

Sosyal pencereden ölüme bakış

Dr. Öğr. Üyesi Salih Kenan Şahin



1967'de Erzurum'da doğdu. 1990'da Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesinden mezun oldu. Uzmanlık eğitimini Kartal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Enfeksiyon Hastalıkları Kliniğinde, İşletme Yüksek Lisansını Gebze Yüksek Teknoloji Enstitüsünde tamamladı. Özel sağlık kuruluşlarında yöneticilik yanı sıra aktif siyasi görevler yaptı. 2005-2009; SSK İstanbul Sağlık İşleri Bölge Müdürlüğü sürecinde, Genel Sağlık Sigortasının kuruluş çalışmalarına katkı verdi. 2009-2019 arasındaki iki dönem Pendik Belediye Başkanlığı yapan Dr. Şahin halen İstanbul Medipol Üniversitesi Öğretim Üyesidir.

*"Ölüm güzel şey budur perde ardından haber,
Hiç güzel olmasaydı ölür müydü peygamber?"*
Necip Fazıl Kısakürek (1904-1983) (1)

Yaşamsal biyolojik fonksiyonların geri dönüşsüz bir şekilde işlevlerini kaybetmesini, ölüm olarak tanımlıyoruz. Ölümü canlılıktan ayıran zaman ve biyolojik sınırlar, o kadar incedir ki kesin ölümü ve zamanını tanımlamak oldukça zordur. Bugün dünyanın çoğu ülkesinde dolaşım ve solunum sistemlerinin yapay destek almaksızın çalışmaması ve santral sinir sistemi fonksiyonlarının durması "hukuken ölüm" olarak kabul edilmektedir. Bu üç ana sistemin fonksiyonlarının durması ise "somatik ölüm" olarak tanımlanır. İnsan vücudunda bu üç sistemin fonksiyonlarının durmasından sonra, hücre içi fonksiyonlar vücudun canlı olduğu dönemdeki işlevleri yürütememektedir. Buna da "hücre ölüm" denilmektedir. (2) Yaşlanarak ölen bir kişinin ölümü "doğal ölüm" olarak kabul edilirken genç birinin normal olarak tanımlanan yaşam sürecinin dışında ortaya çıkan bir nedenle (kaza, cinayet, intihar) ölümü "doğal olmayan ölüm" olarak kabul edilmektedir. (3)

İnsan ne yaparsa yapsın unutamayacağı, nereye giderse gitsin kaçamayacağı, ne tarafa bakarsa baksın yüzleşeceği, yüzleşmek zorunda olduğu bir "ölüm" gerçeği vardır. (4) İnsanoğlu ölümsüzlüğü aramaktan vazgeçmemekte ve ölümden kurtulmaya çalışmaktadır.

Ölüme ilgili kaygılarımızın ana nedeni, kendi ölümümüzün yaklaşmakta olduğunun fark etmemizdir.

Modern toplumlarda, gençlik, güzellik, sağlamlık, üretkenlik, yüceltilmekte, yaşlılık, engellilik, zayıflık, hastalık, ölüm değersizleştirilmektedir. Ölümle birlikte ölümü hatırlatan semboller de hayatın görünür alanlarının dışına çıkarılmaktadır. Toplumsal yönlendirme ve kişisel korkularımız ölümü unutturma çabasıdadır. Tüm bunlara rağmen, ölüm hayatındaki en önemli gerçektir ve vaktinde gelecektir.

N'eylersin ölüm herkesin başında.

Uyudun uyanamadin olacak

Kim bilir nerde, nasıl, kaç yaşında?

Bir namazlık saltanatın olacak.

Taht misali o musalla taşında.

Cahit Sıtkı Tarancı (1910-1956) (5)

Yaşlılık doğal bir süreçtir, zorlukları olsa da hayat içinde aktif kaldıkça daha sağlıklı olacaktır. Hayatı bilinçli bireyler olarak yaşamadığımız için popüler akıma kapılarak, yaşlılara yer olmayan, kârlılığı yüksek konutlar tercih edilmektedir. Kariyer ve bedensel haz merkezli yaşam, sevgiyi ve duyguyu değersizleştirir. Fırsatçı yaklaşım, yaşlılığa bağlı durumları hastalık olarak tanımlanmasıyla, yaşlı ve hasta bakım merkezleri,

huzur evleri ile kıdemlilerimiz hayatın dışında izole edilmektedir. Yaşlılar görülmeyince, ölüm de hatırlanmamaktadır.

