

Ölüme ve Ölmeye Dair Ölümsüz Bir Eser: Elisabeth Kübler-Ross'un "Ölüm ve Ölmek Üzerine" Kitabı*

The Immortal Work of Elisabeth Kübler-Ross "On Death and Dying"

Yeşim SARAÇ^a

GİRİŞ

Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tıp Tarihi ve Etik Anabilim Dalı'nda doktora eğitimine başlamamla birlikte ilgim farklı alanlardaki kitaplara yöneldi. Ölüm ve Ölmek üzerine adlı kitabı almış, bir bölümünü okuyup bırakmıştım (1). Uzun bir süre ilgi göstermediğim bu kitabı, yeniden okumaya başlayınca elimden bırakamadım. Babam Akın Saraç'ın ölümü sürecinde ailece yaşadıklarımız; larinks kanseri teşhisini öğrenmemiz ve verdiğimiz tepkiler, tedavi esnasında yaşanan aspirasyon pnömonisi, hastane günleri ve ölümün gerçekleşmesi, gözümün önünden geçti. Bu süreci yaşamadan önce kitabı okumadığıma çok üzüldüm. Eğer okumuş olsaydım babama, kendime ve aileme daha fazla yardımcı olabilir, süreci daha az zararlı atlatabilirdik diye düşündüm. Anlatılan pek çok hikayede kendimden anlar buldum.

Ölüm ve Ölmek Üzerine kitabı oldukça anlaşılır bir dille yazılmış bir kitap. Ölümcül hastaların, yakınlarının yaşadıkları ve hissettikleri, hastane sürecinde yaşananlar; doktor, hemşire, tıp öğrencileri, sağlık görevlilerinin ölümcül hastalar ve aileleri ile iletişimlerini örneklerle açıklamakta. İçeriğinden kuvvetle etkilendiğim kitap hakkında yazılmış makale var mı diye baktığımda, Researchgate, Dergipark, Academia.edu, Pubmed gibi bilimsel çalışmalara erişim alanlarında ölüm, ölüm sonrası, ölüm ve yas, çocuk ve ölüm gibi konular hakkında birçok makalenin olduğunu ama Kübler-Ross'un kitabı hakkında bir monografinin bulunmadığını gördüm. İşte tam da bu yüzden 1969 yılında yazılmış, böylesine bilinen bir kitabı yeniden gündeme getirme ve kaynak olarak hatırlatma ihtiyacı duydum.

Kitabın Türkçe edisyonlarının ilki 1997'de Boyner Yayıncılık tarafından yayımlanmış olup çevirmeni psikiyatrist-psikanalist Banu Büyükkal'dır (2). April Yayıncılık'ın 2010'da yayımladığı ikinci edisyonun çevirmeni ise Ankara Üniversitesi İspanyol dili ve edebiyatı mezunu, serbest çevirmen, editör Ekin Uşşaklı'dır. Bu çalışma Uşşaklı çevirisi üzerinde yapılan bir okuma ve değerlendirme sürecinin ürünü olup metin içinde kitaptan yapılan alıntılar ve içerik aktarımları söz konusu kaynaktan yapılmıştır (1).

ELISABETH KÜBLER-ROSS

Elisabeth Kübler-Ross, ölüme yakın araştırmalarda öncü olan İsviçreli-Amerikalı psikiyatristtir (3). İsviçre'de 8 Temmuz 1926'da doğmuş, Scottsdale-Arizona-ABD'de 24 Ağustos 2004'te ölmüştür (3). Uluslararası alanda çok satan kitabı Ölüm ve Ölmek Üzerine'de (On Death and Dying), beş aşamalı bir model olan "keder teorisi"ni ilk kez tartışmıştır (3-5). Model "Kübler-Ross modeli" olarak adlandırılmaktadır (3-8).

