Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi 2025, 18(2), 25-37
Beykent University Journal of Social Sciences 2025, 18(2), 25-37
https://doi.org/10.18221/bujss.1649065

Makale Türü: Derleme Makalesi
Paper Type: Review Paper

Geliş tarihi/Received: 01.03.2025
Kabul tarihi/Accepted: 28.11.2025

TRAVMATİK YAS VE RUH SAĞLIĞI SONUÇLARI: BİR SİSTEMATİK DERLEME

TRAUMATIC GRIEF AND MENTAL HEALTH OUTCOMES: A SYSTEMATIC REVIEW

Nazmiye ARDUÇ[1]

Öz

Bu araştırmanın amacı, travmatik yasın ruh sağlığı üzerindeki etkilerini sistematik biçimde incelemek ve bu etkilerin niteliğini sistematik derleme yöntemiyle değerlendirmektir. Çalışmada 2020-2025 yılları arasında Türkiye'de yürütülmüş, Türkçe veya İngilizce dillerinde yayımlanmış nicel araştırmalar incelenmiştir. Verilere ulaşmak için Web of Science, ERIC, ULAKBİM, EBSCOhost ve Google Akademik veri tabanlarında "travmatik yas" ve "travmatik yas ve ruh sağlığı" anahtar sözcükleri kullanılarak kapsamlı bir tarama yapılmıştır. Dahil edilme kriterlerini karşılayan 15 araştırma meta-analize alınmış ve bulgular PRISMA akış şeması doğrultusunda değerlendirilmiştir. Sonuçlar, incelenen çalışmalarda çoğunlukla kesitsel tarama, fenomenolojik analiz ve tematik içerik analizi yöntemlerinin kullanıldığını ve travmatik yasın en sık travma sonrası stres bozukluğu, depresyon, anksiyete, sosyal izolasyon ve suçluluk duygusu ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Çalışmalarda önerilen müdahale yaklaşımları arasında psikodinamik terapi, travma odaklı psikoterapi, dini-manevi destek programları ve kültürel duyarlılığa sahip yas danışmanlığı modelleri öne çıkmıştır. Bu bulgular, travmatik yasın ruh sağlığı üzerindeki etkilerinin çok boyutlu olduğunu ve etkili müdahale stratejilerinin bireyin kültürel bağlamı dikkate alınarak geliştirilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelime: Travmatik Yas, Ruh Sağlığı, Sistematik Derleme

Abstract

The aim of this study was to systematically examine the effects of traumatic grief on mental health and to evaluate the nature of these effects using a systematic review. Quantitative studies conducted in Turkey between 2020 and 2025 and published in Turkish and English were examined. To access the data, a comprehensive search was conducted using the keywords "traumatic grief" and "traumatic grief and mental health" in the Web of Science, ERIC, ULAKBİM, EBSCOhost, and Google Scholar databases. Fifteen studies that met the inclusion criteria were included in the meta-analysis, and the findings were evaluated according to the PRISMA flowchart. The results show that the reviewed studies mostly used cross-sectional survey, phenomenological analysis, and thematic content analysis methods, and that traumatic grief is most frequently associated with post-traumatic stress disorder, depression, anxiety, social isolation, and feelings of guilt. Among the intervention approaches recommended in the studies, psychodynamic therapy, trauma-focused psychotherapy, religious-spiritual support programs, and culturally sensitive grief counseling models were prominent. These findings suggest that the effects of traumatic grief on mental health are multidimensional and that effective intervention strategies should be developed by taking into account the individual's cultural context.

Keywords: Traumatic Grief, Mental Health, Systematic Review

[1] Dr. Öğr. Gör., Işık Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü, psknazmiyearduc@gmail.com, ORCID: 0009-0009-2734-9214

Extended Abstract

The grief response to irreversible loss is a process that progresses through different stages depending on individual experiences. While people may avoid experiencing the pain caused by the loss, they recognize that death or other losses are a natural part of life (Worden, 2018). However, the grieving process is often characterized by profound grief, sadness, and internal conflict. In recent years, research examining the effects of traumatic grief on mental health has increased significantly. These studies demonstrate that viewing traumatic grief solely as an emotional response is insufficient and that it is also strongly linked to psychiatric conditions such as depression, anxiety, and post-traumatic stress disorder (PTSD) (Boelen et al., 2016; Heeke et al., 2017; Nickerson et al., 2014). Therefore, the aim of this study is to systematically examine the effects of traumatic grief on mental health. This research aims to thoroughly evaluate the literature demonstrating that traumatic grief is not merely an emotional response but is also associated with psychiatric disorders and to identify knowledge gaps in this area. Understanding the effects of traumatic grief on mental health is critical for developing appropriate interventions for individuals affected by this process. Therefore, a systematic review that comprehensively examines the effects of traumatic grief provides valuable resources for filling knowledge gaps in the field and developing effective intervention strategies. In this study, the systematic review method, one of the most effective ways to systematically synthesize findings in the literature, was chosen. Systematic reviews are comprehensive examinations designed to address a specific research question by bringing together studies related to that question in accordance with predetermined criteria (Lasserson, Thomas, & Higgins, 2019). In such reviews, existing research within the relevant field is extensively searched, and studies that meet the inclusion and exclusion criteria are selected and analyzed (Karaçam, 2013). When conducted systematically, review studies provide valuable insights into the current state of knowledge on a given topic and help trace how this body of evidence has evolved over time (Gough, Oliver, & Thomas, 2012).

To evaluate original and up-to-date data for this study, studies published in Turkish or English between 2020 and 2025 were searched. Web of Science, ERIC, ULAKBİM, EBSCOhost, and Google Scholar databases were used to access the studies. During the search, keywords such as "traumatic grief" and "traumatic grief and mental health" were applied in both Turkish and English. The systematic search resulted in the selection of 17 studies that met the specified inclusion criteria. This meta-analysis demonstrates the profound effects of traumatic grief on individuals and communities, demonstrating its status as a serious public health problem in terms of mental health. Traumatic grief creates intense psychological burdens on individuals and can produce varying outcomes depending on cultural and contextual factors. Among the negative consequences, symptoms that impair daily functioning, complicate social relationships, and can lead to long-term psychological problems are prominent. The high prevalence of depression, PTSD, anxiety, and prolonged grief in individuals experiencing traumatic grief demonstrates that these individuals should be evaluated within a holistic psychosocial framework, not solely based on symptoms. Furthermore, the emergence of positive outcomes such as finding meaning and personal growth in some individuals demonstrates that traumatic grief is not only a pathological process but can also lead to adaptive outcomes with appropriate support. Effective interventions should be integrative approaches that recognize an individual's cultural identity, social ties, and ways of generating meaning, and address the trauma and grief processes together. In this context, traumatic grief should be considered not merely the individual pain experienced after a loss, but rather a profound process of psychological restructuring through which one's connection to the world is reestablished. Intervention approaches emphasize the importance of personalized support tailored to individual needs and cultural contexts. However, the lack of a standardized treatment protocol highlights the need for further research in this area.

GİRİŞ

Yas, insan yaşamının kaçınılmaz ve evrensel bir olgusu olarak tarih boyunca farklı kültürlerde çeşitli biçimlerde deneyimlenmiştir. Genellikle bir yakının kaybına bağlı olarak ortaya çıkan yoğun duygusal tepkilerle ilişkilendirilse de yas kavramı sadece ölümle sınırlı değildir. Psikolojik perspektifte yas, bireyin değer verdiği bir nesne, ilişki veya durumun kaybına karşı geliştirdiği duygusal, bilişsel, davranışsal ve fiziksel tepkilerin bütününü kapsayan kişisel bir yeniden uyumlanma süreci olarak tanımlanır (Bildik, 2013). Geri dönüşü olmayan kayıplara verilen yas tepkisi, bireysel deneyimlere dayalı olarak farklı aşamalardan geçen bir süreçtir. İnsan, kaybın yol açtığı acıyı deneyimlemekten kaçınsa da ölüm veya başka kayıpların yaşamın doğal bir parçası olduğunu bilir (Worden, 2018). Buna karşın yas süreci çoğu zaman derin keder, üzüntü ve içsel çatışmalarla karakterizedir.

