

Nitel Araştırma

Genç Yetişkinlerde Baba Kaybı ve Yas: Nitel bir ÇalışmaAyşen MARAŞ^{1*}, Faruk GENÇÖZ²¹ Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü, Muğla, Türkiye² Orta Doğu Teknik Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara, Türkiye**Makale Bilgisi****Anahtar kelimeler:**

Baba kaybı,
yas,
kayıp,
nitel çalışma,
yorumlayıcı
fenomenolojik
analiz

Öz

Bu çalışmada, genç yetişkinlerin baba kaybı ve yas deneyimini derinlemesine incelemek hedeflenmiştir. Bu amaçla, yedi genç yetişkin ile yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilerek, “Genç yetişkinlerde baba kaybı nasıl deneyimlenmektedir?” sorusunu cevaplamak amaçlanmıştır. Yapılan görüşmeler, Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz (Interpretative Phenomenological Analysis) ile analiz edilmiştir. Bu makalede elde edilen temaların dört tanesi ayrıntılandırılarak sunulmuştur. Bu temaları, baba kaybının sembolik anlamları, baba kaybının ardından hissedilen duygular, babasız bir yaşamla başa çıkmak ve uyum sağlamak ve yas sürecini zorlaştıran faktörler oluşturmaktadır. Baba kaybının sembolik anlamları, babalarının ölümünün genç yetişkinlerin iç dünyasında açığa çıkardığı anlamları ifade etmektedir. Sonuçlara göre, genç yetişkinler, babalarını önemli bir “sıcaklık, ilgi, koruma, sakinleştirme, rehberlik ve otorite” kaynağı olarak değerlendirmekte ve ölümünün ardından bu ihtiyaçlarını karşılamakta belirgin zorluklar ile karşı karşıya gelmektedirler. Baba kaybının ardından hissedilen duygular, yas sürecinde hissedilen üzüntü, yalnızlık, boşluk, özlem, korku, rahatlama, öfke ve suçluluk gibi duyguları kapsamakta; öfke ve suçluluk duygularının ise özellikle şiddetlendiği bazı özel durumların varlığına işaret etmektedir. Üçüncü tema, babasız bir yaşamla başa çıkmak ve uyum sağlamak ise kayba önsel hazırlık, yaşantıyı anlamlandırmaya çalışma, duygusal dışavurum, kaçınma, sosyal destek alma, babanın yerini dolduracak romantik ilişkiler arama ile yeni ideal ve hedefler oluşturma gibi başa çıkma yöntemlerini kapsamaktadır. Dördüncü tema yas sürecini zorlaştıran faktörler, bazı kişilik özellikleri (içedönüklük, duygusallık, depresiflik) ile annenin çökkünlüğü, baba ile ilişki kurma tarzı gibi faktörleri içermektedir. Temaların içerikleri, Türkiye’deki genç yetişkinlerin, gelişimsel özellikleri ve yaşadıkları kültür ile ilişki içinde ortaya çıkan deneyimleri hakkında aydınlatıcı bilgiler açığa çıkarmıştır. Temaların nasıl yorumlanabileceği, makalenin son bölümünde tartışılmıştır.

Abstract**Keywords:**

The loss of father,
grief,
qualitative study,
Interpretative
phenomenological
analysis

In the current study, the aim was to examine the loss of father and bereavement among young Turkish adults. For this aim, semi-structured interviews were conducted with seven young adults. The research question was “How do young adults experience father loss and bereavement?” The data was analyzed with Interpretative Phenomenological Analysis. In this article, four of the emerging themes were explained in detail. These themes involve the symbolic meanings of father loss, emotions experienced after losing the father, coping with and adapting to father loss and factors making the mourning process harder. The young adults viewed their fathers as an important source of warmth, caring, protection, soothing, guidance and authority. Therefore, they reported apparent difficulties in fulfilling these needs. The theme emotions experienced after losing the father includes emotions such as sadness, loneliness, emptiness, yearning, fear, relief, anger, and guilt, and regarding the emotions anger and guilt, some special factors exacerbated their intensity. The third theme, coping with and adapting to father loss involved emotional preparation to loss, making meaning, finding emotional outlets to cope with feelings, avoidance, getting support, romantic partner as a substitute and setting goals and ideals to overcome the burden of grief. The fourth theme included some personality characteristics such as introversion and emotionality, the broken mother and relationship style with the father. The results and their implications were discussed in the final part of the article.

* Sorumlu Yazar, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, 48000, Kötekli/Muğla.

e-posta: aysenmaras@mu.edu.tr

DOI: 10.31682/ayna.726517

Gönderim Tarihi (Received): 24.04.2020; Kabul Tarihi (Accepted): 10.07.2020

2148-4376/ All rights reserved.

Giriş

Çocuklar, yaşamdaki ilk duygusal bağlarını, çoğunlukla ebeveynleri ile kurarlar (Bowlby, 1980). Bu nedendir ki ebeveyn kaybı, yaşamdaki en acı verici deneyimlerden biridir. Her ne kadar, yetişkin kişilerin, ebeveynlerinden bağımsızlaştığı ve özerk bir yaşam kurdukları bir gerçek olsa da, ebeveynler ile kurulan duygusal bağ, ömür boyu etkili ve özel bir bağlıdır (Kissane ve Bloch, 2002). Literatürde, çocuklarda ve ergenlerde ebeveyn kaybının etkileri, artmış kaygı, sosyal içe çekilme, düşük özgüven ve özyeterlilik, düşük okul performansı, artmış psikiyatrik sorunlar, yetişkinlikte depresyon olarak rapor edilmiştir (Cerel, Fristad, Verducci, Weller ve Weller, 2006; Harris, 1991; Kendler, Sheth, Gardner ve Prescott, 2002; Worden ve Silverman, 1996). Ebeveyn kaybının yetişkinlerin yaşamındaki etkileri ise yeterince araştırılmamış bir alan olarak karşımıza çıkmaktadır (Marks, Jun, ve Song, 2007). Çeşitli çalışmalarda, yetişkinlerin ebeveynlerini kaybettikten sonra, depresif belirtiler, psikolojik iyilik halinde azalma, özgüvenin düşmesi, alkol kullanımında artış, fiziksel sağlıkta bozulma gibi belirtiler sergiledikleri rapor edilmiştir (Marks, Jun ve Song, 2007; Umberson ve Chen, 1994). Az sayıda gerçekleştirilen nitel çalışmada ise yetişkinler, ebeveynlerini kaybettikten sonra daha duyarlı, olgun, mütevazı ve sorumluluk sahibi insanlara dönüştüklerini belirtmişlerdir (Pope, 2005; Umberson, 2003). Bu çalışmalarda, genç yetişkinlik ve daha ileriki yaşlar arasında herhangi bir ayırım veya kıyaslama yapılmamıştır.

Levinson (1986) genç yetişkinlik dönemini “yüksek enerji ve stres” dönemi olarak tarif etmektedir. Bu dönemde, kişinin birçok önemli karar vermesi; yaşam tarzı, hedefleri, ilişkileri, cinsel yaşamı, kariyeri ve meşguliyetleri konusunda seçimler yapması gerekmektedir. Arnett de (2006) özellikle yirmili yaşlarda “istikrarsızlık, kimlik arayışı, yeni olanaklar arayışı, kendine odaklı olma” gibi özelliklerin görüldüğüne vurgu yapmaktadır. Arnett’e göre, bu dönemde, kişi ne tam olarak bir yetişkin ne de tam olarak bir çocuk gibidir (Arnett, 2006). Bu nedenle, ebeveynlerin duygusal destek ve ilgisinin, genç yetişkinlerin yaşamında önemli bir yere sahip olduğu söylenebilir. Leopold ve Lechner (2015), ebeveynlerini kaybeden genç yetişkinler ile ileri yaştaki yetişkinlerin deneyimlerini kıyasladıkları bir çalışmada, genç yetişkinlerin yaşam doyumunda daha keskin bir düşüş yaşadıklarını bulmuşlardır. Diğer çalışmalarda, genç yetişkinlerde aile bireylerinin kaybının (ebeveyn, büyükanne, büyükbaba), yüksek oranda komplike yas tepkileri ve depresyon (Mash, Fullerton, Shear ve Ursano, 2014), akademik performansta düşüş (Servaty-Seib ve Hamilton, 2006), akademik ilgi ve uğraşın azalması (Roberts, 2016), uykusuzluk (Hardison, Neimeyer ve Lichstein, 2005), öfke ve sinirlilik (Mestot ve Leitner, 1992), alkol tüketiminde artış (Floerchinger, 1991) ve anlamlı bir dünyanın varlığına olan inançta azalma (Schwartzberg ve Janoff-Bulman, 1992) gibi olumsuz

sonuçlara yol açabildiği bulunmuştur. Bu çalışmalarda ebeveyn kaybı bir bütün olarak ele alınmış; anne ve baba kaybına farklı olgular olarak odaklanılmamıştır. Genç yetişkinlerin baba kaybı deneyimini araştıran çalışmanın ise çok az olduğu dikkati çekmektedir (Noppe ve Noppe, 2008).

Babanın ölümünü ve onu takip eden yas sürecini, “babalık” kavramının özgün yapısını göz ardı etmeden anlamak önemlidir. Freud (1923/2011) baba ve erkek çocuk arasındaki ilişkide erkek çocuğun annesinin aşkı için babası ile yaşadığı rekabet ve düşmanlık duygularının öneminden bahsetmektedir. Freud’un kadınların baba ile ilişkisine bakış açısı ise kız çocuğun babaya olan aşkı ve penis hasedini kapsar (Lichtenberg, 2008). Bunun yanında, baba-kız ilişkisinde regüle edilmesi önemli olan erotik duygulanımlardan da bahsedilmektedir (Lichtenberg, 2008).

Ross’a göre (1979) psikoloji ve psikanaliz alanyazınında, babaların önemi uzun süre göz ardı edilmiştir. Psikanalitik alanyazında, babanın ruhsallıktaki işlevini tanımlayan babalık işlevine vurgu yapılmaktadır (Habip, 2012). Babalık işlevi, Lacan’ın baba kavramını, Freud’un çalışmaları temelinde incelemeye başlaması ile psikanalitik alanyazında önem kazanmıştır (Etchegoyen, 2002). Lacan (1956/ 1957, s. 229), baba kavramını simgesel, imgesel ve gerçek olmak üzere üç boyutta inceler. Lacan’a göre “gerçek” dediğimizi ve benzer şekilde “gerçek babayı” tanımak zordur çünkü her zaman babaya dair oluşturmuş olduğumuz düşlemler ve babanın sembolik rolü bu gerçekliği örtmektedir (1956/ 1957, s. 253). Lacan (1956/ 1957, s. 253-254), gerçek baba ile babanın biyolojik ve somut bir varlık olarak var oluşuna gönderme yapar. Oysa bizim konuşurken bahsettiğimiz baba, aslında her zaman gerçeğin zihnimizdeki bir temsilidir. Lacan’a göre simgesel baba ise babalık işlevini tanımlar (Evans, 2019, s. 49). Simgesel baba, anne ve çocuk arasındaki ikili imgesel ilişkiye “mesafe” koyarak ve “ensest tabusu” oluşturarak müdahale eden babadır (1956/ 1957, s. 261). Lacan’a göre (1956/ 1957) kimliği inşa eden babanın anne ile çocuk arasına mesafe koymasındır. Diğer bir deyişle, çocuk anne ile ilişkisinde kimliğini kaybetmekten, babanın araya girmesi ile kurtulur. Sözcüklerle dile getirdiğimiz ise her zaman İmgesel babadır (Lacan, 1956/ 1957, s. 252). İmgesel baba, öfke duyulan, özdeşleşilen ve idealize edilen baba düşlemlerini kapsar. Bir diğer deyişle, ruhsal dünyamızda oluşturduğumuz babadır. İmgesel baba ile kurulan ilişki, yaşamdaki bütün ilişkilerimizin temelinde yer alır (Lacan, 1956/ 1957, s. 252). Bu imgesel baba gerçek babadan çok farklı, ürkütücü ve onaylamayan bir baba da olabilir.

Bu bağlamda, gerçeğe ulaşmanın zorluğu göz önüne alındığında, görgüsel çalışmalarda odaklanılan “babanın”, imgesel baba olduğunu söylemek mümkündür. Nitel bir çalışmanın ise, babanın ve babanın ölümünün imgesel anlamlarını anlayabilmek açısından oldukça bilgilendirici olacağı düşünülmektedir. Balk ve Vesta (1998) babasını kaybeden genç bir

kadının deneyimini nitel ve nicel yöntemler ile incelemişlerdir. İnceledikleri vakada, kişinin doldurduğu ölçekte babasını çok fazla düşünmediğini belirttiğini ancak “ölçek sorularını sığ bulduğunu, deneyimini ifade etmesi için yeterli bulmadığını” yazdığını görmüşlerdir. Buna paralel olarak, ölçeği doldurduğu aynı gün, tuttuğu günlükte, babası ile ilgili yoğun düşüncelerinden ve duyumsadığı içsel acıdan bahsetmiştir. Yazarlar, özellikle nicel veriler ve nitel verilerin örtüşmeyebileceğini, bu nedenle iki araştırma grubunun da genişletilmesine gerek olduğunu bildirmişlerdir (Balk ve Vesta, 1998). Başka bir çalışmada, Tyson-Rawson (1993) babalarını kaybeden 20 genç yetişkin kadın ile görüşmeler gerçekleştirmiştir. Katılımcıların % 70’i babaları ile ilişkilerini ölümden sonra da sürdürdüklerini, yaşam değerleri ve inançları üzerinde babalarının etkilerini hissettiklerini belirtmişlerdir. Katılımcıların 16 tanesi de babalarını kaybettikten sonra, bağımsızlık/özgürlük (independence) duygularının geliştiğini aktarmışlardır.