Kabil, kardeşini öldürünce ne yapacağını bilememiştir. "Allah tarafından yollanan karganın toprağı eşeleyerek ona cesedi gömmesini işaretile", kardeşi Habil'i toprağa verdiği, Kur'an'ı Kerim'de (Maide:31) ifade edilmektedir. Böylece öldükten sonra toprağa verilme yani mezar kültürü başlamıştır. Mezarlıklar, ölümü hatırlatan en önemli sembollerdir.

Baudrillard, ilkel toplumların başlangıçta ölümlerini evlerinin içine gömdüklerini böylece ölüleriyle daha yakın olduklarını düşündüklerini bu çerçevede de ölümün yaşamla daha yakın olduğunu ifade etmiştir. Baudrillard, Orta Çağ'da henüz ölümün Hıristiyan toplumlarca dışlanmadığını, bu dönem insanların ölümlerini köy, kasaba ya da kentlerin ortalarına gömdüklerini ve onları yaşamlarından henüz uzaklaştırmadıklarını belirtmiştir. (3)

Kadim medeniyetimizde mezarlık yerleşimin ortasıdır. Birçok tarihi camimiz kabirlerle iç içedir. Kible istikametindeki camlardan kabirleri görerek namaz kılınabilmektedir. Modern toplumlarda, mezarlıkların yaşanılan mekânlardan/



kentlerden uzaklaştırılması aslında ölümün mekânsal ayrılaştırılmasıdır ve modern zamanların ölüm stratejisidir. (3) Bazı kültürlerde beden yakılarak küle döndürülmektedir. Birçok gerekçe zikredilmektedir. Ancak yeşil alanların mezarlıklar olarak kullanılmasına karşı oldukları yaklaşımı oldukça şaşırtıcıdır. Hâlbuki bizim kültürümüzde ağaç özellikle servi ağacı mezarlıkların en önemli parçasıdır. Bugün şehirlerimiz içindeki en iyi yeşil alanlarımız mezarlıklarımızdır.

Yas ve Kalanlar

Bir yakınını kayıpla insanın kazandığı ilk şey, ölüme dair artmış bir farkındalıktır. Ölümlü yüzleşme, değerlendirilmesi hâlinde yıkıcı değil yapıcıdır. Hayatı besleyen bir yönü vardır. (4)

Kaybettiğimiz kişinin ardından “yas tutmak” yaşanması gereken doğal bir süreçtir. Kişi yas tutma sürecinde duygusal olarak bu kaybını (boşanma, iflas, ev vb. kayıplar da olabilir) ya da ölümü (ölümle gelen kayıplar) protesto eder; normal işlevlerinde (kendine bakım, çalışmak, aile ve sosyal ilişkileri yürütmek vb.) bazı aksamalar görülür ve kişi bazı ruhsal sorunlar yaşar. Kişinin hayatına normal ve sağlıklı devam edebilmesi için yasını tutması ve yas sürecini tamamlaması gerekmektedir. Bu yas tutma süreci sonunda insan yaşadığı kaybı yaşamının bir parçası haline getirerek bununla yaşamayı öğrenir. (6)

Yas tutmak kaybedilen kişiyi unutmak ya da artık sevmemek anlamına gelmez. Yas, sadece kaybı ve bununla ilgili duyguları kabullenmek, başa çıkabilmeyi ve bu duygularla yaşamı sürdürmeyi öğrenmek anlamına gelir. Başka

bir deyişle, fiziksel olarak mezara gömdüğümüz kişiyi, psikolojik olarak da mezara gömebilmeyi başarabilmektir. (6) Artık o insanla ilişki manevi ilişkiye dönüşür ve hatıralar üzerinden devam eder. Kalanlarda, ölene ait bir hatıra alanı oluşur. J. W. Worden, yas sürecindeki kişi için dört aşamalı görev modelini oluşturmuştur, bu modele göre;