Her birey yas sürecini farklı bir hız ve yoğunlukta yaşasa da genel olarak birkaç hafta içinde temel yaşam işlevlerine dönülür, birkaç ay içinde sosyal roller yeniden dengelenir ve yaklaşık bir yıl içerisinde yeni ilişkiler kurularak bireyin yaşam yapısı yeniden şekillenir (Stroebe vd., 2017). Ancak, tüm yas deneyimleri aynı değildir; özellikle travmatik olaylar sonucu gerçekleşen kayıplar, geleneksel yas sürecinden farklı bir nitelik taşır. Travmatik bir olay sonucunda bir yakının kaybı, bu süreci daha karmaşık ve zorlu hâle getirebilir (Çolak ve Hocaoğlu, 2021). Travmatik yas, sevilen veya yakından tanınan bir kişinin aniden, beklenmedik ve şiddet içeren bir olay sonucu kaybı ile ortaya çıkan, yas tepkilerinin travma tepkileri ile iç içe geçtiği bir süreçtir (Bonanno, 2004). Travmatik bir olay sonucunda gerçekleşen bir ölümün yasını tutmak, travmatik olmayan bir ölümün yasını tutmaktan farklı olabilir (Heeke vd., 2017). Bulgular, birini şiddet yoluyla kaybetmenin, özellikle uzun süreli yas bozukluğu olmak üzere olumsuz ruh sağlığı sonuçları geliştirme riskinin daha yüksek olmasıyla ilişkili olduğunu göstermektedir (Burke ve Neimeyer, 2013; Schaal vd., 2010).

Son yıllarda, travmatik yasın ruh sağlığı üzerindeki etkilerini inceleyen araştırmalar önemli artış göstermiştir. Bu çalışmalar, travmatik yası sadece duygusal bir tepki olarak görmenin yeterli olmadığını, aynı zamanda depresyon, anksiyete ve travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) gibi psikiyatrik durumlarla da güçlü bir bağlantısı olduğunu ortaya koymaktadır (Boelen vd., 2016; Heeke vd., 2017; Nickerson vd., 2014). Travmatik bir olay neticesinde kayıp deneyimleyen kişilerde, ölüme katkıda bulunmuşluk hissi, kendini suçlama, travmatik olayı engelleyememeye dair düşünceler, kaybedilen kişiye yönelik artık telafi edilmesi mümkün olmayan eylemler sebebi ile kendini suçlama, birliktelikte tamamlanamayan işlerin ağırlığı gibi suçluluğun merkezde olduğu düşünceler (Shear vd., 2005) ile kötü fiziksel sağlık, travmatik reaksiyonlar ve travmatik semptomlar gözlenebilmektedir (Li vd., 2014). Avcı (2022) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada travmatik yas sürecinden sonra profesyonel yardım alan bireylerin anksiyete belirtilerinde, profesyonel destek almayanlara oranla anlamlı derecede farklılık olduğunu bulgulamıştır. Bu noktadan hareketle, bu çalışmanın amacı, travmatik yasın ruh sağlığı üzerindeki etkilerini sistematik derleme yöntemi ile incelemektir. Araştırma, travmatik yasın yalnızca duygusal bir tepki olmadığını, aynı zamanda psikiyatrik bozukluklarla ilişkili olduğunu ortaya koyan literatürü derinlemesine değerlendirmeyi ve bu alandaki bilgi boşluklarını belirlemeyi hedeflemektedir. Travmatik yasın ruh sağlığı üzerindeki etkilerinin anlaşılması, bu süreçten etkilenen bireyler için uygun müdahalelerin geliştirilmesi açısından kritik bir öneme sahiptir. Bu nedenle, travmatik yasın etkilerini kapsamlı bir şekilde inceleyen meta-analiz çalışmaları, alandaki bilgi boşluklarını doldurmak ve etkili müdahale stratejileri geliştirmek açısından değerli kaynaklar sunmaktadır.

1. YÖNTEM

Bu araştırmada, literatürdeki bulguları sistematik bir biçimde sentezlemenin etkili yollarından biri olan sistematik derleme yöntemi tercih edilmiştir. Sistematik derlemeler, belirli bir araştırma sorusuna yanıt üretmek amacıyla o soruyla ilişkili çalışmaları önceden belirlenen ölçütlere göre planlı ve düzenli biçimde bir araya getiren kapsamlı incelemelerdir (Lasserson, Thomas ve Higgins, 2019). Bu tür çalışmalarda, ilgili alanda daha önce yapılmış araştırmalar geniş bir tarama süreciyle toplanır; ardından dâhil etme ve dışlama ölçütleri doğrultusunda uygun olanlar seçilerek analiz edilir (Karaçam, 2013). Sistematik bir yaklaşım benimsendiğinde, derleme çalışmalarının belirli bir konudaki bilgi birikiminin düzeyini ortaya koyma ve bu birikimin zaman içindeki değişimini izleme açısından önemli katkılar sunduğu belirtilmektedir (Gough, Oliver ve Thomas, 2012). Bu sayede, travmatik yasın ruh sağlığı

üzerindeki etkilerini anlamada, yalnızca tek bir çalışmaya dayanmak yerine, daha geniş ve çeşitli bir veri seti üzerinden değerlendirme yapılabilir.

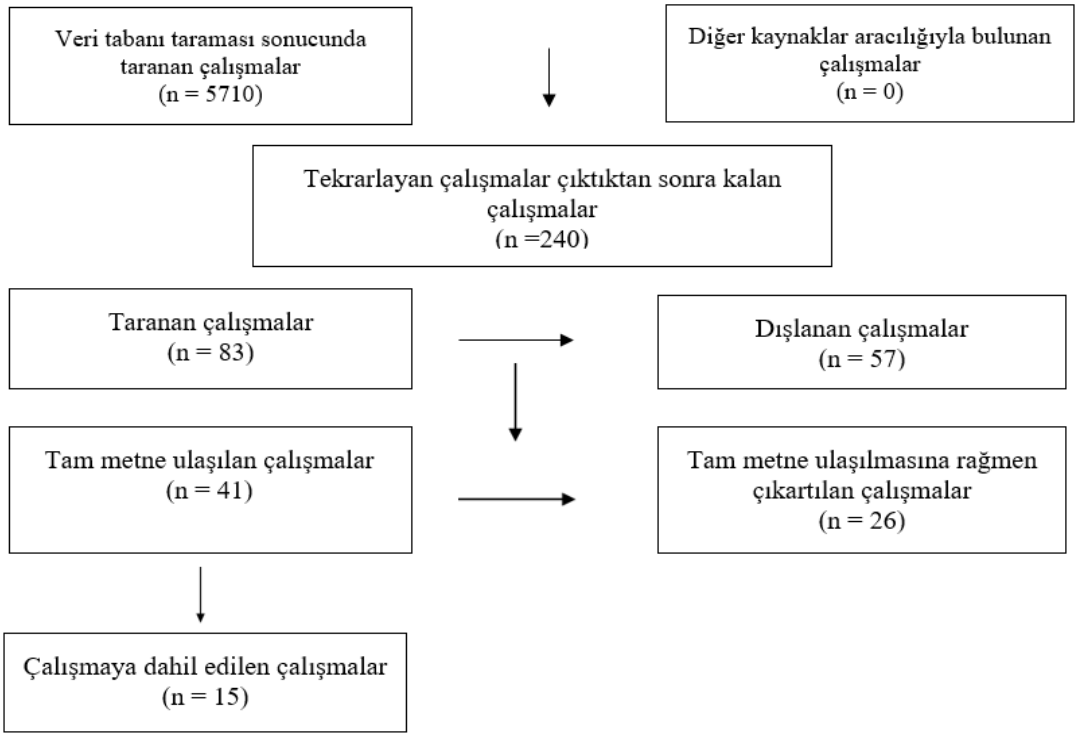
Bu çalışma kapsamında özgün ve güncel verilerin değerlendirilmesi amacıyla 2020-2025 yılları arasında Türkçe veya İngilizce olarak yayımlanmış araştırmalar taranmıştır. Araştırmalara erişim için Web of Science, ERIC, ULAKBİM, EBSCOhost ve Google Akademik veri tabanları kullanılmıştır. Tarama sırasında "travmatik yas", "travmatik yas ve ruh sağlığı" gibi anahtar kelimeler Türkçe ve İngilizce biçimlerinde uygulanmıştır. Yapılan sistematik tarama sonucunda, belirlenen dahil etme kriterlerine uygun olarak 15 çalışmanın seçildiği belirlenmiştir. Araştırma kapsamındaki çalışmaların seçiminde uygulanan dahil etme ve hariç tutma kriterleri Tablo 1'de özetlenmiştir.