Kübler-Ross, ölüm hakkında daha rahat konuşulması gerektiğini düşünmüş, ölümcül hastaların bu teşhisle başa çıkabilmesini sağlamayı, bakıcılara ve aile üyelerine destek olabilmeyi ve ayrıca herkesin insan yaşamının sınırsız olmadığını, mümkün olduğunca iyi yaşamak gerektiğini anlamasını istemiştir. BBC ile 1983'te yaptığı

*Ölüm ve Ölmek Üzerine. Elisabeth Kübler-Ross. İstanbul: April Yayınevi, 2010, 294 sayfa

^aDiş Hekimi, Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Programı ✉ yesimsarac@gmail.com

Gönderim Tarihi: 18.11.2022 • Kabul Tarihi: 23.11.2022

mülakatta «ölüm döşegindeki insanlar bize sadece ölümü değil yaşamı da öğretebilir» demiştir (5). Time dergisi 1999'da Kübler-Ross'u 20. yüzyılın en önemli 100 düşünürü arasında sıralamıştır (5-7).

Kübler-Ross özel yaşamında birbirini izleyen ve tetikleyen bir dizi sorun yaşamış, 1980'lerde ABD'nin Virginia bölgesinde, bölge sakinlerinin itirazlarına rağmen ölmek üzere olan AIDS hastaları için bir huzurevi kurmuş, 1995'te çiftlik evi yakılmış ve sonrasında art arda felç geçirmiş, Arizona'daki oğlu Ken'in yanına taşınıp son yıllarını orada yaşamıştır (5). Amerikan televizyonunun ünlü ismi Oprah Winfrey ile yaptığı son mülakatında kendi ölümü ile ilgili duygularını "sadece öfke, öfke, öfke" şeklinde ifade etmiştir (5).

KÜBLER-ROSS MODELİ

Ölüm ve Ölmek Üzerine kitabında tanıtılan modele göre üzücü bir olay yaşadığımızda veya yas tutmamıza sebep olacak durumlarla karşılaştığımızda farkında olmasak bile yasın beş evresini kendi kendimize yaşarız. Bu evreler sırasıyla inkar, öfke, pazarlık, depresyon ve kabullenmedir. Kübler-Ross yasın evrelerini "savunma mekanizmaları, çok zor durumlarla başa çıkma yolları" şeklinde tarif etmiştir. Oğlu Ken Ross annesinin, herkesin bu evreleri ille de bu sıralama ile yaşayacağı fikrine kapılmadığını belirtmektedir (5).

Kitabın yazılma amacı ölümcül hastalığı olan hastaya bir insan olarak odaklanma, onu diyaloga dahil etme, hastanelerin hasta bakımındaki zayıf ve güçlü yanlarını onlardan öğrenmedir. Ana tema olarak ölmenin doktorlara, hemşirelere, din adamlarına ve ölenlerin ailelerine ne öğrettiğini ele almakta ve teşekkür, önsöz ve bibliyografya haricinde 12 bölümden oluşmaktadır. Bölüm başlıkları, 1. Ölüm Korkusu Üzerine; 2. Ölüm ve Ölmek Karşısındaki Tutumlar; 3. İlk Aşama: İnkâr ve Yalnızlaşma; 4. İkinci Aşama: Öfke; 5. Üçüncü Aşama: Pazarlık; 6. Dördüncü Aşama: Depresyon; 7. Beşinci Aşama: Kabullenme; 8. Umut; 9. Hastanın Ailesi; 10. Ölümcül Hastalarla Yapılan Bazı Söyleşiler; 11. "Ölüm ve Ölmek Üzerine" Seminerine Verilen Farklı Tepkiler; 12. Ölümcül Hastalarla Terapi şeklindedir.