Babanın, kayıp yaşayan genç yetişkinin iç dünyasındaki imgesel varlığı ile kayıp sonrasındaki ruhsal deneyimlerine birlikte odaklanmayı sağlayan nitel çalışmaların, baba kaybı deneyimini derinlemesine anlamak için önemli olduğu düşünülmektedir. Son yıllardaki çalışmalarda, batı ülkelerinde babalık imgesinin daha fazla bakım verme ve şefkat içerdiği görülmektedir (Cabrera ve ark., 2000). Ancak Türkiye’de, babanın çocuklarına karşı otoriter ve mesafeli bir tutum takındığı geleneksel babalık daha yaygındır (Boratav, Fişek ve Ziya, 2014; Zeybekoğlu, 2013). Türk ailesindeki geleneksel babalar genellikle, aileye ekonomik gelir sağlamak, kurallar koymak ve aile bireylerine öğüt vermek gibi görevler ile ilişkilendirilmektedir. Türkiye’deki genç yetişkinlerin baba kaybı deneyimi, kendine has kültürel ve gelişimsel özellikleri göz önüne alındığında, derinlemesine araştırmaya değer bir konu olarak ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle, çalışmamızda nitel yöntemle, özel olarak yorumlayıcı fenomenolojik analiz ile “ Genç yetişkinlerde baba kaybı nasıl deneyimlenmektedir?” araştırma sorusunu cevaplamak hedeflenmiştir.

Yöntem

Nitel araştırmalar, insana özgü çeşitli deneyimleri derinlemesine incelemek ve anlayış geliştirebilmek için önemli araçlardır (Hayes, 2004). Nitel araştırma yapılırken, yapı ve güvenilirliği sağlamak adına, felsefi ve bilimsel bir temele oturan çerçevelere ihtiyaç vardır. Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz (YFA), pozitif paradigmanın aksine nesne ve özne kutupluluğunu reddeden, nesnenin algılandığı sürece var olduğuna vurgu yapan, katılımcıların öznelliklerini ve bireysel farklılıklarını göz önüne almaya olanak sağlayan, araştırmacıların katılımcıların deneyimlerine ilişkin yorumlarına da çalışma içerisinde yer vermesini sağlayan Fenomenoloji ve yorum bilim (hermeneutic) üzerine temellenmektedir (Langdrige, 2007);

Smith, Jarman ve Osborne, 1999; Smith, 2004). Yorumlayıcı Fenomonolojik Analize özgü bu özelliklerin, genç yetişkinlerin öznel baba kaybı deneyimlerini anlama sürecinde aydınlatıcı olacağı düşünülerek, çalışmamızda YFA tercih edilmiştir.

Katılımcılar ve Örneklem Yöntemi

İdeal olarak, YFA araştırmalarında az sayıda katılımcı (örn., altı ila sekiz) ile yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilir ve amaca yönelik örneklem (purposive sampling) kullanılır (Smith ve Osborne, 2003). Bu çalışmada da, amaca yönelik örneklem oluşturulmuştur. Katılımcıları, babalarının ölümünün üzerinden en az altı ay ve en çok altı yıl geçmiş olan, üniversitede lisans veya lisansüstü eğitim gören 20-40 yaş aralığındaki genç yetişkinler oluşturmaktadır. Levinson (1986), genç yetişkinlik dönemini 20-40 yaş aralığında tanımlamaktadır; çalışmamızda da, bu nedenle yaş aralığı 20-40 olarak belirlenmiştir. Katılımcılardan alınan bilgiye göre depresyon tanıları bulunmamaktadır.

Katılımcılar, üçü erkek ve dördü kadın olmak üzere yedi genç yetişkindir. Yaş aralıkları 20 ve 35 arasında değişmektedir (Ort. =26). Katılımcılar bekârdır ve orta sosyoekonomik düzeyde olduklarını belirtmişlerdir. Ankara ilinde, apartmanda veya yurttta kalmaktadırlar. Her biri farklı uzmanlık alanlarında lisans veya lisans üstü eğitim almaktadırlar (örn., eğitim, politika vb.). Katılımcıların babaları araştırmadan önceki son 10 ila 65 ay içinde, doğal nedenlerle ölmüştür (örn., kanser, kalp krizi, amyotropik lateral siklerozis [ALS]). Katılımcılara ilişkin bilgiler, takma isim verilerek Tablo 1.'de özetlenmiştir.

Tablo 1.

Katılımcı Bilgileri

Katılımcı	Yaş	Cinsiyet	Babanın Ölüm Nedeni	Ölümden sonra geçen süre (ay cinsinden)
Ayça	30	Kadın	Kanser	17
Beren	29	Kadın	Kanser	10
Ceylan	26	Kadın	ALS	20
Doğan	20	Erkek	Kalp krizi	24
Erkan	23	Erkek	Kanser	65
Ferdi	34	Erkek	Kanser	58
Gül	21	Kadın	Kalp krizi	16

Veri Toplama

Çalışmanın gerçekleştirildiği üniversitenin Etik Kurulundan izin alındıktan sonra, katılımcılara e-posta ve sözel duyurular aracılığıyla ulaşılmıştır. Potansiyel katılımcılar, araştırmacılara e-posta veya telefon yolu ile ulaşmış; araştırmanın konusu, ne kadar süreceği ve gizlilik ilkesine uyulduğu gibi konularda kısaca bilgilendirilmişlerdir. Toplam on kişi araştırmaya katılmaya gönüllü olmuş ancak iki tanesi babasını son üç ayda kaybettiği için araştırmaya dâhil edilememiş; diğer bir tanesi de görüşmelere gelmemiştir. Gönüllü katılımcılar, görüşmelere başlamadan önce çalışmanın içeriği, gönüllülük ilkesine dayandığı ve istedikleri zaman çalışmayı yarıda bırakma şanslarının olduğu konularında bilgilendirilmişlerdir. Katılımcılar, bilgilendirilmiş onam formlarını imzalayarak gönüllü olduklarını dile getirip, bilgi formunu doldurduktan sonra, görüşmeler gerçekleştirilmiştir.

Katılımcılar ile üniversitenin Klinik Psikoloji Destek Ünitesi'nde yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Fenomonolojik çalışmalar, katılımcılar ve görüşmeci arasında yüksek bir işbirliği ve güven duygusu gerektirir (Massarik'den aktaran Hayes, 2004). İşbirliği ve güven duygusunu arttırmak ve yaşanan deneyim hakkında zengin bir bilgi içeriği toplayabilmek için katılımcılar ile ortalama 60 dakika süren, üç ila beş görüşme yapılmıştır. Görüşmeler birinci yazar tarafından haftada bir olacak şekilde gerçekleştirilmiştir. Görüşmelerin, psikoterapi olmadığı, kayıp ve yas sürecine ilişkin bilgi almanın hedeflendiği katılımcılara belirtilmiştir. Bütün katılımcılar bilgilendirilmiş onam formunu okuyarak, gönüllü olarak çalışmaya katılmayı kabul etmişlerdir. YFA tarafından tavsiye edildiği gibi (Smith ve Osborne, 2003) görüşmeleri gerçekleştiren araştırmacı, ucu açık ve yönlendirici olmayan rehber sorular (örn., Baba kaybı yaşantınızdan bahsedebilir misiniz? Babanız öldüğünde nasıl tepkiler verdiniz? Babanız ile ilişkinizden bahsedebilir misiniz?) sorarak, katılımcıların deneyimlerini anlatmalarını istemiştir. Katılımcılar, deneyimlerinden bahsettikçe, araştırmacı da konuyu açıcı ve ilerletici sorular sormuştur. Katılımcılardan edinilen bilgiler veri analizinde kullanılmıştır.

Son görüşmeden sonra, katılımcılara bu çalışma için hazırlanan “Kayıp ve yas” kitapçığı verilmiştir. Bu kitapçıkta, yas sürecindeki genel tepkiler ve yaşanan duygularla nasıl başa çıkılabileceğine dair bilgilere yer verilmiştir. Daha sonra, katılımcılar ile son bir görüşme gerçekleştirilmiş ve kitapçığı da okuduktan sonra, sormak ve söylemek istediklerine yer verilerek, soruları cevaplanmıştır. Katılımcılara, kampüste veya şehirde psikolojik destek alabilecekleri hizmetler hakkında bilgi verilmiştir. Katılımcılar, görüşmelerde özgürce kendilerini ifade etmenin onlara iyi hissettirdiğini ve kitapçık ile faydalı bilgiler edindiklerini ifade etmişlerdir.

Veri Analizi

Bütün görüşmeler ses kayıt cihazı ile kaydedilmiş ve dinlenerek transkriptleri çıkarılmıştır. Transkriptler, YFA'nın önerdiği gibi defalarca okunmuş; üzerine notlar, özetler ve yorumlar yazılmıştır (Smith, Osborne ve Jarman, 1999; Smith ve Osborne, 2003). Her kişinin transkripti defalarca baştan okunmuş, bütün katılımcılarda ortak olarak ortaya çıkan üst temalara ulaşılmıştır. Her üst temayı en iyi şekilde temsil eden alıntılardan büyük bir tablo oluşturulmuştur. Bu makalede, ortaya çıkan üst temalardan dört tanesi sonuç kısmında anlatılacaktır.

Çalışmanın Güvenirliği

Nitel çalışmaların, güvenilirlik standartları, nicel çalışmalardan farklıdır. Nitel çalışmanın güvenilir olması, nitel bir araştırma paradigmasına bağlılığı ve uygunluğu, düşünümsellik (reflexivity) gibi özelliklerine bağlıdır (Sousa, 2014). Nitel çalışmada, iç tutarlılık, uygun araştırma sorusu, uygun örneklem, yeterli veri ve verinin analizini kapsar. Bu çalışma, YFA temel alınarak gerçekleştirilmiş, araştırma sorusunun oluşması, örneklem seçimi ve analiz YFA'nın önerileri doğrultusunda gerçekleştirilmiştir (Smith, Osborne ve Jarman, 1999; Smith ve Osborne, 2003). Katılımcılarla üç ila beş görüşme yapılması, katılımcıların yaşantılarını zengin bir şekilde aktarmasına olanak tanımıştır. Bu da verinin yeterliliği açısından önemlidir.

Nitel çalışmada, araştırmacıların kendi öznelliklerinin ve bu özneliliğin araştırmadaki etkilerinin farkında olmalarına ve bunu araştırmada belirtmelerine düşünümsellik (reflexivity) adı verilir (Gibbs, 2007). Bu araştırmada da, araştırmacılar çalışma sürecinde kendi duygularının farkında olmaya önem vermiştir. Özellikle görüşmeleri gerçekleştiren yazar, babasının kanser teşhisi aldığı süreçte yoğun bir kayıp korkusu deneyimlemiş; uzun süren ve başarılı olan kanser mücadelesi esnasında babasına destek olmaya çalışmıştır. Bu yaşadığı süreç, yazarın baba kaybının özneler üzerindeki etkileri üzerine düşünme ve araştırma motivasyonunun temelini oluşturmuştur. Yazarın bu deneyimi, bir yandan katılımcıların kayıp deneyimi ile empati ve özdeşim kurma deneyimini arttırmış, içerden biri (insider) bakış açısına yakınlaştırmış; diğer yandan ise deneyimlerin farklı olması, katılımcıların yaşantısına dışardan bakan kişi (outsider) olarak da konumlanmasına neden olmuştur. Bu yazar, çalışma sürecinde görüşmeleri yaptığı süreçte, günlük tutarak kendi duygu ve deneyimlerini not almıştır. Daha sonra aldığı notları, diğer yazar ve bir başka klinik psikologtan oluşan ekip ile paylaşmış ve tartışmıştır. Ayrıca temaların oluşumunda, aynı ekip sürekli fikir alışverişi ve tartışmalar yürütmüştür. Bu ekipten bir kişi psikanalitik, bir kişi psikodinamik ve diğer bir kişi şema terapi

yaklaşımına sahiptir. Bu da tartışmaların içeriğini zenginleştirici bir öge olmuştur. Ancak, bütün ekibin belirtilen yaklaşımlara sahip klinik psikologlar olduğu düşünüldüğünde, temalar oluşurken, özellikle katılımcıların psikolojik ihtiyaçları, duyguları ve başa çıkma yöntemlerine dikkat edilmiş olma olasılığı yüksektir.

Sonuç

YFA sonucunda elde edilen temalardan dört tanesi, transkript örnekleri ile zenginleştirilerek anlatılacaktır. Bu temalar, “*baba kaybının sembolik anlamları*”, “*baba kaybının ardından hissedilen duygular*”, “*babasız bir yaşamla başa çıkmak ve uyum sağlamak*”, “*yas sürecini zorlaştıran faktörler*” olarak adlandırılmıştır.

