen denekler şüpheli, fakat daha fazla sıkıntıdan arınma ve rahatlama tecrübe etmektedir. Kadınlar daha çok duygu yönelimli hikayeler yazmışlardır. Bu çalışmalar bizim bulguları destekler nitelikte. Güler (2007:28) tarafından yapılan çalışmada cinsiyetin Tanrı algısında farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Olumsuz tanrı imgesi yaşa göre de anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Ortalamalara bakıldığında, genç yaş grubunun olumsuz tanrı imgesi puanları yetişkin gruptan anlamlı olarak daha yüksektir. Buna benzer sonuçlar; Güngördü’ nün (2001) 17- 36 yaşlar arasındaki öğrenciler üzerinde yaptığı çalışmasında 20 yaş altı gruptakiler yani genç yaş

gurubunda olanlar 23 yaş üstü gruptan daha olumsuz bir Tanrı algısına sahip çıkmış olmakla birlikte Tanrı'ya atfedilen özellikler açısından cinsiyet farklılığı bulunmamıştır. Güler (2006), çalışmasında Tanrı algısının yaş dönemlerine göre farklılık göstermediği gözlenmiştir. Noffke ve McFadden'in (2001:247-256) çalışmasında da Tanrı kavramı konusunda yaşlar arası farklılık saptanmamıştır.

Bunlara ek olarak, olumsuz tanrı imgesi medeni duruma göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Ortalamalara bakıldığında, bekar grubunun olumsuz tanrı imgesi puanları evli gruptan anlamlı olarak daha yüksektir. Eğitim düzeyine göre tanrı imgesi puanları arasında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır.

Çalışmamızda, medeni durum ile Tanrı algısı arasında ilişki bulunmuştur. Bu çalışma süresinde literatür araştırmasında medeni durum ve Tanrı algısıyla ilgili araştırmaya rastlanmamıştır. Ama Acar ve arkadaşları tarafından dindarlık değişkeni ile ilgili yapılan çalışmada bekar grup içinde dine karşı ilgi oranı evlilere kıyasla azalmakta, hatta dinle hiç ilgisi olmayanlar en çok bekarlar arasında yer almaktadır (Acar ve Ark. 1996: 45-56).

Çalışmamızda elde edilen sonucu, toplumsal yapı ve Tanrı olgusunun toplumsal gelişim sürecinde hayatımızın bir parçası olduğuna bağlayabiliriz. Çoğu zaman toplumlarda var olan kalıplaşmış düşüncelerin belirlediği çerçeve, Tanrı tanımına yol açmaktadır. Kalıplaşmış düşüncelerin dönüşümü paralelinde meydana gelen toplumsal değişim, Tanrı tanımlarına da yansıdığından, Tanrı tanımlarına bakarak toplum, toplumsal yapıya bakarak Tanrı hakkında bilgi elde etmek mümkün olacaktır. Diğer yandan, Tanrı'ya yüklenen fonksiyonlar çoğunlukla toplumsal ihtiyaçları karşıladığı için, toplumsal değişimler yönünde, değişen ihtiyaçlar Tanrı'nın fonksiyonlarında ve sıfatlarında da değişikliğin gözlenmesine sebep olmaktadır (Weber, 1991: 15).

IV.3. Ölçekler Arası İlişkilerden Elde Edilen Sonuçlar

Çalışmamızda TSSB, Tanrı Algısı ve DİVÖ ölçeklerinin korelasyon analizi yapılmıştır. DİVÖ’inde faktörlerine göre (şans varsayımı, iyilik varsayımı, kontrol varsayımı, rastlantısallık varsayımı, kendilik değeri varsayımı ve adalet varsayımı) değerlendirme yapılmıştır. Ölçekler arasında ilişkilere bakmak için ölçekler arası pearson korelasyon analizi uygulanmıştır.

Yapılan korelasyon analizi sonucuna göre travma sonrası stres belirtileri sadece olumsuz Tanrı algısıyla ilişki göstermektedir. Olumsuz Tanrı algısı ile travma sonrası stres belirtileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki çıkmıştır ($r: ,25$; $p<.01$). Travma sonrası stres belirtileri olumlu Tanrı algısı ile anlamlı bir ilişki göstermemiştir ($r:-,008$; $p>,05$). Olumlu Tanrı algısıyla travma arasında bir ilişki bulunmasa da yönü negatiftir. Bu nedenle anlamlılık göstermese de önceki bulgumuzu destekler niteliktedir.

Çalışmamızın birinci hipotezin de olan bireyin Tanrı algısıyla travma arasında anlamlı bir ilişki beklenmektedir, elde edilen sonuçlara göre travma ile olumsuz Tanrı algısı arasında ilişki var. Yani travma puanları arttıkça olumsuz Tanrı algısı puanları da yükselmektedir. Bu durumda Tanrıyı cezalandıran, korkutan ya da uzak algılayan kişilerin travma sonrası stres belirtileri daha yüksek olduğu söylenebilir. Benlik algısı olumlu yönde artan bireylerin Tanrı algılarının daha olumlu olduğu; psikolojik semptomları düşük bireylerin de daha çok sevgi yönelimli oldukları söylenebilir. Tanrı kavramının ölçüldüğü çalışmalarda seven, adil ve destekleyici bir Tanrı imgesinin daha iyi psikolojik sağlık (Maton, 1989) ve daha düşük kaygı (Schaefer ve Gorsuch, 1991) ile ilişkili olduğu görülmüştür. Cezalandırıcı Tanrı kavramı ise daha yüksek kaygı ile ilişkili bulunmuştur (Schaefer ve Gorsuch, 1991). Olumsuz Tanrı imgesi ile travma

(Doehring, 1993; Justice ve Lambert, 1986; Kane, Cheston ve Greer, 1993; Nowacki-Butzen, 2009) arasında pozitif yönde ilişkiler vardır.

Cinsel travma yaşayan bir grup kadın üzerinde yapılan bir araştırmada, yüksek derecede travma yaşayan kadınların benlik saygılarının daha düşük, Tanrı'ya bağlanma biçimlerinin ise daha kaygılı olduğu gözlenmiştir (Nowacki-Butzen, 2009). Başka bir çalışmada da çocukluklarında şiddetli travmalar yaşayan kadınların seven Tanrı imgelerinde anlamlı bir azalma, ilgisiz, öfkeli ve cezalandırıcı Tanrı algılamalarında ise anlamlı bir artış olduğu gözlenmiştir (Doehring, 1993). Bazı çalışmalarda, kontrol grubuna nazaran taciz mağduru kadınların Tanrı'yı daha uzak, daha reddedici ve daha cezalandırıcı algıladıkları görülmüştür (Justice ve Lambert, 1986; Kane, Cheston ve Greer, 1993). Pritt (1998), erkekler tarafından geçmişte tacize uğrayan kadınların, Hristiyan geleneğinde Tanrı'nın erkek olarak tanımlanmasından dolayı, Tanrı'ya karşı olumsuz duygulara sahip oldukları belirtilmiştir (Akt: Nowacki – Butzen, 2009).

Şans, bireyin kendisini kötü talihten korumasına izin veren bir inanç olarak ele alınabilir buna göre dünya rastlantı ilkesine göre işleyebilir, ancak şanslı birey iyi sonuçları elde eder (Janoff-Bulman, 1989;1992). Dünya ya İlişkin Varsayımlar Ölçeğinin faktörleri ile Tanrı algısının ilişkilerine bakıldığında, olumlu Tanrı algısı ile şans varsayımı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görünmektedir Olumsuz Tanrı algısının ilişkilerine bakıldığında ise şans varsayımı olumsuz Tanrı algısı ile negatif yönde anlamlı ilişki göstermiştir. Çalışmamızın olumlu Tanrı algısı ile şans varsayımı faktörü arasındaki ilişkiye baktığımızda Tanrı algısı puanları arttıkça, şans varsayımı puanları da artmaktadır. Şans varsayımı arttıkça olumlu Tanrı algısı yükselmektedir. Olumsuz Tanrı algısı ise düşmektedir. Kişinin kendini şanslı hissetmesi olumlu benlik ve yüksek benlik değerine sahip olduğunu gösterebilir. Kendini daha

şanslı hissedenlerin olumsuz Tanrı algılarının daha düşük olduğu görülmektedir. Yani Tanrıyı olumsuz algılamadıkları ve olumlu Tanrı algılarının daha yüksek olduğu söylenebilir. **Kendilik değeri** varsayımı olumsuz Tanrı algısıyla negatif yönde anlamlı ilişki göstermiştir. Olumsuz Tanrı algısı puanları artıkça kendilik değeri varsayımı puanları azalma eğilimindedir. Şans varsayımı ile kendilik değeri varsayımın Tanrı algısıyla olan ilişkisi benzerlik göstermektedir. Kişini kendini şanslı hissetmesi yüksek benlik değerini gösterir. Kişinin benlik algısının yüksek olması öz güveninin artmasına neden olmaktadır. Benson ve Spilka (1973:297-310) tarafından Tanrı algısı konusundaki çalışmada bilişsel tutarlılık teorisine dayanarak benlik imgesinin Tanrı imgesi üzerinde belirleyici bir etken olduğu ileri sürülmüştür. Tutarlılık teorisine göre; kişinin genel benlik algısına uymayan bir bilgi bilişsel bir uyumsuzluk yaratır. Tanrı imgesine dayanan tutarlılık teorisine göre bireyin benlik imgesi Tanrı imgesini belirler (Cecero ve Ark., 2004:1669-1680). Tanrı'yı "seven" olarak algılayan birey için kendisi de "sevilen" olacaktır (Güler,2007). Örneğin Benson ve Spilka (1973:297-310)'nın bu konuda yaptığı bir çalışmada Tanrı'yı "seven" olarak algılayan bireylerin daha yüksek bir benlik değerine sahip oldukları bulunmuştur. Cezalandıran, korkutan, gaddar gibi yüklemeler de Tanrı' ya yönelik olumsuz atıflardır. Böyle bir Tanrı algısı olan birey, kendisini seilmeyen ve aciz bir kimse olarak algılayabilir (Güler,2007). Yine aynı araştırma bulgularına göre Tanrı'yı "reddeden, kontrol eden ve dostça olmayan" olarak değerlendiren bireylerin benlik saygıları da düşüktür (Benson ve Spilka, 1973:1669-1680).