Yazar kitabın önsözünde "Hastalardan bizim öğretmenimiz olmalarını istedik; bu sayede tüm endişeleri, korkuları ve umutlarıyla, hayatın son aşamalarına dair daha çok şey öğrenebilecektik. Bizlerle acılarını, beklentilerini ve hayal kırıklıklarını paylaşan hastalardan bahsediyorum. Bu kitabın, insanları, hasta olanlardan 'ümitsizce' kaçmak yerine, onlara yaklaşmayı teşvik edeceğini umuyoruz, çünkü son saatlerinde onlara pek çok şekilde yardımcı olmaları mümkündür. Bunu yapmayı başarabilecek az sayıdaki insan görecektir ki, bu her iki taraf için de hoş bir tecrübeye dönüşebilir; insan zihnine, varoluşumuzun eşsiz insani yönlerine dair birçok şey öğrenebilir ve bu tecrübeden zenginleşmiş bir şekilde ve belki de kendi sonlarına dair daha endişesiz bir şekilde çıkabilirler." demektedir.

KİTABIN YAZILIŞ ÖYKÜSÜ

Yazar bize kitabın nasıl oluştuğu konusunda şöyle bilgi vermektedir: "1965 sonbaharında Chicago İlahiyat Fakültesi'nden dört öğrenci, seçtikleri bir araştırma projesi için benden yardım istedi. "İnsan hayatında yaşanan krizler" hakkında bir makale yazmak istiyorlardı ve ölümün, insanın hayatında yüzleşmek zorunda kaldığı en büyük kriz olduğuna inanıyorlardı. Doğal olarak şu soru geliyordu akla "Verilere ulaşmak bu denli zorken, bu verilerin doğrulanması ve deneyler yapmak da mümkün değilken, ölüm hakkında nasıl bir makale yazılabilir?" Bir süre görüştük, ölüm ve ölmeyi araştırmanın en iyi yolunun, ölümcül hastalardan bize öğretmenlik yapmalarını istemek olduğunda karar kıldık. Ölümcül hastaları gözlemleyecek, onların tepkileriyle ihtiyaçlarını inceleyecek, etraflarındaki insanların tepkilerini değerlendirecek ve izin verdikleri ölçüde onlara yaklaşmaya çalışacaktık. Chicago Billings Hastanesi Psikiyatri Bölümü bu seminerin teknik açıdan hayata geçirilebilmesi için gerekli ortamı ve kolaylığı sağlamıştır. Rahip Herman Cook ve Carl Nighswonger de bana çok yardımcı olmuş ve söyleşiler yapmıştır, bulmanın çok güç olduğu bir zamanda hasta arama çalışmalarına da yardım etmişlerdir. Chicago İlahiyat Fakültesi kadrosu da bana destek vermiştir" demektedir. Görüşmeler

sırasında hastaya doktoru ya da papazı eşlik etmiştir. Kübler-Ross da bazen yalnız bazen de bir öğrenciyle birlikte görüşmeye katılmıştır.

Dört öğrencinin “İnsan hayatında yaşanan krizler” hakkında makale yazmak isteğiyle başlayan bu yolculuk iki yıl içinde doktorların, hemşirelerin, hademelerin, sosyal hizmet görevlilerinin, rahiplerin, sağlık koçlarının, hastane personelinin de katıldığı elli kişilik bir grubu bünyesine almış. Yolculuğun ürünü olarak iki yılın sonunda oluşturulan seminerler dizisi, tıp ve ilahiyat fakültelerinde kredili ders olarak okutulmaya başlanmıştır.

KİTAPTAN PARÇALAR

Kübler-Ross hastane yolculuğunu insanların ölümün ilk aşaması olarak gördüklerini, duygularının, arzularının ve fikirlerinin ne olduğu kendilerine sorulmadan haklarında birtakım kararlar verildiğini, bunun da hasta olan kişilerin kendilerini artık bir insan olarak değil bir nesne olarak görmeye başlamalarına neden olduğunu söylemektedir. Bunun fiziksel olarak olmasa bile duygusal olarak daha fazla acı çekmelerine sebep olduğundan bahsetmektedir. Tıbbın insancıl ve saygıdeğer bir meslek olarak mı yoksa insanın çektiği acıyı azaltmaktansa, hayatı uzatmak uğruna insanlıktan uzaklaşmış modern bir bilim mi olduğu sorusu üzerine düşünmemiz gerektiğini, tıp öğrencilerine bilimsel ve teknolojik gelişmeler öğretilirken insan ilişkileri konusunda da bilgiye sahip olmalarının sağlanmasının daha doğru olacağını savunmaktadır.