Baba Kaybının Sembolik Anlamları

İlk tema, babaların sıcaklık, ilgi, koruma, rehberlik etme işlevlerinin ve genç yetişkinlerin babaları ile ilgili geleceğe dair hayallerin kaybı ile ilgiliydi. Bütün katılımcılar, babalarının ölümünün ardından yaşadıkları “korunma kaybından” ve korunmaya dair hissettikleri ihtiyaçtan bahsettiler. Babanın koruma işlevi, duygusal, bilişsel, ekonomik ve fiziksel boyutlara sahipti. Katılımcılar için, babalarının varlığı güvenlik duygusu ile yakından ilişkiliydi. Katılımcılar, babalarını yaşamda verecekleri kararlar için en önemli “rehber” olarak tanımlıyorlardı. Babalarının ölümü ile “çocuk” rolünü kaybederek, yetişkin kimliği ile daha fazla özdeşleşmişlerdi. Özellikle, kadın katılımcılar, babaları ile aralarındaki duygusal yakınlıktan, babalarının kendileri için “duygusal olarak yatıştırıcı ve fiziksel tehlikelerden koruyan” rollerinden bahsederken, erkek katılımcılar ise kadınlardan farklı olarak, babalarının “otorite figürü” olarak yaşamlarındaki öneminden, babalarının ölümünden sonra bir otorite kaybı olduğundan ve kendi kararlarını vermekte özgürleştiklerinden bahsettiler.

Ayça (30) babası ile çok yakın ve sıcak bir ilişki tarif ediyordu. Kendisini onun yanında “beş yaşında bir çocuk gibi” hissettiğini söylüyordu. Babası ile sarılmak ve fiziksel yakınlık kurmak, ondan akıl alabilmek, onun koruması ve sevgisini hissetmek, kendisi için boşluğu doldurulamaz ihtiyaçlar haline gelmişti. Ayça’nın sözleri, babasının ölümünden sonra ne kadar korunmasız, güçsüz ve yalnız hissettiğini yansıtıyordu:

Bir defasında, hiç unutmuyorum, böyle yolda yürürken bile... Arkamda hani sanki eskiden... Böyle çok daha güçlü hissediyordum. Arkamda biri var, başıma ne gelirse gelsin beni koruyacak... İşte yolda yürüyordum... Arkamda kimsenin olmadığını hissettim. Hani böyle, çok güçsüz olduğumu hissettim. Onu hissediyordum arada. Babam olsa her şeyimden sorumlu benim. Ve çok güçlüydü benim babam gözümde. Onun desteği çok büyüktü...

Gül (21), babasını ani bir kalp krizi sonucu kaybetmişti. Aralarındaki ilişkiyi “sorunsuz, sıcak ve yakın” olarak tarif ediyordu. Günlük yaşamında verdiği kararlarda, sıkça babasına danışıyordu. Babası, onu duygusal olarak rahatlatan kişiydi. Aynı zamanda, çalışarak evin geçimini de babası sağlıyordu. Ölümünden sonra, ekonomik sorunlar yaşamışlardı ve Gül de bir yandan eğitimine devam etmiş, bir yandan da yarı zamanlı öğretmen olarak çalışmaya başlamıştı. Gül’ün annesi, 1999 depreminde anne ve babasını kaybetmiş, bunun ardından intihar teşebbüsünde bulunmuştu. Gül, bu nedenle, annesini “zayıf” olarak görüyordu. Annesi ve kız kardeşine, elinden geldiğince destek olmaya çalışıyordu. Kendisi ise “güvenlik duygusu, duygusal destek ve rehberlik” gibi ihtiyaçlarını, babasının ölümünün ardından, karşılayamaz hale gelmişti. Özellikle stresli olduğu zamanlarda, babasının desteğine yoğun ihtiyaç duyduğundan bahsetti:

Şu iki hafta boyunca özellikle, çok aradım (babamı). Çünkü ben, daha önce yoğun sınav dönemim olduğunda babamı arayıp “baba çok yoğunum ne yapacağım?” gibi konuşurdum... Şimdi anneme söylesem, kadın zaten başka şeylerle uğraşiyor. Evle uğraşiyor. Kardeşimle uğraşiyor. Ne kadar destek olabilir ki?

Doğan (20), babası ile olan ilişkisini “çok kötü”, “ondan nefret ederek intikam aldığı” bir ilişki olarak tarif ediyordu. Babasını yoğun eleştirilerde bulunan, katı bir baba olarak görüyordu. Kendisi de babasının aşığılama ve eleştiri içeren, duygusal olarak istismarcı tutumuna maruz kalmıştı. Doğan, otoriter babasının ölümünden sonra, önemli bir kariyer değişikliği yaparak müziğe odaklanmaya karar vermişti. Babası hayatta olsa, bu kararı veremeyeceğini düşünüyordu:

Babam olsa, yani, benim izin almam gereken bir mercii olurdu... Hayatta olsa her şey aynı olacaktı. Sinirlenecekti hep. Ben hep kısıtlanmış hissedecektim. Bir şey yapmaya korkacaktım. Birçok şeyi düşünemeyecektim bile... Beni kendimden utandıracaktı. Ne kadar zayıf olduğumu düşünecektim. Ama şimdi düşünmekte özgürüm...

Doğan her ne kadar, özgürleşmekten memnuniyet duysa da, diğer erkek katılımcılar gibi, zaman zaman da babasının fikirlerine danışma ihtiyacı duyuyordu. Ancak bu ihtiyacını, babasının kendi içindeki imgesi ile konuşarak giderebiliyordu:

Şimdi, sadece aklımda babam. İyi yanlarını tutmaya çalışıyorum kafamda... Konuştururken onu. Karar alıyorsun ama hani, düşündün mü iyice? İyice tart, enine boyuna düşün... Şu an bu oluyor hayatında ama böyle mi olmasını istiyorsun?

Doğan için babasının ölümü, aynı zamanda, bir daha asla ilişkilerini onaramayacakları anlamına geliyordu. Babası, hayatta olsaydı, onunla iyi bir ilişki kurabileceğine dair hala içinde bir umut taşıyordu. Çocukluğundan beri, eleştirel olarak tarif ettiği babasının, onayını ve takdirini kazanmayı hep çok istemişti ve hiç elde edemediğini hissetmişti. Babası ile ilişkisindeki ikirciklilik, ölümünden sonra bile devam etmekteydi. Doğan bu hissini “Gittikçe yumuşardı belki. Sakinleşirdi, aklı başına gelirdi. Yani o yüzden, konuşulabilir biri haline gelebilirdi belki... Bir şey yarım kalmış gibi hissediyorum” diyerek ifade ediyordu.

Ferdi de naif ve sade biri olarak tarif ettiği babasının ölümünün ardından bir otorite boşluğu ve özgürleşme yaşamıştı. Yaşam tarzında birçok değişim meydana gelmişti. Tarzını ve yaşam stilini değiştirmiş; yurt dışına çeşitli seyahatler gerçekleştirmişti.

Dostoyevski şey demiş, bir adam babası ölmeden, adam olamaz... Gerçekten değişiyor dünya algın değişiyor. Ben mesela küpe taktım, babam öldükten sonraki yaz. Ondan önce, küpenin bana yakışmayacağını düşünürdüm. Sonra fark ettim ki, ister istemez babayla ilgili bir durum varmış... Ağzını, burnunu kırıp eve gidemiyorsun mesela. Öyle şeyler yaşayamıyorsun. Ailesiyle yaşayan insanlar ya da ailesiyle sürekli görüşen insanlar çok fazla açılmıyorlar. İstedikleri hayatı çok fazla yaşayamıyorlar. Belki adam yurt dışına gidecek, okulu bırakıp işte, değişik şeyler yapacak filan... Bunların adımını atamıyor. Bunlarla ilgili bazı değişimler oldu... Baba çok güzel bir şey olmasına rağmen, gene de bir figür. Erkekler arasında bir iktidar savaşı var... Ciddi ciddi var. Sıkıntı yaşıyor, baba haklı gelmeye çalışıyor filan. Daha bir korumacı oluyor, kendini sorumlu hissediyor aileye karşı. Bizimki de biraz doğulu olduğu için... Otoriter değildi aslında. Çok kibar bir adamdı. Çok kitap okumuş bir adamdı. 2000 3000 filan. Naifti de, yine de tuttururdu bazı şeylerde böyle ne bileyim. Benim dediğim olsun diye... Mesela dövme yaptırmamıştı filan. Basit şeyler. Bunları sonra fark ettim tabii...

Ferdi, her ne kadar özgürleştiğini tarif etse ve bundan memnuniyet duysa da, babasının ölümünün ardından uyuşturucu madde kullanımı olduğunu ve yasal olarak bununla ilgili sorunlar yaşadığını; babasının yokluğunun özdenetim sağlamasında olumsuz bir etkisinin de olduğunu ve bu konularda çok fazla detaya girmek istemediğini ifade etti. Yani erkek katılımcılar, bir yandan özgürleşme hissinden memnuniyet duyuyor, bir yandan da babanın kuralları ve yol gösterici tutumu olmadan, hayatta kalma, seçimler yapma konusunda zorluklar da içeren bir öğrenme sürecinden geçiyorlardı. Ferdi'nin de bu süreçte, olumsuz sonuçlar verebilecek kararları olmuştu.

Baba Kaybının Ardından Hissedilen Duygular

İkinci tema, genç yetişkinlerin, babalarını kaybettikten sonra yaşadıkları üzüntü, yalnızlık, boşluk, özlem, korku, rahatlama, öfke, suçluluk ve utanç gibi duyguları kapsıyordu.

Katılımcılar baba kaybından sonra üzüntü, korku, yalnızlık, suçluluk ve öfke gibi olumsuz duygular deneyimlediklerini ifade ettiler. Katılımcılardan bazıları ise rahatlama hissini de üzüntülerine eşlik ettiğini ifade ettiler. Bu durum özellikle, ölen babanın hastalık sürecinde çektiği acıya tanık olup bu acının sona ermesi ile ilişkili olarak deneyimleniyordu. Örneğin Beren (29) “Çok üzgünüm ama aynı zamanda rahatlama da hissediyorum. Hastalığı yaşamak berbat... Bir insan gözlerinizin önünde yok oluyor” sözleriyle bu rahatlama hissini tarif ediyordu.

Özellikle, öfke ve suçluluk en sık tarif edilen ve katılımcıların yas sürecinde en çok mücadele ettikleri duygulardandı. Babaları ile yeterince ilgilenmeme, ona karşı üzücü davranışlarda bulunma (örn. şehir dışında bir konsere gitmek üzere baba ile tartışma) gibi nedenlerle suçluluk duyuyorlardı. Bu suçluluk duygusu, başa çıkılabilir bir düzeyde gibi görünüyordu. Ancak bazı katılımcıların hissettiği suçluluk duygusu çok daha yoğun ve yorucu idi. Suçluluğu çok yoğun yaşadığını ifade eden bu katılımcılardaki ortak nokta ise, babaları ile ilişkilerinin ikircikli olması ve bazı “yarım kalmış/çözülememiş” meselelerin varlığı idi. Bu durumda, hissedilen suçluluk çok daha yoğun ve babaya duyulan öfke ile iç içe geçmiş halde idi.

Ceylan (26) babasını ALS hastalığı nedeniyle kaybetmişti. Babası ile ilişkisinde olumlu yönlerin ağır bastığını tarif ediyordu. Ancak babasının hastalığı ve uzun süren hastalık süreci, babasına karşı ikircikli duygular hissetmesine yol açmıştı. Babası, bu hastalık ile yedi yıl yaşamıştı. Yedi yıl boyunca, babasını, yaşamında fiziksel olarak yok gibi deneyimlemişti. Babası yatağa bağımlı bir hasta olduğu için, ergenlik döneminde kendini yaşatlarından “farklı” hissetmişti. Babasının hastalığı nedeniyle sosyal hayatları kısıtlanmış, evden dışarı çıkmaz olmuşlardı. Onunla her zaman birinin kalması gerekiyordu. Ceylan, babasının bağımlı olmasına karşı öfke duyuyor, hastalıktan sonra aşırı duygusal, alıngan, sıkça ağlayan birine dönüştüğünü düşünüyordu. Ceylan hastalığa ve babasına karşı duyduğu öfkeyi şu sözlerle ifade etti:

“Sanki neden hasta oldu ki? Ne gerek vardı” gibi bir düşünce vardı... Çünkü bir anda, böyle hastalık oluyor ve tüm temel ihtiyaçlarımızı bile gideremeyecek hale geliyorsunuz... Böyle normal bir yaşantı değildi yani. Sandalyede oturup, oradan bile kalkamıyordum, birisinin koluna girip kaldırması gerekiyordu. Bu tür şeylere de ben çok kızıyordum aslında. Ona ve hastalığına kızıyordum. Olmaması gereken bir kızgınlık ama kızıyordum... Ama sinirleniyordum niye hasta oldu diye.

Aynı zamanda, babası konuşamadığı için Ceylan, iletişim kurmakta da oldukça zorlanıyordu. Babası, tek tek harflere işaret ederek düşüncelerini anlatmaya çalışıyordu. Bu da,

Ceylan'a uzun ve yorucu geliyordu. Dolayısıyla, onunla iletişim kurmaktan sıkıldığı ve kaçındığı zamanlar çoktu. Babasına ve hastalığına karşı duyduğu öfke ve ona karşı yetersiz bulunduğu ilgisinden dolayı da, ölümünün ardından yoğun suçluluk duyuyordu. Ceylan, suçluluk duyduğundan bahsederken, görüşmelerde ses tonunda, öfke de hissediliyordu. Bu da öfke ve suçluluk içeren içsel bir çatışma yaşadığını düşündürüyordu.