Tablo 1. Dâhil Edilme ve Hariç Tutma Kriterleri

Kategori	Dâhil Etme Kriterleri	Hariç Tutma Kriterleri
Yayın Dönemi	2020-2025 yılları arasında yayımlanmış çalışmalar	2020 öncesi yayınlar
Dil	Türkçe veya İngilizce yayınlanmış araştırmalar	Diğer dillerdeki yayınlar
Çalışma Türü	Özgün veri içeren makaleler	Meta-analizler, derleme makaleleri, kitap bölümleri, yüksek lisans ve doktora tezleri
Konu	Travmatik yas ve ruh sağlığı ilişkisini inceleyen çalışmalar	Konu dışında kalan araştırmalar (ör. Yalnızca genel yas, psikopatoloji çalışmaları)
Erişim	Tam metnine ulaşılabilen çalışmalar	Tam metnine ulaşılamayan veya yetersiz veri sunan çalışmalar

Meta-analize dahil edilme ve dışlanma kriterlerine uygun olarak seçilen çalışmaların sayısı Şekil 1'de özetlenmiştir.

Şekil 1. Meta-Analiz İçin PRISMA Akış Şeması



PRISMA modeline dayalı sistematik alanyazın taraması sonucunda, araştırma kriterlerine uygun 15 çalışma belirlenmiştir.

2. BULGULAR

Meta-analiz çalışması neticesinde elde edilen bulgular Tablo 2 ve Tablo 3'te gösterilmiştir.

2.1. Çalışmaların Metodolojik Özellikleri

İlk olarak araştırma kapsamında incelenen çalışmaların metodolojik özelliklerine ait bulgular incelenmiştir (Tablo 2).

Tablo 2. Çalışmaların Metodolojik Özellikleri

Yazar/Yıl	Ülke	Araştırma Deseni	Örneklem	Veri Toplama Aracı	Veri Analizi Yöntemi
Jann vd., (2024)	Irak	Nicel - Kesitsel anket; Latent Sınıf Analizi (LCA)	199 Iraklı iç yerinden edilmiş kişi (IDP)	PCL-5, ICG, LEC-5	LCA, multinomiyal lojistik regresyon
Duray ve Kabadayı (2024)	Türkiye	Nitel – Fenomenolojik desen	8 genç yetişkin (COVID-19'da kayıp yaşamış)	Yarı yapılandırılmış görüşme formu	Tematik analiz
Avcı (2023)	Türkiye	Nitel – Olgubilim (fenomenolojik)	20 genç yetişkin (10 yaslı, 10 yaslı olmayan)	Beier Cümle Tamamlama Testi, anamnestik görüşme	Psikodinamik tematik analiz
Yelboğa (2023)	Türkiye	Nitel – Literatür ve doküman analizi	Deprem sonrası yas yaşayan bireyler	AFAD raporları, literatür verisi	Doküman analizi
Wilson vd., (2024)	ABD	Nitel – Yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmeler	30 Siyah üniversite öğrencisi (HBCU, 18–28 yaş)	Yarı yapılandırılmış görüşme formu	Tematik analiz
Avcı (2022)	Türkiye	Nicel – Betimsel tarama modeli	15 üniversite öğrencisi (travmatik yaslı)	TYÖ, SCL-90, MMPI, SBT, KBF	Betimsel ve karşılaştırmalı istatistik
Fernández-Ordoñez vd., (2021)	İspanya	Nicel – Gözlemsel, betimsel, longitudinal	115 perinatal kayıp sonrası gebe çift	Perinatal Grief Scale, Davidson Trauma Scale, ad-hoc anket	Betimsel istatistik, karşılaştırmalı analiz
Chen ve Tang (2021)	Çin	Nicel – Kesitsel; Latent Profile Analysis (LPA)	422 COVID-19 nedeniyle yakın kaybeden yetişkin	IPGDS, PCL-5, PTGI	LPA (profil analizi)
Tang ve Xiang (2021)	Çin	Nicel – Kesitsel anket	422 COVID-19 nedeniyle yakın kaybeden yetişkin	IPGDS, TGI-SR	Betimsel ve korelasyonel analiz
Sami (2021)	Türkiye	Nitel – Durum çalışması (COVID-19 yas deneyimi)	28 birey (17–43 yaş)	Açık uçlu e-posta anketi	İçerik analizi
Avcı ve Yıldırım (2021)	Türkiye	Nitel – Durum çalışması (odak grup)	11 okul psikolojik danışmanı	Yarı yapılandırılmış odak grup formu	İçerik analizi
Giannopoulou vd., (2020)	Yunanistan	Nicel – Prospektif kohort (T1, T2)	168 ergen (14.5 yaş ort.)	TGIC, CRIES-13, DSRS, SDQ Impact	Çok değişkenli analiz, varyans analizi
Çubuk (2020)	Türkiye	Nitel – Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz (YFA)	13 üniversite öğrencisi (online terapi seansları)	Görüşme kayıtları / öğrenci söylemleri	Fenomenolojik yorumlayıcı analiz
Yağlı Soykan (2020)	Türkiye	Nitel – Fenomenolojik desen	21 şehit yakını (anneler, eşler, 1 çocuk)	Yarı yapılandırılmış görüşme	İçerik analizi
Johnsen ve Afgun (2021)	Norveç	Nicel – Kesitsel analiz (boylamsal veriden)	131 genç yetişkin (Utøya saldırısı yakınları)	PTGI-SF, ICG-19	t-testi, regresyon analizi

Tablo 2, travmatik yas olgusunu inceleyen 15 çalışmanın metodolojik özelliklerini, yazar/yıl, ülke, araştırma tasarımı, örneklem, veri toplama araçları ve veri analiz yöntemlerine odaklanarak özetlemektedir. Çalışmalar, farklı coğrafi ve kültürel bağlamları kapsamakta olup, travmatik yası çeşitli popülasyonlar ve ortamlarda anlamaya yönelik küresel bir ilgiyi yansıtmaktadır. Çalışmalar, Amerika Birleşik Devletleri (Wilson vd., 2024), Irak (Jann vd., 2024), Yunanistan (Giannopoulou vd., 2020), İspanya (Fernández-Ordoñez vd., 2021), Norveç (Johnsen ve Afgun, 2021), Çin (Chuqian Chen ve Suqin Tang, 2021; Tang ve Xiang, 2021) ve Türkiye (sekiz çalışma) dahil olmak üzere birçok ülkeden gelmektedir. Bu çeşitlilik, travmatik yasın evrensel önemini vurgulamakla birlikte, yas deneyimlerindeki kültürel farklılıkların da altını çizmektedir. Örneğin, Türkiye'den yapılan çalışmalar (örneğin, Sami, 2021; Yelboğa, 2023), ABD veya Norveç gibi Batı ülkelerindeki çalışmalarda daha az öne çıkan dini inançlar ve ritüeller gibi kültürel ve dini başa çıkma mekanizmalarına vurgu yapmaktadır. Bu bağlamları karşılaştıran Türkiye'deki çalışmalar, kültürel olarak belirli olguları yakalamak için genellikle nitel yöntemleri entegre ederken, Batı'daki çalışmalar bulguları genelleştirmek için nicel veya karma yöntemlere yönelmektedir.