Kübler-Ross kitabın yöneldiği amacı insanlığın genel gidişatı açısından gerekçelendirirken “Bilim ve teknoloji yok ediciliği (kitle imhaları, savaşlar) artırmak için kötüye kullanılmazsa, insan ömrünü uzatmak yerine onu daha insani bir hale getirebilirse, bireysel ilişkiler için daha fazla zaman harcanabilirse, işte o zaman büyük bir toplumdaki bahsetmek mümkün olacaktır. Ve sonunda, kendi ölümümüz gerçeğiyle yüzleşerek ve bunu kabullenerek, barışı da temin edebiliriz: Hem kendi iç barışımızı hem de uluslararası barışı.” demektedir. Vurgu yaptığı bir diğer konu da “Hedefimiz, ölmekte olan hastalar için uzmanlar bulundurmak değil, hastane personelimizi bu tür güçlüklerle yüzleşebilecek ve çözümler arayabilecek şekilde eğitmek olmalıdır.” şeklindedir.

Kübler-Ross hastalığının ölümcül olduğunu öğrendiklerinde hastaların önce bir inkar sürecine girdiklerini, “hayır ben değilim, bu doğru olamaz” dediklerini; ardından öfke aşamasına geçip “neden ben, bay X benden çok daha yaşlı” diyerek isyan ettiklerini; pazarlık aşamasında iyi tavır yoluyla ölümü geciktirme çabaları gösterdiklerini; sonra sevdikleri her şeyi kaybedecekleri korkusuna kapılıp depresyon aşamasına geçtiklerini; son olarak da çıkılan uzun yolda son durağa vardıkları gerçeğini benimseyerek kabullenme sürecini yaşadıklarını ve kabullenmeyle beraber aslında acıyı günlerce ya da aylarca katlanılır hale getiren şeyin de umut olduğunu anlatmaktadır.

Kitapta ölümcül hastalığı olan on dört hasta ile yapılan söyleşilerin uzunlukları iki sayfa ile 26 sayfa arasındadır. Söyleşi yapılan kişiler ev hanımı, rahibe, kimya mühendisi, diş hekimi, öğrenci gibi çeşitli sosyal-profesyonel gruplardan, yaşları 17 ila 60 arasında ve çoğunlukla kanserli hastalardır.

Yazar söyleşilerin hastalara yönelik pratik yararından söz ederken “Hastalıklarının son aşamasına dair konuşana dek depresyonda kalan ve hiçbir şekilde iletişim kurulamayan birçok hasta gördük. Bu konuşmalardan sonra içleri rahatladı, yeniden yemeye başladılar ve bir kısmı da doktorlarını ve ailelerini şaşırtacak şekilde iyileşme göstererek taburcu oldu. İnaniyorum ki, ölüm konusunu yok sayarak hastalarımıza daha çok zarar veriyoruz. Oysa zamanlamayı iyi kullanmalı, oturup onları dinlemeli ve duygularını paylaşmalıyız” ve “Hastalar genellikle kendileriyle birazcık ilgilenen ya da onlara az da olsa zaman ayıran birine karşı aşırı minnet duyuyorlar. Bir sürü cihaz ve sayıyla dolu bir dünyada, bu tür bir ilgiden o kadar mahrum kalıyorlar ki, küçük bir insani dokunuşa fazlasıyla iyi bir tepki veriyorlar.” demektedir.