- 1) Ölümü kabullenme,
- 2) Ölüm sonrası oluşan acının üstesinden gelme,
- 3) Ölen kişinin olmadığı yaşama yeniden uyum sağlama,
- 4) Ölen kişi ile olan bağın duygusal düzlemde yer değiştirmesi. (6)

Ölümün şekli yasin niteliğinin belirlenmesinde önemlidir. Uzun zamandır yaşama destekle tutunan asırlık bir büyüğün ölüm yasının şiddeti görece daha azdır. Ölümü beklerken yaşamın son günlerini sevdikleriyle bir arada geçirip vedalaşarak, kendi yatağında, iman ile ölmek belki hepimizin tercihi olacaktır. Böyle bir ölüm öncesi dönemin de kendine has özellikleri vardır. Yaşam destek sistemleri, evde bakım, palyatif bakım gibi sistemlerin yeterliliği, evde bakımı ve desteği yapacak kişilerin bilinç, bilgi ve beceri düzeyi önem kazanmaktadır. Her evlat için anne ve babasına ömrünün son günlerinde refakat edip, gerekli özen ile hizmet ederek, onların hayır duasını almak paha biçilmezdir.

Ancak günümüz modern yaşam biçiminde buna tanınan imkânlar sınırlıdır. Evlerin yapısı, eşlerin desteği, çocukları ölüm ortamından uzak tutmaya çalışan yaklaşımlar, evde bakım servislerinde yaşanan zorluklar, profesyonel bakıcının maliyet ve problemleri, son dönem

Kadim medeniyetimizde mezarlık yerleşimin ortasındadır. Birçok tarihi camimiz kabirlerle iç içedir. Kible istikametindeki camlardan kabirleri görerek namaz kılınabilmektedir. Modern toplumlarda, mezarlıkların yaşanılan mekânlardan/kentlerden uzaklaştırılması aslında ölümün mekânsal ayrılaştırılmasıdır ve modern zamanların ölüm stratejisidir.

tedavilerinin oluşturduğu yan etki ve komplikasyonlar, yaşlıları kurum bakımına doğru yönlendirmektedir. Evde bakımda gerekli donanım ve malzeme desteği konusunda sosyal güvenlik sistemi ve belediyeler cömert olsa da bütüncül bir yaklaşım tesis edilemediğinden israf ve yetersizlik bir arada olmaktadır. Ölüm sonrası kalan malzeme ve donanımın yönetimi bile sorun olabilmektedir. Evde yaşlı ve yatalak hasta bakımının yönetiminde sosyal hizmet uzmanlarının eksikliği nedeniyle, maalesef bu alan sahipsizdir.

Evde bakım, kurum bakımı gibi maliyetlidir. Aile, Çalışma ve Sosyal Politikalar Bakanlığının yakınlarına bakanlar için



On yıllık belediye başkanlık sürecinde çok sayıda cenaze merasimine iştirak ettim. İki tabloyu çok anlamlı bulurum. Annesi ölen, bir tıp profesörü arkadaşımın cenazesinde cemaat iki elin parmakları kadardı. Her şeyi olup, dostu olmayan çok meşgul arkadaşım da muhtemelen ilk defa bir cenazeye katılmıştı. Diğer cenaze töreni ise bir inşaat kalfasına aitti. Gittiğim pek çok cenazede onunla karşılaşmışımdır. Annesinin cenazesi mahşeri kalabalık idi. Başkan olmama karşın, taziye verirken kalabalıktan dolayı oldukça zorlanmıştım. Uzun lafın kısası yaşarken de dost lazım, ölümlerinde de...

ödediği evde bakım parası mevcuttur. Ancak terminal dönem bakımı için kamunun hastaneler dışındaki kurumsal yapıları sınırlı sayıdadır. Tüm bunlar yüksek maliyetli bakım işleminin ücretini karşılamaktan uzaktır. Bu nedenle yaşlıların hastanede ölüm oranları giderek yükselmektedir. Palyatif klinikler yaygınlaşmakta ancak uygulamada standartlaşma sorunları yaşanmaktadır.