Travma Sonrası Stres Belirtileri ile Dünyaya ilişkin Varsayımlar Ölçeğinin faktörleri arasındaki ilişkilere bakıldığında, stres belirtileri ile şans ve kendilik değeri varsayımları ile negatif ilişki göstermiştir. TSSB' leri artıkça şans ve kendilik değeri düşmektedir. (Solomon,Iancu ve Tyano, 1997:1785-1798), yedi yıl önce bir tren-otobüs

 arpışmasından kurtulan gençlerin bilişsel şemaları incelenmiş; dünyanın iyiliği, insanların iyiliği, şans ve kendilik değeri konusundaki olumsuzluğun, daha fazla travma sonrası stres bozukluğu belirtisi ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Savaşa katılmış gazilerin çatışma stresi tepkileri ve travma sonrası stres belirtileri, olayın hemen ardından ortaya çıkan tepkiler, uzun dönemli tepkiler ve bu ikisi arasındaki sürede dünyaya ilişkin varsayımlarda ortaya çıkan değişim incelenmiştir. sonuçlar, gazilerin, insanların iyiliğine ilişkin daha olumsuz varsayımlara sahip olduğunu; olayın hemen ardından travma sonrası stres belirtileri gösterenlerin kendileri ve dünyaya ilişkin algılarının daha olumsuz olduğunu; olaydan uzun süre sonra belirti gösterenlerin ise, daha olumsuz kendilik değeri algıları olduğunu ortaya koymuştur(Dekel, Solomon, Elklit ve Ginzburg, 2004:407-420). Türkiye’de, arama kurtarma çalışanlarıyla yapılan çalışmada, dünyaya ilişkin varsayımlarla travma sonrası stres belirtileri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Yani temel varsayımlar puanları arttıkça stres belirtileri puanları düşmektedir(Yılmaz, 2006:114).

 yilik varsayımı bireyin dünyayı olumlu ya da olumsuz olarak görme derecesidir. Kişisel olmayan dünyanın iyiliği ve insanların iyiliğidir. Kişisel olmayan dünyanın iyiliğine inanç ne kadar güçlü ise, dünyanın iyi bir yer olduğuna ve kötülüklerin de o kadar az olduğuna inanç o derce güçlüdür. Benzer şekilde, insanların iyiliğine olan inanç, insanların temelde iyi, yardımsever ve nazik olduğuna ilişkin inançla paraleldir (Janoff-Bulman, 1989;1992). D V ’nin faktörlerinden biri olan iyilik varsayımı ile Tanrı algısının ilişkilerine bakıldığında olumlu Tanrı algısı ile iyilik arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Olumsuz Tanrı algısı ile iyilik varsayımları ilişkisine bakıldığında ise olumsuz Tanrı algısı ile negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.  yilik varsayımı yüksekse, o zaman inanların ve dünyanın iyi

olduklarına olan inanç olumlu Tanrı algısına neden olmaktadır. Olumsuz Tanrı algısı ise düşmektedir. Böylece çalışmamızın ikinci hipotezi olan Bireyin Tanrı algısıyla dünyaya ilişkin varsayımları arasında anlamlı bir ilişki beklenmektedir. Bu elde ettiğimiz sonuçlarla da doğrulanmıştır.

Travma sonrası stres belirtileri ile dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeğinin faktörleri arasındaki ilişkilere bakıldığında, stres belirtileri ile iyilik varsayımı ile negatif ilişki göstermiştir. Yani travma sonrası stres belirtileri arttıkça iyilik varsayımı düşmektedir. Çalışmamızın, Bireyin Dünyaya İlişkin Varsayımlarıyla travma arasında anlamlı bir ilişki beklenmektedir hipotezi elde ettiğimiz sonuçlarla büyük oranda desteklenmiştir. (Magwaza, 1999: 622-630), Güney Afrika’da yaşanan insan hakları ihlalleri nedeniyle mağdur olmuş bireyler, herhangi bir travmatik yaşantısı olmayan bireylerle, dünyaya ilişkin varsayımları ve travma sonrası stres belirtileri açısından karşılaştırılmıştır. Sonuçlar, travmaya maruz kalmış grubun, dünya ve insanlara ilişkin iyilik varsayımlarının travmatik yaşantısı olmayan gruba göre daha olumsuz olduğunu ortaya koymuştur.

Kontrol edilebilirlik, bireyin kişiliğinden çok davranışlarına bağlanabilir. Bu açıdan uygun davranışlar, bireyin başına gelecekleri belirleyen etmendir. Bireyin dünyayı kendi davranışlarıyla belirleyebileceği ve incinebilirlik olasılığını uygun davranışlarla en aza indirebileceğidir (Janoff Bulman,1989;1992). Bu çalışmada dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeğinin faktörlerinden biri olan kontrol varsayımı ile Tanrı algısının arasındaki ilişkiye baktığımızda olumlu Tanrı algısıyla kontrol varsayımı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Olumsuz Tanrı algısı ile kontrol varsayımı arasında anlamlı ilişkiler bulunmamıştır. Kontrol varsayımında iradesine atıfta bulunan, kontrol edilebilirliğe inanan kişinin Tanrı algısı daha olumludur. Bu biraz

da kişinin benliği ve kişiliği ile ilgilidir. Kişi ne kadar çok kendine saygı duyarsa ve kendine güvenirse Tanrı algısı da olumlu olacaktır. Özgüveninin olması olaylara hakim olabilmesine yardımcı olacaktır. Olayları kontrol altında tutabilmek kişinin kendine olan saygısını ve kendilik değerini de etkileyebilir. Kişi olaylara hakim oldukça onları kontrol altında tutabildiği sürece kendini daha değerli hissedebilir ve kendine olan güveni artabilir ve çaresizlik ve zavallılık duygusundan uzaklaşabilir.

Ayrıca kontrol varsayımı puanları ve travma sonrası stres belirtileri puanları arasında ilişki saptanmamasına rağmen olumlu ilişkiyi saptayan çalışmalar vardır. Travma mağduru kendi davranışlarıyla olay arasında bir bağlantı kurarak dünyanın anlamsız olduğuna ilişkin yeni veriyi etkisizleştirmeye çalışır (Janoff-Bulman ve Yopyk, 2004, Akt., Yılmaz, 2006:59). Travma mağduru, kendi kırılganlığı ve incinebilirliği ile yüzleştikçe bir dehşet duygusu yaşar. Eski varsayımlar artık günlük yaşamı sürdürmede güvenli bir yol sağlamaz, eski netlikler ve güvenlikler yok olur. Travmaya uğrayan kişi dünyayı anlamaya ve olayı anlamlandırmaya çalışır ve zamanla, sosyal destek gibi bilişsel işlemler yoluyla varsayımsal dünyasını yeniden yapılandırır (Tedeschi ve Calhoun, 2004: 1-18).

Dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeğinin faktörlerinden biri olan **rastlantısallık** varsayımına göre, neden bazı olayların bazı insanların başına geldiğini anlamanın bir yolu yoktur; bu yalnızca bir rastlantının sonucudur. Rastlantıya güçlü bir biçimde inanan bir birey adalet ve kontrolü bir belirleyici olarak görmemekte ve olumsuz olayları engellemek için yapılabilecek bir şey olmadığına inanmaktadır (Janoff Bulman, 1989; 1992). Yaptığımız çalışmada, rastlantısallık ile olumlu Tanrı algısı arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Olumsuz Tanrı algısıyla rastlantısallık varsayımı arasında ki ilişkiye bakıldığında ise pozitif yönde anlamlı ilişki gösterilmiştir. Yani kişi

Tanrı'yı cezalandıran, korkutan, uzak ve mesafeli olarak algılıyordur. Çocukluktan itibaren oluşmaya başlayan Tanrı kavramı, bireyin gençlik ve yetişkinlik dönemlerinde de varlığını devam ettirdiği düşünülmektedir(Yapıcı,1996, Akt., Güler, 2006:7). Bize öğretilen öğretiler, toplum ve ailenin etkisi bizim Tanrı'yı algılamamızda etkili olmaktadır. Bazı aileler çocuğun üst benliğinin gelişmesinde dinsel baskı ve Tanrı korkusunu kullanır. Ailenin, toplumun ve kültürün çocuktan beklediği davranış biçimlerini yerine getirmesi için din ve Tanrı figürü araç olarak kullanılır (Köknel,1995). Olumsuz Tanrı algısı yani Tanrı korkusunun nedenlerinden biri olarak kutsalın korkutucu olarak düşünülmesi gösterilebilir. Kutsal bilinmezlikler içerir; bu da bireyin ondan korkmasına ve kendini aciz görmesine neden olur (Yapıcı,1996, Akt., Güler, 2006:7). Albayrak (1995:142), yaptığı çalışmada ailede ve okulda baskı ve korkuya dayalı bir din eğitimi alan ergenlerde, korkuya dayalı olumsuz dini inanç ve tutumların ortaya çıktığını göstermiştir. Travma sonrası stres belirtileri ile rastlantısallık varsayımı arasındaki ilişkiye bakıldığında, stres belirtileri ile rastlantısallık varsayımı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Stres belirtileri arttıkça rastlantısallıkta artıyor. Kişi rastlantısallığa inandığında travma belirtileri artıyordur. Rastlantısallıkta belirsizlik söz konusudur. Rastlantısallığa olan inanç ve olayları kontrol altında tutamaması kişinin kendini değersiz görmesine, kendini onaylamamasına, çaresizlik ve zavallılık duygularının ortaya çıkmasına neden olabilir. Rastlantısallık ortadan kalkınca insanın yaşaya bileceği çaresizlik duygusu ortadan kalkacaktır. Kişinin olaya yeniden olumlu bir anlam yüklemesi olaya yeni bir çerçeve getirmesi anlamına gelir. Bu anlamda kişinin benlik değerini de yükseltiyor ve insanın değerli olduğunu ve olaylar üzerine kontrol edebileceğine dair inancı gelişebilir. Kişi böyle algılsa benlik değeri de yüksek olacaktır. Bu durumda çaresizlik hissi, duygusu da az olacaktır ve travmadan daha az etkilenecektir.

Dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeğinin faktörlerinden diğeri ise **adalet** varsayımdır. Adalet varsayımı, insanların hak ettiklerini yaşadıklarına olan inancı yansıtır. Lerner'ın(1980) “adil dünya kuramı” , insanların adil bir dünya inancına olan gereksinimlerinden söz etmektedir. Bu kurama göre, insanlar neyi hak ederlerse onu alırlar ve neyi alırlarsa onu hak etmişlerdir. Yapılan bir araştırmada, 120 denegın %30 u depremi dini ve ahlaki zayıflıklara bağlamıştır. Depremin sebebi, inanç ve yaşantı bozukluğu neticesinde cezalandırılmadır. Bazı insanlar doğal afetleri dini nedenlere bağlama eğilimindedirler. Bu doğal olayları Tanrı'nın gazabı olarak görmektedirler. Adalet varsayımı ile olumlu ve olumsuz Tanrı algısı arasındaki ilişkilere bakıldığında, olumlu ve olumsuz Tanrı algısı ile adalet varsayımı arasında anlamlı ilişkiler bulunmamıştır. Ayrıca travma sonrası stres belirtileriyle adalet varsayımı arasındaki ilişkiye bakıldığında, stres belirtileri ile adalet varsayımı arasındaki ilişki anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır. Yaptığımız bu çalışmada olumlu ve olumsuz Tanrı algısıyla adalet varsayımı ve travma arasındaki ilişkinin anlamlı çıkmaması, örneklem gurubumuzun farklı olmasından veya kullandığımız ölçeklerin farklılığından kaynaklanmış olabilir.

Travma sonrası stres belirtileri ile dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeğinin faktörleri arasındaki ilişkilere bakıldığında, stres belirtileri ile şans, iyilik ve kendilik değeri varsayımları ile negatif ilişki göstermiştir. Stres belirtileri ile rastlantısallık varsayımı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Kontrol ve adalet varsayımı ile stres belirtileri arasındaki ilişki ise anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır. Travmaya ait faktörler arasında genel olarak travmanın şiddetinin yüksek olması (Schnurr ve ark. 2000, Wolfe ve ark. 1999, Parker ve ark. 1992, Curran ve ark. 1990), algılanan şiddetin yüksek olması (Dunmore ve ark. 1999, Ehlers ve ark. 1998, Başoğlu ve ark. 1995, Parker ve ark. 1992), fiziksel yaralanmaya uğrayacağı algısının olması (Dunmore ve ark. 1999)

ve maddi kaybın yüksek olmasının (Bland ve ark. 1997) TSSB gelişimini arttırdığı ileri sürülmektedir. Travma sonrası sosyal desteğin yetersiz olması da TSSB oranını arttırmaktadır (Armenian ve ark. 2000).

IV.4. Travma Türüne Göre Tanrı Algısının Karşılaştırılması

Yaşam boyu bireylerin başından geçen olumlu olaylar inanan birey için Tanrı'yı daha olumlu algılamasına yöneltebilecektir. Bireyin arzuları gerçekleştikçe Tanrı'ya olumlu atıflarda bulunabilir. Bazı inanan bireylerin yaşamdaki çeşitli arzularının ve isteklerinin onları tatmin etmediği durumlarda da Tanrı'ya karşı öfke ve nefret duyguları gözlenmektedir.(Vergote, 1999). Savaş, deprem, hastalık, kaza gibi büyük yaşam olayları insanların dua ve ibadet etmek için eğilim içerisine girdikleri durumlardır.(Hökelekli,1998). Doğal afet, kayıp olayları ile ölümle yüz yüze gelinen diğer olaylardan sonra Tanrı ve dine dönüşenlerin arttığı düşünülebilir. Fakat aynı zamanda bireyler, bunun tam tersi, Tanrı ve dinden uzaklaşma ve dine karşı öfke duyma gibi olumsuz tutumlar da geliştirebilir. Yapılan bir araştırmada, deneklerin %30 u depremi dini ve ahlaki zayıflıklara bağlamıştır. Depremi sebebi, inanç ve yaşantı bozukluğu neticesinde cezalandırılmadır (Başibüyük, 2004). Bu bulgu, bazı insanların doğal afetleri dini nedenlere bağlama eğilimini göstermektedir. Bu doğal olayları Tanrı'nın gazabı olarak görebilmektedirler.

Travmanın çeşitlerine göre Tanrı algısını karşılaştırmasında tek yönlü ANOVA analizini yapılmıştır. Deneklere onları en çok etkileyen olay sorulmuş. Cevaplar dört başlık altında toplanmıştır. Bunlar cinsel, saldırı/işkence, kaza/doğal afetler ve hastalık/yakın kaybı şeklindedir. Olumlu Tanrı algısı(seven, koruyan, merhametli, affedici vs.) ve olumsuz Tanrı algısı (cezalandıran, korkutan, gaddar vs.) üzerinde travma'nın türünün etkisi olup olmadığına bakılmıştır. Travmanın türü ne olumlu nede olumsuz

Tanrı algısı üzerinde anlamlı bir etki göstermemiştir. Tanrıya ilişkin algılar yaşanan travmatik olayın türüne göre değişmemektedir. Yaptığımız bu araştırma süresince literatür çalışmasında bu konuyla ilgili çalışmaya rastlanmamıştır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada travmatik olayların ve dünyaya ilişkin varsayımlarının Tanrı algısı ile ilişkisi incelenmiştir. Araştırmanın sonucuna göre, olumsuz Tanrı algısı olan bireylerin daha fazla stres belirtisi gösterdiği söylenebilir. Şöyle ki birey, yaşadığı olayı Tanrı'nın bir sınaması veya yaptığı hataların bir sonucu olarak değerlendirdiğinde kaygı düzeyi artma eğilimindedir. Özdoğan'ın ilahiyat öğrencileriyle yaptığı çalışmasında, inanan insanın inandığı varlıkla kurduğu iletişimin nasıl olduğu ve insanın inandığı varlığı nasıl algılayıp tanımladığı sorularına cevap aranmıştır. Bu çalışmada korku merkezli Tanrı (Allah) anlayışına sahip bireylerde hayatın bir sınav yeri olduğu düşüncesinin hakim olduğu belirtilmektedir. Ayrıca bu düşünce biçiminin insanı gergin ve stresli kıldığı, yaşanan olaylardan gerçek anlamda yararlanmasını engellediği fikri ortaya konulmuştur. Bilişsel psikolojiye göre, gerçekte önemli olan bireyin algılama şeklidir. Yani insanın olaya verdiği anlam önemlidir. Bu açıdan bir olayı algılama şeklimiz ve o olayla baş edebilecek becerilerimizi değerlendirişimiz, o olayı “stres verici olan” veya” stres verici olmayan” olarak tanımlamamıza neden olur (Özdoğan, 2010: 88-89). Aynı şekilde Mevlana da zühd aşamasında zahitler ve arifleri ikiye ayırmaktadır. Zahitlerin içinde korku olduğunu söylerken ariflerin ise korkuyu yenip ümit ile yaşadıklarını belirtir. Mevlana' ya göre korkuyu yenmemiz için suretlerden (görünüş) daha çok anlam ve içeriğe (maneviyata) bakmamız önerilmektedir. Ayrıca Mevlana'ya göre “salık” içerisinde gelecek kaygısını taşıırken “arif” insan ise sadece Tanrı'nın sevgisini (cemalini) görme ümidini besler (Cebecioğlu, 2010: 51-52). Örneğin Hz. Muhammed, yaşamı boyunca birçok zorlukla birlikte travmatik denilebilecek yaşantılar tecrübe etmiştir. Yaşadığı onca travmaya rağmen Hz. Muhammed hiçbir zaman Tanrı'ya isyan etmemiştir. Hz. Peygamber hep olumlu Tanrı

imgesini benimsemiş; yaşadığı bütün zor olaylar karşısında “Rabbim beni terbiye etti, ne güzel terbiye etti” şeklinde bir bakış açısı geliştirmiştir ve sabırla bütün zorlukları aşmayı başarmıştır. Tasavvuf tarihinde de bu konuya değinilmiş ve insanın sabırla zorlukların üstesinden gelebileceği bilgilerine yer verilmiştir. Bu bağlamda Göktaş(2008:230)’ın “çalışmasında öyle zor işler vardır ki bana meşakkat kadehinden yudum-yudum dert içirir. Ama ben de denize benzeyen sabır kadehinden ona yudum-yudum ızdırab içirdim. Musibet canım yaktı ama bende sabır silahı ile onun canını yaktım” şeklinde ifadelere yer verilmektedir. Dolayısıyla travma yaşayan birey sabır ederek travma etkilerinden daha kısa sürede kurtulabilir.

Literatürde de görüldüğü gibi olumsuz Tanrı algısı olan birey, daha çok kaygı, depresyon ve psikolojik sorunlar yaşayabilmektedir. Bu durum bireyin hayattan vazgeçmesine ve başa çıkma sürecinin olumsuz yönde etkilenmesine neden olabilir. Dolayısıyla olumsuz Tanrı algısının travmatik olaylardan sonra yaşanan durumu negatif yönde etkileyebileceği düşünülmektedir. Veya bunun aksine bireyin olumlu algısı yaşanan durumu olumlu yönde etkileyebileceği düşünülmektedir.

Özdoğan 10 yıla aşkın süredir maneviyat üzerinde yaptığı çalışmalar sonucunda bazı dikkat çekici sonuçlara varmıştır. Özdoğan kanserli hastalardan biri olan Ayşe’nin hikayesini şu şekilde anlatır.

Ayşe, önceleri her şeyi içine atan, silik kalan, karşı tarafa kızdığını belli etmeyen biriydi. İçine kapanık bir kişiliğe sahipti. Ailesinde düşüncelerini ifade etme ortamı olmamıştır. Ayşe kansere yakalanmıştır. Ayşe’ye “Yüce Yaradanımız kaldıramayacağımız hiçbir yükü yüklemes” anlamındaki ayeti hatırlatarak çalışmalara

başladık. Böylece içindeki gücü hatırlattık. Sonra olumlu düşünmek ve yaşamak üzerine çalışmalar yaptık. Bu çalışmanın ilk aşamasında “olumsuz düşünce orucu” diye de isimlendirebileceğimiz bakış açısı yer alıyordu. Bu yaşantı “Şükretme” ile desteklendi. Düşünebilmek bile bir özgürlüktü. Bu çalışma Ayşe’yi güçlendirdi. Üçüncü adım olarak “kendini sevmeye ve affetmeye” çalışmasına başladık. Ayşe, manevi açıdan güçlenme ve kendini keşfetme çalışmalarına başladıktan sonra çok değiştiğini ve artık kendini ifade edebildiğini söyledi. “Önemli olan kendini affedebilmekmiş. Hayata olumlu bakmak çok güzeldir” dedi.