Ölüm döşegindeki hastaların söyleşiyi yapanlara ve onların ilerideki hastalarına sağlayacakları yararlar bağlamındaki görüşlerini ise “Hasta yardım eder, ilham verir ve aynı durumdaki başka hastaları yüreklendirebilir; biz de ilgi gösteririz, vakit ayırırız ve hayatlarının son günlerinde bize öğrettiklerini hayatımızın geri kalanında

başkalarıyla paylaşıyoruz. Belki de hastaların olumlu tepki vermelerinin nedenlerinden sonuncusu da ölmekte olan kişinin ardında bir şeyler bırakma arzusudur. Küçük bir hediye vermek, belki de bir ölümsüzlük hissi yaratmak”, “Ölümcül bir hastalık teşhisi konulduğunda, aile üyeleri kendilerinin bundan ötürü suçlu tutulup tutulmayacaklarını sorarlar, “keşke onu daha erken doktora göndermiş olsaydım” ya da “ondaki değişimi daha önce fark etmeliydim ve onu yardım almaya ikna etmeliydim” gibi sözler, ölümcül hastaların yakınlarınınca sık zikredilen sözlerdir.” şeklinde ifade etmektedir.

Kübler-Ross kitabın son bölümünde “Anlaşıyor ki, ölümcül hastaların çok özel ihtiyaçları vardır ve onları dinleyip, anlamak için vakit ayırırsak bu ihtiyaçlarını gidermemiz mümkündür. Belki de en önemlisi, onlara kaygılarını dinlemeye ve paylaşmaya hazır olduğumuzu hissettirmemizdir. Ölmekte olan bir hastayla çalışmak belli bir olgunluk ister ki, bu da ancak tecrübeyle kazanılabilir. Ölümcül bir hastanın yanında sessiz ve sakin oturabilmemiz için, öncelikle ölüm ve ölmeye karşı kendi tavrımızı derinlemesine anlamaya çalışmalıyız.” mesajını vermektedir.

MODELE YÖNELİK ELEŞTİRİLER

Columbia Üniversitesi Kayıp, Travma ve Duygu laboratuvarı başkanı klinik psikoloji profesörü George Bonanno, bu modelin “bir yol haritası” olarak görülebileceğini söylemekte; “İnsanlar acı çekerken ne kadar süreceğini ve kendilerine ne olacağını bilmek isterler. Tutunacakları bir şey ararlar. Evreler modeli de onlara bunu sağlıyor.” demektedir. Ancak Bonanno, bu sınıflandırmanın yarardan çok zarar da verebileceğini belirtmekte, “Bu aşamalardan geçmeyen insanlar, ki çoğu insanın öyle olduğunu söyleyebilirim, üzüntüyü ve yası yanlış tecrübe ettiklerini düşünebilir. Bundan dolayı terapistlere gitmeleri gerektiği sonucunu çıkarabilirler.” diyerek modele eleştiri de yapmaktadır (5).

Yazar, konuşmacı, ölüm ve keder uzmanı David Kessler ise işi gereği karşılaştığı yas ve üzüntü yaşayan insanların bu teoriyi hala anlamlı gördüklerini söylemektedir. Kübler-Ross ile birlikte yazılmış iki kitabı da dahil olmak üzere birçok kitap yayımlayan Kessler bu evreleri pandemi sürecinde şu şekilde uyguladıklarından bahsetmektedir: “Başlangıçta bolca inkâr oldu: Bu virüs bizi etkilemez. Sonra öfke geldi: Beni evde kalmaya zorluyor, hareketlerimi engelliyorsunuz. Pazarlık evresinde: Tamam, eğer sosyal mesafe kuralına iki hafta uyarsam her şey yoluna girecek, değil mi? Ardından üzüntü başladı: Bu ne zaman bitecek bilmiyorum. Sonunda kabullenme aşamasına varıldı: Bunlar oluyor, nasıl yol alacağıma bakmam lazım. Tahmin edeceğimiz gibi güç, kabullenmede yatıyor. Kabullenme ile kontrolü ele geçirdiğimizi düşünüyoruz. Ellerimi yıkayabilirim. Sosyal mesafe uygulayabilirim. Sanal ortamda nasıl çalışacağımı öğrenebilirim.” (5).