Yoğun bakımda yaşam destek sistemleri ve müdahaleler başta olmak üzere, terminal hastaya müdahale tıpta güncel bir tartışma konusudur. Bu konuda uzlaşmış uygulamalar olmadığı için yaşlıların hastanede ölümü; hastane, sağlık personeli, vaka yakınları ve vaka için incitici olabilmektedir.

Aileler cepten ödeme ile bakım sürecinin önemli bir kısmını finanse etmek zorunda kalmaktadır. Ekonomik durumu iyi varlıklı aileler bunu karşılayabilse de dar gelirli ciddi sorunlar yaşamaktadır. Varlıklı ailelerin finansman sorunu olmasa da başka problemleri oluşabilmektedir. Miras tartışmaları bazen ölüm öncesi başlayarak, yoğun duygusal süreci olumsuz etkilemektedir. Ancak yine de en iyisi kalabalık bir aile ortamında, dostlar ve akrabalarla vedalaşarak hayata veda edebilmektedir. Yaşamak da ölmek de sevgi ve sevenlerle güzeldir.

Ölüm her zaman yaşlılıkta gelmemektedir. Bazen aniden, kimi zaman da hastalık sonrası genç insanlar da ölebilmektedir. Kazalar en yıkıcı ölüm tablolarıdır. Genç bireylerin beklenmedik bir zamanda kaybı tüm yakınlarında büyük bir travma yaratmaktadır. Hazırlıksız yakınların yas yönetimi hassasiyet ge-

rektir. Seyrek olmayarak karşılaşılan bu duruma sağlık sistemimiz tıbbi müdahale merkezli yaklaşmakta, vaka yakınları için yeterli özeni göstermemektedir. Vakayı yaşatmak için özenle tıbbin bütün imkânlarını kullanan sağlık personelinin, ölüm gerçekleşince yakınlarını özensiz bir şekilde bilgilendirmesi, tavsiye edilme de istenmeyen durumlara sebep olmaktadır.

Sağlık hizmetinin tıbbi boyutu yanında sosyal boyutu da dikkate alınarak, sağlık kurumlarında yeterince sosyal hizmet uzmanına fırsat vermeliyiz. Ölüm riski yüksek vakalarda, ailenin hazırlanması, ayaküstü "vaka öldü" demek yerine, uygun olan mekânda ve uzman personelle aileyi bilgilendirmek daha insani olacaktır. Sosyal hizmet uzmanları hem acil vakalarda hem de servis ve yoğun bakımda ölen veya ölmek üzere olan vakaların ailelerinin bilgilendirilmesi ve desteklenmesi için gereklidir.

Ölenin kaybının derecesi, ailesine, dostlarına, topluma katkısına, sosyal ve sembolik önemine bağlıdır. Sosyal boşluk, ölenin sosyal yapıda yarattığı boşluğu ifade etmektedir. (3) Alimin ölümü alemin ölümü gibidir, değer kattığı herkes için büyük kayıptır. Devlet, kültür ve sanat adamlarının kaybı da toplumları derinden etkiler. Yerlerine yeni değerler yetişse de hiçbirinin yeri doldurulamaz.

Edebiyatın destansı konularının başında sevgilinin ölümü gelir. Hangi yaşta olursa olsun eşin ölümü, kalan eş için zor atlatılan bir süreci beraber getirir. Eşini kaybeden ileri yaş erkeklerin ömürlerinin, eşlerini kaybeden kadınlara göre daha kısa oldukları ve depresyona daha

yatkın oldukları bilinen bir gerçektir. Ayrıca gençken kocasını kaybedip çocukları ile hayat mücadelesini tek başına yüklenen kadınların durumu da oldukça zorludur. Aile büyükleri, bazen kadını istemediği biri ile zorla evlendirmek isterken, çoğu zaman da kadının istediği biri ile evlenmesi kabullenilmemektedir. Zor ekonomik koşullarda çocuklarına hem annelik hem babalık yapıp, onları okutup, evlendirdikten sonra yalnız ve kimsesiz kalmış anne hikâyeleri de vardır.

