

Yas Sürecinde Uygulanan Psikolojik Müdahale Yaklaşımlarının Doküman Analizi İle İncelenmesi

Investigation of Psychological Intervention Approaches in the Grief Process by Document Analysis

Emre KIZILTAN^[1] Yağmur ULUSOY^[2]

Başvuru Tarihi:20 Eylül 2021

ÖZ

Kabul Tarihi:18 Şubat 2022

Öznel bir yapıya sahip olan yas sürecini her birey farklı şekilde tamamlamakta ancak bazı bireyler bu süreçte yas danışmanlığı ve yas terapisi gibi profesyonel desteğe gereksinim duymaktadır. Bu araştırmanın amacı yas sürecinde uygulanan psikolojik yardım müdahalelerinde hangi yaklaşımların/modellerin referans alındığını; müdahale edilen yaş gruplarının nasıl bir dağılım gösterdiğini ve müdahalelerin etkili olup olmadığını incelemektir. Araştırmada nitel veri toplama yöntemi olan doküman analizinden yararlanılmıştır. Araştırmanın dokümanları 2001-2021 yılları arasında yayımlanmış, İngilizce dilinde yazılmış, deneysel çalışma içeriğine sahip makale ve tezlerdir. Bu kapsamda Science Direct, ERIC, Proquest veri tabanlarında, "grief counseling" ve "grief therapy" anahtar kelimeleri ile tarama yapılmış ve araştırmaya dâhil edilme kriterlerini karşılayan 41 yayına ulaşılmıştır. Araştırmada ulaşılan makale ve tezlerde yas sürecinde Bilişsel Davranışçı Terapi ve Grupla Psikolojik Danışma müdahale yaklaşımlarının/modellerinin ön planda olduğu, ayrıca çocuklar, ergenler, gençler ve yetişkinlerden oluşan örneklem grupları ile çalışıldığı ancak yaşlılardan oluşan örneklem grupları ile yapılan araştırmaların sınırlı olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda, yas sürecinde uygulanan müdahale yaklaşımlarının/modellerinin çoğunlukla etkili olduğu ve grupla yapılan müdahalelerin daha fazla tercih edildiği görülmüş ve bu sonuçlar alanyazın ışığında tartışılmıştır. Ayrıca gelecekte yapılacak çalışmalar için araştırmacılara çeşitli öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: yas danışmanlığı, yas terapisi, doküman analizi

Received Date:20 September 2021

ABSTRACT

Accepted Date:18 February 2022

Each individual completes the grief process, which has a subjective structure, but some individuals need professional support such as grief counseling and grief therapy in this process. The aim of this research is to determine which approaches/models are taken as reference in psychological help interventions applied during the grieving process; to examine how the age groups intervened are distributed and whether the interventions are effective. In the study, document analysis, which is a qualitative data collection method, was benefited. The documents of the research are articles and theses published between 2001-2021, written in English, with experimental study content. In this context, Science Direct, ERIC, Proquest databases were searched with the keywords "grief counseling" and "grief therapy" and 41 publications meeting the inclusion criteria of the research were reached. In the articles and theses reached in the research, it has been determined that Cognitive Behavioral Therapy and Group Counseling intervention approaches/models are at the forefront in the grieving process. In addition, it is detected that it is studied with sample groups consisting of children, adolescents, young people, and adults, but studies with sample groups consisting of the elderly are limited. As a result of the research, it was seen that the intervention approaches/models applied in the grieving process were mostly effective and group interventions were preferred more, and these results were discussed in the light of the literature. In addition, various suggestions were presented to researchers for future studies.

Keywords: grief counseling, grief therapy, document analysis

Atf
Cite

Kızıltan, E., & Ulusoy, Y. (2022). Yas sürecinde uygulanan psikolojik müdahale yaklaşımlarının doküman analizi ile incelenmesi. *Humanistic Perspective*, 4 (1), 146-163. <https://doi.org/10.47793/hp.998187>

^[1] Yüksek Lisans Öğrencisi | İnönü Üniversitesi | Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık | Malatya | Türkiye | ORCID: 0000-0001-8872-4414 | kzltnemre95@gmail.com

^[2] Dr. Öğr. Üyesi | İnönü Üniversitesi | Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık | Malatya | Türkiye | ORCID: 0000-0002-8906-7396

GİRİŞ

Yaşamı boyunca bir insan, hayatında farklı rolleri olan kişilerin kaybindan endişe duymakla beraber onlardan en az birinin kaybını deneyimlemiştir. İnsanoğlu, binlerce yıldan beri kayıplarından dolayı yas tutmaktadır (Worden, 2003). Malkinson'a (2009) göre ölüme bağlı yaşanan kayıp, en acı kayıptır. Sevilen birinin kaybı sonrasında yaşanan süreci açıklayan üç farklı kavram vardır. Kayıp yaşama (*bereavement*), bireyin sevilen birinin kaybı sonrasında içinde bulunduğu durumun nesnel ifadesidir. Sürecin toplumsal ya da dışsal bileşenini yansıtır. Matem (*mourning*), sevilen birinin kaybı sonrasında hüznün duygusunun yaşandığı dönemi kapsar. Bu, genellikle sevilen kişinin ölümüyle ilişkilendirilir. Yas (*grief*), ölüm nedeniyle kayıp yaşayan bireylerde bu kayba karşı verilen uyum tepkilerini yansıtır. Yas; fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal olmak üzere farklı tepki biçimlerini içeren çok yönlü bir duygudur (Humphrey, 2017; Malkinson, 2009; Weiss, 2001). Kısacası yas, bir kaybın ardından meydana gelen şiddetli ve uzun süreli acı veren bir süreçtir (Bildik, 2013; Gizir, 2014; Weiss, 2001). Normal yas sürecinde bireylerin üzüntü, suçluluk, inkâr, öfke, sürekli olarak ölen kişiyi düşünme, iştahsızlık ya da uykusuzluk gibi tepkilerinin bir ile iki yıl arasında sürmesi ve bu sürenin sonunda azalmaya başlaması beklenir. Karmaşık yas ise, kaybın ardından en az 6 ay geçmesine rağmen kayıp yaşayan bireyin kişisel, sosyal ve mesleki yaşam alanlarındaki işlevselliğinin giderek bozulması sonucu oluşan bir sorun olarak nitelendirilebilir (Volkan ve Zintl, 2010).