Ayça'nın babasının hastalık sürecinde ise, karaciğer donörüne ihtiyaç duyulmuştu ve Ayça babasına donör olabileceğini söyleyene kadar, ameliyatta üç dört aylık bir gecikme yaşanmıştı. Ayça, babasına olan yoğun düşkünlüğüne karşın, karaciğerini bağışlamanın, kendi hayatına olumsuz etkilerinin farkındaydı. Ciğerini vermiş olmanın, genç bir kız için olumsuz olarak değerlendirilebileceğini, evlilik aşamasında sorun yaşayabileceğini düşünüyordu. Donörlük konusunda, en başından beri içsel bir çatışma yaşamış, ancak babasına duyduğu yoğun sevgi, bu korkunun önüne geçmişti. Yine de, donörlüğü babasını kurtaramamıştı ve onun sitem dolu sözlerinden çok etkilenmişti:

Sonunda (ameliyat) olduk. İşte, üç ay sonra tekrar nüksedince, tek akla gelen "Geciktik mi acaba?" Ben kendimi çok suçlu hissettim. Babam da söyledi bana ama yani..."Geciktik mi biz kızım?" dedi telefonda. "Baba " dedim "Hani ben hep yanımdaydım, en son ben düşünülüm, neden?" "Benim aklıma gelmedi, senin de mi gelmedi?" diye bir sitemde bulundu. Ben onu duyduğum zaman, zaten bütün dünyam başıma... Döndü yani, gerçekten döndü. O an kendimi kaybedecek gibiydim. İçten içe zaten düşünüyordum geç mi kaldık diye. Bir de o öyle sitemde bulununca... Feryat figan olmuştum. Geciktik herhâlde. Benim yüzümden diye...

Babasının hastalığı ve donör olma süreci, Ayça'nın öfke ve suçluluk duygularını körüklemiş; başa çıkılması güç bir dereceye getirmişti. Yani, donörlük konusu babası ile aralarında "yarım kalmış" bir mesele olarak, babasının ölümünün ardından da Ayça'nın iç dünyasında varlığını sürdürüyordu. Bu da hissettiği suçluluk ve öfkeyi arttırıyordu; Ayça bazen öfkeden midesinin yandığını hissettiği zamanlar olduğunu ifade ediyordu ama çoğunlukla öfkenin sebebinin farkında değildi. Çalışma kapsamındaki görüşmeler esnasında, bu öfkeyi ilk kez açık olarak fark edip dile getirebildiğini belirtti.

Beren (29) ise babasının akciğer kanseri olduğunu öğrendikten birkaç ay sonra, babasını kaybetmişti. Babasının ölümünün ardından, yoğun bir suçluluk duygusundan bahsediyordu. Bu suçluluk duygusu, babası ile ikircikli bir ilişkisinin olmasından ve ona duyduğu öfkeden kaynaklanıyordu. Beren'in babası ile ilişkisindeki ikircikli duygular uzun zaman öncesine dayanıyordu. İlişkilerindeki uzun süreli çatışma, babasının ölümünden sonra hissettiği suçluluk duygusunu yoğunlaştırıyordu. 13 yıl önce, Beren'in anne ve babası, beş yıl kadar bir süre ayrı yaşamışlardı. Tekrar birlikte yaşamaya karar verdiklerinde, Beren bunu

istemediğini ifade etmişti. Babasını ailedeki “irin”, “basiretsiz” “çocuk gibi” tarzında ifadeler ile tanımlıyor ve yaşadıkları ekonomik problemlerin her zaman babasından kaynaklandığını söylüyordu. Babası ile çatışmalı bir ilişkisi vardı ve sıkça babasını aşağılayıcı bir tavır takındığından bahsediyordu. Babasının ölümünün ardından yoğun suçluluk ve pişmanlık duyguları ile savaşıyordu:

İlk başta hissettiğim vicdan azabıydı (ağlayarak). Çok kötü hissediyordum kendimi. Yaptıklarımın ötürü. Yani, annemle babamın zaten sağlıklı bir ilişkisi vardı, kendimi bildim bileli... Ekonomik problemler had safhadaydı. Annem ben çocukken çalışmıyordu. Tekrar çalışmaya başladı ve beni ananemin yanına gönderdiler (3-4 yaşlarında), başka şehre. Biraz ikisinden de uzak bir çocukluk geçirdim. Bu da benim hayatımı çok belirleyen bir şey oldu aslında. Bunun öfkesi pek geçmedi. Ve biraz babama yönelik oldu bu. Sorumlu babamı tuttum. Toparlandığımız zamanlar olsa da, babamın hep çok gizemli bir hali vardı ve anlamsız borçları çıkardı. Ama öyle küçük miktarlar değil, çok büyük miktarlar. Ve bir anda, hep bir alt üst oluş olurdu. Annem de hep toparlayan, halleden... Bir basiretsizlik örneğiydi (babam) zaten...

Dinmek bilmeyen öfkesi nedeniyle, Beren, babasını her fırsatta aşağıladığını ve hakaret ettiğini söylüyordu. Eğer hayatta olsaydı, yine aynı şekilde davranıyor olacağını düşünüyordu. Yani hala öfkeliydi ve babasının “babalık otoritesini” tanımayacağını düşünüyordu:

Bir sabah uyandım, mutfaktan gene tıkrı geldiğini duydum. Şöyle bir şey dediğimi fark ettim. Yani korkunç ama... “Ya yine sabahın köründe ne yapıyor acaba?” Unuttum bir an öldüğünü ve yeniden kızdım. Ve sonra dedim, Beren, bayağı iğrenç bir insansın. Unutmuşum. Gerçekten öldüğünü unutmuşum. Ve o kızgınlıklar, yaşasaydı, aynen devam edecekti.

Katılımcılar, babaları hayatta olsa yine aynı duyguları hissedeceklerini düşünüyorlardı. Yani, çözülmemiş bir takım sorunların varlığını hissediyorlar ve yine aynı koşulları yaşıyor olsalar, sorunu, aslında nasıl çözebileceklerini “hala” bilmiyorlardı. Bu yüzden, sorunun devam edeceğine inanıyorlardı.

Babasız Bir Yaşam ile Başa Çıkmak ve Uyum Sağlamak

Katılımcılar, babalarının ölümünden sonra karşılanmayan ihtiyaçları ve yoğun duygularıyla başa çıkmak için kayba önsel hazırlık, yaşantıyı anlamlandırmaya çalışma, duygusal dışavurum, kaçınma, sosyal destek alma, babanın yerini dolduracak romantik ilişkiler kurma ve kendilerine yeni ideal ve hedefler koyma gibi birçok başa çıkma yönteminden bahsettiler. Eğer, kayıp ani değilse, katılımcılar hastalık sürecinde duygusal olarak babalarını kaybetmeye hazırlandıklarını ifade ediyorlardı. Hatta uzun bir hastalık dönemi ve babanın fiziksel olarak yatağa bağımlı hale gelmesi, Ceylan'ın durumunda olduğu gibi, babayı zaten

kaybetmiş gibi hissettirebiliyordu. Kalp krizi gibi nedenlerle babalarını kaybetmek ise beklenmedik ve ani bir deneyimdi. Bu durumda daha hazırlıksız yakalanıyorlardı. Ancak kullandıkları diğer başa çıkma yöntemleri, ani veya önceden bilinen ölümler için de benzer nitelikteydi.

Katılımcılar, özellikle suçluluk duyguları ile başa çıkmak için yaşantıyı anlamlandırmaya çalışma olarak adlandırdığımız yöntemleri tercih ediyorlardı. Dini/spritüel inançlara başvurma, yetkili kaynaklardan bilgi toplama ve yeniden yapılan düşünsel değerlendirmeler, yaşantılarını anlamlandırmalarına yardımcı oluyordu. Örneğin, Ayça, doktorlara bilgi danışarak, babasının ölümünü ve duyduğu suçluluğu anlamlandırmaya çalışmıştı:

Sonra doktorlara çok sordum, geciktik mi diye... Hani mayısta olsaydı operasyon, olmaz mıydı (metastaz) diye... Hayır. Kanserin türü öyleymiş. Eğer bir de Hepatit C varsa, zaten kanser hastaları ameliyat edilmezmiş. Çünkü zaten nüksedermiş, çok agresif bir tümörmüş. Hani doktorların halk arasında kullandığı şey “kötünün kötüsü”, en kötüsü yani... Hepatit C’den oluşan kanser. Zaten hiç operasyona sokulmazmış bile...”

Ayça, aynı zamanda Kuran okumaya başlayarak, kendini daha iyi hissettiğini; hayatta herkesin alacağı nefes sayısının belirli olduğu düşüncesi ile babasının ölümünü kabullenmesinin bir nebze de olsa kolaylaştığını belirtti. Ancak Ayça babasının duygusal desteğine yoğun ihtiyaç duyuyordu. Ayça’nın babasına dair oldukça idealize edilmiş bir imgesi vardı. Babası hayattayken Ayça’yı her zaman övgü dolu sözlerle yüreklendiriyordu. Ayça, bu sayede kendini güzel ve başarılı hissediyor, özgüven duygusu artıyordu. Babasının ölümünün ardından ise, özgüveninde bir düşüş olduğunu tarif ediyordu. Babasına benzeyen kişilerle kuracağı yakın ilişkilerde de, özgüvenini geri kazandıracak ilgi, övgü ve desteği arıyordu. Ancak kısa sürede, babasına benzerliği nedeniyle karar verdiği ilişki de uzun süreli olmuyordu. Bu da, onu ihtiyacını karşılayamadığı kısır bir döngü içinde tutuyordu.

Sosyal destek almak da katılımcılar için önemli bir başa çıkma yöntemi idi. Özellikle kendileri de kayıp yaşamış kişilerle konuşmayı, onların verdiği desteği çok daha etkili ve anlamlı buluyorlardı. Babaları ölmeden önce kendilerine uzak davranıp, ölümden sonra yakın davranan kişileri ise samimiyetsiz buluyorlardı. Sosyal destek almanın yanı sıra, katılımcılar hüznü müzikler dinleyerek veya babalarının fotoğraflarına bakarak ağlamanın kendilerine iyi geldiğini belirttiler. Bu sayede duygularını dışa vurabiliyorlardı. Bunun yanı sıra, babalarının yokluğu ve hissettikleri duygularla kaçınma yoluyla da baş ettikleri zamanlar oluyordu. Örneğin, Erkan babası ile ilgili konuşursa daha kötü hissedeceğinden korkuyordu:

Aslında son bir yıla kadar, süreç benim için kaçma şeklindeydi. Çok fazla hatırlamamaya çalıştım... Annem, ilk yıl mezarına gidip mezar taşı ile konuşup içini dökmeye çalıştı. O sırada benim de yanında olmamı istiyordu... Ben kaçtım diyebilirim... Yas sürecine ya da duygusal şeylere girip orada kalmak istemiyordum... Ne kadar çok konuşursam, o kadar çok hatırlayacakmışım gibi. Devamlı yarayı kaşımak gibi bir şey olacaktı...

Katılımcılar genellikle, babalarının ölümünün ardından uygulanan kültürel ve dini ritüellere karşı olumsuz bir tutum içerisinde idiler. Bu da aslında, süreç içindeki kaçınarak başa çıkma ihtiyaçlarını yansıtıyordu. Bu ritüellerde, özellikle onları duygusal olarak başa çıkmakta zorlanacakları ölçüde etkileyen durumlar ile karşılaşabiliyorlardı. Bu da kültürel ve dini ritüellere karşı olumsuz bir tutum benimsemelerine yol açıyordu. Örneğin Ayça, babasına karaciğerini verdiği için, akrabalarının ve tanıdıkların kendisine özellikle acır gözlerle baktıklarını düşünüyor, akrabalarının “sen de yarım kaldın” gibi kurduğu cümleler karşısında büyük bir üzüntü ve öfke duyuyordu. Bu da, kendini daha iyi hissetmek için, kültürel olarak “yastaki birine yakıştırılmayacağını” bilse de makyaj yapma ve bakımlı olma gibi davranışlar göstermesinin asıl sebebi gibi görünüyordu.

Ceylan ise yas tutmak ve dul olmak konusunda geleneksel inançlara sahip olan annesini eleştiriyordu. Annesinin “çok üzgün olması gerektiğine” inandığını, bu nedenle makyaj yapmadığını, cenaze evinde gelenlere hizmet etmek için koştuğunu söylüyordu. Ayrıca, Kuran okuma günleri düzenliyor ve Ceylan’ın da katılmasını istiyordu:

Annem ritüelleri çok önemsiyordu. Cenaze namazı, yedisi, elli ikisi, her hafta mezar ziyareti...”Gel, Kuran okunacak, başını kapat, dua edilecek.” Bu tarz şeyler beni geriyor. Babamı anmak için sadece dua etmeye gerek yok. İstedığımız her zaman onu anabiliriz. Ben bu ritüellerden hoşlanmıyordum. Köşede sadece orada olmak için oturuyordum.

Ceylan, annesinin ve misafirlerin yoğun duygularından kaçınma ihtiyacı duyuyor ve çoğunlukla odasında televizyon izleyerek vakit geçirmeyi tercih ediyordu. Katıldığı anma törenlerinde ise, diğer insanların kendisine acıdığını hissediyordu ve bu insanlardan kaçınıyordu:

Bazı insanların gözünde görüyorsunuz... Yani, “Çocuklar babalarını kaybetti”. Acınma gibi. Ondandır hoşlanmıyorum. Bütün olumsuz duyguları baştan baştan yaşıyor gibi hissediyorum. O yüzden, bu insanlarla birlikte olmak istemiyorum.