Ayşe’nin son yaptırdığı tahlillerde vücudunda kitlenin kalmadığı görüldü. O, kendini affettikçe, içindeki güçleri keşfedip, umudu beslendikçe, kitle adeta erimişti. Başlangıçta “neden ben” demiştim. Şimdi “İyi ki ben” diyorum. Çünkü bu hastalık sayesinde değiştim. Kendimi ve mutluluğu keşfettim.” dedi.

Hastalıklarımız aslında bizler için bir gelişme basamağı; ruhsal yolumuzda ilerlememiz için farkındalık noktalarıdır. Rahatsızlığımız neyse onun manevi nedenini düşünelim. O nedeni hayatımızda uygulamaya ve düzeltmeye çalışalım. Hastalıklarımız kendimize verdiğimiz emektir. Hastalık bizdeki görevini yerine getirdikten sonra çeker, gider.

Bu çalışmada kadın çocukluğundan bu yana taşıdığı isyan ve olumsuz duygularını büyütürken yetişkinliğinde de pasif ve kendini reddeden bir duruma gelmiştir. Hastalığını ise bu olumsuz durumun sonucu olarak algılamıştı. Hasta bu süreçte aldığı psikolojik ve manevi destekle Kendini affetmeye, kendini sevmeye ve tanımayı öğrenmiş, bunları iman ve dua ile birleştirerek hastalığını yenebilmiştir. Eğer birey yaşadığı olayı

külfet olarak görüp kendini yok etmesine izin vermezse her türlü musibeti insana kendini keşfetmesi için verilmiş bir nimet olarak değerlendirebilir. Çözüm musibetin bir merdiven olarak görülüp yukarı çıkaracağına inanmaktan geçer. Olumlama her şeyin hayır üzere olduğuna inanma, insana öz gücünü veren bir durumdur.

Araştırmamızda ortaya çıkan diğer bir sonuç ise, olumlu Tanrı algısı ile dünyaya ilişkin varsayımlarında şansa, iyiliğe ve kendi kontrolüne atıfta bulunmanın ilişkili olduğudur. Buna göre bireyin yaşadığı olumlu olaylar, kendisinin şanslı, dünyanın ise iyi olduğunu hissetmesine ve Tanrı algısının olumlu şekillenmesine neden olabilir. Olumsuz Tanrı algısı arttıkça da şanssızlık, dünyanın iyi bir yer olmadığı ve kendinin de değerli olmadığı şeklindeki atıflar artmaktadır. Bu noktada, eğer kişi cezalandıran ve uzak bir Tanrıya inanıyorsa o zaman kendisini de şanssız, değersiz hissedebileceği ve dünyanın iyiliklerden çok kötülüklerle dolu olduğuna inanma eğiliminde olabileceği yorumu yapılabilir. Bu durum Tanrı algısının da olumsuz yönde gelişebileceğini düşündürmektedir. Bireyin kendisine yönelik algısı, Tanrı algısını şekillendiren bir unsur olarak ortaya çıkabilmektedir (Benson ve Spilka, 1973). Eflaki(1989), kendilik değeriyle ilgili Mevlana'dan bir hikayeyi şöyle anlatır: “İstanbul’da bir bilgin rahip vardır. Mevlana’nın bilimini, hoşgörülüğünü ve alçak gönüllülüğünü duymuş ve ona aşık olmuştur. Mevlana’yı görmek için Konya’ya gider ve diğer rahipler de onu karşılamaya gelir. Yolda Mevlana’ya rastlar ve ona 3 kere secde eder. Secdeden başını kaldırıncı Mevlana’nın da secde ettiğini görür. Rahip, elbiselerini yırtarak: “Ey dinin sultanı, benim gibi zavallı ve kirli birine karşı gösterdiğin bu ne alçak gönüllülüktür?” der. Bunun üzerine Mevlana, Hz. Muhammed’in şu hadisini söyler: “Ne mutlu o kimseye ki, Tanrı onu malla, güzellikle, şerefle ve saltanatla rızıklandırdı ve o şerefi ve alçak gönüllülükle kendini ifade etmektir”. Sonra ilave eder: “Tanrı kullarına karşı nasıl

alçak gönüllülük göstermeyeyim ve niçin kendi küçüklüğümü göstermeyeyim. Eğer bunu yapmazsam, neye ve kime yararım” (Eflaki I:573-574). Bu hikayede Nefsi ezmenin gerçek benlik değerini ortaya çıkardığı düşünülmektedir. Bu da olumlu Tanrı imgesi ile mümkün olabilir. Dolayısıyla bireyin kendini olumlu algılaması yani benlik saygısının yüksek olması ile Tanrı algılayışı ilişkilidir. Benlik saygısı düşük olan bireylerin Tanrı algıları daha olumsuz olmakta, bu da bireyde depresyon, kaygı ve anksiyete gibi belirtilerin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir.

Hatırlanacağı gibi, araştırmamızda elde ettiğimiz diğer bir bulgu da, rastlantısallık faktörü ile olumsuz Tanrı algısı arasındaki pozitif ilişki idi. Bilindiği gibi rastlantısallık, tesadüfi olaylara inanmakla ilişkilidir. Ayrıca elde ettiğimiz sonuca göre, bireyin yaşamında tesadüfe ve kaderciliğe yer vermesi Tanrı algısıyla ilişkili bir durumdur. Buna göre bireyin dünyaya bakış açısında, yaşadığı olayı, kendisinin hiçbir müdahale şansı olmadığı bir alın yazısı veya tesadüf olarak görmesi, kendisini aciz ve çaresiz, Tanrı’yı ise olumsuz ve keyfi davranan bir varlık olarak algıladığına işaret edebilir. Bu birey Tanrı’ya “Neden bu benim başıma geldi?” şeklinde bir isyan geliştirebilir. Düzgün’e göre “İnsan zihni, Tanrı’nın egemenliğinin insan iradesine ulaştığı bir kanal görevi görmektedir. Tanrı’yı ne kadar bilirsek, irademiz Tanrı’nın iradesine o kadar uyum gösterir. Bu uyumun bilgisel bir zeminde gerçekleştiğini ve iradenin kuralsız, keyfi bir irade değil rasyonel bir irade olduğunu bilmemiz gerekir. Zira bir şeyin doğruluğuna ya da yanlışlığına önce akılda karar verilmekte ardından gerçekleştirilmesi yönünde irade devreye sokulmaktadır. Aydınlanmış haliyle çalıştırıldığında insan zihni, karşıtlar arasından sürekli hayra götüreni seçmektedir. Ama irade her zaman akla ve aklın bağlı olduğu ilahi ilkelere uymamakta ve insan Kur’an’ın maraz dediği halleri yaşamaya başlamaktadır (Ş. Ali Düzgün, Kader Etrafındaki Tartışmalar: 5). Bu bakış

açısı, “kendini bilen, rabbini bilir” hadisiyle de özdeşleşmektedir. Aynı şekilde Mevlana da kişinin başına geleni değerlendirmesinin kendi seçimi olduğunu ve kaderi veya Tanrı’yı suçlamak yerine şükredebileceğini şu dizelerle ifade eder:

Ey burnu kanasa hemen kadere küsüp yüzünü ekşiten.

Güliden hiç ders almıyor musun?

Bütün yaprakları tek tek yolsan gül yine de gülmekten vazgeçmez.

Hâle razı oluş şükürdür.

Gül de daimi bir şükür makamındadır.

Hem bilmez misin ki başına gelen sıkıntılar aslında daha büyük bir sıkıntıya set olur da başındaki belayı def ederler.

O halde yüzün gülsün..

Hız. Mevlana (Okuyucu, 2007)

Araştırmada elde ettiğimiz bir sonuç da, dünyaya ilişkin şans, iyilik ve kendilik değeri varsayımlarının travma belirtileri ile ters yönde ilişli olduğu, aynı zamanda travma belirtilerinin rastlantısallık varsayımı ile pozitif yönde ilişki olduğudur. Birey kendisini şanslı, iyi ve değerli gördüğünde travma sonrası stres belirtilerinin önemli ölçüde düştüğü gözlenmiştir. Kişi, başına gelen olayların tesadüflere bağlı olduğu ve kendi kaderi üzerinde hiçbir müdahalesi olmadığı yönünde algılara sahipse bu onun daha fazla stres yaşamasına sebep olabilmektedir. Çünkü belirsizlik kaygıya neden olur. Tasavvuf öğretisine göre şans ümit anlamına gelmektedir. Bu gerçeği Mevlana “Bizim dergahımız ümitsizlik dergahı değil, ümit dergahıdır.” dizesiyle dile getirmektedir. Görüldüğü gibi insanın kendisini şanslı, iyi ve değerli olarak görmesi ve yaşamı üzerinde bir kontrole sahip olduğunu hissetmesi, yaşadığı olaylar karşısında daha güçlü durabilmesine neden olabilecektir. Başa gelen olayların rastlantısallığına inanan kişi,

boşluk duygusu yaşayabilir. Ancak olumlu tanrı algısı olan bir kişi, iradesi dışında başına gelen olumsuz bir olayın ilahi bir anlamı ya da getirisi olduğuna inanırsa, bu durumda kontrolü dışında meydana gelen olaylara daha kolay sabredebilecek ve umutsuzluğa düşmeyecektir. Kur'an-ı kerim' de “ Yeryüzünde meydana gelmiş olan hiçbir olay yoktur ki, biz onu daha önceden bir kitapta yazmış olmayalım”(29/22) ayeti yer alır. Bu ayet başa gelen olayların rastlantı sonucu değil, bilakis belli bir düzen içerisinde gerçekleştiğini göstermektedir. İnsanın başına gelen bazı olumsuz ve engellenemez olayların insanın iradesinden bağımsız olduğu, bu açıdan da insanın kendisine fazla yüklenmemesi gerektiğini ortaya çıkmaktadır. Dindar insan bu ayetin yansımalarını yaşamında tecrübe ettiğinde Tanrı'yı daha olumlu algılayabilir ve travmatik bir olaydan daha az etkilenebilir. Çünkü böylelikle birey her şeyin bir düzen içerisinde kurulduğunu düşünecek ve her olayın anlamlı olduğuna dair inancı geliştirecektir. Bu da rastlantısallığa olan inancın ortadan kalkmasına neden olabilecektir. Erzurumlu İbrahim Hakkı'nın şu dizelerinde hiçbir şeyin rastlantı olmadığını, her şeyin yaratıcının bilgisinde olduğu ve insan için yaşanan durumun teslimiyet göstermenin hayırlı olabileceği belirtilmektedir.