Gençlerin ölümü herkesi üzer. Ancak gencin annesinin durumu farklıdır. Evlat acısı annelerin kalbinde ömür boyu kaynar. Ölüm süreci yas üzerinde belirleyici bir etkidir. Uzun süren hastalık veya engelle yaşayan ölümü beklenen evlatların süreci mutlaka profesyonel destek gerektirir. Ancak intihar, cinayet, tecavüz ve aşırı doz alkol ya da uyuşturucu ile ölüm gibi toplumsal yansıması yüksek durumlarda özel yaklaşım şarttır. Psikolojik destekle birlikte, sosyal hizmetin bütüncül yaklaşımının katkısı da oldukça yüksektir.

İçimde kaynayan bir mahşer var
Bu mahşer birde annelerinin kalbinde kaynar
Çünkü onlar yün örerken pencere önlerinde
Ya da çamaşır sererken bahçelerinde
Birden aliverirler kara haberini
Okul dönüşü bir trafik kazasında
Can veren oğullarının.
Erdem Beyazıt (1939-2008)(7)

Çocuklukta anne ya da babanın veya her ikisinin birden kaybı, oldukça zor ve travmatik bir tecrübedir. Ölüm kavramını tam algılayamayan çocuğun aynı zamanda bağımlı olduğu kişinin kaybının yerini doldurması güçtür. Güven duygusunu, geleceğe dair umutlarını kaybeden çocuğun ölen ebeveyninin olmadığı dünyaya uyumu zordur. Çocuğun yas süreci kadar, hayatının geri kalan kısmının yönetimi de profesyonel desteğe ihtiyaç duyar.

Yas sürecini desteklemede psikolojik ve dini danışmanlık öne çıkmaktadır. Dini danışmanlar, başvuran kişilerin yaşamın getirdiği sorunlara inandıkları din yoluyla anlam aramaktadırlar. (8) Yas döneminin sağlıklı geçirilmesi için destek veren psikolojik yas danışmanları, yaşanan kaybın gerçek olduğunun kabullenilmesine ve danışanın kayba yönelik duygularını fark edip yaşama-

sına yardımcı olmayı amaçlar. Bu çerçevede danışman, danışanın ölen kişi olmaksızın hayatını devam ettirmesini destekleme, kaybına yönelik bir anlam bulmasına yardımcı olma, kaybedilen kişiye yönelik duygusal enerjisini başka ilişkilerine yönlendirmesini kolaylaştırmada rehberlik eder. (8)

Duygusal dönem sonrası da pek çok bireyin sosyal ve ekonomik konular başta olmak üzere farklı desteklere ihtiyacı olması muhtemeldir. Burada yine sosyal hizmetin bütüncül kuşatıcı yaklaşımı en çok katkıyı sağlayacaktır. Sosyal hizmet uzmanları, bireyin kaybedilen kişi olmaksızın hayatını devam ettirmesini desteklemek, sürecin gelecek yaşam planlarını ve etkinliklerini olumsuz şekilde etkilemesini önlemek için özellikle kayıptan sonraki ilk yıl boyunca kritik zamanlarda geride kalanlara sürekli destek sağlamalıdır. (9)

Sosyal hizmet, ölen kişi olmaksızın yaşayabilmek ve bağımsız kararlar alabilmek için var olan sorunlar ile baş etmede desteği amaçlar. Aile, arkadaş, komşu gibi sosyal destek verebilecek kişilerle temasını güçlendirmek, çalışma yaşamına yönlendirmek, öğrencileri okula devam etmeleri için desteklemek, çalışmayanları, yaşlıları ve ev kadınlarını yeni ilgi ve uğraşı alanları bulmaya teşvik ederek, uyum için çok önemli katkı sağlar. Ani ve iyi düşünülmemiş kararların (örneğin taşınmak, işini veya şehir değiştirmek gibi) önüne geçerek gerekirse destek gruplarına, psikologlara ve ruh sağlığı hizmeti veren kişi ve/veya kurumlara yönlendirir. (10)

Cenaze törenleri her kültür ve inanç sisteminde yer almıştır. Hiçbir kültür ve inanç sistemi öleni bir kenara bırakıp hayatına devam etmemiş, ölümü gündem yapıp öleni bu dünyadan uğurlamaya dönük ritüeller geliştirmiştir. Hiç şüphesiz bu ritüeller insanların hayatında bir şekilde yer alan birisine duyulan saygının yanında ölenin ardından kalanlara yönelik oldukça fayda veren bir süreçtir. Cenaze törenleri öncelikle, ölenin yakınları için ölümü kabullenmeyi kolaylaştırır. (4)