Sosyal psikoloji uzmanı Charles A Corr ise model hakkında “Size bu durumlarda olan insanları kategorize etmek için kolay bir yol sunuyor” demektedir. Kübler-Ross’un yaşla ilgili sınıflandırmayı yaparken “evre” veya “aşama” sözcüklerini kullanmamış olsaydı belki bugün daha iyi bir yerde olacağını, ancak o zaman da insanların belki bu kadar dikkatini çekmemiş olacağını belirtmektedir. Corr, tıbbi semptomlar gibi beş sabit aşamadan söz edilmesinin Kübler-Ross’un çalışmasından çıkarılması gereken asıl dersleri gölgelediğini düşünmektedir (5).

KİŞİSEL DEĞERLENDİRMELER

Okuduklarımdan anladığım, son yıllarda tıbbın geçirdiği büyük değişim pek çok hastalığın kontrol altına alınmasına, bu nedenle yaşlı nüfusun artmasına ve beraberinde kronik hastalıkların çoğalmasına sebep olmaktadır. Buna bağlı olarak doktorların bekleme odalarında duygusal problemleri olan daha çok insan, azalan fiziksel becerileri ve kısıtlamalarla birlikte endişeli bir yalnızlık yaşayan yaşlıların sayısında da artış gözlenmektedir. Ölüm her zaman tatsız bir durumdur ve insanlar bu yüzden kendi ölümlerini kabullenmekte zorlanmaktadır. Aynı zamanda ölen kişinin arkasında kalanlar için de ölümü kabullenmek zordur, çoğunlukla sevdiklerinin ölümü üzerine kendilerini suçlamaktadırlar. Hayattayken birbirleriyle kavga eden, geçinemeyen eşlerden biri

öldüğünde kalan eş yas tutmakta, acı, utanç ve suçluluk duymaktadır. Bir çocuk annesinin ya da babasının ölümünü kendi yaptığı yaramazlıklar sonucunda ona verilmiş bir ceza olarak görebilmekte ama aynı zamanda artık bakımını üstlenen kişi yanında olmadığı için bir yandan da ona karşı öfke duyabilmektedir. Günümüzde ölüm daha yalnız, daha mekanik olduğundan kabullenilmesi daha da zorlaşmaktadır. Ölümcül hastalığı olan insanlar hastane yataklarında, yoğun bakım servislerinde sevdikleri yanında olmadan ölümü beklemek zorunda kalabilmektedir.

Kitaptaki bu sözler bana Kütüphanedeki Beden kitabında okuduğum, Hollanda'da 1947'de doğmuş, önce Nottingham Üniversitesi'nde felsefe, ardından Amsterdam Üniversitesi'nde tıp eğitimi almış geriatrist ve yazar Bert Keizer'in imzasını taşıyan "Babamın Ölümü" adlı bölümü hatırlattı (9). Keizer orada şu saptamada bulunuyordu. "Bilimsel tıp, on dokuzuncu yüzyılda doğdu. Acıyı hafifletmekteki başarısı o kadar büyüktü ki, hepimiz buna hayran kaldık. Bununla birlikte, bütün fiziksel acılar tıp tarafından yok edilemez ve edilemeyecektir; bu mümkün değildir. Oysa biz, tıp buna muktedirmiş, ya da çok yakında bunu başarabilecekmiş gibi davranmaktan vazgeçmiyoruz. Ne yazık ki, tam tersine, bu tavrımız acının artmasına, özellikle ölüm döşegindeki hastaların daha çok acı çekmesine sebep oluyor. Çünkü, bedensel fonksiyonların bilimsel analizini yaparken, hayatı sona ermekte olan insanın acısına önem vermiyoruz" (9).