Hak şerleri hayr eyler Zannetme ki gayr eyler

Arif anı seyreyler

Mevla görelim neyler Neylerse güzel eyler

Sen adli zulüm sanma teslim ol oda yanma

Sabret sakın usanma

Mevla görelim neyler Neylerse güzel eyler

ÖNERİLER

Çalışmamızın sınanması açısından, örneklem grubunun daha farklı ve geniş bir şekilde ele alınması ve seçilen örneklem gruplarında kültürlerarası farklılığın incelenmesi (farklı kültürlerin Tanrı algısını göz önünde bulundurularak), önerilmektedir. Bu çalışmanın sınırlılıklar başlığı altında ele aldığımız gibi üç farklı kültüre sahip ülkelerden örneklem oluşturulmuştur. Dini açıdan ise Güney Azerbaycan Türkleri'nin Şii mezhebine bağlı olmaları çalışmamızın sonuçlarını etkilemiş olabilir. Ancak mezhepler arası dini inanç ve Tanrı algıları incelenmemiştir. Gelecek çalışmalara ışık tutacak bu karma örneklem gruplarında bu hususa dikkat edilmesi önerilmektedir.

Gerek aile içinde gerekse eğitim sistemi içerisinde yapılan din eğitimlerinde, çocukların yaşına uygun olarak daha olumlu bir dini eğitim verilmesi, Tanrı'yı anlatırken onun baskın olan sevgi sıfatlarının vurgulanması, oluşturdukları tanrı imgesinin daha olumlu olmasını sağlayabilir. Yukarıda bahsedilen çalışmalara bakarak bu olumlu tanrı algısının olumlu bir benlik algısının gelişmesine zemin hazırlayabileceğini düşünebiliriz. Günümüzde medya kaynakları, insanların kolayca ulaşabildiği bilgi kaynaklarıdır. Toplum ve bireyler üzerinde ciddi bir etkisi olduğu söylenebilir. Bu nedenle televizyon programları ya da yazılı basında yer verilen dini içerikli yayınlarda, halka yönelik yapılan bilgilendirmelerin daha olumlu bir Tanrı algısı çerçevesinden sunmaya dikkat edilmelidir.

Tanrı algısı ile travmadan etkilenme arasında elde ettiğimiz bu sonuçlar dikkate alındığında, travma ile uğraşan psikoterapistlerin danışanlarının dini yapılarına karşı

daha duyarlı olmaları gerektiği söylenebilir. Dini danışmanların da kendilerine gelen soruları yanıtlarken travmatik durumları olumsuz dini yorumlarla aıklamamaya dikkat etmeleri önerilebilir. Ayrıca toplumun çeşitli kurumlarında (emniyet genel müdürlüğünde, kriz merkezlerinde, acil servislerde, kadın konuk evlerinde, afet merkezlerinde, ...) din psikolojisi uzmanlarının yer alması önerilebilir.

ÖZET

Bu çalışmada Tanrı algısı, travma sonrası stres belirtileri ve dünyaya ilişkin varsayımlar arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Bu amaçla ilk olarak ilgili literatür taranmış ve bilgiler amaca uygun olarak bir araya getirilmiştir. Çalışmanın uygulama kısmı için ölçme araçları belirlenmiş ve seçilen örnekleme uygulanmıştır. Veriler SPSS 15.0 paket programı ile araştırmacı tarafından analiz edilmiştir.

Araştırmada veri toplama aracı olarak Tanrı Algısı Ölçeği (TA), Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği (DİVÖ) ve Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği (TSSB) kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini 17-60 yaş arasındaki 250 genç ve yetişkinler oluşturmuştur. Elde edilen verilerin analizi sonucunda olumsuz Tanrı algısı ile travma sonrası stres belirtileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki çıkmıştır ($r=.25$; $p<.01$). Travma sonrası stres belirtileri olumlu Tanrı algısı ile anlamlı bir ilişki göstermemiştir. ($r=-.008$; $p>.05$). Travma türü ne olumlu ne de olumsuz Tanrı algısı üzerinde anlamlı bir etki göstermemiştir.

Dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeğinin faktörleri ile Tanrı algısının ilişkilerine bakıldığında, olumlu Tanrı algısı ile şans ($r=.16$; $p<.05$), iyilik ($r=.24$; $p<.01$) ve kontrol ($r=.23$; $p<.01$) varsayımları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Rastlantısallık, kendilik değeri ve adalet varsayımı ile olumlu Tanrı algısı ile anlamlı ilişki göstermemiştir. Dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeğinin faktörleri ile olumsuz Tanrı algısının ilişkilerine bakıldığında ise şans ($r=-.16$; $p<.05$), iyilik ($r=-.13$; $p<.05$) ve kendilik değeri ($r=-.33$; $p<.01$) varsayımları olumsuz Tanrı algısı ile negatif yönde anlamlı; rastlantısallık varsayımı ise pozitif yönde anlamlı ilişkiler

göstermiştir. Olumsuz Tanrı algısı ile kontrol ve adalet varsayımı arasında anlamlı ilişkiler bulunamamıştır.

Travma sonrası stres belirtileri ile dünyaya ilişkin varsayımlar ölçeğinin faktörleri arasındaki ilişkilere bakıldığında da, stres belirtileri ile şans ($r=-,17$; $p<.01$), iyilik ($r=-,18$; $p<.01$) ve kendilik değeri ($r=-,24$; $p<.01$) varsayımları ile negatif ilişki göstermiştir. Stres belirtileri ile rastlantısallık varsayımı ($r=,20$; $p<.01$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Stres belirtileri ile kontrol ve adalet varsayımı arasındaki ilişkiler ise anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır.

Anahtar kelimeler: Travma, Tanrı algısı, Dünyaya İlişkin Varsayımlar, Stres.

ABSTRACT

In this study the relation between god's perception, post-traumatic stress symptoms and existence related hypotheses have been investigated. In order to handle the topic properly, the literature is searched and the works related to the topic is gathered. For the applied part of the study the measurement tools are determined and implied to the selected subjects. The data was analyzed by researcher using the SPSS 15.0 software.

The god's perception (TA), existence related hypotheses (DIV), and post-traumatic stress (TSSB) scales are used to collect data. 250 young and adult people whose age ranged from 17 to 60 are forming the subject pool. Analyses reveal a positive meaningful proportionality between damaging god's perception and post- traumatic stress(1:25;p<.01). The post-traumatic stress and constructive god's perception do not show a meaningful relationship ($r: -.008; p > .05$).

When looking to the relations between the scale factors for existence related hypotheses and god's perception the constructive god's perception and chance ($r: .16; p < .05$), kindness ($r: .24; p < .01$), and control ($r: .23; p < .01$) hypotheses show positive meaningful proportionalities. Randomness, entity value, and justice hypotheses do not give meaningful relation with constructive god's perception. However when looking to the relations between the scale factors for existence related hypotheses and god's perception the damaging god's perception and chance ($r: -.16; p < .05$), kindness ($r: -.13; p < .05$), entity value ($r: -.33; p < .01$) hypotheses reveal negative meaningful and randomness hypothesis positive meaningful proportionalities. The analyses do not show any meaningful relation between damaging god's perception with control, and justice hypotheses.

The analyses of scale factors for Post-traumatic stress and existence related hypotheses show that the stress and chance ($r:-.17; p<.01$) , kindness ($r:-.18;p<.01$), and entity value ($r:-.24;p<.01$) hypotheses have negative proportionalities. But for stress and randomness hypotheses ($r:.20;p<.01$) there is a positive meaningful relation. The stress does not give meaningful relations with control, and justice hypotheses.

Trauma has not meaningful effect on constructive or damaging god's perception.

Keywords: Trauma, God's perception, Existence, Stress

KAYNAKLAR

- Acar ve Ark. (1996). **Bireylerin Dindarlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi**. H.Ü.Eğitim Fakültesi Dergisi. 12.
- Aker, T. ve Önder, M. (2003). **Psikolojik Travma Ve Sonuçlar**. Epsilon Reklamcılık, Ankara.
- Albayrak, A. (1995). **Ergenlerin Dini Gelişiminde Sevgi ve Korku Motifinin Etkinliği**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Allport, G. W. (1950). **The individual and his religion**. New York: Macmillan.
- Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). **Personal religious orientation and prejudice**. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5.
- Astin, M. C., Lawrence, K. J., & Foy, D. W. (1993). **Posttraumatic stress disorder among battered women: Risk and resiliency factors**. *Vio-lence and Victims*, 8.
- Aydın, Mehmet. (1991). **Tanrı-Ahlâk İlişkisi**, Türk Diyanet Vakfı Yayınları, Ankara.
- Başbüyük, A. (2004). “Yetişkinlerde Deprem Bilgisi ve Etkili Faktörlerin İncelenmesi”, **Milli Eğitim Dergisi**, Sayı: 161, Kış.
- Başoğlu, M., Paker, M., Paker, Ö., Özmen, E., Marks, I. & İncesu, C. (1994). **Psychological effects of torture: A comparison of tortured with nontortured political activists in Turkey**. *American Journal of Psychiatry*, 151.
- Baykan, Erdal. (2005). **Düşünceye Gelmeyen Tanrı Sorunu ve Mevlana**, Bilge Adam Yayınları. Van.