Araştırma tasarımları, nitel ve nicel yaklaşımlar arasında belirgin bir ayrımla çeşitlilik göstermektedir. Fenomenolojik (örneğin, Duray ve Kabadayı, 2024; Çubuk, 2020; Yağlı Soykan, 2020) ve vaka çalışması tasarımları (örneğin, Sami, 2021; Avcı ve Yıldırım, 2021) gibi nitel tasarımlar, Türkiye'deki çalışmalarda baskın olup, derinlemesine, öznel yas deneyimlerine odaklanmayı yansıtmaktadır. Buna karşılık, kesitsel anketler (örn. Jann vd., 2024; Tang ve Xiang, 2021) ve prospektif kohort çalışmaları (örneğin. Giannopoulou vd., 2020) gibi nicel veya karma yöntemli tasarımlar, yaygınlığı ölçmeyi ve örüntüleri belirlemeyi amaçlayan uluslararası çalışmalarda daha yaygındır. Boylamsal tasarımlar (örneğin. Fernández-Ordoñez vd., 2021; Johnsen ve Afgun, 2021), nitel çalışmalarda genellikle eksik olan yasın zamansal dinamiklerine ilişkin içgörüler sağlar. Tasarımlardaki çeşitlilik, birbirini tamamlayan güçlü yönlere işaret eder. Nitel çalışmalar zengin, bağlamsal veriler sunarken, nicel çalışmalar istatistiksel kesinlik ve genelleştirilebilirlik sağlar.

Örneklem büyüklükleri küçük (örneğin, Duray ve Kabadayı, 2024'te 8 katılımcı) ile orta (örneğin, Tang ve Xiang, 2021'de 422 katılımcı) arasında değişmektedir. Popülasyonlar arasında üniversite öğrencileri (örneğin, Wilson vd., 2024; Avcı, 2022), ergenler (Giannopoulou vd., 2020), ülke içinde yerinden edilmiş kişiler (Jann vd., 2024), doğum sonrası kayıp yaşayanlar (Fernández-Ordoñez vd., 2021) ve yaslı aile üyeleri (Yağlı Soykan, 2020) yer almaktadır. Bu heterojenlik, travmatik yasın çatışma bölgelerinden eğitim ortamlarına kadar farklı yaş grupları ve bağlamlardaki geniş etkisini yansıtmaktadır. Özellikle, Türkiye'deki çalışmalar genellikle genç yetişkinlere veya öğrencilere odaklanırken (örneğin, Duray ve Kabadayı, 2024; Çubuk, 2020), uluslararası çalışmalar yerinden edilmiş nüfuslar veya ergenler gibi daha çeşitli grupları kapsamaktadır. Nitel çalışmalardaki daha küçük örneklem büyüklükleri (örneğin, Avcı 2022'de 15), nicel çalışmalardaki daha büyük örneklem büyüklükleriyle (örneğin, Chuqian Chen ve Suqin Tang, 2021'de 422) tezat oluşturmakta ve derinlik ve genişlik arasındaki dengeleri vurgulamaktadır.

Veri toplama araçları metodolojiye göre değişiklik göstermektedir. Nitel çalışmalarda yarı yapılandırılmış görüşmeler (örneğin, Wilson vd., 2024; Yağlı Soykan, 2020), açık uçlu anketler (Sami, 2021) veya terapi seansı anlatıları (Çubuk, 2020) kullanılmaktadır. Nicel araştırmalar, DSM-5 için TSSB Kontrol Listesi (PCL-5; Jann vd., 2024; Chuqian Chen ve Suqin Tang, 2021), Karmaşık Yas Envanteri (ICG; Jann vd., 2024; Johnsen ve Afgun, 2021) ve Uluslararası Uzun Süreli Yas Bozukluğu Ölçeği (IPGDS; Chuqian Chen ve Suqin Tang, 2021; Tang ve Xiang, 2021) gibi standartlaştırılmış araçlar kullanır. Çocuklar için Travma Sonrası Yas Envanteri (TGIC; Giannopoulou vd., 2020) ve Doğum Öncesi Yas Ölçeği (Fernández-Ordoñez vd., 2021) gibi özel araçlar ise belirli popülasyonlara yöneliktir. Kültürel olarak uyarlanmış araçların (örneğin, İspanyolca Perinatal Yas Ölçeği) evrensel araçlara (örneğin, PCL-5) kıyasla kullanımı, kültürel özgüllük ve kültürler arası karşılaştırılabilirlik arasında bir dengeyi yansıtır. Türkiye'deki çalışmalar genellikle özel araçlara (örneğin, Duray ve Kabadayı, 2024'teki kişisel bilgi formları) dayanır; bu da genelleştirilebilirliği sınırlayabilir ancak bağlamsal uygunluğu artırabilir.

Nitel araştırmalar ağırlıklı olarak içerik analizi (örneğin, Avcı ve Yıldırım, 2021) veya fenomenolojik analiz (örneğin, Çubuk, 2020; Avcı, 2023) kullanır ve tematik keşfe vurgu yapar. Nicel araştırmalar, Gizli Sınıf Analizi (LCA; Jann vd., 2024), Gizli Profil Analizi (LPA; Chuqian Chen ve

Suqin Tang, 2021) ve regresyon analizleri (Johnsen ve Afgun, 2021) gibi ileri düzey istatistiksel teknikler kullanır. Uluslararası araştırmalarda LCA ve LPA gibi gelişmiş yöntemlerin kullanımı, farklı yas profillerinin belirlenmesine ve yas tepkilerindeki çeşitliliğin anlaşılmasına olanak tanır. Buna karşılık, Türkiye'deki araştırmaların nitel analize dayanması ayrıntılı içgörüler sağlar ancak daha geniş genellemeler için istatistiksel güçten yoksun olabilir. Araştırmalar genelinde yöntemlerin bir araya getirilmesi, genel kanıt tabanını güçlendirir; nicel analizler hassasiyet, nitel analizler ise derinlik sağlar.

2.2. Travmatik Yasın Ruh Sağlığı Sonuçlarını ve Önerilen Tedavi veya Müdahale Yaklaşımları

Tablo 3, 15 çalışmadaki travmatik yasın ruh sağlığı sonuçlarını ve önerilen tedavi veya müdahale yaklaşımlarını özetlemekte, travmatik yasın yaygın etkisini ve müdahale önerilerindeki değişkenliği vurgulamaktadır.

Tablo 3. Çalışmalarda Elde Edilen Sonuçlarlar ve Önerilen Müdahale Yaklaşımları

Yazar/Yıl	Travmatik Yasın Ruh Sağlığı Sonuçları	Önerilen Tedavi veya Müdahale Yaklaşımları
Jann vd., (2024)	CG ve TSSB komorbiditesi, yüksek patolojik yas ve travma semptomları	Yardım ajanslarının faktörleri dikkate alarak etkili yardım sunması
Duray ve Kabadayı, (2024)	Depresyon, yoğun özlem, nefret, yıkıcı düşünceler, kaçınma, yalnızlık, uyku bozuklukları, TSSB, sağlıklı duygular	Psikolojik destek, başa çıkma stratejilerini güçlendirme, genç yetişkinlere özel müdahaleler
Avcı, (2023)	Yoğun suçluluk (sağ kalanın ve ayrılma suçluluğu), psikopatoloji riski artışı	Psikodinamik yaklaşımla bireysel terapi, duygusal işleme (ima edilen)
Yelboğa, (2023)	Aşırı suçluluk, inkâr, çaresizlik, anlamsızlık, TSSB, uzamış/patolojik yas	Sosyal hizmet uzmanlarının yas danışmanlığı ile destek
Wilson vd., (2024)	TSSB semptomları (uyku bozuklukları, flashback'ler, konsantrasyon sorunları), depresyon, öfke, güçsüzlük, tarihi/kuşaklar arası travma, korku, güvenlik kaygıları, toplu yas	Belirtilmemiş
Avcı, (2022)	TSSB, majör depresyon, anksiyete, intihar düşüncesi/girişimi, psikopatolojik belirtiler	Belirtilmemiş
Fernández-Ordoñez vd., (2021)	Beklenen: TSSB, karmaşık yas, maternal depresyon, anksiyete, bağlanma sorunları, prematürite, riskli davranışlar	Kapsamlı psikososyal bakım, erken semptom tespiti, kaynak sağlama
Chen ve Tang, (2021)	Uzamış yas, TSSB, travma sonrası büyüme; maladaptif profiller (%69.2 orta/yüksek semptom)	Yas terapileriyle çatışmalar ve bitmemiş işleri ele alma
Tang ve Xiang, (2021)	PGD prevalansı (%37.8 IPGDS, %29.3 TGI-SR), akut yasın PGD'ye dönüşmesi, sosyal/işlevsel bozukluklar	Yüksek riskli bireyleri erken tanımlama, kültürel duyarlı yas desteği
Sami, (2021)	Post-travmatik büyüme (hayatın anlamlılaşması, empati artışı, sosyal ilişkilerde iyileşme), TSSB semptomları (ölüm kaygısı, anlamsızlık)	Dini ve kültürel ritüellerin desteklenmesi, boylamsal/karma yöntemli çalışmalar
Avcı ve Yıldırım, (2021)	Hayal kuramama, suçluluk, akademik başarısızlık, madde kötüye kullanımı, depresyon, düşük özgüven, korku, anksiyete, çekilme, öfke	Dini kavramlar, TSSB protokolleri, travma ve krize müdahale, sosyal destek, aileyle çalışma
Giannopoulou vd., (2020)	Yüksek TSSB (%77.6-79.4), depresyon (%42.1-48.1), kalıcı yas (%20.8), fonksiyonel bozulma	Erken müdahale ihtiyacı
Çubuk, (2020)	Kronik depresyon, ego kaybı, varoluşsal kaybolma, öfke, anksiyete, benlik saygısında azalma	Online terapi, kayıp nesnenin sağlıklı yasını tutma, travma odaklı eğitim
Yağlı Soykan, (2020)	Yoğun duygusal tepkiler (üzüntü, öfke, suçluluk), bilişsel karmaşıklıklar, davranışsal yalıtılmışlık, karmaşık manevi yas	Psikolog, sosyal hizmet uzmanı ve manevi bakım işbirliği, bütüncül destek programları
Johnsen ve Afgun, (2021)	Uzun süreli yas, TSSB, depresyon, anksiyete, anlam aramada bozulma, intikam düşünceleri, öfke; travma sonrası büyüme potansiyeli	Ruminasyon türlerini inceleme, yakın arkadaş ilişkilerini değerlendirme