Benim kitaptan çıkardığım mesaj bizim kendi hayatımızda ölümü nasıl kabul ettiğimizin önemli olduğudur. Eğer kendimiz ölümü kabullenmemişsek ölümcül hastalığı olan hastamıza nasıl yardım edebiliriz? Birçok kişi için ki buna ben de dahilim, ölüm çok yakınına gelmediği sürece başkalarının başına gelen, onları üzen, ama hiç kendi başımıza gelmeyecek gibi yaşadığımız hayatın çok uzak bir parçasıdır. Ancak aile içinde bir ölüm yaşandığındaki bu ölümcül bir hastalık sebebiyle oluşmuşsa ve o süreci birebir en yakından yaşıyorsak her an kendi başımıza da gelebileceği gerçeğiyle yüzleşmekteyiz. Buna nasıl tepki vereceğimiz ise konu hakkındaki bilgi ve deneyimlerimizle doğru orantılıdır.

Kitabın bütün halindeki etkileyciliğinin yanı sıra için de yer alan hikayelerin hepsini kendi içlerinde ayrı mesajlar veren anlatımlar olarak dikkate değer buldum. Bu dokunaklı ve duygusal hikayelerin her birinden farklı şeyler öğrendim. Ölümcül hastalığı olan hastaların ve ailelerinin kişisel, sosyal ve dini açıdan ölüme nasıl yaklaştıkları; ölümü inkâr ediş ile kabullenişin ve umudun onların penceresinden nasıl görüldüğünü öğrenme deneyimini yaşadım.

Yazar kitabın hazırlandığı dönemde sınıfa düzenli olarak katılan ve çalışmayla derinden ilgilenen bir teoloji öğrencisinin tutumundaki değişimin kendisini çok etkilendiğini belirtmekte; bu hikayenin sürecin en dokunaklı ve öğretici gelişmelerden biri olduğunu söylemektedir. Ben de onunla aynı hisleri paylaştığım için hikayeyi kitapta anlatıldığı şekliyle aktarıyorum:

"Bir akşamüstü ofisime geldi ve benimle yalnız görüşmek istediğini söyledi. Bir hafta boyunca kendi ölümüyle yüzleşme ihtimaliyle, büyük bir endişe yaşamıştı. Lenf bezleri büyümüştü ve bunun kötücül bir hastalık olup olmadığının anlaşılması için biyopsi yaptırması istenmişti. Bir sonraki seminere katılıp, grupla yaşadığı şok, umutsuzluk ve inkâr süreçlerini paylaştı; büyük bir endişe ve korkunun takip ettiği öfke, depresyon ve umutla dolu günler. Krizle soğukkanlılık ve onurla başa çıkma girişimlerini, hastalarımızda gördüğümüz tepkilerle kıyasladı. Karısının anlayışlılığının ona verdiği rahatlamayı anlattı ve tartışmalarına kulak misafiri olan çocuklarının tepkilerini paylaştı. Bunlardan gerçek bir duyarlılıkla bahsedebiliyordu ve bir gözlemci olmakla, hastanın kendisi olmak arasındaki farkı anlamamızı sağladı. Bu öğrenci, ölümcül bir hastayla karşılaştığında asla boş kelimeler sarf etmeyecektir. Onun tutumu seminer sayesinde değil, bakımı altındaki kişilerin yaklaşan ölümleriyle nasıl başa çıkabileceğini öğrenmeye çalıştığı bir dönemde, kendi ölüm ihtimaliyle yüzleşmek zorunda kaldığı için değişmiştir."

SONUÇ

Ben kendi kliniğimde serbest çalışan bir diş hekimi olarak ölümcül hastalarla birebir karşılaşmıyorum. Ama gerek kendi ailemde yaşadığım gerekse hastalarımın kendi yakınlarıyla ilgili yaşayıp benimle paylaştıkları deneyimlerinden öğrendiğim çok şey olduğunu düşünüyordum.