- Benson, P., Spilka, B., (1973). "God Image as a Function of Self-Esteem and Locus of Control", **Journal for the Scientific Study of Religion**, Vol. 12, No: 3, September.
- Brewin, C., Andrews, B., Valentine, B. (2000). **Meta-analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma exposed adults.** *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68.
- Browne, A., & Finkelhor, D. (1986). **Impact of child sexual abuse: A review of the research.** *Psychological Bulletin*, 99.
- Budak, Selcuk. (2003). **Psikoloji Sözlüğü.** Bilim ve Sanat Yayınları. Ankara.
- Carmil, D., & Breznitz, S. (1991). **Personal trauma and world view—Are extremely stressful experiences related to political attitudes, religious beliefs, and future orientation?** *Journal of Traumatic Stress*, 4.
- Chemtob, C. Roitbiat, H. L., Hamada, R. S., Carlson, J. G., & Twentyman, C. T. (1988). **A cognitive action theory of post-traumatic stress disorder.** *Journal of Anxiety Disorders*, 2.
- Clark, D.M. (1999). **Anxiety Disorders: Why they persist and how to treat them?** *Behaviour research and Therapy*, 37.
- Decker, L. (1993). **Beliefs, post-traumatic stress disorder, and mysticism.**
- Decker, L. (1995). **Including spirituality.** *National Center for PTSD Clinical Quarterly*, 5(1).
- Dekel, R., Solomon, Z., Elklit, A. & Ginzburg, K. (2004). **World assumptions and combat-related posttraumatic stress disorder.** *The Journal of Social Psychology*, 144.

- Doehring, C. (1993). **Internal desecration: Traumatization and representations of God**. Lanham, MD: University Press of America.
- Donahue, M. J. (1985). **Intrinsic religiousness: Review and meta-analysis**. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48.
- Drescher, K. D., & Foy, D. W. (1995). **Spirituality and trauma treatment: Suggestions for including spirituality as a coping resource**. *National Center for PTSD Clinical Quarterly*, 5(1).
- Düzgün, Ş. (2010). **Kader Etrafındaki Tartışmalar**. Ders Notları.
- Dyregrov, A., Kristoffersen, J.I. & Gjestad, R. (1996). **Voluntary and Professional disaster workers: Similarities and differences in reactions**. *Journal of Traumatic Stress*, 9.
- Eflaki, Ahmed. (1989). **Ariflerin Menkebeleri I-II**, çev.: Tahsin Yazıcı, MEB Yayınları, İstanbul.
- Erzurumlu, İbrahim Efendi. (1999). *Marifetname*, Bedir Yayınları. İstanbul.
- Fahri, Macit. (2000). **İslam Felsefe Tarihi**, Birleşik Yayıncılık, İstanbul.
- Falsetti, S. A. (1992). **Changes in Religious Beliefs Scale**. Unpublished scale, National Crime Victims Research and Treatment Center, Medical University of South Carolina, Charleston, SC.
- Finkelhor, D., Hotaling, G. T., Lewis, I. A., & Smith, C. (1989). **Sexual abuse and its relationship to later sexual satisfaction, marital status, religion, and attitudes**. *Journal of Interpersonal Violence*, 4.
- Foa, E. B., Steketee, G., & Rothbaum, B. O. (1989). **Behavioral/cognitive conceptualizations of post-traumatic stress disorder**. *Behavior Therapy*, 20.

- Foster, R.,A., Babcock, R.L., (2001). **God as a Man Versus God as a Woman:Perceiving God as a Function of the Gender of God and the Gender of the Participant**, International Journal for the Psychology of Religion, Vol. 11, No.2.
- Foulquie, Paul. (1998). **Varoluşçunun Varoluşu**, çev. Yakup Şahan, Toplumsal Dönüşüm Yayınları, 3. bs., İstanbul.
- Ganje-Fling, M. A., & McCarthy, P. (1996). **Impact of childhood sex-ual abuse on client spiritual development: Counseling implications.**
- Garbarino, J. (1996). **The spiritual challenge of violent trauma.** *American Journal of Orthopsychiatry*, 66, 162–163. *Journal of Humanistic Psychology*, 33.
- Gazali. (1974). **İhyâu Ulûmi'd- Dîn**, çev.Ahmed Serdaroğlu, Bedir Yayınevi, İstanbul.
- Göktaş, V. (2008). **Buhara’da Tasavvuf**, Meydan yayıncılık, İstanbul.
- Güngördü, M., (2001). **Allah’ a Atfedilen Özellikler ile Depresyon Arasındaki İlişki Üzerine bir Araştırma**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Güler, Ö. (2007). **Tanrı Algısı Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması**, A.Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi, 48:1, s.123-133.
- Güler, Ö. (2007). **Tanrı’ Ya Yönelik Atıflar, Benlik Algısı Ve Günahkarlık Duygusu (Yetişkin Örneklem).** A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Gürkan, H. (1990). **Üniversite öğrencilerinde kendilik saygısı ile depresyon ve anksiyete ilişkisi.** Uzmanlık tezi, Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri A.B.D.
- Hammersla, J.,F., Andrews- Qualls, L.,C.& Frease, L.,G., (1986). “*God Concepts*

and Religious Commitment Among Christian University Students”, Journal for the Scientific Study of Religion, 25(4).

Hathaway, W. L., & Pargament, K. I. (1990). **Intrinsic religiousness, religious coping, and psychosocial competence: A covariance structure analysis.** *Journal for the Scientific Study of Religion* , 29.

Hegel. (2003). **Tarihte Akıl**, çev, Önay Sözer, Kabalcı Yayınevi, İstanbul.

Herman, J. (1997). **Trauma And Recovery.** Basic Books, 33, New York.

Hodgkinson, P.S. & Shepherd, M.A. (1994). **The impact of disaster support work.** *Journal of Traumatic Stress*, 7.

Hoge, D. R. (1972). **A validated intrinsic religious motivation scale.**

Hyman, O. (2004). **Perceived social support and secondary traumatic stress symptoms in emergency responders.** *Journal of Traumatic Stress*, 17 (2).

Jannof-Bluman, R. (1992). **Shattered assumptions.** New York: Free Press.

Janoff-Bulman, R. & Berg, M. (1998). **Disillusionment and the creation of value: From traumatic loss to existential gains.** In J. Harvey (Ed.) *Perspectives on Loss: A Sourcebook*. Washington, DC: Taylor & Francis.

Janoff-Bulman, R. (1985). **The aftermath of victimization: Rebuilding** *Journal for the Scientific Study of Religion* , 11.

John Elrod. (1976). **Being and Existence in Kierkegaard’s Pseudonymous Works**, Princeton University.

Joseph, S. Williams, R. & Yule, W. (1997). **Understanding post-traumatic stress. A psychosocial perspective on PTSD and treatment.** New York: John Wiley & Sons.

- Joseph, S., Williams, R., & Yule, W. (1997). **Understanding post-traumatic stress. A psychosocial perspective on PTSD and treatment.** New York: John Wiley & Sons. *Journal of Counseling and Development*, 74.
- Justice, W. G., & Lambert, W. (1986). **A comparative study of the language people use to describe the personalities God and their earthly parents.** *Journal of Pastoral Care*, 40(2).
- Kane, D., Cheston, S. E., & Greer, J. (1993). **Perceptions of God by survivors of childhood sexual abuse: An exploratory study in an underresearched area.** *Journal of Psychology and Theology*, 21(3).
- Karen Armstrong. (1998). **Tanrı'nın Tarihi**, Ayraç Yay. Ankara.
- Karl, Custav Jung. (2010). **Psikoloji ve Din.** Okyanus Yayınları.
- Kesler, R. C. Sonnega, A. Bromet, e. Hughes, M. & Nelson, C. B. (1995). **Posttraumatic stres disorder in the National Comorbidity Survey.** *Archeieves of General Psychiatry*, 52.
- Kierkegaard, Soren. (2001). **Ölümçül Hastalık Umutsuzluk**, çev. Mehmet Mukadder Yakupoğlu, Ayrıntı Yayınları, İstanbul.
- Kilpatrick, D. G. & Resnick, H. S. (1993). **Posttraumatic stress disorder associated with exposure to criminal victimization in clinical and community populations.** In J. R. T. Davidson & Foa, E. B. (Eds.).
- Kilpatrick, D. G. Resnick, H. S., & Freedy, J. R. (1991). **Potential Stress-ful Events Interview. Unpublished interview. National Crime Vic-tims Research and Treatment Center**, Medical University of South Carolina, Charleston, SC.
- Kilpatrick, D. G., Resnick, H. S., Freedy, J. R., Pelcovitz, D., Resick, P. A., Roth, S., et al. (1998). **The posttraumatic stress disorder field trial: Evaluation of the PTSD Construct—Criteria A through E.** In T.

- King, Robert H. (2001). **Tanrı'nın Anlamı**, çev. Temel Yeşilyurt, İnsan Yayınları, İstanbul.
- Kira IA. (2001). **Taxonomy Of Trauma And Trauma Assessment**. *Traumatology*, 7,2.
- Koenig, H. G., George, L. K., & Siegler, I. C. (1988). **The use of religion and other emotion-regulating coping strategies among older adults**. *Gerontologist*, 28.
- Koren, D. Arnon, I. & Klein, E. (1999). **Acute stres response and posttraumatic stres disorder in traffic accident victims: A one-year prospectiv, folow-up study**. *American Journal of psychiatry*, 156.
- Köknel, Ö., (1995). **Korkular, Takıntılar, Saplantılar**, Altın Kitaplar Yayınevi, 3. Basım, İstanbul.
- Kuğu, N. & Akyüz, G. (2002). **Doğal felaket deneyimleri ve Travma Sonrası stres Bozukluğu: Risk faktörleri ve yaygınlık**. *Yeni Symposium*, 40.
- Lerner, M. J., & Miller, D. T. (1978). **Just world research and the attribu-tion process: Looking back and ahead**. *Psychological Bulletin*, 85.
- Magwaza, A.S. (1999). **Assumptive worlds of traumatized South African adults**. *The Journal of Social Psychology*, 139 (5).
- Malantschuk, Gregor. (1971). **Kierkegaard's Thought**, ed. ve çev. Howard V. Hong ve Edna H. Hong, Princeton Univesity Press, New Jersey.
- Marmar, C., Weiss, D., Metzler, T. & Delucchi, K. (1996). **Characteristics of emergency services personnel related to peritraumatic dissociation during critical incident exposure**. *American Journal of Psychiatry*, 153.
- Maton, K. I. (1989). **The stress-buffering role of spiritual support:Cross-sectional and prospective investigations**. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 28.