Worden (2009) normal yas sürecine geniş bir yer verirken; yas sürecine müdahalede başvuru yas danışmanlığı ile yas terapisi uygulamalarının birbirinden farklı olduğunu belirtmiştir. Yas danışmanlığı normal yas sürecinde verilen psikolojik yardım ve destek olmak anlamına gelirken; yas terapisi ise normal olmadığı düşünülen tepkilere (*ör: uyusukluk veya tepkisizlik hissi, ölüm gerçeğini kavramada güçlük, kontrolü kaybetme hissi vb.*) müdahale etmek anlamına gelmektedir. Worden (2001) aynı zamanda yas sürecini belirli aşamalardan oluşan bir süreç olarak tanımlamak yerine, bireyin yas sürecine uyum gösterebilmesi için başarması gereken görevler olarak tanımlamaktadır. Bu görevlerin belirli bir sırada tamamlanması beklenmediği gibi görevlerin başarıyla tamamlanması bir gereklilik değildir. Ancak bir görev üzerinde çalışırken, bir önceki görevin tamamlanmasının önemli katkıları olduğu bilinmektedir. Bu görevler modeli Stroebe ve Schut'un (2001) belirttiği gibi yas tutanın pasif kalmadığı aktif olarak rol aldığı bir süreçtir. Herkesin bu görevleri başarılı bir şekilde tamamlayabildiğini söylemek mümkün değildir. Yasın doğası, yoğunluğu ve süresi gibi çeşitli değişkenler bu süreci etkileyebilmektedir (Malkinson, 2009). Bireyin duygusal yapısı, kaybedilen ilişkinin özgül doğası, kaybın nasıl gerçekleştiği ve yas tepkilerine karşı toplumsal kısıtlamalar yas sürecinin aşamalarının tamamlanmasını zorlaştırabilmektedir (Volkan ve Zintl, 2010). Bu nedenle yas sürecini başarılı bir şekilde tamamlayamayan bireylerin yardım arayışına girmeleri olasıdır. Yas danışmanlığı ve

yas terapisi, yas sürecinin başarılı bir şekilde tamamlanabilmesinde başvurulabilecek profesyonel yardımlardır.

Alanyazında yas sürecinde verilen psikolojik yardımların yas danışmanlığı ve yas terapisi uygulamaları çatısı altında toplandığı görülmektedir (Brandoff, 2018; Brassil, 2015; Braboy 2013; Bemm vd., 1999; Chan vd., 2004; Herres vd., 2017; Hornbeck, 2004; Lawther ve Oehman, 1985; Levin, 1998; Molaie vd., 2010; Miller 2015; Nijdam vd., 2018; Roubenzadeh vd., 2012; Rosenblatt ve Elde, 1990; Riordan ve Allen, 1989; Reynolds, 1999; Spuij vd., 2013; Schut vd.,1996). Bu araştırmalar aynı zamanda yas sürecinde verilen psikolojik yardım müdahalelerine duyulan ihtiyacı da ortaya koymaktadır. Bu doğrultuda gerçekleştirilen bu çalışma ile 2001-2021 yılları arasında ERIC, Science Direct ve Proquest veri tabanlarında yayınlanmış tez ve makaleler de yas sürecinde hangi müdahale yaklaşımlarına/modellerine başvurulduğunun; hangi yaş gruplarıyla çalışıldığının ve müdahalelerinin etkililiğinin ortaya çıkarılmasına çalışılmıştır.

Yas nedeniyle verilen psikolojik yardım müdahalelerin gelecekte daha da önemli olacağını düşünülmektedir. Çünkü bugün tüm dünyayı etkisi altına alan COVID-19 salgını nedeni ile birçok insan ya sevdiklerini kaybetmekte ya da kayıp deneyimine yaklaşmaktadır. Bir bakıma dünyada, aynı nedenden dolayı kayıp yaşayan birçok insan kolektif bir yas sürecindedir. Bu noktada ruh sağlığı profesyonellerinin rolünün daha da ön plana çıkacağı söylenebilir. Çünkü kayıpla birlikte ortaya çıkan yasın farkında olmak önemlidir (Çubuk, 2020; Savaş, 2020). Ruh sağlığı profesyonellerinin yas sürecinin doğası, işleyişi ve danışanlara yönelik verilen psikolojik yardım müdahaleleri vb. konularda bilgilendirilmelerinin son derece önemli ve faydalı olacağı düşünülmektedir (Hannon ve Hunt, 2014). Her ne kadar ruh sağlığı profesyonellerinin yas sürecine müdahale etme konusunda yetkin oldukları varsayılsa da; günümüzde yas sürecinde hangi müdahale yaklaşımlarının/modellerinin ön plana çıktığı ya da hangilerinin daha az tercih edildiği; hangi grupların psikolojik yardım hizmetinden daha fazla ya da az yararlandığı ve verilen psikolojik yardım hizmetlerinin etkili olup olmadığı konusunda da bilgi sahibi olmaları önemlidir. Çünkü ruh sağlığı profesyonelleri farklı danışan sorunlarıyla (*yas bunlardan sadece biri*) çalışmakta ve zamanını etkili kullanmak durumundadır. Her sorun doğası gereği farklı müdahale prosedürleri gerektirdiğinden; ruh sağlığı profesyonellerinin etkili ve hızlı müdahale edebilmeleri için soruna ilişkin ek bilgilere ihtiyaç duyması olasıdır. Bu araştırmadan elde edilecek bulguların yasa müdahale edecek ruh sağlığı profesyonellerinin ihtiyaç duyacakları ek bilgileri sunacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın amacı yas sürecinde uygulanan psikolojik yardım müdahalelerinde hangi yaklaşımların/modellerin referans alındığını; müdahale edilen yaş gruplarının nasıl bir dağılım gösterdiğini ve müdahalelerin etkili olup olmadığını incelemektir. Bu amaç çerçevesinde aşağıdaki soruların yanıtları aranmıştır.

1. Yas sürecinde verilen psikolojik yardım müdahalelerinde (*yas danışmanlığı ve terapisi*) hangi yaklaşımlara/modellere başvurulmuştur?
2. Yas sürecinde uygulanan psikolojik yardım müdahalelerini içeren deneysel çalışmaların örneklem (*yaş*) gruplarına göre dağılımı nasıldır?"
3. Yas sürecinde uygulanan psikolojik yardım müdahalelerini içeren deneysel çalışmaların etkililiği nasıldır?

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma yas danışmanlığı ve terapisi konusunu ele alan araştırma makalelerini ve lisansüstü tezleri incelemeyi amaçlayan betimsel bir çalışmadır. Bu çalışmada veri toplama yöntemi olarak, Bowen'ın (2009) hem basılı hem de elektronik materyalleri incelemek veya değerlendirmek için sistematik bir yöntem olarak tanımladığı doküman analizine başvurulmuştur. Doküman analizi, genellikle diğer araştırma yöntemleriyle birlikte kullanılabilirdiği gibi bağımsız bir yöntem olarak da kullanılabilir (Kıral, 2020). Reklamlar, kitaplar, dergiler, broşürler, günlükler, mektuplar, gazeteler, basılı yayınlar, haritalar, çizelgeler, senaryolar, kurumsal raporlar ve anket verileri gibi birçok doküman çeşidi bulunmaktadır (Bowen, 2009). Bu araştırmanın dokümanları yayınlanan makaleler ve tezlerdir.

Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın örneklemini 2001-2021 yılları arasında; ERIC, Science Direct ve Proquest veri tabanlarında, "*yas danışmanlığı/grief counselling*" ve "*yas terapisi/ grief therapy*" anahtar sözcükleri ile tarandığında ulaşılan deneysel çalışma desenine sahip, İngilizce dilinde yayımlanmış, tüm makale ve tezler oluşturmaktadır. Bu kriterleri karşılayan 41 yayın araştırma kapsamına dâhil edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Doküman analizinin ilk adımı, uygun dokümanları bulmaktır. Bunun için öncelikli olarak dokümanların gerekli ve kullanışlı olduğundan emin olmak gerekir (Merriam, 2013). Bu çalışmada yas danışmanlığı ve yas terapisi alanında 2001-2021 yılları arasında yayımlanan deneysel çalışmalara ulaşmak amaçlandığı için arama motorlarında "*yas danışmanlığı/grief counselling*" ve "*yas terapisi/grief therapy*" anahtar kelimelerinin kullanılmasına karar verilmiştir. Sosyal bilimler alanında sıklıkla tercih edilen ve bu araştırma için yeterli düzeyde tarama yapmaya olanak sağladığı için bu araştırma kapsamında İngilizce dilinde yayımlanan makaleler için ERIC (*eric.ed.gov*), Science Direct (*sciencedirect.com*) veri tabanları ve tezler için ProQuest (*proquest.com*) veri tabanı kullanılmıştır.

ERIC veri tabanında, 2001-2021 yıllarını kapsayan "Grief Counselling" anahtar kelimesi kullanılarak yapılan taramada 71 adet makale dizinlenmektedir. "Grief Therapy" anahtar kelimesi kullanılarak yapılan taramada ise 13 adet makale dizinlenmektedir. Science Direct veri tabanında "Grief Counselling" anahtar kelimesi ile yapılan taramada 169; "Grief Therapy" anahtar kelimesi kullanılarak yapılan taramada 60 araştırma makalesi dizinlenmektedir. Her iki veri tabanında dizinlenen makalelerden toplamda 21 makale hem İngilizce diline hem de deneysel desene sahip olduğu için araştırmaya dâhil edilmiştir. Diğerleri derleme, kuramsal açıklama, kitap incelemesi gibi deneysel olmayan araştırma desenine ve İngilizce dilinden farklı dillere sahip olduğu için bu araştırma kapsamının dışında tutulmuştur.

ProQuest veri tabanında, 2001-2021 yıllarını kapsayan, "Grief Counselling" anahtar sözcüğü tez özetlerinde tarandığında 325 adet; "Grief Therapy" anahtar sözcüğü ile tez özetlerinde tarandığında 1592 adet tez dizinlenmektedir. Bunlardan İngilizce dilinde yazılmış, tam metnine ulaşılabilen ve deneysel çalışma desenine sahip 20 tez bu araştırmanın kapsamına dahil edilmiştir. Diğer çalışmalar İngilizce dilinden farklı dillere sahip olması, tam metne ulaşılmasına izin verilmemesi, alanyazın taraması, yasa yönelik herhangi bir müdahale yaklaşımı ya da tekniği deneysel olarak test etmemesi sebebiyle bu araştırmanın kapsamı dışında tutulmuştur.

Verilerin Analizi

Nitel araştırmalarda doküman incelemesi yapılırken içerik analizinden yararlanır. İçerik analizi, araştırma kapsamında toplanan bilgilerin kodlanması esasına dayanır. Kodlama, kategoriler oluşturmaya başlamanın bir yoludur (Merriam, 2013). Bu araştırmada da içerik analizinden yararlanılmış, dokümanlardan elde edilen bilgiler araştırma sorularına göre kodlanmış ve kategorilere ayrılmıştır. Nitel araştırmaların en güçlü belirleyicisi olan iç geçerliliği sağlamada sıklıkla başvurulan yollardan biri üçgenleme tekniğidir. Birden fazla araştırmacının aynı çalışma kapsamında veri toplama ve analiz etme sürecine birlikte katılmasına araştırmacı üçgenlemesi denir (Merriam, 2013). Bu araştırmada araştırmacı üçgenlemesi tekniğinden yararlanılmış, araştırmacılar toplanan verileri birbirlerinden bağımsız kodlamış; elde edilen kodlar karşılaştırılmış; farklı kodlar üzerinde tartışılmış ve nihai karara ulaşılmıştır. Son olarak kategorilere karar verilmiştir.

Etik Onay

Bu çalışma etik kurul onayı gerektirmemektedir. Bununla birlikte yazarlar elde edilen verilerin ulaşılan makale ve tezlere ait olduğunu; araştırmanın amacına uygun olan yayınları tarafsız bir şekilde araştırmaya dahil ettiklerini beyan etmektedirler.

BULGULAR

Bu araştırmada ilk olarak “Yas sürecinde verilen psikolojik yardım müdahalelerinde (yas danışmanlığı ve terapisi) hangi yaklaşımlara/modellere başvurulmuştur?” sorusuna yanıt aranmıştır. Tablo 1’de 2001-2021 yılları arasında yas sürecinde uygulanan psikolojik müdahale yaklaşımlarının dağılımı yer almaktadır.

Tablo 1

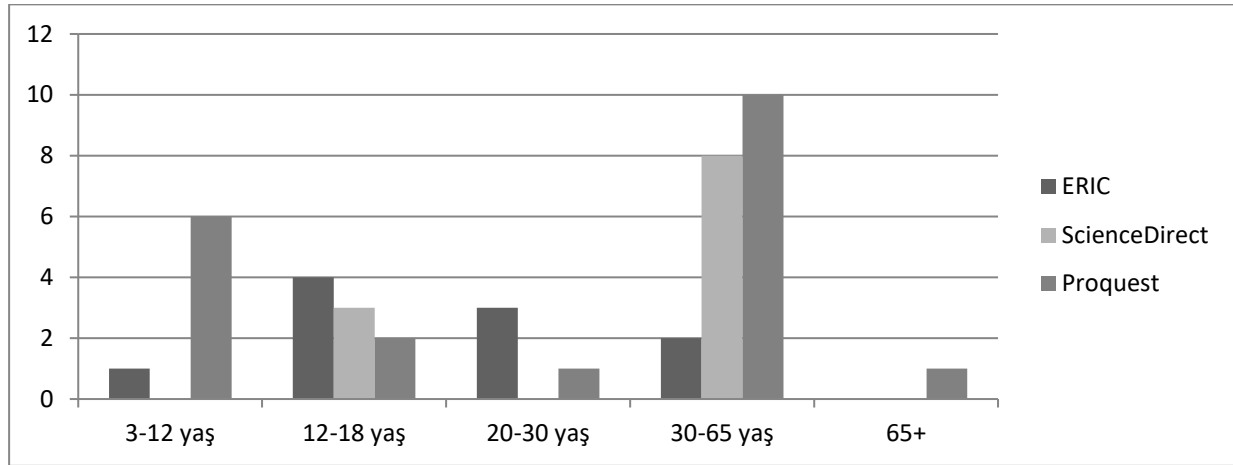
Yas danışmanlığı ve terapisi uygulamaları içeren deneysel çalışmalarda başvuru psikolojik müdahale yaklaşımları/modellerinin dağılımı

Veri Tabanları	Müdahale Yaklaşımı	F	Toplam
ERIC	Grupla Psikolojik Danışma	5	10
	Bilişsel Davranışçı Terapi	3	
	Müzik Terapi	1	
	Grup Terapisi	1	
Science Direct	Bilişsel Davranışçı Terapi	4	11
	Grup Psikolojik Danışma	1	
	Yazma Terapisi (Writing Therapy)	1	
	Davranışçı Terapi	1	
	Eklektik Psikoterapi	1	
	Aile Terapisi	1	
	Grup Terapisi	1	
	Oyun Terapisi	1	
Proquest	Grupla Psikolojik Danışma	7	20
	Sanat Terapisi	4	
	Grup Terapisi	5	
	Oyun Terapisi	1	
	Aile Terapisi	1	
	Müzik Terapi	2	