Katılımcıların, diğer insanlarla bir araya geldikleri ortamlarda acınma hissi ve zayıflık hislerinin yanında, utanç duygusu da ön plana çıkabiliyordu. Utanç duygusu, toplum

tarafından beklenen tepkileri vermeme düşüncesinden kaynaklanıyordu. Beren'in sözleri hissettiği utancı yansıtıyordu:

Geziye katıldım... Ama babam ölmüştü... Arkadaşlarım beni görünce şaşırıyordu. "İyi misin?" diye sordular. İtiraf etmek gerekirse çok mahcup hissettim, ölümünden hemen sonra sokakta olduğum için... Otobüste bir arkadaşım ile karşılaştım, babamın nasıl olduğunu sordu... "10 gün önce öldü" dedim. "Bak, iyi görünüyorsun" dedi. O an çok utandım. Ağlamaya başladım. Hayır, iyi değildim. Ama benden bekledikleri gibi yaşamıyordum yasımı...

Katılımcıların etkili şekilde yaşamlarına devam etmesini sağlayan önemli bir başa çıkma mekanizması da "hedef ve idealler koymaktır". Katılımcılar, yaşamlarının gelecekte bir kariyer elde etmek için çok çalışmaları gereken bir dönemdeydiler. Her biri lisans veya yüksek lisans öğrencisiydi. Her ne kadar, kayıptan sonraki ilk yıl, bazıları odaklanma sorunu yaşadıklarını belirtse de, her biri eğitim ve kariyerlerine tutunarak kayıplarıyla başa çıkmaya çalışmışlardı. Ders çalışmak veya işe odaklanmak, onlar için işlevsel bir başa çıkma yöntemi olmuştu. Bu sayede yoğun duygulardan sıyrılıp, dikkatlerini dağıtabilmişlerdi. Örneğin, Erkan (23) babasının kanserden ölümünün ardından, hayatta olsa başarılarından mutlu olacağını düşünerek kendini motive ediyordu ve kendini şu sözlerle ifade ediyordu: "Babam benim başarılı olmamı isterdi. O yüzden çok çalışmaya çalıştım... " Gül de, benzer şekilde kendini çalışmaya ve başarmaya motive etmişti. Babasının onun başarılarından mutlu olacağı düşüncesi ona motivasyon sağlıyordu:

Geçen yıl, okulda başarısız olmuşum. Babam daha çok çalışmamı ve çalışmamı engelleyen şeyleri aşmamı söylemişti. Bu yıl, başarılı olacağıma ona söz vermişim ve yaptım (gülümseyerek). Başarısızlığım onu üzmişti. O yüzden kendime kızmışım. Öldüğünde, benim başarılı olduğumu göremese üzüleceğini düşündüm. Bu beni motive etti. Kendime, o öldü ama başarılı olacağım dedim ve ortalama gerçekten çok iyi geldi.

Ferdi (34) ise babasını kaybettikten sonra, yüksek lisans tezini yazdığını ve başarıyla savunmasını verdiğini söyledi. Aynı zamanda, araştırma görevlisi olarak işe başlamış ve işe odaklanmak onun için rahatlatıcı olmuştu:

Babam öldükten sonra yüksek lisans tezimi yazdım. Bırakmadım. Eğer başarısız olsaydım, daha kötü hissederdim. Aynı zamanda ekonomik sorunlar da vardı. Araştırma görevlisi pozisyonuna başvurudum. Kabul edildim... Biliyorsunuz, çalışırken yasına ve acına odaklanmıyorsun. İşe başvurudum, belgelerini hazırladım. Kendimi toplamama yardım etti... Sonra, tezimi yazdım.

Katılımcılar, babalarını onurlandırmak veya yaşamlarını elden bırakmamak adına kendilerine hedefler ve idealler oluşturmuş ve çalışmaya devam etmişlerdi. Yaşamlarının özellikle kariyer açısından temel oluşturan bu döneminde, başarıya motivasyonu ve başarı, yas sürecindeki duygularını olumlu etkilemiş; kendileri ile ilgili de olumlu duygular hissetmelerini sağlamıştı. Aynı zamanda, sürekli olumsuz duygularına odaklanmaktan veya her şeyi bırakmaktan ziyade, yaşamlarına devam edebilmiş olmak özgüvenleri açısından da oldukça olumlu etkilere sahipti.

Yas Sürecini Zorlaştıran Faktörler

Katılımcılar, bazı kişilik özellikleri (içedönüklük, duygusallık, depresiflik) ile annenin çökkünlüğü, baba ile ilişki kurma tarzı gibi yas sürecini kendileri için zorlaştıran faktörlerin varlığından bahsettiler. Katılımcıların yas sürecini zorlaştırdığını belirttikleri kişilik özelliklerinin en büyük ortak noktası, bu özelliklerin onların tekrarlayıcı şekilde aynı konuları düşünmelerine (ruminasyon) yol açmalarıydı. Duygusallık, depresiflik ve içe dönüklük gibi kişilik özellikleri, çözümsüz bir şekilde yineleyici düşüncelere yol açıyordu. Ayça, duygusal olduğu için, gelecek hakkında daha çok endişelendiğini ve var olmayan problemler için bile ağlayabildiğini ifade etti. Erkan, içe dönük olduğunu, bu yüzden diğer insanlarla içsel deneyimlerini paylaşamadığını ve kendi içinde tekrarlayıcı düşünceler ile süreci geçirdiğini söyledi. Doğan ise depresif ve melankolik olarak tanımladığı tarzının yas sürecini zorlaştırdığını söyledi:

Zaten insanlara, hayata dair de umudu çok olmayan biriyim. Alıp götürüyorum yani kendi kendime. Mesela şey vardı, anlatırlardı babamın nasıl öldüğünü. Sekreteri vardı o sırada yanında. İşte onları, öncelikle ben hayal ederdim. Ya da geldim işte burada, ölüm sebebini internette araştırdım, buldum nasıl öldüğünü, acılar içinde falan öldüğünü öğrendim mesela. Bayağı da ağladım bunu öğrendikten sonra. Beni üzeceğini çok iyi biliyordum. Öyle, kendimi üzme sevk etmeye bayılırım yani.

Özellikle, kadın katılımcılar annelerinden ve yas sürecinde annelerinin tepkilerinin öneminden bahsettiler. Annelerinin yoğun duygusal tepkilerini, “zayıflık” olarak değerlendiriyorlardı. Annelerinin geçmişteki davranışları da, onları zihinlerinde “zayıf” olarak imgelemelerine yol açmıştı. “Zayıf” anneleri, babalarının ölümünün ardından da, bekleneceği gibi yoğun tepkiler vermişlerdi. Bu durum katılımcıların, annelerinin yerine “güçlü ve ayakta duran” rolünü yerine getirme ihtiyacı duymalarına yol açıyordu. Sorumluluk duygusu hissediyorlardı ve anneleri ile duygularını paylaşamadıkları için de annelerine karşı bir içerleme, sitem ve zaman zaman öfke duygusu içindeydiler. Daha güçlü bir anneye ihtiyaç

duyuyorlar, annelerinin çökkünlüğü sebebiyle ise onlarla acılarını paylaşamadıklarını söylüyorlardı. Örneğin, Ayça deneyimini şöyle tarif etti:

Mesela annem rahatsız olmasaydı, daha güçlü bir kadın olsaydı, belki daha kolay olurdu. Ne bileyim... Çünkü sen saklıyorsun ondan mesela. Biraz da... Sorumluluk bende gibiydi... Bilmiyorum ama belki daha... Annem daha güçlü, rahatsız bir kadın olmasaydı... Hastalığı var annemin sürekli. Azıcık üzülse hastalanabilir hani... Morali bozulduğu zaman, ateşi çıkar... Bir şey olur mutlaka. Gidersin doktora, aslında psikolojik filan derler ama hani... Bir kez “anne çok üstümde yük var” dediğimde, çok üzülmişti. Söyleyemiyorsun, bir daha aynı cümleyi kuramadım mesela. Çünkü o kadar büyük tepki verdi ki...”Sen nasıl öyle söyledin, yüreğimi parçaladın” filan hani... Bakıyorum çok üzülüyor. Çok üzüntünün ardından da hastalanacak...

Ayça, üzüldüğünde psikosomatik semptomlar sergileyen bir anne figürü tarif ediyor; kendi üzüntü ve sorumluluk hissinin fazlalığını onunla paylaştığında da verdiği yoğun tepki nedeniyle, süreç içindeki duygularını annesiyle paylaşma isteğinden vazgeçtiğini belirtiyordu. Gül de, benzer şekilde, annesinin zayıf olduğunu ve kendisinin de bu durumdan etkilendiğini, ailedeki “güçlü” kişi rolünü üstlendiğini ifade etti. Annesi geçmişte ebeveynlerini kaybettiğinde, intihar teşebbüsünde bulunmuştu. Gül, bu durumun onun zayıf olmasından kaynaklandığını düşünüyordu. Gül, annesi ile görüştiklerinde ona nasıl olduğunu sormaktan bile çekiniyordu çünkü komşularından ve tanıdıklarından, kendi yaşamını ona destek olmak için feda etmesi gerektiğine dair sözel mesajlar alıyordu. Bu da Gül’de büyük bir içsel çelişki ve sorgulamaya yol açmıştı. Bir yandan eğitimine ve yaşamına devam etmek istiyor, bir yandan da annesi çok kötü olursa destek olmak için yanında olması gerekeceğini düşünüyor, annesinin “gel” demesinden korkuyordu. Ona destek olmak için yaşadığı şehre dönerse, hayatından vazgeçmiş olacağını düşünüyordu. Bu da annesi ile iletişimden kaçınmasına yol açıyordu:

Annem ailede en çok etkilenendi... Bana göre daha zayıf... Ama hani hiç cesaret edip de “anne nasılsın, ne hissediyorsun?” diye sormadım çünkü hani... Ya kötüyse... Çok düşündüm geri dönmeyi, hani bırakıp okulu gitmeyi... Ama kötüyse de dönmek istersem, zorunda kalırsam diye... Soramadım.

Katılımcılar, babaları ile ilişki biçimlerini, olumlu veya olumsuz olsun, yas sürecinde zorlaştırıcı bir faktör olarak ifade ediyorlardı. İyi bir ilişkinin ardından yaşanan kayıp çok üzücü oluyordu. İkircikli bir ilişkinin ardından yaşanan kayıp ise yoğun suçluluk ve öfke duygularına yol açıyordu. Örneğin, Beren babası ile ikircikli bir ilişki tarif ediyordu. Ölümünün ardından, bu ikirciklilik, yoğun suçluluk duymasına yol açmıştı. Babasının ölümünün ardından, kendi davranışlarını sorguluyor ve babasının “nasıl hissetmiş olabileceğini” hayal ediyordu:

Söyleyemediğim bir şeyler var mı diye çok düşünüyorum. Çünkü her insan bazen onore edilmek istiyor. Başkalarından kendisine dair hoş şeyler duymak istiyor, motive olmak istiyor yani ve biz bazen babamı çok mu aşağıladık acaba diye düşünüyorum. Doğrudan olmasa bile onu değersizleştirdik mi? İtibarsızlaştırdık mı diye çok düşünüyorum. Bu insanı zaten yıkar ki, kendinden vazgeçer. Bunu çok düşünüyorum. Aslında kafamdan atmaya çalışıyorum bu düşünceyi.

Beren, hem babasını çok sevdiğini söylüyor hem de ona karşı duyduğu, geçmişten gelen yoğun öfkeden bahsediyordu. Geçmişteki davranışlarından duyduğu pişmanlık ve suçluluk, üzüntü duygusunu yalın bir şekilde yaşayıp ifade edebilmesine engel oluyordu. Beren, iç dünyasında, yoğun bir suçluluk ve öfke ile mücadele ediyordu.

Gül ise babası ile ilişkisini çok olumlu buluyordu ve geleceğe dair birçok hayalini kaybetmişti. Babası ile paylaşmanın hayalini kurduğu birçok yaşantı vardı. Mezuniyet, evlilik, çocuk sahibi olmak gibi yaşamında dönüm noktası olarak hayal ettiği yaşantılarda, babasının olamayacağı düşüncesi onda yoğun üzüntü yaratıyordu:

Şu anda çok üzüntü duyuyorum. Babamla çok fazla gurur duyduğum için... İyi bir baba, beni temsil edebilecek bir baba olduğu için, ilerde düğün olsun, isteme olsun. Bunları hep düşünürdüm, sonuçta iyi bir baban var onlarla tanıştıracaksın gibisinden... Babamdan çok fazla beklentim vardı. İyi bir baba olması ve düzgün bir insan olması... Sonuçta ileriki hayatınızı çok fazla kolaylaştıracak diye düşünüyorsunuz...

Gül, babası ile iyi bir ilişkisinin olmasının, yas sürecini zorlaştırdığını düşünse de, hissettiği duygular açısından, ikircikli bir ilişki tarif eden katılımcılara kıyasla, daha çok yoğun bir üzüntüden bahsediyordu. Suçluluk ve öfke gibi, içsel olarak onu huzursuz eden diğer duygulardan bahsetmiyordu. İkircikli ilişkisi olan katılımcılar için ise, suçluluk ve öfke, üzüntü duygusundan daha yoğun ve ön planda idi. Katılımcıların ilişki tarzları, babalarının ölümünden sonraki süreçteki duygularıyla yakından ilişkili idi ve duyguların yoğunluğunu arttırması sebebiyle, süreci zorlaştırıcı bir faktör olarak deneyimleniyordu.

Tartışma

Bu çalışmada babasını son altı yıl içinde kaybetmiş olan genç yetişkinler ile derinlemesine yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda ortaya çıkan üst temalardan dört tanesi, *baba kaybının sembolik anlamları, kaybın ardından hissedilen duygular, babasız bir yaşam ile başa çıkmak ve uyum sağlamak ve yas sürecini zorlaştıran faktörler* olarak adlandırılmış ve sonuç kısmında alıntı örnekleri ile anlatılmıştır.