Cenaze töreni ile birlikte yasın ilk aşaması olan inkâr durumunda olan ölenin yakınları emin olurlar ki yakını oldukları insan ölmüştür ve geri dönüşü yoktur. Böylelikle yas sürecini inkârdan diğer basamaklara geçerek tamamlamaları

ve devam eden bir yasa dönüştürmeleri daha kolay olur. (4)

Sevdiğimiz kişiyi toprağa vermekle bizim rehabilitasyonumuz da başlar. Böylece onu toprağın serinliğine emanet eder ve kendi içimizde bir onarım ve kabullenme sürecini başlatmış oluruz. Cenaze törenlerinin çok önemli bir diğer işlevi ölenin yakınlarının yaşadığı acıyı cenazeye gelen insanlarla paylaşabilmeleridir. (4)

On yıllık belediye başkanlık sürecinde çok sayıda cenaze merasimine iştirak ettim. İki tabloyu çok anlamlı bulurum. Annesi ölen, bir tıp profesörü arkadaşımın cenazesinde cemaat iki elin parmakları kadardı. Her şeyi olup, dostu olmayan çok meşgul arkadaşım da muhtemelen ilk defa bir cenazeye katılmıştı. Diğer cenaze töreni ise bir inşaat kalfasına aitti. Gittiğim pek çok cenazede onunla karşılaşmışımdır. Annesinin cenazesi mahşeri kalabalık idi. Başkan olmama karşın, taziye verirken kalabalıktan dolayı oldukça zorlanmıştım. Uzun lafın kısası yaşarken de dost lazım, ölürken de...

Kaynaklar

- 1) Kısakürek NF. Güzel Şey <https://www.antoloji.com/guzel-sey-siiri> (Erişim Tarihi: 01.01.2020).
- 2) Notları <https://www.ttb.org.tr/eweb/adli/3.html> (Erişim Tarihi: 01.01.2020).
- 3) Burcu E, Akalın E. Ölüm Olgusu Üzerine Sosyolojik Tartışmalar. *Türkiyat Araştırmaları Dergisi* 2008 <http://www.turkiyat.hacettepe.edu.tr/dergi/8Sayi.pdf> (Erişim Tarihi: 01.01.2020).
- 4) Sayar K. Ölümün ardından. *Diyanet Aylık Dergi*. 2011 p. 13-5. <https://dergi.diyaret.gov.tr/makaledetay.php?ID=13733&SRC=> (Erişim Tarihi: 31.12.2019).
- 5) Tarancı CS. Otuz Beş Yaş I Şiirce <http://siir.me/otuz-bes-yas> (Erişim Tarihi: 01.01.2020).
- 6) Zara A. Kayıplar, Yas Tepkileri ve Yas Süreci. In: *Yaşadıkça Psikolojik Sorunlar ve Başa Çıkma Yolları*. İMGE Yayınları; 201. p. 73-90. <http://www.aytenzara.com/wp-content/uploads/2012/02/Kayıplar-Yas-Tepkileri-ve-Yas-Süreci.pdf> (Erişim Tarihi: 31.12.2019).
- 7) Beyazıt E. Sana, Bana, Vatanıma, Ülkemin İnsanlarına Dair <https://www.antoloji.com/sana-bana-vatanima-ulkemin-insanlarina-dair-siiri/> (Erişim Tarihi: 31.12.2019).
- 8) Kara E. Yas Süreci ve Dini Danışmanlık. *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 2016, 251-70. <http://dergipark.gov.tr/doi/10.21054/deuidf.284624> (Erişim Tarihi: 31.12.2019).
- 9) Bildik T. Ölüm, Kayıp, Yas ve Patolojik Yas. *Ege J Med*. 2013;52(4):223-9.
- 10) PDA (Psikososyal Dayanışma Ağı). Yas Süreci [İnternet]. *Türk Psikiyatri Derneği*. <http://www.psikiyatri.org.tr/halka-yonelik/19/yas-sureci> (Erişim Tarihi: 31.12.2019).