- May, R. Angel, E; & ellenberger, H.F. (1958). **Existence**. New Jersey: Basic Boks.
- McCann, I. L., Pearlman, L. A. (1990). **Psychological trauma and the adult survivor: Theory, therapy, and transformation**. New York: Brunner/Mazel.
- McCrae, R. R. (1984). **Situational determinants of coping responses: Loss, threat and challenge**. *Journal of Personality and Social Psy-chology*, 46.
- McLaughlin, B. R. (1994). **Devastated spirituality: The impact of clergy sexual abuse on the survivor's relationship with God and the church**. *Sexual Addiction and Compulsivity*, 1.
- Noffke, J.,L. ve McFadden, S., H., (2001). "Denominational and Age Comparisons of God Concepts", **Journal for the Scientific Study of Religion**, 40:4.
- Nowacki-Butzen, S.K. (2009). **God Image, Self-Concept, and Attachment to God in Female Survivors of Sexual Trauma**. Doctoral Dissertation, Regent University.
- Okuyucu, Cihan. (2007). **Mesneviden Cevher Beyitler**. http://www.semazen.net/sp.php?id=233&page_id=1&menu_id=id2, Son Erişim: 10.01.2011
- Önder, E. & Tural, Ü. (2004). **Travma sonrası stres bozukluğunda tedavi kılavuzu. Anksiyete bozuklukları tedavi kılavuzu**. Ed. R. Tükel. Ankara: Türk Psikiyatri Derneği.
- Özdoğan, Ö. (2007). **İsimsiz Hayatlar**. Lotus Yayınevi. Ankara
- Özdoğan, Ö. (2006). **İnsanı Anlamaya Yönelik Bir Yaklaşım: Pastoral Psikoloji**. AÜİFD, 47. Sayı, 2.
- Özdoğan, Ö. (2010). **Aşkın Yanımız Maneviyat**. Özden Öze Yayınları.
- Pargament, K. I. (1996). **Religious methods of coping: Resources for the conservation and transformation of significance**. In E.P. Shafranske (Ed.),

Religion and the clinical practice of psychology (pp. 215– 239). Washington, DC: American Psychological Association.

Pargament, K. I., Ensing, D. S., Falgout, K., Olsen, H., Reilly, B., Van Haitsma, K., et al. (1990). **God help me (I): Religious coping efforts as predictors of the outcomes to significant negative life events.** *American Journal of Community Psychology*, 18.

Pargament, K. I., Olsen, H., Reilly, B., Falgout, K., Ensing, D. S., & Van Haitsma, K. (1992). **God help me (II): The relationship of religious orientations to religious coping with negative life events.** *Journal for the Scientific Study of Religion* , 31, 504–513. *Posttraumatic stress disorder: DSM-IV and Beyond*. Washington, DC: American Psychiatric Press.

Pritt, A. F. (1998). **Spiritual correlates of reported sexual abuse among mormon women.** *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37(2).

Reçber, Mehmet Sait. (2007). “İslam Metafiziği, Kavramsal Bir Çerçeve”, İslam’a Giriş: Ana Konulara Yeni Yaklaşımlar. D.İ.B.Yayınları.

Resick, P. A., Schnicke, M. K., & Markway, B. G. (1991). **The relationship between cognitive content and post-traumatic stress disorder.** Presented at the 25th Annual Conference of the Association for the Advancement of Behavior Therapy, New York.

Resick, P. A., & Schnicke, M. K. (1990). **Treating symptoms in adult victims of sexual assault.** *Journal of Interpersonal Violence*, 5.

Resick, P. A., & Schnicke, M. K. (1993). **Cognitive processing therapy for sexual assault survivors: A therapist manual.** Newbury Park, CA: Sage.

Resnick, H. S., Kilpatrick, D. G., Dansky, B.S., Saunders, B. E., & Best, C. L. (1993). **Prevalence of civilian trauma and posttraumatic stress disorder in a**

representative national sample of women. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61.

Rogers, C. (1951). **Client- Centered therapy its current practica imlications on theory.** Boston, Houghton Mifflin.

Rossetti, S. (1995). **The impact of child sexual abuse on attitudes toward God and the Catholic Church.** *Child Abuse and Neglect*, 19.

Sagi, Avi: **Kierkegaard, Religion, and Existence**, Rodopi, Amsterdam-Atlanta, 2000.

Schaefer, C.A. and Gorsuch, R.L. (1991). **Psychologicaladjustment and religiousness, the multivariate belief motivation theory of religiousness.** *Journal for the Scientific Study of Religion*, 30(4).

Schoeder, P. (2000). **Travma sonrası müdahale.** Seminer Notları, Türk Psikologlar Derneği, Ankara.

Shattered assumptions. In C. R. Figley (Ed.), *Trauma and its wake* (pp. 15–35). New York: Brunner/Mazel.

Solomon, Z., Iancu, I. & Tyano, S. (1997). **World assumptions following disaster.** *Journal of Applied Social Psychology*, 27.

Spitzer, R. L., Williams, J. B. W., & Gibbon, M. (1987). **Struc-tured clinical interview for DSM-III-R nonpatient version.** New York: Biometric Research Department, New York State Psychiatric Institute.

Sungur M.Z. (1999). **İkincil Travma Ve Sosyal Destek.** Klinik Psikiyatri Sayı, 2.

Tedeschi, R. G., Park, C. L., & Calhoun, L. G. (1998). **Posttraumatic growth: Conceptual issues.** Ed. R. G. Tedeschi, C. L. Park ve L. G. Calhoun.

Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis. Mahwah. NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Tennen, H. & Affleck, G. (1998). **Personality and transformation in the face of adversity.** Ed. R. G. Tedeschi, C. L. Park ve L. G. Calhoun. *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis.* Mahwah. NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Terr LC. (1991). **Childhood Traumas: An Outline And Overview.** The American Journal of Psychiatry, 148, 1.

Thorson, J. A., & Powell, F. C. (1990). **Meanings of death and intrinsic religiosity.** *Journal of Clinical Psychology*, 46.

Tillich, Paul. (2000). **İmanın Dinamikleri**, çev. Fahrullah Terkan-Salih Özer, Ankara Okulu Yay., Ankara.

Topaloğlu, Bekir. (1992). **İslam Kelamcılarına ve Filozoflarına Göre Allah'ın Varlığı**, Diyanet İşleri Başkanlık Yayınları, Ankara.

Topbaş M. (2004). **İnsanlığın Büyük Bir Ayıbı: Çocuk İstismarı.** TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 3, 4.

Turner, B.S. (1991). **Max Weber ve İslam.** Vadi Yayınları. Ankara.

Ülken, Hilmi Ziya. (2004). **Türk Tefekkür Tarihi**, Yapı Kredi Yayınları İstanbul.

Valentine, L., & Feinauer, L. L. (1993). **Resilience factors associated with female survivors of childhood sexual abuse.** *American Journal of Family Therapy*, 21.

Vergote, A., (1999). **Din, İnanç ve İnançsızlık**, Çev. Uysal, V., Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, İstanbul.

Wagner D. Heinrichs M., Ehlert U (1998). **Prevalance of symptoms of posttraumatic stress disorder in german professional fire fighters.** Am J Psychiatry, 155.

Walsh, R.A. & McElwain, B. (2001). **Existential psychotherapies**. Ed. D.J. Cain ve J. Seeman. **Humanistic psychetherapies: Handbook of research an practice**. Washington DC: Amerikan Psychological Association.

Widiger et al. (Eds.), *DSM-IV sourcebook*— (Vol. 4, pp. 803–844). Washington, DC: American Psychiatric Press.

Yalom, I. (1999). **Varoluşçu psikoterapi**. İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

Yapıcı, A., (1996). **Dini Yaşayısta Tövbeye Din Psikolojik Bir Yaklaşım**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kayseri.

Yılmaz, B. (2006). **Arama-Kurtarma Çalışanlarında Travma Sonrası Stres Belirtileri Ve Travma Sonrası Büyüme İle İlişkili Değişkenler**. Ankara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Doktora Tezi.

Yılmaz, B. (2008). **Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği Geçerlilik Ve Güvenirlik Çalışması; Ön Çalışması**. Türk Psikoloji Yazıları. 11(21).

EKLER

EK 1: Otobiyografik ve Travma Belirleme Anketi

EK 2: Travma Sonrası Stres Belirtisi Ölçeği

EK 3: Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği

EK 4: Tanrı Algısı Ölçeği

EK 1: Otobiyografik ve Travma Belirleme Anketi

Yaş:

Cinsiyet:

Eğitim Düzeyi:

Medeni Durum:

Bir çok kişinin başından, yaşamının her hangi 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.

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 kama(örneğin, saldırıya uğrayıp soyulma, fiziksel bir saldırıya maruz kalma, silahlı saldırı, bıçaklama ya da silahla rehin alınma).
4		Tanımadığınız bir tarafından cinsel olmayan bir saldırıya maruz kama(örneğin, saldırıya uğrayıp soyulma, fiziksel bir saldırıya maruz kalma, silahlı saldırı, bıçaklama ya da silahla rehin alınma).
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		Yaşamı tehdit eden bir hastalık.
12		Sevilen ya da yakın birinin beklenmedik ölümü.
13		Bunların dışında travmatik bir olay.

14. 13. Maddeyi işaretlediyseniz aşağıda bu olayı kısaca anlatınız.

.....
.....

15. Yukarıda işaretlediğiniz olaylardan size en fazla etkileyen hangisi oldu. Lütfen yukarıda işaretlediğiniz olayın yanındaki numarasını aşağıya yazınız. (örneğin, sevilen ya da yakın birinin beklenmedik ölümü dediyse aşağıya 12 yazınız)

BUNDAN SONRAKİ TÜM SORULARI SİZİ EN FAZLA ETKİLEYEN BU OLAYI DÜŞÜNEREK YANITLAYINIZ.