Tablo 1 incelendiğinde araştırma makalelerinde çoğunlukla yas sürecine müdahalede Bilişsel Davranışçı Terapi modelinin ve Grupla Psikolojik Danışma yaklaşımının; tezlerde ise Grupla Psikolojik Danışma yaklaşımının ve Sanat Terapisi modelinin ön plana çıktığı görülmektedir. Ayrıca hem tezlerde hem de makalelerde, Oyun Terapisinin, Aile Terapisinin, Müzik Terapisinin yas sürecinde başvuru psikolojik müdahale yaklaşımları arasında yer aldığı görülmektedir. Yas sürecinde uygulanan psikolojik müdahalelerin etkililiğinin incelendiği araştırmalarda bireysel müdahalelerle kıyaslandığında grup müdahalelerin daha ön planda olduğu görülmektedir.

Bu araştırmada “Yas sürecinde uygulanan psikolojik yardım müdahalelerini içeren (yas danışmanlığı ve terapisi) deneysel çalışmaların örneklem (yaş) gruplarına göre dağılımı nasıldır?” sorusuna yanıt aranmıştır. Şekil 1’de 2001-2021 yılları arasında yas sürecinde uygulanan

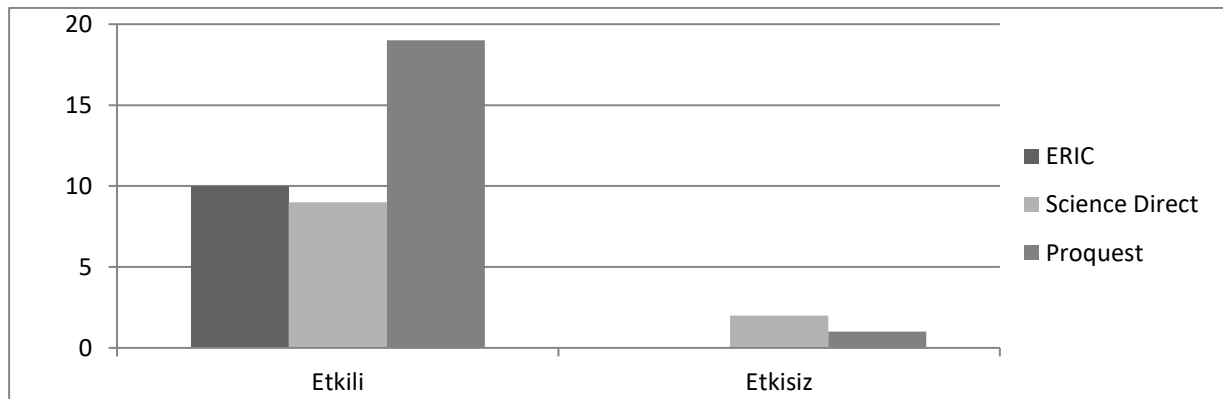
psikolojik yardım müdahalelerini içeren (yas danışmanlığı ve terapisi) deneysel çalışmaların örnekleme (yaş grupları) göre dağılımı yer almaktadır.



Şekil 1. Yas danışmanlığı ve terapisi uygulamaları içeren deneysel çalışmaların örnekleme (Yaş Grupları) göre dağılımı

Şekil 1'de görüldüğü gibi yas sürecinde uygulanan psikolojik müdahale yaklaşımlarını inceleyen deneysel çalışmalar, gelişim psikolojisinde sözü edilen gelişim dönemlerine ilişkin yaş aralıkları dikkate alınarak örneklem gruplarına ayrılmıştır. Bu kapsamda ulaşılan araştırmaların örneklem grupları çocukluk (3-12 yaş), ergenlik (12-18 yaş), genç-ilk yetişkinlik (20-30 yaş); orta yetişkinlik (30-65 yaş) ve ileri yetişkinlik-yaşlılık (65+ yaş) olmak üzere beş kategoriye ayrılmıştır. Araştırmalarda çoğunlukla ergenlerle ve genç-orta yetişkinlerle çalışıldığı; en az çalışılan grubun ise yaşlılar (Supiano ve Luptak, 2014) olduğu görülmektedir.

Bu araştırmada "Yas sürecinde uygulanan psikolojik yardım müdahalelerini içeren (yas danışmanlığı ve terapisi) deneysel çalışmaların etkililiği nasıldır?" sorusuna yanıt aranmıştır. Şekil 2'de 2001-2021 yılları arasında yas sürecin de uygulanan psikolojik müdahalelerin etkililiğine göre dağılımı yer almaktadır.



Şekil 2. Yas sürecinde uygulanan psikolojik yardım müdahalelerini içeren (yas danışmanlığı ve terapisi) deneysel çalışmaların etkililiğine göre dağılımı

Şekil 2 incelendiğinde yas sürecin de uygulanan psikolojik müdahaleleri içeren deneysel çalışmaların çoğunlukla etkili olduğu; etkili olmadığını gösteren araştırmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Sayısal olarak özetlenecek olursa 41 araştırmadan sadece üçünün (Groot vd., 2007; Hernandez, 2005; Piper vd., 2007) yas sürecine müdahalede etkili olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada 2001 ile 2021 yılları arasında üç farklı veri tabanında dizinlenen İngilizce makale ve tezlerin yas sürecinde uygulanan psikolojik müdahale yaklaşımları/modelleri, etkililiği, çalışılan örnekleme göre dağılımı doküman analizi yöntemi incelenmiştir. ERIC, Science Direct ve Proquest veri tabanında incelenen çalışmalardan 7'sinde Bilişsel Davranışçı Terapi ve 20'sinde Grupla müdahale yaklaşımlarının kullanıldığı ve diğer müdahale yaklaşımlarına göre sayıca ön planda olduğu görülmüştür. Bilişsel Davranışçı Terapide hedef, danışanların düşüncelerini gerçekçi bir biçimde ele almalarına yardımcı olmak ve bu sayede duygusal ve davranışsal olarak değişimi sağlamaktır (Beck, 2014). Yas; fiziksel, duygusal, bilişsel ve davranışsal olmak üzere farklı tepki biçimleri ile kendini gösterebilen çok yönlü bir duygudur (Malkinson, 2009; Humphrey, 2017; Weiss, 2001). Buradan hareketle yas süreciyle ilgili ön plana çıkan bilişsel davranışçı yaklaşımlar; yas sürecinin duygusal bileşenlerinin yanı sıra kayıp sonucu yaşama yeniden uyumu amaçlayan bilişsel ve davranışsal bileşenleri de içerdiğinden (Malkinson, 2001) Bilişsel Davranışçı Terapinin yas sürecine müdahalede daha fazla tercih edildiği düşünülebilir. Aynı zamanda üyelerin kendi içsel kaynaklarını keşfetmesi, sosyal öğrenme için uygun bir ortam olması ve üyelerin geri bildirim alma-verme fırsatına sahip olması gibi işlevsel yönleri (Liebmann, 1986), yas sürecine müdahale etmede grupla psikolojik danışmanın daha fazla tercih edilmesinin nedenleri olarak sıralanabilir.