Travmatik yas, araştırmalar genelinde ciddi ruh sağlığı sorunlarına yol açmaktadır. Çalışmaların tamamı, travmatik yasın psikopatolojik yükünü tutarlı biçimde rapor etmektedir ve yaygın sonuçlar arasında TSSB, depresyon, anksiyete ve uzun süreli veya karmaşık yas yer almaktadır.

Travmatik yasın ruh sağlığı üzerindeki etkileri ve önerilen tedavi veya müdahale yaklaşımları üzerine yapılan 15 çalışmanın meta-analizi, bu olgunun bireyler ve topluluklar üzerindeki derin ve çok boyutlu etkilerini ortaya koymaktadır. Çalışmalar, travmatik yasın ruh sağlığı sonuçlarının, farklı bağlamlarda ve popülasyonlarda tutarlı bir şekilde ciddi psikopatolojik etkilerle ilişkili olduğunu göstermektedir. Özellikle, TSSB, depresyon ve anksiyete, tüm çalışmalarda öne çıkan yaygın sonuçlar arasında yer almaktadır. Örneğin, Giannopoulou ve diğerleri (2020) tarafından yapılan çalışma, Yunanistan'da bir okul otobüsü kazası sonrası ergenlerde %77.6-79.4 oranında yüksek TSSB prevalansı ve %42.1-48.1 oranında depresyon bildirmiştir; bu, travmatik yasın fonksiyonel bozulma ile güçlü bir ilişkisini ortaya koymaktadır. Benzer şekilde, Jann ve diğlerleri (2024), Irak'taki iç yerinden edilmiş kişilerde Karmaşık Yas (Complicated Grief, CG) ve TSSB'nin yüksek komorbidite oranlarını (%36.7) rapor etmiş, ani ve şiddetli ölümlerin özellikle TSSB'yi tetiklediğini belirtmiştir. Wilson ve diğerleri (2024) ise, Siyahi üniversite öğrencilerinde, polis şiddeti kaynaklı kayıpların sadece bireysel düzeyde değil, aile ve arkadaş ağlarında da toplu yas ve sosyalleşme süreçlerinde karmaşıklık yarattığını, tarihsel ve kuşaklar arası travma ile güçsüzlük hissi gibi özgün sonuçlar doğurduğunu vurgulamıştır. Fernández-Ordoñez ve diğerleri (2021), perinatal kayıp sonrası gebelikte maternal depresyon, anksiyete ve bağlanma sorunları gibi beklenen sonuçları öngörürken, cinsiyet farklılıklarının (kadınlarda daha yoğun yas) önemini vurgulamıştır. Türkiye'de gerçekleştirilen çalışmalarda, örneğin Duray ve Kabadayı (2024), COVID-19 nedeniyle yakınlarını kaybeden genç yetişkinlerde yoğun özlem, yıkıcı düşünceler ve kaçınma davranışları gibi belirtiler rapor ederken, Çubuk (2020), toplumsal travmanın üniversite öğrencilerinde kronik depresyon, ego kaybı ve varoluşsal kaybolma gibi sonuçlara yol açtığını göstermiştir. Yağlı Soykan (2020), şehit yakınlarında ani kayıpların yoğun duygusal tepkiler (üzüntü, öfke, suçluluk) ve manevi yas ile sosyal işlevselliği bozduğunu belirtmiştir. Avcı (2023), travmatik yas yaşayanlarda *"sağ kalanın suçluluğu"* ve *"ayrılma suçluluğu"* gibi spesifik suçluluk türlerini tanımlarken, Avcı ve Yıldırım (2021), lise öğrencilerinde akademik başarısızlık, madde kötüye kullanımı ve düşük özgüven gibi ek sonuçlar rapor etmiştir. Yelboğa (2023), Kahramanmaraş depremi bağlamında aşırı suçluluk, inkâr ve anlamsızlık gibi sonuçların uzamış yasa dönüşme riskini artırdığını göstermiştir.

İlginç bir şekilde, bazı çalışmalar olumlu sonuçlar da bildirmiştir; örneğin, Johnsen ve Afgun (2020) ile Chuqian Chen ve Suqin Tang (2021), travma sonrası büyüme (post-traumatic growth, PTG) potansiyelini vurgulamış, özellikle ilişkilerde ve hayatı takdir etmede büyüme gözlemlenmiştir. Sami (2021), dini başa çıkma stratejilerinin (ahiret inancı, dua, sabır) PTG'yi kolaylaştırdığını ve hayatın anlamlılaşması gibi olumlu sonuçlar doğurduğunu belirtmiştir. Ancak, Tang ve Xiang (2021), COVID-19 kayıplarında uzamış yas bozukluğunun (prolonged grief disorder, PGD) yüksek prevalansını (%37.8) rapor ederek, akut yasın PGD'ye dönüşme riskinin kültürel normlardan sapma ve sosyal bozulmalarla arttığını göstermiştir. Bu sonuçlar, travmatik yasın bağlama özgü faktörlerden (örneğin, kayıp türü, kültürel normlar, sosyal destek) güçlü bir şekilde etkilendiğini ve hem patolojik hem de adaptif sonuçlar üretebileceğini ortaya koymaktadır. Karşılaştırmalı olarak, çatışma (Jann vd., 2024) ve doğal afet (Yelboğa, 2023) gibi toplu kayıplar daha yoğun psikopatoloji ile ilişkilendirilirken, bireysel kayıplar (Johnsen ve Afgun, 2021) daha fazla PTG potansiyeli sunmaktadır. Türkiye'de gerçekleştirilen çalışmalarda dini ve kültürel faktörlerin koruyucu rolü öne çıkarken, Batı kaynaklı çalışmalarda bu faktörler daha az vurgulanmaktadır.