İlk tema *baba kaybının sembolik anlamları* babalarının ölümünün genç yetişkinlerin iç dünyasında açığa çıkardığı anlamları tanımlamaktadır. *Baba kaybının sembolik anlamları* teması, babalarının ölümünün ardından, genç yetişkinlerin gerçek babaya attıkları (koruma, ilgi, otorite, sakinleştirme, ekonomik destek vb.) işlevleri kendi içsel ve dışsal kaynakları ile karşılama görevi ile çoğunlukla hazırlıksız şekilde yüzleştiklerine işaret etmektedir.

Lacan'a göre, gerçek baba, biyolojik olarak ölen baba olarak düşünülebilir (Evans, 2019, p. 51). *Baba kaybının sembolik anlamları* temasını ise, özellikle Lacan'ın "imgesel baba" kavramı ile ilişkilendirmek mümkündür. Çünkü sözcüklerle dile getirilen, her zaman için ruhsal dünyada oluşturulan, kimi zaman öfke duyulan, kimi zaman idealize edilen ve özdeşleşilen imgesel babadır (1956/ 1957, s. 252). Baba imgesi, toplumsal olarak da inşa edilen bir imgedir. Tarihsel süreçte, babanın "eve ekmek getiren, koruyucu, otorite figürü" özellikleri ön plana çıkmıştır (McBride ve ark., 2005; Pickhardt, 2007; Burlingham, 1973, Freud, 1913/2014, Diamond, 1995). Bu çalışmadaki genç yetişkinler babalarını önemli bir "sıcaklık, ilgi, koruma, sakinleştirme, rehberlik ve otorite" kaynağı olarak değerlendirmektedir. Bir diğer deyişle, baba imgesinin, bir yandan koruma ve otorite sağlama, bir yandan da "sıcaklık, ilgi, sakinleştirme" gibi daha çok annelere özgü olarak tarif edilen özellikleri de barındırdığı dikkati çekmektedir. Bu da, son elli yılda baba imgesinin psikoloji literatüründe "bakım veren, ilgili, çocuklarının bakımında daha çok rol alan" olarak dönüşümü ile tutarlı görünmektedir (Casper, 1997; Minsky, 2000). Ancak çalışmanın sonuçları, kadın ve erkek katılımcıların arasında baba imgesinde bir takım cinsiyete özgü farklar olabileceğini düşündürmüştür. Örneğin, kadın katılımcıların babalarının duygusal olarak destek olma ve sıcaklık gösterme özelliklerine vurgu yaptığı; erkek katılımcıların ise babalarını bir otorite figürü olarak nasıl deneyimlediklerine ve ölümün ardından kendi kararlarını verme konusunda yaşadıkları özgürleşmeye vurgu yaptıkları dikkati çekmiştir. Bu bulgu, son dönemde Türkiye'de babalık üzerine gerçekleştirilen kapsamlı bir çalışma ile tutarlıdır (Tol ve Taşkan, 2018). Araştırmaya göre, yeni geleneksel babalar, kız çocuklarına daha fazla duygusal yakınlık gösterdiklerini belirtirken, erkek çocuklarına karşı mesafeli ve otoriter tutumlarını korumayı tercih ettiklerini söylemektedirler. Bu durum ise babalar tarafından, kız çocuklarının "uysal ve anlayışlı" doğası ile ilişkilendirilmektedir. Bu bağlamda, kadın katılımcıların baba kaybına yükledikleri anlamın duygusal içeriği anlaşılır olmaktadır.

Ayrıca, bu cinsiyet farkını, Freud'un (1923/2011) erkek çocuğun annesinin aşkı için babası ile arasında yaşadığı rekabet ve düşmanlık duyguları ile açıklamak da mümkündür. Freud'un Totem ve Tabu eserinde (Freud, 1913/2014) bahsettiği gibi bağımsız yetişkinler olmak için erkeklerin baba otoritesinin üstesinden gelmesi gerekebilir (Burlingham, 1973). Bu bağlamda, babalarının ölümünün, erkekler için, "gerçek babanın" kontrolünün azalması ve

babalarının içsel imgeleri ile ilişkilerinin daha da fazla önem kazanması anlamına geliyor olabileceği düşünülmektedir.

İkinci tema *kaybın ardından hissedilen duygular*, daha önce literatürde kayıp ile ilişkilendirilen (Kübler-Ross, 1969; Shear, 2012; Stroebe, Schoot, Schut, Abakoumkin ve Li, 2014; Tomlinson, 2001) üzüntü, yalnızlık, boşluk, özlem, korku, rahatlama, öfke ve suçluluk gibi birçok duyguyu kapsamaktadır. Veri analizi, bu duygulardan özellikle öfke ve suçluluk duygularının sıklıkla yaşanan ve bazı durumlarda başa çıkılması güç boyutlara ulaşabilen duygular olduğuna işaret etmektedir. Literatürdeki bilgiye ek olarak, bu çalışmada yapılan görüşmeler, özellikle öfke ve suçluluk duygularının ortaya çıkmasına ve bazı durumlarda çok şiddetli deneyimlenmesine yol açan nedenler açısından aydınlatıcı bilgi sunmaktadır. Genç yetişkinler, babalarına hayattayken yeterli ilgi ve desteği göstermemek gibi konulara ilişkin suçluluk duymakta; ancak bu suçluluk duygusu ile başa çıkabilmektedirler. Özellikle, ölen baba ile ikircikli bir ilişkinin var olduğu; öfke ve sevginin yoğun şekilde iç içe geçtiği; geçmişten gelen çözülmemiş meselelerin varlığını sürdürdüğü durumlarda, genç yetişkinler yoğun bir suçluluk duygusu deneyimleyebilmektedirler. Bu suçluluk duygusu, babaya duyulan geçmişteki çözülmemiş meselelerin yol açtığı öfke duygusundan beslenmektedir. Freud (1913/2014), çift değerli duyguların herkeste bir miktar olduğunu belirtir. Ölene karşı hissedilen bu çifte duygu (düşmanlık ve şefkat duyguları), ölenlerin ardından hissedilen suçluluğu açıklar. Var olan bilinçdışı düşmanlık duygularını, ölen kişi hayattayken farketmek çoğunlukla mümkün değildir (s. 72). Ölümünün ardından ise düşmanlık ve sevgi duyguları arasındaki çatışma daha da şiddetlenir (s.72). Ayrıca, bu çalışmada, bazı katılımcıların babalarına duydukları öfkeyi ilk kez bilinçli olarak fark ettikleri veya dile getirebildikleri öğrenilmiştir. Bu da, klinisyenlerin baba kaybının ardından fark ve ifade edilmeyen öfke ve dolayısıyla suçluluk duygularına karşı hassasiyet göstermeleri açısından bilgilendiricidir.

Üçüncü tema *babasız bir yaşam ile başa çıkmak ve uyum sağlamak, kayba önsel hazırlık, yaşantıyı anlamlandırmaya çalışma, duygusal dışavurum, kaçınma, sosyal destek alma, babanın yerini dolduracak romantik ilişkiler arama ve yeni ideal ve hedefler oluşturma* gibi başa çıkma yöntemlerini kapsamaktadır. Bu başa çıkma biçimlerinin birçoğu uyum sağlama sürecinde işe yarayan yöntemlerdir. Literatürde, yaşantıyı yeniden olumlu değerlendirme (positive reframing), destek alma ve dini başa çıkma gibi yöntemler daha az komplike yas semptomu ile ilişkilendirilirken (Cowhock ve ark., 2011, Kelley ve Chan, 2012; Lobb ve ark., 2010), bilişsel ve davranışsal kaçınma yoluyla başa çıkmanın ise olumsuz sonuçları olabileceği belirtilmektedir (Boelen ve Klugkist, 2011; Boelen ve Van den Bout, 2010; Burton ve ark., 2012; Horowitz ve ark., 1997; Shear ve ark, 2011).

Freud (1913/2014) yas tutmanın, ölmüş kişi ile zihinsel uğraşmayı, ona ilişkin anıları saklamayı ve onu olabildiğince uzun süre anımsamayı kapsadığını belirtmiştir. Ölen ile ilgili düşünmekten kaçınma ise, kayba ilişkin düşünce ve duyguların zihinden uzaklaştırılmasını içerir ve dolayısıyla, bu sürecin sağlıklı bir zihinsel işlem sürecinden geçmesine engel olabilir. O nedenle, katılımcıların kaçınma ile başa çıkma çabalarını daha yakından incelemekte fayda olabileceği düşünülmektedir. Katılımcıların bahsettiği kaçınma, kimi zaman babanın ölümüne dair düşünceleri zihinden uzaklaştırmayı ve dile getirmekten kaçınmayı veya babanın ölümü gerçeği ile yüzleşilebilecek sosyal çevre ve ortamlara girmekten kaçınmayı kapsamaktadır. Katılımcıların birçoğu, bilişsel kaçınma durumlarında, acılarını tam olarak yaşayamadıklarını ifade ederken, babalarının ölümünü hatırlatan ortamlardan (mezarlık ziyareti, anma törenleri ve cenaze vb.) kaçınmayı ise işe yarar bir başa çıkma yöntemi olarak nitelemişlerdir. Bu bulgu, var olan literatür ile örtüşmemektedir.

Jalland (2013), yas sürecindeki kültürel ritüel ve dini uygulamaların, başa çıkma sürecinde destekleyici rolü olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmada ise, dikkati çeken önemli bir nokta, genç yetişkinlerin kültüre veya dine özgü ritüellere, anma törenlerine karşı olumsuz bir tavır benimsedikleri ve bunlardan kaçınma eğilimi gösterdikleridir. Yas sürecinde olumlu katkısı olabilecek bu ritüel ve anma törenlerine, genç yetişkinlerin tepkisel yaklaşımını anlamak için çalışmanın bulguları yol göstericidir. Katılımcılar, kendi duygu regülasyonlarını sağlama çabasının yanı sıra sosyal çevrenin yaklaşımlarından etkilenmektedirler. Katıldıkları törenlerde, sosyal çevrelerindeki kişilerin kendilerine “acıma hissi” ile baktıklarını ve sözel ifadelerde bulduklarını belirtmişlerdir. Acınma hissinin, genç yetişkinlerin “zayıf” hissetmesine yol açıyor olabileceği düşünülmektedir. Arnett (2006) genç yetişkinliğin de bir kısmını kapsayan beliren yetişkinlik döneminde, “istikrarsızlık, kimlik arayışı, yeni olanaklar arayışı ve kendine odaklı olma” gibi özelliklerin sergilendiğini belirtmektedir. Dolayısıyla, genç yetişkinlerin acınma ve zayıf olarak algılanmaktan kaçınmasını, genç yetişkinlik dönemine özgü, kırılgan veya oluşmakta olan bir kimlik algısı ile ilişkilendirmek mümkündür. Genç yetişkinler, karşıdaki kişinin onlar hakkında ne düşündüğü ile yakından ilgili olabilir ve bu da onların kimlik algılarının oluşum sürecine etki edebilir. Bu nedenle de, kendilerini “acınmış” ve “zayıf” hissettikleri ortamların varlığından kaçındıkları düşünülebilir. Bilgimiz dahilinde, bu konu ile ilgili yapılan başka bir çalışma veya bulgu bulunmamaktadır. Gelecekte, genç yetişkinlerin bu deneyimini ve kültürel veya dinsel ritüellere gösterdikleri kaçınma davranışını araştıran çalışmaların gerçekleştirilmesi önemli görünmektedir. Ayrıca bu bulgu temelinde, profesyonellerin, genç yetişkinlerin kayıp sonrasında deneyimledikleri acınma konusundaki hassasiyetlerinin farkında olmalarının, psikoterapi süreci için geliştirici olacağı söylenebilir.

Genç yetişkinler, sosyal olarak yaşamlarını sürdürmek istediklerinde ise, çevrenin “nasıl yas tutmaları gerektiğine dair” beklentilerine uymamış olmanın verdiği bir utanç duygusu deneyimleyebilmektedirler. Katılımcılar tarafından sosyal olarak içe çekilmeye yol açabilen ve sosyal destek arayışını da kısıtlandıran bu acınma hissi ve yas tutma biçimi konusunda yargılanma endişesinin, bilginiz dahilinde, literatürde yer bulmadığı dikkati çekmektedir. Bu durumun Türk kültürüne özgü olup olmadığı ve genç yetişkinlerin yas sürecindeki etkilerini derinlemesine araştıran çalışmalara büyük ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

Literatürde, genç yetişkinlerin kayıp sonrasında akademik ilgi ve uğraşının azalması (Roberts, 2016) ve akademik performansta düşüş (Servaty-Seib ve Hamilton, 2006) gibi olumsuz sonuçlar deneyimledikleri belirtilmiştir. Çalışmamızdaki bulgular, “hedef ve idealler koymanın” önemli ve işlevsel bir başa çıkma yöntemi olarak kullanıldığına işaret etmektedir. Bu çalışmadaki genç yetişkinler, eğitim süreçlerini daha iyi hissetmeyi sağlayan bir araca dönüştürmüşlerdir. Bu bulgu, literatürde belirtilen olumsuz akademik sonuçlar ile çelişir olarak yorumlanabilir. Emmons (2003) “başarılı olmak, duygusal yakınlık kurmak” gibi farklı kişisel hedeflerin yaşamdaki anlamlılık hissini beslediğini belirtmektedir. Berzoff (2003) ise yaşanan kaybın, kişilerin ego ideallerini genişletmesi ile sonuçlanabileceğine işaret eder. Çalışmamızdaki genç yetişkinler, özellikle akademik kariyer konusunda sahip oldukları hedefleri, işlevsel bir başa çıkma yöntemi olarak vurgulamışlardır. Sonraki çalışmaların, hangi faktörlerin bu etkili olarak kullanmaya yol açıcı olabileceği konusuna odaklanmasının faydalı olabileceği düşünülmektedir. Bu faktörleri belirlemek, genç yetişkinlerin kayıp sürecinde desteklenmesi için oldukça yol gösterici olabilecektir.