Araştırma kapsamında yer alan deneysel çalışmalarda müzik terapisi ve sanat terapisi gibi yeni modellerin de yas sürecindeki etkililiğinin incelendiği görülmektedir. Müzik; son yıllarda "müzik terapisi" ismiyle psikoterapi yaklaşımı olarak kullanılmaya başlanmıştır (Ak, 2016; Karamızrak, 2014). Sanat terapisi: Sanatsal faaliyetlerin yaratıcılığı öne çıkaran öyküsel yönü, danışanın kayıp aracılığıyla anlamı yeniden yapılandırmasına yardımcı olması terapist için kolaylaştırıcı olmakla birlikte danışanın fiziksel ve ruhsal iyileşmesine fayda sağlayacağı söylenebilir (Pennebaker, 2000). Diğer taraftan ERIC, Science Direct ve Proquest veri tabanlarında "*yas danışmanlığı/grief counselling*" ve "*yas terapisi/grief therapy*" anahtar kelimeleri ile tarama yapıldığında çalışmanın kapsamına dahil edilme kriterini taşıyan sadece 41 çalışmaya araştırmacının kapsamına dahil edilmiştir. Bu durum gerçekleştirilen bu araştırmanın, yas sürecinde uygulanan psikolojik müdahale yaklaşımlarının etkililiğini inceleyen araştırmaların sınırlı olduğunu sonucunu ortaya koymaktadır. Humphrey (2017), bir kişinin yas sürecinde

psikolojik müdahale hizmeti verebilmesi için gerekli teorik ve pratik yetkinliklere sahip olması gerektiğinin altı çizmektedir. Buradan hareketle yas sürecinde uygulanan psikolojik müdahale yaklaşımlarının etkililiğini inceleyen araştırmaların sınırlı olmasında, profesyonellerin kendilerini ruh sağlığının farklı problem alanlarına kıyasla yas sürecine müdahalede yeterli görmemeleri nedeniyle araştırmaların daha az sayıda olabileceği düşünülebilir (Aktaş ve Demirtaş-Zorbaz, 2018). Yas sürecinin yorucu, ruhsal ve bedensel olarak danışanı güçsüz bıraktığı (Volkan, 2010) düşünüldüğünde, araştırmacıların bu konuyu çalışmaya daha az ilgi duydukları söylenebilir.

Yas sürecinde uygulanan psikolojik müdahale yaklaşımları/modelleri incelendiğinde araştırmalarda çocuklar, ergenler, genç-orta yetişkinlerle çalışıldığı ancak yaşlılarla çalışılan sınırlı sayıda araştırmanın yer aldığı görülmüştür. Yas sürecinde olan bireyler arasında yardım isteyenlere verilen psikolojik müdahalelerin daha etkili olduğu bilinmektedir (Malkinson, 2009). Yas sürecinde olan yaşlılara yönelik verilen psikolojik müdahalelerin daha az olması, yaşlıların bu konuda daha az yardım talebinde bulunmaları ile açıklanabilir. Ayrıca yasın, kayıp yaşayan kişinin ömrü boyunca devam eden, dinamik bir süreç olduğu düşünüldüğünde (Malkinson, 2009) yaşlıların yaşamları boyunca birden fazla kayıp deneyimi yaşamalarının, yas sürecine uyum sağlamalarını kolaylaştırmış olmaları beklenebilir.

Yas sürecinde uygulanan psikolojik müdahale yaklaşımlarının/modellerinin çoğunlukla etkili olduğu; etkili olmadığını gösteren araştırmanın ise sınırlı sayıda olduğu görülmüştür. Ayrıca grupla müdahale yaklaşımlarının bireysel yapılan müdahale yaklaşımlarına göre ön planda olduğu görülmüştür. Bireysel veya aile temelli müdahale yöntemlerinin her birinin kendine göre avantajlı yanları olmasına (Nichols, 2013) rağmen, grupla yapılan müdahalelerin yas sürecindeki ön plana çıkmasında grup dinamiğinin belirleyici olduğu söylenebilir. Grup sürecinde üyeler kayıp yaşantıları olan bireylerle bir arada olarak evrensellik duygusunu yaşamakta; kendilerine özgü olduğunu düşündükleri duygularının başkaları tarafından da paylaşıldığını deneyimlemektedirler. Aynı zamanda bilişsel olarak yası yeniden yapılandırarak gelecekte nasıl yol alacaklarını belirleyebilmektedirler. Davranışsal değişimler için yeni fırsatları deneyimlemeye hazır hale gelmektedirler. Kısacası grupla müdahale yaklaşımları daha bütüncül faydalar sunmaktadır (Vlasto, 2010). Bu sebeple grupla müdahale yaklaşımlarının bireysel müdahale yaklaşımlarından daha fazla yararlanıldığı düşünülmektedir.

Sonuç olarak bu araştırma kapsamında ulaşılan makale ve tezlerde yas sürecinde Bilişsel Davranışçı Terapi ve Grupla Psikolojik Danışma müdahale yaklaşımlarının/modellerinin ön planda olduğu görülmüştür. Bu nedenle yas sürecinde farklı yaklaşımların/müdahalelerin etkililiğini inceleyen deneysel çalışmalara ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir. Ulaşılan makale ve tezlerde yas sürecine müdahalede çocuklar, ergenler, genç ve orta yetişkinlerden oluşan