Önerilen tedavi ve müdahale yaklaşımları açısından, çalışmalar arasında önemli bir çeşitlilik ve bazı durumlarda spesifik önerilerin eksikliği dikkat çekmektedir. Fernández-Ordoñez ve diğerleri (2021), perinatal kayıplar için kapsamlı psikososyal bakım, erken semptom tespiti ve kaynak sağlanmasını önerirken, Chuqian Chen ve Suqin Tang (2021), yaslı ve ölen arasındaki çatışmaları ele alan yas terapilerinin (grief therapies) büyümeyi kolaylaştırabileceğini belirtmiştir. Tang ve Xiang (2021), yüksek riskli bireylerin erken tanımlanmasını ve kültürel duyarlı yas desteğini vurgulamıştır, bu da Çin bağlamında kültürel normların önemini yansıtmaktadır. Türkiye'de gerçekleştirilen çalışmalarda, özellikle dini ve kültürel unsurlar içeren müdahaleler öne çıkmaktadır; örneğin, Sami (2021), dini ritüellerin (cenaze, taziye) yas kabulünü kolaylaştırabileceğini, ancak bunların COVID-19 sırasında

engellenmesinin süreci zorlaştırdığını belirtmiştir. Yağlı Soykan (2020), psikologlar, sosyal hizmet uzmanları ve manevi bakım profesyonellerinin iş birliğiyle bütüncül psikolojik-manevi destek programları önererek, özellikle şehit yakınları için anne ve eşlere özel raporlar hazırlanmasını savunmuştur. Duray ve Kabadayı (2024), genç yetişkinlere yönelik psikolojik destek ve başa çıkma stratejilerinin güçlendirilmesini önerirken, Çubuk (2020), risk grubundaki üniversite öğrencileri için online terapi ve travma odaklı eğitimlerin önemini vurgulamıştır. Avcı ve Yıldırım (2021), lise öğrencilerinde dini kavramların kullanımı, TSSB tedavi protokolleri, travma ve krize müdahale yol haritaları ile sosyal destek ve aileyle çalışmayı önermiştir. Yelboğa (2023), sosyal hizmet uzmanlarının yas danışmanlığıyla bireylerin ruhsal dengesini yeniden kurmasına destek olmasını savunurken, Avcı (2023), psikodinamik yaklaşımla bireysel terapi ve duygusal işlemeyi dolaylı olarak önermiştir. Ancak, Wilson ve diğerleri (2024), Jann ve diğerleri (2024), Giannopoulou ve diğerleri (2020), Johnsen ve Afgun (2021) ve Avcı (2022) gibi çalışmalar spesifik tedavi yöntemleri önermemiş, bunun yerine genel öneriler (örneğin, erken müdahale ihtiyacı, yardım ajanslarının faktörleri dikkate alması, ruminasyon türlerinin incelenmesi) sunmuştur. Karşılaştırmalı olarak, Türkiye'de gerçekleştirilen çalışmalarda dini ve manevi unsurların entegrasyonu, kolektivist kültürel bağlamdan kaynaklanan bir vurgu olarak öne çıkarken, uluslararası çalışmalarda daha bireysel ve sistemik yaklaşımlar (örneğin, yardım ajansları veya psikososyal bakım) baskındır. Genel olarak, önerilen müdahaleler arasında standart bir tedavi protokolünün eksikliği dikkat çekicidir; bu, travmatik yasın bağlama özgü doğası ve müdahale geliştirme çalışmalarındaki yetersizliklerden kaynaklanabilir. Bulgular, travmatik yasın ruh sağlığı üzerindeki ciddi etkilerinin erken ve kültürel duyarlı müdahalelerle hafifletilebileceğini, ancak bu alanda daha fazla kanıta dayalı ve standardize edilmiş tedavi protokollerine ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

TARTIŞMA

Bu sistematik derleme çalışması, travmatik yasın ruh sağlığı üzerindeki etkilerini ve önerilen tedavi veya müdahale yaklaşımlarını inceleyen 15 çalışmayı sistematik bir şekilde değerlendirmiştir. Bulgular, travmatik yasın bireyler ve topluluklar üzerinde ciddi ve çok boyutlu psikolojik etkiler yarattığını tutarlı bir şekilde ortaya koymaktadır. TSSB, depresyon ve anksiyete, tüm çalışmalarda öne çıkan yaygın sonuçlar olup, bu durum travmatik yasın ruh sağlığı açısından evrensel bir tehdit oluşturduğunu göstermektedir. Örneğin, Giannopoulou ve diğerleri (2020), ergenlerde yüksek PTSD (%77.6-79.4) ve depresyon (%42.1-48.1) oranları bildirirken, bu semptomların uzun süreli kalıcı yas riskini artırdığını vurgulamıştır. Benzer şekilde, Jann ve diğerleri (2024), Irak'taki iç yerinden edilmiş kişilerde *karmaşık yas* (CG) ve TSSB'nin yüksek komorbiditesini (%36.7) rapor ederek, ani ve şiddetli kayıpların bu sonuçları tetiklediğini göstermiştir. Wilson ve diğerleri (2024), Siyahi üniversite öğrencilerinde tarihsel ve kuşaklar arası travma ile güçsüzlük hissi gibi bağlama özgü sonuçlar tanımlarken, toplu yasın sosyal ağları karmaşıklaştırdığını belirtmiştir. Türkiye'de yapılan çalışmalarda, örneğin Duray ve Kabadayı (2024) ve Çubuk (2020), yoğun özlem, yıkıcı düşünceler, ego kaybı ve varoluşsal kaybolma gibi özgün sonuçlar rapor edilmiştir, bu da travmatik yasın bireysel ve toplumsal düzeyde farklı şekillerde tezahür edebileceğini göstermektedir. Yağlı Soykan (2020), şehit yakınlarında manevi yas ve sosyal işlevsellikte bozulma gibi sonuçlar tanımlarken, Yelboğa (2023), Kahramanmaraş depremi bağlamında aşırı suçluluk ve anlamsızlık gibi etkilerin uzamış yasa yol açtığını vurgulamıştır. Bu bulgular, travmatik yasın bağlama özgü faktörlerden (örneğin, kayıp türü, kültürel normlar, sosyal destek) güçlü bir şekilde etkilendiğini ve hem patolojik hem de adaptif sonuçlar üretebileceğini ortaya koymaktadır. Özellikle, Johnsen ve Afgun (2021) ile Chuqian Chen ve Suqin Tang (2021), travma sonrası büyüme (PTG) potansiyelini rapor ederek, travmatik yasın sadece olumsuz sonuçlarla sınırlı olmadığını, bazı bireylerde ilişkilerde iyileşme ve hayatı takdir etme gibi olumlu sonuçlar doğurabileceğini göstermiştir. Sami (2021), dini başa çıkma stratejilerinin (örneğin, ahiret inancı, dua) PTG'yi kolaylaştırdığını ve Türk kültüründe koruyucu bir rol oynadığını belirtmiştir. Ancak, Tang ve Xiang (2021), PGD yüksek prevalansını (%37.8) ve kültürel normlardan sapmanın sosyal bozulmalara yol açtığını rapor ederek, olumsuz sonuçların baskınlığını vurgulamıştır. Bu karşıt bulgular, travmatik yasın heterojen doğasını ve bireysel ile kültürel faktörlerin sonuçlar üzerindeki etkisini yansıtmaktadır. Çatışma (Jann vd., 2024) ve doğal afet (Yelboğa, 2023) gibi toplu kayıplar, bireysel kayıplara (Johnsen ve Afgun, 2021) kıyasla daha yoğun psikopatoloji ile ilişkilendirilirken, dini ve kültürel bağlamların (Sami, 2021; Yağlı Soykan, 2020) olumlu sonuçları desteklediği görülmüştür.