Son tema ise *yas sürecini zorlaştıran faktörlerdir*. Bu tema, *bazı kişilik özellikleri (içedönüklük, duygusallık, depresiflik) ile annenin çökkünlüğü, baba ile ilişki kurma tarzı* gibi faktörleri kapsamaktadır. Katılımcıların yas sürecini zorlaştırdığını belirttikleri kişilik özelliklerinin en büyük ortak noktası ise, bu özelliklerin onların tekrarlayıcı şekilde aynı konuları düşünmelerine (ruminasyon) yol açmalarıdır. Literatürde, duygusal dengesizlik (nevrotizm) komplike yas tepkilerine yol açan bir risk faktörü olarak bildirilmiştir (Burke ve Neimeyer, 2013). Katılımcıların duygusallık ve depresiflik olarak adlandırdığı kişilik özellikleri, duygusal dengesizlik kişilik özelliği ile örtüşen özellikler olarak değerlendirilebilir. Bunun yanında, Waddington çalışmasında (2004) içe dönüklüğün yas şiddeti ve depresyon düzeyi ile ilişkisi bulunmadığını bulmuştur. Bu çalışmada ise içe dönüklük, yas sürecini, sosyal destek almayı engelleyerek zorlaştıran bir faktör olarak tarif edilmiştir. Bu da hangi kişilik özelliklerinin yas süreci için zorlaştırıcı olduğuna dair daha fazla çalışmanın yapılmasının, içedönüklüğün etkisinin anlaşılması için önemli olduğunu düşündürmektedir.

Bir diğer süreci zorlaştırıcı faktör olan “annenin çökkünlüğü” ise, özellikle kadın katılımcılar için yas sürecini zorlaştıran bir faktör olarak ön plana çıkmaktadır. Katılımcılar, annelerinin zayıf ve çökkün oluşundan dolayı, kendilerinin daha güçlü durmaları gerektiği fikrini edindiklerini; annelerinin üstlenebileceği işleri ve diğer aile bireylerine duygusal ve ekonomik destek olma rolünü üstlenmek zorunda kaldıklarını belirtmişlerdir. Özellikle, annelerinin yoğun üzüntü ve ağlama davranışlarını, zayıf ve duygusal oldukları yönünde yorumlamaları, onlarla istedikleri gibi duygusal paylaşımda bulunmalarına engel olmuştur. Annelerinden çok etkilenmeleri, genç yetişkinlik döneminin ebeveynlere ihtiyacın yüksek oranda hissedildiği, duygusal, ekonomik ve verilen kararlara dair bağımlılık içeren bir süreç olması ile ilişkili olarak yorumlanabilir. Bu etkilenmenin, özellikle kadın katılımcılar tarafından belirtilmesi ise oldukça ilginçtir. Lichtenberg (2008), annenin baba ve kız arasındaki ilişkide, göz ardı edilen önemli bir rolü olduğunu vurgular. Kadınlar, kabul veya reddetseler de, annelerinin babaları hakkında ne düşündüklerinden büyük oranda etkilenirler (Lichtenberg, 2008). Benzer şekilde, Eichenbaum ve Orbach (1983, akt. 1989) anne ve kızların ilişkisinin, aynı cinsiyette olmaları nedeniyle iç içe geçmiş bir ilişki olduğunu ve kadınların ömürleri boyunca annelerinden ayrılmaya çalıştıklarını söyler. Bu iç içe geçmeye ve özdeşim kurmaya açık anne kız ilişkisi, yas sürecinde de annelerinin duyguları ile özdeşleşen kadın katılımcıların duygularının yoğunlaşmasına, başa çıkılması zor olarak deneyimlenmesine yol açıyor olabilir. Kadın katılımcılar, erkek katılımcılardan farklı olarak, anne ile kurulan özdeşim yoluyla, annenin ihmal ettiğini düşündükleri görev ve rolleri de üstleniyor gibi görünmektedirler. Annenin çökkünlüğü ve zayıflığına yönelik düşüncelerinin, genç yetişkin kadınların anneleri adına belirli roller üstlenmelerine yol açmasının yanı sıra, kendi yaşamlarını feda ederek, isteklerinden farklı, eğitim ve kariyer gelişimlerini ketleyebilecek bir yaşam tarzına yönlendirmelerine yol açma riskini de taşıdığı dikkati çekmektedir. Çalışmamızın sonuçları, bu durumun daha iyi anlaşılması, sosyal ve psikolojik destek anlamında önlem alınması gereken bir risk faktörü olduğuna işaret etmektedir.

Baba ile ilişki kurma tarzı da, katılımcılar tarafından, her halükarda, yas sürecini zorlaştıran bir faktör olarak belirtilmektedir. İyi bir ilişkiye sahip katılımcılar, daha fazla olumlu yaşanacak anın kaybından ve babanın eksikliğini hissetmekten bahsederken; ikircikli ilişkiye sahip olanlar ise öfke ve suçluluk duyguları ile içsel bir mücadele vermektedirler. İkircikli ilişkilerde, geçmişten gelen çözülmemiş meselelerin varlığı, bu duyguları şiddetlendirmektedir. Literatürde ölen kişiyle kişilerarası çatışma, yakınlık ve bağımlılık gibi özelliklerin komplike yas tepkileri ile ilişkili olduğu rapor edilmiştir (Lobb ve ark., 2010; Worden, 2004). Bu bulgular ile güncel bulgu örtüşmekte ve ek olarak da bu zorlaştırıcı etkinin nedenlerine dair bize fikir vermektedir. İyi bir ilişkinin kaybı, sağladığı olumlu desteğin ve

geleceğe dair hayallerin kaybına yol açması sebebiyle daha fazla üzüntü verici olarak deneyimlenirken; ikircikli bir ilişki ise, kayıp sonrası süreçte suçluluk ve öfke duygularının iç içe geçtiği duygusal olarak yorucu bir sürece neden olmaktadır. Psikolojik destek sürecinde ise, tema kapsamında bahsedilen kişilik özelliklerinin, annenin kayba tepkisi ve baba ile ilişki örüntüsünün ele alınmasının, baba kaybı yaşayan genç yetişkinlerin, içsel olarak dönüşümünü ve duygularının çözülmesini sağlayarak, yas sürecini olumlu kazanımlarla atlattıklarına destek olacağı düşünülmektedir.

Özetle, çalışmanın bulguları baba imgesinin ve baba kaybının, genç yetişkinler için farklı anlamlara geldiğine; ölümün ardından da baba ile kurulan imgesel ilişkinin devam ettiğine ve bu ilişkideki çift değerliliğin ve çözülmemiş meselelerin yoğun suçluluk duygusuna yol açarak yas sürecini ketleyebildiğine işaret etmektedir. Bunun yanında, bulgulara göre genç yetişkinlerin etkili olarak kullanabildiği bir takım ortak başa çıkma yolları (örneğin, idealler ve hedefler koyma) bulunmakta; bazı faktörler ise (örneğin, annenin çökkünlüğü) kaybın ardından yaşanan yas sürecine olumsuz etki edebilmektedir. Çalışmada ortaya çıkan her bir temanın, ileriki çalışmalarda odaklanılabilecek konulara ışık tutabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Çalışmada yer alan katılımcıların deneyimleri, farklı özelliklere sahip diğer genç yetişkinlerin yaşantılarını yansıtmıyor olabilir. Katılımcılar, üniversitede eğitim gören genç yetişkinlerden oluşmaktadır ve sonuçlar bu gruba özgü olabilir. Bunun yanında, araştırma sonuçları, kadın ve erkek katılımcıların farklılaştığı konular olduğuna işaret etmektedir. Dolayısıyla, kadın ve erkeklerin deneyimlerini kıyaslayan veya ayrı olarak ele alan çalışmalara ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Çalışmamızdaki katılımcıların babaları doğal (hastalık) nedenlerle ölmüştür. Ancak ileriki çalışmaların, ölüm biçiminin ani veya daha uzun süreçte gerçekleştiği durumlara ayrı ayrı odaklanmasının da aydınlatıcı olabileceği düşünülmektedir. Örneğin, kaybedilen kişinin hastalık süreci uzadıkça, kişiler yas tutma ve başa çıkma kaynaklarını daha işlevsel kullanıyor olabilirler. Buna karşın, ani veya travmatik (örn. intihar yolu ile ölüm) kayıp yaşayan kişilerin hissettiği duygular da, bu çalışmada ifade edildiğinden daha yoğun, sınırlı ve travmatik olarak deneyimleniyor olabilir. Bu da grupların deneyimlerinin o koşullara özgü ayrı çalışmalarda ele alınmasının da literatüre katkısı olabileceğini düşündürmektedir.

Bir diğer sınırlılık ise katılımcılara dini yönelimleri sorulmamıştır. Ancak görüşmelerde üç katılımcı Müslüman, iki katılımcı ise inançsız olduklarını belirtmişlerdir. Diğer iki katılımcının ise dini inançlarını açık şekilde ifade etmeseler de, Tanrının varlığına dair inançlarına ve spiritüel alandaki inançlarına gönderme yapan ifadeleri olmuştur. İleriki çalışmalarda, katılımcıların dini inanç bilgisinin de alınmasının bilgilendirici olacağı düşünülmektedir. Bu bilginin alınmasının, dini inancın kaybın anlamlandırılması ile ilişkisini

anlamakta yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Son olarak, çalışma Türk kültürü içinde gerçekleştirilmiş ancak özellikle kültürün yas sürecine direk etkilerine odaklanmamıştır. Bu konuya odaklanan çalışmaların da literatüre önemli katkıları olacağı düşünülmektedir.

Bütün bu sınırlılıklara karşın, çalışmanın katılımcıların ve araştırmacıların öznelliğine vurgu yapan Fenomenoloji yaklaşımını temel alması, psikolojik deneyimin doğasını anlamak açısından avantaj sağlamakta ve bu araştırmanın güçlü yanlarından birini oluşturmaktadır. Bunun yanı sıra, Türkiye’de genç yetişkinlerde baba kaybına ve yas sürecine, derinlemesine odaklanan ilk çalışma olarak baba kaybı deneyimini çok boyutlu olarak anlayabilmek açısından literatüre katkısının önemli olduğu ve gelecekte çalışılması gereken konulara yol gösterdiği düşünülmektedir.

Kaynakça

- Arnett, J. J. (2006). A longer road to adulthood (pp. 3-26). In J.J. Arnett (Ed.), *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties* (pp. 3-26). New York: Oxford University Press.
- Balk, D. E., & Vesta, L. C. (1998). Psychological development during four years of bereavement: A longitudinal case study. *Death Studies, 22*, 23-41. doi: 10.1080/074811898201713.
- Berzoff, J. (2003). Psychodynamic theories in grief and bereavement. *Smith College Studies in Social Work, 73*(3), 273-298.
- Boelen, P. A., & Klugkist, I. (2011). Cognitive behavioral variables mediate the associations of neuroticism and attachment insecurity with prolonged grief disorder severity. *Anxiety, Stress, & Coping, 24*(3), 291-307.
- Boelen, P. A., & van den Bout, J. (2010). Anxious and depressive avoidance and symptoms of prolonged grief, depression, and post-traumatic stress disorder. *Psychologica Belgica, 50* (1&2), 49-67.
- Boratav, H. B., Fişek, G.O., & Ziya, H. E. (2014). Unpacking masculinities in the context of social change: Internal complexities of the identities of married men in Turkey. *Men and Masculinities, 17*(3), 299-324. doi: 10.1177/1097184X14539511.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss III: Loss, sadness, and depression*. New York: Basic Books.
- Boyd, C. J. (1989). Mothers and daughters: A discussion of theory and research. *Journal of Marriage and the Family, 51*(2), 291-301.
- Burke, L. A., & Neimeyer, R. A. (2013). Prospective risk factors for complicated grief (pp. 145-161). In M.S. Stroebe, H. Schut, J. van der Bout & P. Boelen, *Complicated grief: Scientific foundations for health care professionals* (pp.145-161). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Burlingham, D. (1973). The preoedipal infant-father relationship. *The Psychoanalytic Study of the Child, 28*(1), 23-47.
- Burton, C. L., Yan, O. H., Pat-Horenczyk, R., Chan, I. S., Ho, S., & Bonanno, G. A. (2012). Coping flexibility and complicated grief: A comparison of American and Chinese samples. *Depression and Anxiety, 29*(1), 16-22.
- Cabrera, N. J., Tamis-LeMonda, C. S., Bradley, R. H., Hofferth, S., & Lamb, M. E. (2000). Fatherhood in the twenty-first century. *Child Development, 71* (1), 127-136.
- Casper, L. M. (1997). My daddy takes care of me! Fathers as care providers. Current population reports. Household economic studies. *Current Population Reports, Series P-70 n59*, 1-9.
- Cerel, J., Fristad, M.A., Verducci, J., Weller, R.A., & Weller, E. B. (2006). Childhood bereavement: Psychopathology in the two years post-parental death. *Journal of American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 45* (6), 681-690. doi: 10.1097/01.chi.0000215327.58799.05.
- Cowchock, F. S., Ellestad, S. E., Meador, K. G., Koenig, H. G., Hooten, E. G., & Swamy, G. K. (2011). Religiosity is an important part of coping with grief in pregnancy after a traumatic second trimester loss. *Journal of Religion and Health, 50*(4), 901-910.