örneklem grupları ile çalışıldığı ancak yaşlılardan oluşan örneklem grupları ile yapılan araştırmaların sınırlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu nedenle gelecekte araştırmacıların yaşlılık döneminde yas sürecinin tüm hatlarıyla incelendiği nicel ve nitel araştırmalar planlamaları önerilmektedir. Ulaşılan makale ve tezlerde yas sürecinde uygulanan müdahale yaklaşımlarının/modellerinin çoğunlukla etkili olduğu ve grupla yapılan müdahalelerin daha fazla tercih edildiği görülmüştür. Bu nedenle gelecekte araştırmacıların yas sürecinde uygulanan psikolojik müdahalelerin etkililiğinde belirleyici olan faktörleri ortaya çıkaracak nitel araştırmalar planlamaları önerilmektedir. Gerçekleştirilen bu araştırmanın kapsamı 2001-2021 yılları arasında yas danışmanlığı ve terapisi uygulamasının etkililiğini inceleyen ERIC, Science direct ve ProQuest olmak üzere üç veri tabanı üzerinde dizinlenen, İngilizce dilinde yazılmış, makale ve tezlerden oluştuğu için gelecekte araştırmacıların veri tabanlarının kapsamını ve yayınlandığı yıl aralığını genişleterek, farklı dillerde yazılmış araştırmaları incelemeleri önerilmektedir. Yas süreci sosyal bir olaydır ve sosyal çevre yasa uyum sağlama sürecinde önemli bir rol oynamaktadır. (Worden, 2003). COVID-19 pandemisi nedeniyle birçok insan kaybettikleri yakınlarının cenaze törenlerini gerçekleştirememiş yani sosyal destek açısından mahrum kalmıştır. Bu durumun birçok insanın yasa uyum sağlama sürecini zorlaştırdığı düşünülürse; yas danışmanlığı ya da yas terapisi müdahalelerine duyulan ihtiyacın artacağı düşünülmektedir. Bu nedenle araştırmacıların gelecekte COVID-19 pandemisi döneminde yas sürecinde verilen psikolojik müdahaleleri ayrıca incelemeleri önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Archer, V. P. (2001). *Adult daughters and mother loss: The impact of bereavement groups* (Publication No. 3006410) [Doctoral dissertation, Fordham University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Ak, M. (2016). Yaşlılık olgusu üzerine uygulamalı bir araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(42), 1019-1028.
- Akintayo, O. F. (2008). *Short-term group bereavement intervention with latency-age minority children* (Publication No. 3317527) [Doctoral dissertation, Columbia University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Aktaş, E. F., & Demirtaş Zorbaz, S. (2018). Okul psikolojik danışmanlarının çocukla psikolojik danışma yeterliklerine ilişkin görüşleri. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19 (1), 245-256. <https://doi.org/10.17679/inuefd.416003>
- Beck, J. S. (2014). *Bilişsel davranışçı terapi: Temelleri ve ötesi* (M., Şahin, Çev.). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Beem, E. E., Hooijkaas, H., Cleiren, M. H. P. D., Schut, H. A. W., Garssen, B., Croon, M. A., Jabaaij, L., Goodkin, K., Wind, H., & de Vries, M. J. (1999). The immunological and psychological effects of bereavement: Does grief counseling really make a difference? A pilot study. *Psychiatry Research*, 85(1), 81-93. [https://doi.org/10.1016/S0165-1781\(98\)00135-8](https://doi.org/10.1016/S0165-1781(98)00135-8)
- Bennet, S. M., Ehrenreich- May, J., Litz, B. T., Boisseau, C. L. & Barlow, D. H. (2012). Development and preliminary evaluation of a cognitive-behavioral intervention for perinatal grief. *Cognitive and Behavioral Practice*, 19(1), 161-173. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2011.01.002>
- Bildik, T. (2013). Ölüm, kayıp, yas ve patolojik yas. *Ege Tıp Dergisi*, 52(4), 223-229. <http://egetipdergisi.com.tr/tr/pub/issue/31439/344029>
- Braboy, D. A. (2014). *The effectiveness of group intervention in reducing psychiatric symptoms in adolescent female offenders* (Publication No. 3579700) [Doctoral dissertation, Regent University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Brassil, H. E. (2015). *Resolution of grief and loss after participation in a grief resolution group program* (Publication No. 3709116) [Doctoral dissertation, Capella University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Brandoff, R. (2018). *Complicated grief and art therapy* (Publication No. 10812674) [Doctoral dissertation, Lesley University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Boelen, P. A., de Keijser, J., van den Hout, M. A., & van den Bout, J. (2007). Treatment of complicated grief: A comparison between cognitive-behavioral therapy and supportive counseling. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75(2), 277-284. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.75.2.277>
- Bowen, G. A. (2009). Document analysis as a qualitative research method. *Qualitative Research Journal*, 9(2), 27-40. <https://doi.org/10.3316/qj0902027>
- Creagh, B. A. (2005). *Transformative mourning: The bonny method of guided imagery and music for widowed persons* (Publication No. 3162985) [Doctoral dissertation, Union Institute and University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Chan, E. K., O'Neill, I., McKenzie, M., Love, A., & Kissane, D. W. (2004). What works for therapists conducting family meetings: Treatment integrity in family-focused grief therapy during palliative care and bereavement. *Journal of Pain and Symptom Management*, 27(6), 502-512. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2003.10.008>

- Cohen, J. A., Mannarino, A. P., Kliethermes, M., & Murray, L. A. (2012). Trauma-focused CBT for youth with complex trauma. *Child Abuse & Neglect*, 36(6), 528–541. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2012.03.007>
- 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>
- Dawson, W. W. (2003). *Symptomatology of bereaved parents who have lost a child to cancer: A 6-week group therapy intervention* (Publication No. 3085520) [Doctoral dissertation, Fuller University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Dion, A. R. (2003). A single case study of a survivor of suicide using Bowen therapy and grief counseling (Publication No. 3078514) [Doctoral dissertation, Alliant International University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- de Groot, M., de Keijser, J., Neeleman, J., Kerkhof, A., Nolen, W., & Burger, H. (2007). Cognitive behaviour therapy to prevent complicated grief among relatives and spouses bereaved by suicide: Cluster randomised controlled trial. *BMJ*, 334(7601), 994. <https://doi.org/10.1136/bmj.39161.457431.55>
- Eisma, M. C., Boelen, P. A., van den Bout, J., Stroebe, W., Schut, H. A., Lancee, J., & Stroebe, M. S. (2015). Internet-Based exposure and behavioral activation for complicated grief and rumination: A randomized controlled trial. *Behavior Therapy*, 46(6), 729–748. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2015.05.007>
- Gizir, C. A. (2014). Bir kayıp sonrasında zorluklar yaşayan üniversite öğrencilerine yönelik bir yas danışmanlığı modeli. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2), 0. <https://doi.org/10.17860/efd.36859>
- Granados, S., Winslade, J., De Witt, M., & Hedtke, L. (2009). Grief counseling groups for adolescents based on re-membering practices. *Journal of School Counseling*, 7(34),26.
- Hannon, M., & Hunt, B. (2015). Training students to provide grief counseling. *The Journal of Counselor Preparation and Supervision*, 6(2), 83-94. <https://doi.org/10.7729/71.1074>
- Hernandez, J. C. (2005). *An evaluation of the footsteps program: The effectiveness of art and group therapy for children who have experienced a significant loss* (Publication No. 1435151) [Master's thesis, California State University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Herres, J., Williamson, A. A., Kobak, R., Layne, C. M., Kaplow, J. B., Saltzman, W. R., & Pynoos, R. S. (2017). Internalizing and externalizing symptoms moderate treatment response to School-Based trauma and grief component therapy for adolescents. *School Mental Health*, 9(2), 184–193. <https://doi.org/10.1007/s12310-016-9204-1>
- Hornbeck, A. K. (2004). *Grieving the loss of a child, parent, or spouse through group art therapy* (Publication No. 1419245) [Master's thesis, Ursuline College]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Humphrey, Keren M. (2017). *Kayıp ve yas için danışmanlık becerileri* (F. Tanhan, Çev.). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Johnson, M. N. (2013). *The impact of group play therapy on reducing symptoms of grief in bereaved children* (Publication No. 3608732) [Doctoral dissertation, University of Nevada, Reno]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Karamızrak, N. (2014). Ses ve müziğin organları iyileştirici etkisi. *Kosuyolu Kalp Dergisi*, 17(1), 54–57. <https://doi.org/10.4274/khj.4775>
- Kıral, B. (2020). Nitel bir veri analizi yöntemi olarak doküman analizi. *Siirt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(15), 170-189.
- Lawther, J., & Oehmen, S. (1985) Middle and junior high school counselors' Column. *Elementary School Guidance & Counseling* 19(5),314-317.