EK 2: Travma Sonrası Stres Belirtisi Ölçeği

Aşağıda zor bir olaya bağlı olarak yoğun bir stres yaşamış kişilerin zaman zaman yaşadığı bazı durumlar sıralanmıştır. En son yaşadığınız zor olayı düşünerek listedeki her bir maddeyi dikkatle okuyun ve **geçtiğimiz ay içinde** o maddede sözü edilen durumun, sizin için ne kadar geçerli olduğunu, o maddenin hemen altındaki ölçek üzerinde işaretleyin. Maruz kaldığınız ve sizi etkileyen stresli bir olayı düşünerek yanıtlarınızı verin. Yaşadığınız bu tür bir zorlu olay yoksa, bu durumda yaptığınız işe ilişkin genel zorlukları, eğitimleriniz ya da tatbikatlarınız sırasında yaşadığınız güçlükleri düşünerek yanıtlayınız.

Soruları yanıtlamaya başlamadan önce lütfen bu olayın ne olduğunu çok kısa olarak belirtiniz. Bu olay, ilk sayfada belirttiğiniz olay olabileceği gibi, daha yakın zamanda yaşadığınız bir başka zor olay da olabilir.

.....
.....

1- Olayla ilgili bazı rahatsızlık verici görüntüler, düşünceler ve anılar tekrar tekrar aklıma geliyor.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

2- Tekrar tekrar olayla ilgili rahatsız edici rüyalar görüyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

3- Olayla ilgili konuları konuşmaktan kaçınıyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

4- Arada sırada olay sanki yeniden oluyor sanıyorum ve bununla ilişkili bazı davranışlarda bulunuyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

5- Herhangi bir şey ya da konu yaşadığım o olayı hatırlattığında rahatsız oluyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

6- Herhangi bir şey bana o olayı hatırlattığında bedenimde değişimler oluyor (kalp çarpıntısı, nefes almada güçlük, terleme, vb.).

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

7- Olayı düşünmekten kaçınıyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

8- Yaşadığım olayı hatırlatır düşüncesiyle bazı etkinliklerden ya da durumlardan kaçınıyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

9- Olayla ilgili bazı önemli ayrıntıları hatırlayamıyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

10- Eskiden yapmaktan hoşlandığım şeylere artık ilgi duymuyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

11- Kendimi diğer insanlardan uzak ve kopuk hissediyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

12- Bana yakın insanlara karşı sevgi hissetmiyorum, sanki duygusal olarak “robot”laşmış gibiyim.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

13- Sanki artık bir geleceğim yokmuş gibi hissediyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

14- Uykuya dalmada ve uykuyu sürdürmede güçlük çekiyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

15- Kendimi eskiye kıyasla gergin hissediyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

16- Eskisine kıyasla öfkeli hissediyorum ve öfke patlamaları yaşıyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

17- Dikkatimi yaptığım işe vermekte güçlük çekiyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

18- Hep bir tehlike beklentisi içindeyim ve sürekli tetikteyim.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

19- En ufak bir ses ya da harekette kolayca yerimden sıçıyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

20- Bir otobüs ya da arabayla giderken birdenbire yol boyu olan hiç bir şeyi hatırlamadığımı fark ettiğim zamanlar oluyor.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

21- Biriyle konuşurken birdenbire karşımdakinin söylediklerinin hiçbirini duymadığımı fark ettiğim zamanlar oluyor.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

22- Kendimi birdenbire nasıl geldiğimi bilmediğim bir yerde bulduğum oluyor.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

23- Bazen kendimi dışarıdan seyre diyormuş gibi hissettiğim ya da kendime bir başkasıymışçasına dışarıdan bakıyor gibi olduğum zamanlar oluyor.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

24- Yaşamımdaki çok önemli bazı olayları hiç hatırlamadığım zamanlar oluyor.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

25- Çevremdeki insanların, nesnelerin ve diğer şeylerin gerçek olmadığı duygusuna kapıldığım oluyor.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

26- Arada sırada bedenim sanki bana ait değilmiş gibi hissediyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

27-Geçmişteki bazı olayları sanki şimdi oluyormuşçasına canlı bir şekilde hatırladığım zamanlar oluyor.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

28- Hatırladığım bazı şeylerin gerçek mi yoksa hayal mi olduğundan arada sırada emin olamıyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

29- Hayal kurduğumda kendimi kaptırıp, sanki gerçekmiş gibi yaşıyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

30- Arada sırada kendimi gözlerimi boşluğa dikmiş hiçbir şey düşünmez ve zamanın nasıl geçtiğini fark etmez bir halde buluyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

31- Arada sırada kafamda bana neler yapmam gerektiğini söyleyen ya da yaptıklarına ilişkin eleştirilerde bulunan sesler duyuyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

32- Arada sırada dünyaya bir sis perdesi arkasından bakıyormuş gibi hissettiğim, insanlar ve nesneleri uzaktaymışçasına, çok belirsiz şekilde gördüğüm zamanlar oluyor.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

33- Olayla ilgili bazı anıları belleğimden silmek için çaba gösteriyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

34- Arada sırada dalga dalga gelen yoğun ve olumsuz duygular hissediyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

35- Bazı kişi, yer, nesne ya da olaylar bana yaşadığım o zor olayı hatırlatıyor.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

36-Zaman zaman, hiç istemediğim halde kendimi olayı düşünmekten alıkoyamıyorum.

Hiç () Biraz () Orta düzeyde () Çok fazla ()

EK 3: Dünyaya İlişkin Varsayımlar Ölçeği

Lütfen, aşağıdaki ölçekte yer alan ifadelere ne kadar katıldığınızı ya da karşı olduğunuzu belirtiniz.

Her bir ifadeyi okuduktan sonra, o ifadeye ne kadar katıldığınızı ya da karşı olduğunuzu, yanında yer alan bölmedeki uygun rakamı seçerek işaretleyiniz (1=kesinlikle katılmıyorum, 6=tamamen katılıyorum).

<i>Aşağıdaki ifadeye ne kadar katılıyorsunuz?</i>						
1.Kötü olaylar insanlara tesadüfi olarak denk gelir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
2.Bu dünyada kötü olaylardan çok daha fazla, iyi şeyler yaşanır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
3.Hayatımızın gidişatı büyük ölçüde tesadüflere bağlıdır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
4.İnsanlar genellikle yasadıklarını hak ederler.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
5.Sık sık aslında iyi bir insan olmadığımı düşünürüm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
6.Dünyada kötülükten çok iyilik vardır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
7.Temelde şanslı biriyimdir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
8.İnsanların kötü kaderleri yaptıkları hatalardan kaynaklanır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
9.İnsanlar, eğer kendileri de iyiye iyi bir talihe sahip olurlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
10.Yaşam, tesadüflere bağlı belirsizliklerle doludur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
11.Çok şanslı bir insan olduğumu düşünürüm .	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)

12.Hemen her zaman basıma kötü şeylerin gelmesini engellemek için çaba harcarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
13.Kendime ilişkin olumsuz düşüncelere sahibim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
14.Kendi davranışlarımızla, basımıza kötü şeylerin gelmesini engelleyebiliriz.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
15.Hayatıma baktığımda, sansın yüzüme güldüğünü fark ediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
16.Eğer insanlar tedbirli davranırlarsa, pek çok talihsizliğin önüne geçilebilir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
17.Kendimi talihsizliklerden korumak için gerekli önlemleri alırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
18. Genel olarak yaşam bir kumardır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
19. Dünya iyi bir yerdir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
20. İnsanlar temelde nazik ve yardımseverdir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
21. Kendim olmaktan son derece memnunum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
22. Kötü şeyler olduğunda, bunun nedeni, insanların kendilerini korumak için gerekenleri yapmamasıdır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
23. Eğer yeterince yakın- dan bakarsan, dünyanın iyiliklerle dolu olduğunu görürsün.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
24. Kişisel özelliklerimden utanmak için nedenim var.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
25. Pek çok insandan daha şanslıyım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)

EK 4: Tanrı Algısı Ölçeği

Aşağıda “Allah” hakkındaki duygu, düşünce ve davranışlara ilişkin bazı ifadeler bulunmaktadır. Sizden istenen; her bir ifadeyi dikkatlice okuyup, **ifadenin sizi ne kadar yansıttığını**, karşısında bulunan, derecelendirilmiş kutucuklara işaretlemenizdir. Araştırmadan sağlıklı ve doğru bilgiler elde edilebilmesi için lütfen çekinmeden **gerçek fikirlerinizi** belirtmeye çalışın.

	İFADE	HİÇ KATILMIYORUM	KISMEN KATILYORUM	BİRAZ KATILYORUM	OLDUKÇA KATILYORUM	TAMAMEN KATILYORUM
1	O' nun bana karşı çok merhametli olduğunu hissediyorum.	1	2	3	4	5
2	O' nu düşünmek bana sıkıntı veriyor.	1	2	3	4	5
3	O' nun beni bağışlayacağını zannetmiyorum.	1	2	3	4	5
4	O' nu düşündüğümde içimden gelen tek duygu: sevgi.	1	2	3	4	5
5	O' nun bana olan sevgisini hissedebiliyorum.	1	2	3	4	5
6	O' nun bana şefkatle davrandığını hissedebiliyorum.	1	2	3	4	5
7	O' nu düşündüğümde utanıyorum ve kendimi suçlu hissediyorum.	1	2	3	4	5
8	O' nun bana karşı çok acımasız olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5
9	O' nu düşünmek bana güven veriyor.	1	2	3	4	5
10	O aklıma geldiğinde O'ndan kaçıp uzaklaşmak istiyorum.	1	2	3	4	5
11	O' nu düşünmek beni mutlu ediyor ve içim sevinçle doluyor.	1	2	3	4	5
12	O, ne yaparsam yapayım kusurlarımı örtüyor.	1	2	3	4	5
13	O, her zaman güvenebileceğim tek kaynaktır.	1	2	3	4	5
14	O' nu düşününce kendim için kaygılanıyorum.	1	2	3	4	5
15	O, benim için korkutucudur.	1	2	3	4	5
16	Zor zamanlarımda O'nun benim yanımda olmadığını hissediyorum.	1	2	3	4	5
17	O, bütün insanları karşılık beklemeden sever.	1	2	3	4	5
18	O, yaptıklarım için beni cezalandırıyor.	1	2	3	4	5
19	O' nu düşünmekle huzur buluyorum.	1	2	3	4	5
20	O, bence gerçekten de çok bağışlayıcıdır.	1	2	3	4	5
21	O' nun bana yakın olduğunu sanmıyorum.	1	2	3	4	5
22	O' nun beni her durumda koruduğunu biliyorum.	1	2	3	4	5