

Ölüm Öncesi Kayıp Hissi: Beklenen Yas ve Psikososyal Boyutları

Beklenen yas, ilk kez İkinci Dünya Savaşı sırasında askerlerin aile üyelerinin tepkilerini inceleyen Lindemann tarafından tanımlanmıştır. Kişinin bir yakınının ölümünün yaklaşmasıyla başlayan; duygusal, sosyal ve bilişsel yönleri olan çok boyutlu bir süreçtir (1). Therese Rando'nun tanımına göre, yalnızca gelecekteki bir kaybın değil; geçmişte, şu anda ve gelecekte yaşanacak tüm kayıpların yasını tutmayı içeren çok boyutlu ve karmaşık bir süreçtir (2). Beklenen yasin en belirgin özelliği duygusal ambivaleanstır. Kişi bir yandan kendini duygusal kopmaya hazırlarken bir yandan da yakın kalma isteğine sahiptir. Bu süreçte umut, suçluluk ve kaygı gibi başka duygular da yoğun şekilde hakimdir (3). Geleneksel yastan farklı olarak bu süreçte ölüm anı gibi belirli bir zaman sınırının bulunması, az da olsa umut duygusunun varlığı, ambivalans ve suçluluk gibi karmaşık duyguların eşlik etmesi dikkat çekmektedir. Bakım verenler bu süreçte hastanın yalnızca fiziksel ölümünü değil; işlevselliğinin, kimliğinin, ilişkisel rollerinin ve ortak yaşam beklentilerinin kaybını da deneyimlemektedir (4).

Beklenen yas süreci, doğrusal olmayan, bireyin ve hastalığın seyrine göre değişen dinamik bir uyum sürecidir. Literatürde bu süreç farklı modellerle açıklansa da genel olarak tanıdan ölüme kadar ilerleyen aşamalar, kriz–kronik–terminal dönemler ve duygusal tepkileri içeren evreler üzerinden ele alınmaktadır (4).

Bu süreçte bireylerin duygularını ifade etmelerini, yeni rollere uyum sağlamalarını ve kayıp sürecine psikolojik olarak hazırlanmasını desteklemek amacıyla; kabul ve anlam odaklı psikoterapi müdahaleleri, empatik ve açık iletişim, bakım verenin yükünü azaltan pratik destekler ve sosyal destek mekanizmalarını kapsayan birçok müdahale yöntemi önerilmiştir. Bu müdahaleler ile ölüm sonrası yasin da daha sağlıklı şekilde işlenebileceği düşünülmektedir (4).

1. Lindemann E. (1994). Symptomatology and management of acute grief. 1944. The American journal of psychiatry, 151(6 Suppl), 155–160. <https://doi.org/10.1176/ajp.151.6.155>
2. Clukey, L. (1997). "Just be there!": The experience of anticipatory grief. Rush University, College of Nursing.
3. Semenescu, L., Drăcea, A., Zimța, D., & Crișan, A. (2022). Anticipatory Grief in the Families of Patients with Palliative Requiring Metastatic Cancer. Current health sciences journal, 48(3), 317–323. <https://doi.org/10.12865/CHSJ.48.03.10>
4. Patinadan, P. V., Tan-Ho, G., Choo, P. Y., & Ho, A. H. Y. (2022). Resolving anticipatory grief and enhancing dignity at the end-of life: A systematic review of palliative interventions. *Death studies*, 46(2), 337–350. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1728426>