Kitabı okuduktan sonra öğrendiğim ölümcül hastaların yaşadıkları yasın beş evresini anlamının ve onlara bunu anladığımızı hissettirerek yaklaşmanın hastanın fiziksel olmasa bile duygusal acılarının biraz olsun hafiflemesine sağlayabileceği, hasta yakınlarının da aynı süreçten geçtiğini bilerek davranmamızın bu süreci daha katlanılabilir bir hale getirebileceğidir. Edinilen deneyimlerin, ölümcül hastalık süreci kendi ailemizden ya da yakın çevremizden birinin başına geldiğinde başa çıkabilme kapasitemizin bu kitabı okumadan ve bu bilgileri almadan önceki tavrımızla aynı olmayacağıdır.

Son olarak, Ölüm ve Ölmek üzerine kitabını okuduğumu, oldukça ilgimi çektiğini, hakkında yapılmış çok az çalışma bulabildiğimi söylediğimde beni bu eleştirel anlatıyı yazmaya teşvik eden, destek olup yol gösteren hocam Prof. Dr. Selim Kadioğlu'na ve tıp tarihi ve etik disiplini ile tanışmamı sağlayıp beni bu disiplinde doktora yapmaya teşvik eden danışman hocam Doç. Dr. Funda Gülay Kadioğlu'na teşekkürü borç bilirim.

KAYNAKLAR

1. Kübler-Ross E. Ölüm ve Ölmek Üzerine [Çeviren Büyükkal B]. İstanbul: April Yayınevi; 2010.
2. Ölüm ve Ölmek Üzerine [Boyneryayınlari - İnternet]. Erişim Tarihi: 17.11.2022. Erişim: [https://boyneryayinlari.com/?kitap=25&arsiv=1].
3. Elisabeth Kübler-Ross. [WIKIPEDIA The Free Encyclopedia - İnternet]. Erişim Tarihi: 17.11.2022. Erişim: [https://en.wikipedia.org/wiki/Elisabeth_K%C3%BCbler-Ross].
4. Latson J. The Woman Who Made Death a Conversation Starter. [Time Magazine - İnternet]. Erişim Tarihi: 17.11.2022. Erişim: [https://time.com/3946458/kubler-ross-history/].
5. Burns L. “Yasın beş evresi teorisi” nasıl gelişti, hangi alanlara uyarlandı? [BBC News Türkçe - İnternet]. 5 Temmuz 2020. Erişim Tarihi: 17.11.2022. Erişim: [https://www.bbc.com/turkce/haberler-dunya-53277610.amp].
6. Şahin K. Üzüntünün Beş Aşaması: Kübler-Ross Modeli [Kemal Şahin Sitesi - İnternet]. Erişim Tarihi: 17.11.2022. Erişim: [https://www.kemalsahin.com/uzuntunun-bes-asamasi-kubler-ross-modeli/].
7. Gizir CA. Bir Kayıp Sonrasında Zorluklar Yaşayan Üniversite Öğrencilerine Yönelik Bir Yas Danışmanlığı Modeli. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 2006; 2 (2): 195-213. [İnternet]. Erişim Tarihi: 17.11.2022. Erişim: [https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/160988#page=91].
8. Bekaroğlu E. Ölüm ve Hayatın Anlamı Üzerine Psikolojik Bir İnceleme İvan İlyiç'in Ölümü. AHBV Edebiyat Fakültesi Dergisi 2019; 1 (1): 33-37. [İnternet]. Erişim Tarihi: 17.11.2022. Erişim: [https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/910694].
9. Keizer B. Babamın Ölümü. İçinde: Bamfort I, Editör. Kütüphanedeki Beden [Çeviren Kovulmaz B]. İstanbul: Çınar Yayınları; 2003: 503-514.