Tedavi ve müdahale yaklaşımları açısından, çalışmalar arasında önemli bir çeşitlilik ve standart bir protokolün eksikliği dikkat çekmektedir. Fernández-Ordoñez ve diğerleri (2021), perinatal kayıplar için kapsamlı psikososyal bakım ve erken semptom tespitini önerirken, Chuqian Chen ve Suqin Tang (2021), yas terapilerinin çatışmaları ele alarak büyümeyi kolaylaştırabileceğini savunmuştur. Türkiye'de yapılan çalışmalarda, dini ve manevi unsurların entegrasyonu belirgin bir özelliktir; örneğin, Sami (2021), dini ritüellerin yas kabulünü desteklediğini, ancak COVID-19 sırasında bunların engellenmesinin süreci zorlaştırdığını belirtmiştir. Yağlı Soykan (2020), psikologlar, sosyal hizmet uzmanları ve manevi bakım profesyonellerinin işbirliğiyle bütüncül destek programları önererek, kültürel duyarlılığın önemini vurgulamıştır. Duray ve Kabadayı (2024), genç yetişkinlere yönelik psikolojik destek ve başa çıkma stratejilerinin güçlendirilmesini önerirken, Çubuk (2020), online terapi ve travma odaklı eğitimlerin risk grubundaki öğrenciler için etkili olduğunu savunmuştur. Avcı ve Yıldırım (2021), dini kavramlar, TSSB tedavi protokolleri ve sosyal destek gibi çok yönlü yaklaşımlar önermiştir. Yelboğa (2023), sosyal hizmet uzmanlarının yas danışmanlığıyla bireylerin ruhsal dengesini yeniden kurmasına destek olmasını önerirken, Avcı (2023), psikodinamik yaklaşımla bireysel terapinin faydalı olabileceğini ima etmiştir. Ancak, Wilson ve diğerleri (2024), Jann ve diğerleri (2024), Giannopoulou ve diğerleri (2020), Johnsen ve Afgun (2021) ve Avcı (2022) gibi çalışmalar spesifik tedavi yöntemleri sunmamış, bunun yerine genel öneriler (örneğin, erken müdahale, yardım ajanslarının faktörleri dikkate alması) ile sınırlı kalmıştır. Bu durum, travmatik yas için kanıta dayalı müdahalelerin geliştirilmesinde önemli bir boşluk olduğunu göstermektedir. Türkiye'de yapılan çalışmalarda kolektivist kültürel bağlamdan kaynaklanan dini ve manevi vurgu, uluslararası çalışmalardaki bireysel ve sistemik yaklaşımlarla (örneğin, Jann vd., 2024; Fernández-Ordoñez vd., 2021) tezat oluşturmaktadır. Bu farklılıklar, müdahalelerin kültürel bağlama özgü olarak tasarlanması gerektiğini ve evrensel bir tedavi modelinin uygulanabilirliğinin sınırlı olabileceğini göstermektedir.

Literatürle karşılaştırıldığında, bu sistematik derleme çalışması, travmatik yasın ruh sağlığı üzerindeki etkilerinin bağlama özgü doğasını ve müdahale yaklaşımlarındaki çeşitliliği desteklemektedir. Önceki çalışmalar, travmatik yasın TSSB, depresyon ve anksiyete gibi sonuçlarla ilişkili olduğunu tutarlı bir şekilde rapor etmiştir (Prigerson vd., 2021; Shear vd., 2011). Ancak, bu çalışma, özellikle Türk kültürü bağlamında dini ve manevi başa çıkma stratejilerinin PTG üzerindeki olumlu etkisini vurgulayarak literatüre özgün bir katkı sunmaktadır. Ayrıca, toplu kayıpların (örneğin, çatışma, doğal afet) bireysel kayıplara kıyasla daha yoğun psikopatoloji ile ilişkili olduğu bulgusu, travmatik yasın şiddetini artıran bağlamsal faktörlerin önemini doğrulamaktadır (Bonnano vd., 2010). Müdahale yaklaşımlarındaki eksiklik, Shear ve diğerlerinin (2016) karmaşık yas için spesifik terapi protokolleri önerdiği çalışmalarla tezat oluşturmakta ve bu alanda daha fazla randomize kontrollü çalışmaya ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Gelecekteki araştırmalar, travmatik yasın uzun vadeli etkilerini ve müdahale etkinliklerini değerlendirmek için daha fazla boylamsal çalışma yürütmeli, kültürel duyarlılığı entegre eden standart protokoller geliştirmelidir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu sistematik derleme çalışması, travmatik yasın bireyler ve topluluklar üzerindeki derin etkilerini ortaya koyarak, ruh sağlığı açısından ciddi bir halk sağlığı sorunu olduğunu göstermektedir. Travmatik yas, bireylerde yoğun psikolojik yükler oluştururken, aynı zamanda kültürel ve bağlamsal faktörlere bağlı olarak farklı sonuçlar üretebilmektedir. Olumsuz sonuçlar arasında, bireylerin günlük işlevselliğini bozan, sosyal ilişkilerini karmaşıklaştıran ve uzun vadeli ruhsal sorunlara yol açabilen semptomlar öne çıkmaktadır. Travmatik yas yaşayan bireylerde depresyon, TSSB, anksiyete ve uzamış yas belirtilerinin sık görülmesi, bu bireylerin yalnızca semptom temelli değil, bütüncül bir psikososyal çerçeveyle değerlendirilmesi gerektiğini göstermektedir. Aynı zamanda, bazı bireylerde anlam bulma ve kişisel büyüme gibi olumlu sonuçların ortaya çıkması, travmatik yasın yalnızca patolojik bir süreç olmadığını, uygun destekle adaptif sonuçlara da yol açabileceğini göstermektedir. Etkili müdahaleler ise bireyin kültürel kimliğini, sosyal bağlarını ve anlam üretme biçimlerini tanıyan; travma ve yas süreçlerini bir arada ele alan entegratif yaklaşımlar olmalıdır. Bu çerçevede travmatik yas, yalnızca bir kaybın ardından yaşanan bireysel bir acı değil, insanın dünyayla olan bağının yeniden kurulduğu derin bir ruhsal yeniden yapılanma süreci olarak değerlendirilmelidir. Müdahale yaklaşımları, bireylerin ihtiyaçlarına ve kültürel bağlamlara göre özelleştirilmiş desteklerin önemini vurgulamaktadır. Ancak, standart bir tedavi protokolünün eksikliği, bu alanda daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğunu ortaya

koymaktadır.

Travmatik yasın etkilerini hafifletmek için, ruh sağlığı uzmanları ve sosyal hizmet çalışanları, bireylerin kayıp deneyimlerini anlamaya yönelik bütüncül yaklaşımlar geliştirmelidir. Kültürel duyarlılık, özellikle dini ve manevi unsurların entegrasyonu, müdahalelerin etkinliğini artırabilir. Erken müdahale programları, yüksek riskli bireylerin tanımlanması ve desteklenmesi için kritik öneme sahiptir. Eğitim kurumları ve topluluk merkezleri, genç yetişkinler ve risk grupları için erişilebilir psikolojik destek hizmetleri sunmalıdır. Ayrıca, online terapi gibi yenilikçi yaklaşımlar, özellikle kriz dönemlerinde erişimi kolaylaştırabilir. Gelecekteki çalışmalar, travmatik yasın uzun vadeli etkilerini ve müdahale etkinliklerini değerlendirmek için daha fazla longitudinal ve randomize kontrollü çalışma yürütmelidir. Bu çalışmalar, farklı popülasyonlar ve bağlamlar için özelleştirilmiş müdahale protokolleri geliştirerek, travmatik yasın ruh sağlığı üzerindeki etkilerini azaltmaya katkıda bulunabilir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak, incelenen çalışmaların metodolojik çeşitliliği (nitel, nicel, longitudinal, kesitsel) ve örneklem büyüklüklerindeki farklılıklar, bulguların karşılaştırılabilirliğini kısıtlamıştır. Özellikle nitel çalışmaların küçük örneklem büyüklükleri, genellenebilirliği sınırlamaktadır. İkinci olarak, bazı çalışmaların (örneğin, Fernández-Ordoñez vd., 2021) sonuçlarının henüz mevcut olmaması, analizde eksik verilere yol açmıştır. Üçüncü olarak, müdahale önerilerinin çoğunun genel ve spesifik olmayan doğası, kanıta dayalı tedavi protokollerinin eksikliğini yansıtmaktadır. Son olarak, çalışmaların farklı kültürel bağlamlardan gelmesi, bulguların evrensel uygulanabilirliğini zorlaştırmakta ve kültürel duyarlılığın önemini vurgulamaktadır. Bu sınırlılıklar, gelecekteki araştırmaların daha standart ve kapsamlı metodolojiler kullanmasını gerektirmektedir.

Etik Beyan: *Bu çalışmada etik beyanı gerektirecek herhangi bir uygulama kullanılmamıştır. Aksi bir durumun tespiti hâlinde Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisinin hiçbir sorumluluğu olmayıp tüm sorumluluk çalışmanın yazarlarına aittir.*

Ethics Statement: *This study did not utilize any practices that would require an ethical declaration. Should a contrary finding occur, Beykent University Journal of Social Sciences assumes no responsibility; all responsibility rests with the authors.*

KAYNAKÇA

Avcı, M. (2022). Travmatik yas yaşayan üniversite öğrencilerinin savunma düzenekleri, psikolojik belirtileri ve MMPI klinik alt boyutlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (BUSBED)*, *12*(24), 505-525. https://doi.org/10.29029/busbed.1123860.