- Levin, B. (1998). Dealing with death: Grief counseling. *The American Journal of Nursing*, 98(5), 69. <https://doi.org/10.2307/3471960>
- Liebmann, M. (1986). *Art therapy for groups: a handbook of themes, games and exercises*. Brookline Books.
- Lin, X., Fang, X., Chi, P., Li, X., Chen, W., & Heath, M. A. (2014). Grief-processing-based psychological intervention for children orphaned by AIDS in central China: A pilot study. *School Psychology International*, 35(6), 609–626. <https://doi.org/10.1177/0143034314535617>
- Litz, B. T., Schorr, Y., Delaney, E., Au, T., Papa, A., Fox, A. B., Morris, S., Nickerson, A., Block, S., & Prigerson, H. G. (2014). A randomized controlled trial of an internet-based therapist-assisted indicated preventive intervention for prolonged grief disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 61, 23–34. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2014.07.005>
- Malkinson, R. (2009). *Bilişsel yas terapisi bir yakınıni yitirdikten sonra yaşamın anlamını yeniden yapılandırma*. Hekimler Yayın Birliği.
- Meagher, K. (2007). *Trauma, grief, and happiness in bereaved children: Evaluation of a grief support group program* (Publication No. 3272588) [Doctoral dissertation, University of Houston]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Merriam, S. B. (2013). *Nitel araştırma: Desen ve uygulama için bir rehber* (S. Turan, Çev.). Nobel Akademi Yayıncılık.
- McFerran, K., Roberts, M., & O'Grady, L. (2010). Music therapy with bereaved teenagers: A mixed methods perspective. *Death Studies*, 34(6), 541–565. <https://doi.org/10.1080/07481181003765428>
- Molaie, A., Abedin, A., & Heidari, M. (2010). Comparing the effectiveness of group movie therapy (GMT) versus supportive group therapy (SGT) for improvement of mental health in grieving adolescent girls in Tehran. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5, 832–837. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.194>
- Miller, C. K. (2015). Group-based acceptance and commitment therapy: Outcomes and cognitive predictors of efficacy for the ACT matrix (Publication No. 10018761) [Doctoral dissertation, Wheaton College]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Morganett, S., R. (2013). *Yaşam becerileri. Ergenler için grupla psikolojik danışma uygulamaları* (S. Güçray, A. Kaya ve M. Saçkes, Çev.). Pegem Akademi Yayıncılık.
- Nichols, M.P. (2013). *Aile terapisi: Kavramlar ve yöntemler* (O. Gündüz, Çev.). Kaknüs Yayınları.
- Nijdam, M. J., van der Meer, C. A., van Zuiden, M., Dashtgard, P., Medema, D., Qing, Y., Zhutovsky, P., Bakker, A., & Olf, M. (2018). Turning wounds into wisdom: Posttraumatic growth over the course of two types of trauma-focused psychotherapy in patients with PTSD. *Journal of Affective Disorders*, 227, 424–431. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.11.031>
- O'Connor, M., Nikoletti, S., Kristjanson, L., Loh, R., & Willcock, B. (2003). Writing therapy for the bereaved: Evaluation of an intervention. *Journal of Palliative Medicine*, 6(2), 195–204. <https://doi.org/10.1089/109662103764978443>
- O'Flynn, C. D. (2011). *The Effect of Traumatic and Non-Traumatic Grief on Children's Human Figure Drawings* (Publication No. 3472261) [Doctoral dissertation, Northcentral University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- O'Neill, D., & Fry, M. (2013). The grief group: A university and hospice collaboration. *Journal of College Student Development*, 54(4), 430–432. <https://doi.org/10.1353/csd.2013.0064>
- Pennebaker, J. W. (2000). Telling stories: The health benefits of narrative. *Literature and medicine*, 19(1), 3-18.

- Perper, R. J. (2008). *The effect of dream interpretation intervention on grief in bereaved individuals* (Publication No. 3305356) [Doctoral dissertation, Alliant International University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Piper, W. E., Ogrodniczuk, J. S., Joyce, A. S., Weideman, R., & Rosie, J. S. (2007). Group composition and group therapy for complicated grief. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 75*(1), 116–125. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.75.1.116>
- Philbin, K. A. (2007). *A therapeutic model for grief and bereavement: Exploring the efficacy of a transpersonal multidimensional protocol* (Publication No. 3319838) [Doctoral dissertation, Institute of Transpersonal Psychology]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Prior, A. (2015). A guide to setting up a college bereavement group: Using monologue, soliloquy, and dialogue. *Journal of College Student Psychotherapy, 29*(2), 111–119. <https://doi.org/10.1080/87568225.2015.1008366>
- Reynolds, F. (1999). Cognitive behavioral counseling of unresolved grief through the therapeutic adjunct of tapestry-making. *The Arts in Psychotherapy, 26*(3), 165–171. [https://doi.org/10.1016/s0197-4556\(98\)00062-8](https://doi.org/10.1016/s0197-4556(98)00062-8)
- Riordan, R. J., & Allen, L. (1989). Grief counseling: A funeral Home-Based model. *Journal of Counseling & Development, 67*(7), 424–425. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1989.tb02107.x>
- Roubenzadeh, S., Abedin, A., & Heidari, M. (2012). Effectiveness of sand tray short term group therapy with grieving youth. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 69*, 2131–2136. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.12.177>
- Rosenblatt, P., & Elde, C. (1990). Shared reminiscence about a deceased parent: Implications for grief education and grief counseling. *Family Relations, 39*(2), 206. <https://doi.org/10.2307/585725>
- Rubin, E. (2018). *Promoting social and emotional functioning: Art therapy with children with non-present parents* (Publication No. 13807228) [Master's thesis, Notre Dame de Namur University]. ProQuest Dissertations & ThesesGlobal.
- Savaş, E. (2020). Covid-19 sürecinde yas. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi 4*(3), 82-89. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tushad/issue/58091/815243>
- Schut, H. A., de Keijser, J., van den Bout, J., & Stroebe, M. S. (1996). Cross-modality grief therapy: Description and assessment of a new program. *Journal of Clinical Psychology, 52*(3), 357–365. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(199605\)52:3<357::AIDJCLP14>3.0.CO;2-H](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(199605)52:3<357::AIDJCLP14>3.0.CO;2-H)
- Spuij, M., van Londen-Huiberts, A., & Boelen, P. A. (2013). Cognitive-behavioral therapy for prolonged grief in children: Feasibility and multiple baseline study. *Cognitive and Behavioral Practice, 20*(3), 349–361. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2012.08.002>
- Supiano, K. P., & Luptak, M. (2013). Complicated grief in older adults: A randomized controlled trial of complicated grief group therapy. *The Gerontologist, 54*(5), 840–856. <https://doi.org/10.1093/geront/gnt076>
- Strickland, S. J. (2006). *Family narrative /music therapy: Children dealing with the death of a parent* (Publication No. 3216546) [Doctoral dissertation, The Florida State University]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Stroebe, M.S. ve Schut, H. (2001). Models of coping with bereavement: A review. In Stroebe, M.S., Hansson, R.O., Stroebe, W., ve Schut H. (Eds.), *Handbook of bereavement research: Consequences, coping, and care* (ss. 375-404). American Psychological Association.