- Diamond, M. J. (1995). The emergence of the father as the watchful protector of the mother-infant dyad. *Becoming a father: Contemporary social, developmental and clinical perspectives*. New York: Springer.
- Emmons, R. A. (2003). Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 105–128). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10594-005>
- Etchegoyen, A. (2002). Psychoanalytic ideas about fathers. In J. Trowell, & J. Etchegoyen (Eds.), *The importance of fathers: A psychoanalytic re-evaluation* (pp. 18-37). USA: Brunner-Routledge.
- Evans, D. (2019). Lacancı psikanalize giriş sözlüğü. T. Sivrikaya ve U. Y. Kara (çev.). İstanbul: Işık Yayınları.
- Floerchinger, D. S. (1991). Bereavement in late adolescence: Interventions on college campuses. *Journal of Adolescent Research*, 6 (1), 146-156.
- Freud, S. (2014). Totem ve Tabu. H. İlhan (çev.). Ankara: Alter Yayıncılık. (1913).
- Freud, S. (2011). Ego ve id. A. Yardımlı (Çev.). Metapsikoloji. İstanbul: İdea Yayıncılık. (1923).
- Gibbs, G. R. (2007). *Analyzing qualitative data* (1st ed.) . London: Sage.
- Habip, B. (2012). Psikanaliz kuramlarında babanın yeri açılış konuşması. M.I. Ertüzün (Ed.). *Baba işlevi içinde* (ss. 3-5). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Hardison, H. G., Neimeyer, R. A., & Lichstein, K.L. (2005). Insomnia and complicated grief symptoms in bereaved college students. *Behavioral Sleep Medicine*, 3(2), 99-111.
- Harris, E. S. (1991). Adolescent bereavement following the death of a parent: An exploratory study. *Child Psychiatry and Human Development*, 21(4), 267-281.
- Horowitz, M. J., Siegel, B., Holen, A., Bonanno, G. A., Milbrath, C., & Stinson, C. H. (2003). Diagnostic criteria for complicated grief disorder. *Focus*, 1(3), 290-298.
- Jalland, P. (2013). A culture of silent grief? The transformation of bereavement care in 20th century England. *Bereavement Care*, 32 (1), 16-22. doi: 10.1080/02682621.2013.779821.
- Hayes, N. (2004). *Doing psychological research* (2nd ed.). UK: Open University Press.
- Kelley, M. M., & Chan, K. T. (2012). Assessing the role of attachment to God, meaning, and religious coping as mediators in the grief experience. *Death Studies*, 36(3), 199-227.
- Kendler, K. S., Sheth, K., Gardner, C. O., & Prescott, C. A. (2002). Childhood parental loss and risk for first-onset of major depression and alcohol dependence: The time decay of risk and sex differences. *Psychological Medicine*, 32 (7), 1187-1194. doi: 10.1017/S0033291702006219.
- Kissane, D. W., & Bloch, S. (2002). *Family-focused grief therapy*. Philadelphia: Open University Press.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. New York: Routledge.
- Lacan, J. (1956-1957). Seminar IV: Object relation. L.V.A. Roche (Trans.) (Unpublished).
- Langdrige, D. (2007). *Phenomenological psychology: Theory, research and method*. England: Pearson.

- Leopold, T., & Lechner, C. M. (2015). Parents' death and adult well-being: Gender, age, and adaptation to filial bereavement. *Journal of Marriage and Family*, 77 (3), 747-760. doi: 10.1111/jomf.12186.
- Levinson (1986). A conception of adult development. *American Psychologist*, 41 (1), 3-13.
- Lichtenberg, J. D. (2008). Fathers and daughters: A discussion. *Psychoanalytic Inquiry*, 28(1), 106-113.
- Lobb, E. A., Kristjanson, L. J., Aoun, S. M., Monterosso, L., Halkett, G. K., & Davies, A. (2010). Predictors of complicated grief: A systematic review of empirical studies. *Death studies*, 34(8), 673-698.
- Marks, N. F., Jun, H., & Sung, J. (2007). Death of parents and adult psychological well-being: A prospective U.S. national study. *Journal of Family Issues*, 28(12), 1611-1638. doi: 10.1177/0192513X07302728.
- Mash, H., Fullerton, C. S., Shear, K., & Ursano, R. J. (2014). Complicated grief and depression in young adults. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 202 (7), 1-5. doi: 10.1097/NMD.000000000000155.
- McBride, B. A., Brown, G. L., Bost, K. K., Shin, N., Vaughn, B., & Korth, B. (2005). Paternal identity, maternal gatekeeping, and father involvement. *Family Relations*, 54(3), 360-372.
- Meshot, C. M., & Leitner, L. M. (1992). Adolescent mourning and parental death. *Omega: Journal of death and dying*, 26 (4), 287-299.
- Minsky, R. (2000). Beyond nurture: Finding the words for male identity. *Psychoanalytic Studies*, 2(3), 241-254.
- Noppe, I. C., & Noppe, L. D. (2008). Father matters: The impact of father loss on development. *The Forum*, 34 (2), 1-4.
- Pickhardt, C. E. (2007). *The connected father: Understanding your unique role and responsibilities during your child's adolescence*. US: Palgrave Macmillan.
- Pope, A. (2005). Personal transformation in midlife orphanhood: An empirical phenomenological study. *Omega Journal of Death & Dying*, 51(2), 107-123.
- Roberts, K. E. (2016). Grief and bereavement among college students. Digital commons @ ACU, Electronic Theses and Dissertations, Paper 10.
- Ross, J. M. (1979). Fathering: A review of some psychoanalytic contributions on paternity. *International Journal of Psycho-Analysis*, 60(3), 317-327.
- Schwartzberg, S. S., & Janoff-Bulman, R. (1992). Grief and the search for meaning: Exploring the assumptive worlds of bereaved college students. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 10(3), 270-288. doi: 10.1521/JSCP.1991.10.3.270.
- Servaty-Seib, H. L., & Hamilton, L.A. (2006). Educational performance and persistence of bereaved college students. *Journal of college student development*, 47 (2), 225-234. doi: 10.1353/CSD.2006.0024.
- Shear, M. K., Simon, N., Wall, M., Zisook, S., Neimeyer, R., Duan, N., ... & Gorscak, B. (2011). Complicated grief and related bereavement issues for DSM-5. *Depression and anxiety*, 28(2), 103-117.
- Shear, M. K. (2012). Getting straight about grief. *Depression and Anxiety*, 29(6), 461-464.

- Smith, J. A., Jarman, M., & Osborn, M. (1999). Doing interpretative phenomenological analysis. In M. Murray, & K. Chamberlain (Eds.), *Qualitative health psychology* (pp. 218-240). London: Sage.
- Smith, J. A., & Osborn, M. (2003). Interpretative phenomenological analysis. In J. A. Smith (Ed.), *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods* (pp. 51-80). London: Sage.
- Smith, J. A. (2004). Reflecting on the development of interpretative phenomenological analysis and its contribution to qualitative research in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 1*(1), 39-54.
- Sousa, D. (2014). Validation in qualitative research: General aspects and specificities of the descriptive phenomenological method. *Qualitative Research in Psychology, 11*(2), 211-227. doi: 10.1080/14780887.2013.853855.
- Stroebe, W., Schout, R., Schut, H., Abakoumkin, G., & Li, J. (2014). Guilt in bereavement: The role of self-blame and regret in coping with loss. *Plos One, 9* (5): E96606. doi: 10.1371/journal.pone.0096606. eCollection 2014.
- Tol, U. U., Taşkan, D. (2018). Erkeklik ve babalık halleri. Anne Çocuk Eğitim Vakfı. İstanbul: Taymaz Matbaacılık ve Baskı. Retrieved from <https://www.acev.org/wp-content/uploads/2018/05/ErkeklikVeBabalikHalleri.pdf>.
- Tomlinson, C. M. (2001). A review of the grief process and bereavement follow up support. [Unpublished master's thesis]. Australian Catholic University, Victoria.
- Tyson-Rawson, K. J. (1993). College women and bereavement: late adolescence and father death. [Unpublished doctoral dissertation]. Kansas State University, Manhattan.
- Umberson, D., & Chen, M. D. (1994). Effects of a parent's death on adult children: Relationship salience and reaction to loss. *American Sociological Review, 59*(1)152-168.
- Umberson, D. (2003). *Death of a parent: Transition to a new adult identity*. US: Cambridge University Press.
- Waddington, G. A. (2004). *The influence of personality type and sense of coherence on coping with bereavement* [Unpublished doctoral dissertation]. Stellenbosch: University of Stellenbosch.
- Worden, W. J., & Silverman, P. R. (1996). Parental death and the adjustment of school-age children. *Journal of Death and Dying, 33*(2), 91-102.
- Worden, J. W. (2004). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. Springer Publishing Company.
- Zeybekoğlu, Ö. (2013). Contemporary fatherhood and the family from the male perspectives. *Mediterranean Journal of Humanities, 3*(2), 297-328. doi: 10.13114/MJH/201322486.

Yazar Notu

Bu çalışma, Ayşen Maraş'ın Prof. Dr. Faruk Gençöz danışmanlığında gerçekleştirdiği "Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz İle Genç Yetişkinlerde Baba Kaybı" başlıklı tez çalışmasının bir parçasıdır.

Father Loss and Bereavement: A Qualitative Study

Summary

Considering importance of parents as the first attachment figures, losing a parent is one of the most painful experiences in the life of the individuals (Bowlby, 1980). As compared to youth, the adults are autonomous beings and they may be expected to be less vulnerable to the effects of losing a parent. Therefore, parental loss during adulthood is an overlooked area of research (Marks, Jun, & Song, 2007). In addition, young adulthood is a different phase of a life that involves many decisions regarding life style, relationships, career and this phase is characterized by some features such as instability, identity search, being self-centered (Levinson, 1986; Arnett, 2006). In the literature, existing studies have mainly focused on the loss experience of adults with a broad age range or on the effects of losing a family member with quantitative measures. For the young adults, the influence of losing a family member had been reported to be related to negative outcomes such as complicated grief, depression, decreased academic performance, insomnia, anger, irritability and increased alcohol consumption (Floerchinger, 1991; Hardison, Neimeyer, & Lichstein, 2005; Mash, Fullerton, Mestot & Leitner, 1992; Roberts, 2016; Servaty-Seib, & Hamilton, 2006; Shear, & Ursano, 2014). However, taking into consideration the different roles of fathers, mothers and grandparents in the lives of young adults in different cultures, it is also important to focus on different types of losses separately in different cultures. In the current study, the aim was to explore the father loss and bereavement experience of Turkish young adults.

Method

Participants and Sampling

Seven young adults, of whom four were female and three were male, were the sample of the study. Their age ranged from 20 to 35 ($M = 26$). Their fathers have died due to health problems in the last 16 to 65 months. All of the participants were either undergraduate or graduate students from middle socio-economic backgrounds. Three to five semi-structured interviews that lasted 60 minutes on average were conducted with the participants. The interviews were recorded.

Data Analysis

Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) was used to explore the data. In line with the guidelines of IPA (Smith & Osborne, 2003; Smith, Osborne, & Jarman, 1999), the transcripts were written and read many times before the superordinate themes that reflected all of the participants' experience emerged. Of the emerging themes, four of them were focused on this article.

Results and Discussion

The four themes that were focused in the article involve the symbolic meanings of father loss, emotions experienced after losing the father, coping with and adapting to father loss and factors that make the mourning process harder. According to the first theme, young adults viewed their fathers as an important source of warmth, caring, protection, soothing, guidance and authority. They told about their difficulties in fulfilling these needs after the death of their father. In addition, there was a preliminary finding pointing out to gender differences in the symbolic meaning of father loss. Whereas women emphasized the emotional support of their fathers, men referred to the authority role of their fathers. This finding is consistent with the proposed new traditional fatherhood in Turkey (Tol & Taşkan, 2018). The second theme involved common emotional reactions to grief. However, the results revealed some factors that intensified especially anger and guilt feelings. These included an ambivalent relationship with the father and some unfinished businesses in the relationship. The third theme, coping with and adapting to father loss involved emotional preparation to loss if the father experienced illness, making meaning, finding emotional outlets to cope with feelings, avoidance, getting support, romantic partner as a substitute, and setting goals and ideals to overcome the burden of grief. Regarding this theme, the avoidance of the young adults captured both avoiding to think about the loss experience and avoiding the religious and cultural rituals. In these rituals, the participants told that they felt like being pitied and weak. As Arnett (2006) has pointed out, young adulthood is a more fragile period of identity search and self-centeredness. The feeling of being pitied and weakness may be related to this fragility. The fourth theme included some personality characteristics such as introversion and emotionality, the broken mother and relationship style with the father. The broken mother was especially emphasized by women which may be related to the over-identification between the same gender parent-child (Eichenbaum & Orbach, 1983, as cited in Boyd, 1989). This overidentification was causing difficulties for some of the participants to make sacrifices of their own life and future.

As compared to adulthood, young adulthood is a phase of life that is characterized by identity search, instability and many decisions to be made regarding life style, relationships and career (Arnett, 2006; Levinson, 1986). Therefore, losing an important figure who provides support, protection and guidance may have long-lasting effects on the lives of young adults. The current study provides a qualitative insight into these effects. As clinicians, it may be important to be aware of these debilitating and long-lasting effects of father loss.