Avcı, M. (2023). Travmatik yas yaşayan ve yaşamayan bireylerde suçluluk: Psikodinamik bakış açısı. *Türkiye Bilimsel Araştırmalar Dergisi*, *8*(2), 246-259. https://dergipark.org.tr/en/pub/tubad/issue/82234/1199075.

Avcı, M., & Yıldırım, T. (2021). Experiences of school psychological counsellors working with high school students experiencing traumatic mourning: a focus group study report. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, *11*(60), 13-36. https://dergipark.org.tr/en/pub/tpdrd/issue/61022/905968.

Bildik, N. (2013). *Yas ve yas süreci: Kuramsal yaklaşımlar ve uygulamalar*. Nobel Akademik Yayıncılık.

Boelen, P. A., Reijntjes, A., Smid, G. E., & Lenferink, L. I. M. (2016). Prolonged grief disorder. *Current Psychiatry Reports, 18*(8), 1-10. https://doi.org/10.1007/s11920-016-0714-0

Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist, 59*(1), 20-28. https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20

Bonanno, G. A., Brewin, C. R., Kaniasty, K., & Greca, A. M. L. (2010). Weighing the costs of disaster: Consequences, risks, and resilience in individuals, families, and communities. *Psychological science in the public interest*, *11*(1), 1-49. https://doi.org/10.1177/1529100610387086

Burke, L. A., & Neimeyer, R. A. (2013). *Prospective risk factors for complicated grief: A review of the empirical literature*. Routledge.

Chen, C., & Tang, S. (2021). Profiles of grief, post-traumatic stress, and post-traumatic growth among people bereaved due to COVID-19. *European Journal of Psychotraumatology*, *12*(1), 1-12. https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1947563.

Çolak, G. V., & Hocaoğlu, Ç. (2021). Kayıp ve yas: Bir gözden geçirme. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, *3*(1), 56-62. https://doi.org/10.35365/ctjpp.21.1.07

Çubuk, B. (2020). Covid-19 ile gelen kayıp nesne, yas ve depresyon. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, *10*(21), 90-99. https://dergipark.org.tr/tr/pub/yalovasosbil/issue/57136/762666

Duray, E., & Kabadayı, F. (2024). Covid-19 pandemisinde birinci derecede yakınını kaybetmiş genç yetişkinlerde Travma Sonrası Stres Bozukluğu belirtileri ile yas süreci. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *11*(2), 125-139. https://doi.org/10.34086/rteusbe.1529244.

Fernández-Ordoñez, E., González-Cano-Caballero, M., Guerra-Marmolejo, C., Fernández-Fernández, E., & García-Gámez, M. (2021). Perinatal grief and post-traumatic stress disorder in pregnancy after perinatal loss: a longitudinal study protocol. *International journal of environmental research and public health*, *18*(6), 1-6. https://doi.org/10.3390/ijerph18062874.

Giannopoulou, I., Richardson, C., & Papadatou, D. (2021). Peer loss: Posttraumatic stress, depression, and grief symptoms in a traumatized adolescent community. *Clinical child psychology and psychiatry*, *26*(2), 556-568. https://doi.org/10.1177/135910452098002.

Gough, D., Oliver, S., & Thomas, J. (2012). Introducing systematic reviews. In D. Gough, S. Oliver ve J. Thomas (Eds.), *An introduction to systematic reviews* (pp. 1-16). Sage.

Heeke, C., Kampisiou, C., Niemeyer, H., & Knaevelsrud, C. (2017). A systematic review and meta-analysis of correlates of prolonged grief disorder in adults exposed to violent loss. *European journal of psychotraumatology, 8*(sup6), 1583524. https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1583524.

Jann, P., Neldner, S., Neuner, F., & Mohammed, R. (2024). Complicated grief and posttraumatic stress after loss and separation under terror conditions. *Journal of traumatic stress*, *37*(1), 154-165. https://doi.org/10.1002/jts.22990

Johnsen, I., & Afgun, K. (2021). Complicated grief and post-traumatic growth in traumatically bereaved siblings and close friends. *Journal of Loss and Trauma*, *26*(3), 246-259. https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1762972.

Karaçam, Z. (2013). Sistematik derleme metodolojisi: Sistematik derleme hazırlamak için bir rehber

Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi, 6(1), 26-33

Lasserson, T. J., Thomas, J., & Higgins, J. P. T. (2019). Starting a review. In J. P. T. Higgins vd. (Eds), *Cochrane handbook for systematic reviews of interventions* (2nd Edition) (pp. 3-12). Wiley-Blackwell.

Li, J., Precht, D. H., Mortensen, P. B., & Olsen, J. (2014). Mortality in parents after death of a child in Denmark: A nationwide follow-up study. *The Lancet, 355*(9215), 839-841.

Nickerson, A., Bryant, R. A., Steel, Z., Silove, D., & Brooks, R. (2014). A critical review of psychological treatments of posttraumatic stress disorder and complex PTSD. *Clinical Psychology Review, 34*(2), 125-138. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.12.003

Prigerson, H. G., Boelen, P. A., Xu, J., Smith, K. V., & Maciejewski, P. K. (2021). Validation of the new DSM-5-TR criteria for prolonged grief disorder and the PG-13-Revised (PG-13-R) scale. *World Psychiatry*, *20*(1), 96-106. https://doi.org/10.1002/wps.20823

Sami, S. (2021). Covid-19 nedeniyle yakınlarını kaybeden bireylerde yas süreci ve dini başa çıkma. *İlahiyat Tetkikleri Dergisi*, (55), 421-444. https://doi.org/10.29288/ilted.888706.

Schaal, S., Jacob, N., Dusingizemungu, J. P., & Elbert, T. (2010). Rates and risks for prolonged grief disorder in a sample of orphaned and widowed genocide survivors. *BMC psychiatry*, *10*(1), 55. https://doi.org/10.1186/1471-244X-10-55

Shear, K., Frank, E., Houck, P. R., & Reynolds, C. F. (2005). Treatment of complicated grief: a randomized controlled trial. *Jama*, *293*(21), 2601-2608.

Shear, M. K., Reynolds, C. F., Simon, N. M., Zisook, S., Wang, Y., Mauro, C., ... & Skritskaya, N. (2016). Optimizing treatment of complicated grief: A randomized clinical trial. *JAMA psychiatry*, *73*(7), 685-694.

Shear, M. K., Simon, N., Wall, M., Zisook, S., Neimeyer, R., Duan, N., ... & Keshaviah, A. (2011). Complicated grief and related bereavement issues for DSM-5. *Depression and anxiety*, *28*(2), 103-117. https://doi.org/10.1002/da.20780

Stroebe, M., Schut, H., & Boerner, K. (2017). Cautioning health-care professionals: Bereaved persons are misguided through the stages of grief. *Omega: Journal of Death and Dying, 74*(4), 455-473. https://doi.org/10.1177/0030222817724167

Tang, S., & Xiang, Z. (2021). Who suffered most after deaths due to COVID-19? Prevalence and correlates of prolonged grief disorder in COVID-19 related bereaved adults. *Globalization and health*, *17*(1), 17-19. https://doi.org/10.1186/s12992-021-00669-5.

Wilson, B. L., Wolfer, T. A., Wooten, N. R., Pitner, R., Moore, S. E., & Anders, A. D. (2024). "Am I Next?": A qualitative study of Black college students' experiences of stress, trauma, and grief from exposures to police killings. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, *34*(3), 390-422. https://doi.org/10.1080/10911359.2023.2173353.

Worden, J. W. (2018). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (5th ed.). Springer Publishing Company.

Yağlı Soykan, N. (2020). Şehit Yakınlarının Yas Deneyimine İlişkin Fenomenolojik Bir Araştırma. *Turkish Studies-Comparative Religious Studies*, *15*(2), 255-282. https://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.43409.

Yelboğa, N. (2023). Kahramanmaraş depremi özelinde travmatik yas ve sosyal hizmetin yas danışmanlığı müdahalesi. *Uluslararası Toplumsal Bilimler Dergisi*, *7*(1), 97-121. http://dx.doi.org/10.30830/tobider.sayi.13.6.