- Thamuku, M., & Daniel, M. (2013). Exploring responses to transformative group therapy for orphaned children in the context of mass orphaning in Botswana. *Death Studies*, 37(5), 413–447. <https://doi.org/10.1080/07481187.2012.654594>
- Wagner, B., Knaevelsrud, C., & Maercker, A. (2006). Internet-based cognitive-behavioral therapy for complicated grief: A randomized controlled trial. *Death Studies*, 30(5), 429–453. <https://doi.org/10.1080/07481180600614385>
- Weiss, RS. (2001) Grief, bonds, and relationships. In: Stroebe MS, Hansson RO, Stroebe W, Schut H (Eds.), *Handbook of bereavement research: Consequences, coping, and care*. (ss. 47-62). American Psychological Association.
- Worden, W. (2001). *Grief counselling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. Brunner-Routledge.
- Worden, J.W.(2003). *Yas danışmanlığı ve yas terapisi ruh sağlığı çalışanları için el kitabı*. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Yayınları.
- Worden, J. W. (2009). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for mental health practitioner*. Springer Publishing.
- Yelvington, D. (2013). *Bereaved parents' perceptions about their participation in an equine assisted grief-group experience* (Publication No. 3605799) [Doctoral dissertation, Capella University]. ProQuest Dissertations& Theses Global.
- Vlasto, C. (2010). Therapists' views of the relative benefits and pitfalls of group work and one-to-one counselling for bereavement. *Counselling and Psychotherapy Research*, 10(1), 60–66. <https://doi.org/10.1080/14733140903171220>
- Volkan, V. ve Zintl, E. (2010). *Gidenin ardından* (I. Vahip ve M. Kocadere Çev.). Oa Yayınları.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Throughout his life, a person not only worries about the loss of people who have different roles in his life, but has also experienced the loss of at least one of them. This is why mankind has been mourning their loss for thousands of years (Worden, 2003). Grief is a severe and long-lasting painful process after a loss (Bildik, 2013; Gizir, 2014). The emotional structure of the individual, the specific nature of the bereaved, how the loss occurs, and social restrictions against the grieving reactions can make it difficult to complete the grieving process (Volkan & Zintl, 2010). Those who cannot successfully complete the grieving process are likely to seek help.

In the literature, it is seen that the psychological help given during the grieving process are gathered under the umbrella of grief counseling and grief therapy practices (Brandoff, 2018; Brassil, 2015; Braboy 2013; Bemm et al., 1999; Chan et al., 2004; Herres et al., 2017; Hornbeck, 2004; Lawther and Oehman, 1985; Levin, 1998; Molaie et al., 2010; Miller 2015; Nijdam et al., 2018; Roubenzadeh et al., 2012; Rosenblatt and Elde, 1990; Riordan and Allen, 1989). These studies also reveal the need for psychological help during the grieving process. In this context, It is thought that it will be extremely important and beneficial for mental health professionals to be informed about the nature of grief and loss, the experience of the death of a loved one, the functioning of the grieving process, the types of interventions for grieving clients (Hannon ve Hunt, 2014).

Although mental health professionals are assumed to be competent in the nature of grief and intervening the loss; In particular, it is thought that they should be more competent in terms of which intervention approaches/models come to the fore in the grieving process or which ones are less preferred, which groups benefit more or less from psychological help services, and whether the provided psychological help services are effective. The purpose of this research is to examine which approaches/models are taken as reference in psychological help interventions applied during the grieving process, how the intervened age groups are distributed, and whether the interventions are effective. Within the framework of this purpose, answers to the following questions were sought. Within the framework of this purpose, answers to the following questions were sought.

1. Which approaches/models were used in psychological help interventions (grief counseling and therapy) given during the grieving process?
2. What is the distribution of experimental studies, including psychological help interventions (counseling and therapy) applied during the grief process, according to the sample (age) groups?

3. What is the effectiveness of experimental studies that include psychological help interventions (counseling and therapy) applied in the grief process?

Method

This research is a descriptive study aiming to analyze research articles and postgraduate theses on the subject of grief counseling and therapy. As a data collection method in the study, document analysis, which Bowen (2009) defined as a systematic method for examining or evaluating both printed and electronic materials, was used. The sample of the research consists of articles and theses published in English between 2001-2021, which have an experimental study pattern that is reached by scanning with the keywords "grief counseling" and "grief therapy" in ERIC, Science direct, and Proquest databases.

Results

As a result of the research, Cognitive Behavioral Therapy and Group Counseling approaches are frequently preferred in psychological help interventions given during the grieving process; In addition, in studies examining the effectiveness of psychological help interventions given during the grief process, it has been determined that sample groups consisting of children, adolescents, young people, and adults are studied, but studies with sample groups consisting of the elderly are very few. Finally, it has been seen that the intervention approaches/models applied in the grieving process are generally effective and group interventions are preferred more.

Discussion & Conclusion

In this study, it was determined that the intervention approaches of Cognitive Behavioral Therapy and Group Counseling were at the forefront. Grief is a multidimensional emotion that can manifest itself in various forms of response in the physical, emotional, cognitive, and behavioral domains (Malkinson, 2009; Humphrey, 2017; Weiss 2001). From this point of view, it is thought that Cognitive Behavioral Therapy, which deals with the cognitive and behavioral dimensions of grief reactions, comes to the fore in grief counseling. In addition, it is thought that group counseling (Liebmann, 1986) may have been preferred more in intervening in the grieving process due to its functional aspects such as the members' discovery of their own internal resources, being a suitable environment for social learning, and the opportunity for the members to receive and give feedback.

When the psychological intervention approaches/models applied in the bereavement process were examined in this study, it was seen that the studies were conducted with children, adolescents, youth, and adults, but there were limited studies on the elderly. It is known that psychological helps given to those who seek help among individuals in the grieving process are more effective (Malkinson, 2009). The fact that the psychological interventions given to the

elderly who are in the grieving process are less can be explained by the fact that the elderly ask for help less in this regard. In addition, considering that mourning is a dynamic process that continues throughout the life of the bereaved (Malkinson, 2009); it can be expected that the elderly have experienced more than one loss throughout their lives, making it easier for them to adapt to the grieving process.

In this study, it was found that the psychological intervention approaches/models applied in the grieving process were generally effective and there are very few studies showing that they are not effective. In addition, it was observed that mostly group intervention approaches were applied, while individual interventions were less in number. Although each of the individual or family-based intervention methods has its own advantages (Nichols, 2013), it can be said that group dynamics is the determining factor in the prominence of group interventions in the grieving process. In the group process, members are provided with an opportunity to be supported through a therapeutic community, the individual discovers herself by gaining insight into her/his grief experience, and sometimes she/he gains new socialization skills by taking the first steps for behavioral change. In short, group interventions offer more holistic benefits (Vlasto, 2010). For this reason, it is thought that group intervention approaches are used rather than individual intervention approaches.

In the future, it is recommended that researchers plan quantitative and qualitative studies that will examine the grieving process in old age in all its lines and reveal the factors that determine the effectiveness of psychological interventions applied in the grieving process. Since this research consists of articles and theses written in English, indexed in three databases, ERIC, Science direct and ProQuest between 2001 and 2021, it is recommended that researchers in the future examine researches in different languages by expanding the scope of the databases and the year of publication.