

Travma Sonrası Stres ile Prososyal Davranış Arasındaki İlişkide Travma Sonrası Büyümenin Rolü

Deniz Canel Çınarbaş¹, Funda Doğan²

Canel-Çınarbaş, D. ve Doğan, F. (2019). Travma sonrası stres ile prososyal davranış arasındaki ilişkide travma sonrası büyümenin rolü. *Nesne*, 7(15), 201-213. DOI: 10.7816/nesne-07-15-04

Anahtar kelimeler
Prososyal davranış,
travma, travma sonrası
büyüme, travma sonrası
stres

Keywords
Prosocial behavior,
trauma, posttraumatic
growth, posttraumatic
stress

Öz

Çalışmanın amacı travmatik yaşam olayları ile prososyal (olumlu sosyal) davranış eğilimi arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışmaya, travmatik yaşam olaylarına maruz kalmış 145 kişi ile travmatik yaşam olayları yaşamamış 58 kişi katılmıştır. Travma yaşayan katılımcıların prososyal davranış eğilimi puanları ile travma yaşamamış katılımcıların puanları t test aracılığı ile karşılaştırılmıştır. Ayrıca, travma sonrası stres belirti puanları yaşadıkları travmanın katılımcılar üzerindeki etkisini ölçmek amacıyla kullanılmıştır. Travma sonrası büyümenin travma sonrası stres ile prososyal davranış eğilimi arasındaki ilişkideki aracı rolü, bootstrap yöntemi kullanılarak çoklu aracı değişken analizi ile incelenmiştir. Sonuçlara göre, travma yaşamış kişiler daha çok prososyal davranış eğilimi göstermektedir. Bu sonuca ek olarak; travma sonrası büyümenin, travma sonrası stres ile prososyal davranış eğilimi arasındaki ilişkide tam aracı rol oynadığı bulunmuştur. Ayrıca, travma sonrası büyümenin dolaylı etkisinin katılımcıların eş duyum puanları kontrol edildikten sonra da devam ettiği gözlemlenmiştir. Çalışma bulgularının sosyal ve klinik açıdan önemli olası etkileri mevcuttur.

The Role of Posttraumatic Growth in the Relationship Between Posttraumatic Stress and Prosocial Behavior

Abstract

The aim of the present study was to assess the relation between trauma exposure and prosocial behavior tendencies. One hundred and forty five individuals with trauma history and 58 individuals without any trauma exposure participated in the study. Prosocial behavior tendency mean scores of trauma and non-trauma groups were compared via t-test analysis. Moreover, posttraumatic stress symptom scores were used to measure the ongoing effect of trauma exposure on the participants. In order to investigate the mediating role of posttraumatic growth in the relationship between posttraumatic stress symptoms and prosocial behavior tendencies, mediation analysis via Bootstrap sampling method was employed. Results indicated that individuals with trauma history showed more prosocial behavior tendencies than individuals without any trauma exposure. In addition, posttraumatic growth had an indirect effect on the relationship between posttraumatic stress symptoms and prosocial behavior tendencies. Also, this indirect effect of posttraumatic growth was sustained even when participant's empathic tendency scores were controlled. Study findings provide important social and clinical implications.

Makale Bilgisi
Geliş tarihi: 16 Ocak 2019
Düzeltilme tarihi: 01 Aralık 2019
Kabul tarihi: 10 Aralık 2019

DOI: 10.7816/nesne-07-15-04

¹ Doç. Dr. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, dcanel(at)metu.edu.tr ORCID: 0000-0002-7259-6822

² Uzman Psk., ORCID: 0000-0002-5789-2981

Prososyal davranış, tanım olarak, diğer kişi ya da kişilere fayda sağlamayı amaç edinen davranıştır (Eisenberg ve Fabes, 1998). Prososyal davranış ihtiyacı olan bir kişiye yardım etmek gibi o an gelişen bir davranış olabilmekle birlikte, gönüllülük gibi uzun süreli ve planlı davranışları da kapsar (Brownell, Svetlova ve Nichols, 2009; Zahn-Waxler, Radke-Yarrow, Wagner, ve Chapman, 1992). Bu çalışma travma sonrası stres belirtileri ile prososyal davranış eğilimi arasındaki ilişkide, travma sonrası büyümenin (TSB) aracı rolünü araştırmak amacıyla yürütülmüştür.

Prososyal davranışı açıklamak için birçok yaklaşım öne sürülmüştür. Öğrenme mekanizmasını temel alan yaklaşımlar, gelişimsel faktörler ve sosyalleşme süreçlerinin etkisi üzerinde durmuşlardır. Örnek olarak, önceki çalışmalar, model almanın (Coates, Pusser ve Goodman, 1976) ve olumlu pekiştirecin (Rushton ve Teachman, 1978) prososyal davranış üzerindeki etkisini göstermiştir. Uyarılma ve duygu üzerinden açıklayan yaklaşımlar ise prososyal davranışın ortaya çıkışında duygunun rolüne vurgu yapar. Örneğin, eş duyum-özgecılık hipotezi, prososyal davranışı özgecılık üzerinden açıklar ve kişinin ihtiyaç halindeki bir kişiye karşı eş duyum geliştirdiği takdirde, özgeci bir motivasyonla yardım etme davranışı göstereceğini varsayar (Batson, Duncan, Ackerman, Buckley ve Birch, 1981). Batson (2002) kişinin özgeci davranış gösterirken, kendi stresinin azalması gibi içsel ve sosyal ödüller gibi dışsal kazanımlarının olabileceğini ifade eder.

Sosyal ve kişisel standartları temel alan yaklaşımlar, sosyal normların kişiyi prososyal davranışa yönlendirebileceğini ifade eder. Araştırmacılar, kişinin, olumlu bir kendilik imajına sahip olmak (Schwartz ve Howard, 1982 alıntılan Penner, Dovidio, Piliavin ve Schroeder, 2005, s. 368) ya da kendi kişisel ihtiyaçlarını karşılamak (Omoto ve Snyder, 1995) gibi nedenlerle prososyal davranış gösterebileceğini bulmuşlardır. Ayrıca prososyal davranış evrim teorisi aracılığı ile de açıklanabilmektedir. Bu yaklaşıma göre, yardım etme eğilimi bu davranışı gösteren kişilerin genlerini diğer nesle geçirme başarısının yüksek oluşu ile açıklanmaktadır. Bir diğer deyişle, kişiler genlerini diğer nesle geçirme ihtimalini artıracak şekilde yardım etme davranışı gösterebilmektedirler (Penner ve ark., 2005). Örnek olarak Burnstein, Crandall ve Kitayama (1994) ölüm kalım durumlarında kişilerin yakın akrabalarına uzak akrabalarından daha çok yardım ettiklerini bulmuştur.

Araştırmacılar, durumsal faktörleri kişilerin ne zaman daha çok prososyal davranış gösterdiğini saptamak amacıyla incelemişlerdir. Bulgular kişilerin ortamda başka yardım edecek kişi olmadığı zaman (Latane ve Dariey, 1968), yardım ihtiyacı net olduğu zaman (Clark ve Word, 1974) ve acil durum olduğu zaman (Shotland ve Huston, 1979) daha çok yardım ettiğini göstermiştir.

Ayrıca, araştırmacılar prososyal davranışı açıklarken genellikle olumlu faktörleri incelemişlerdir. Örnek olarak, sosyalleşme süreci (Coates ve ark., 1976), benliği geliştirmek gibi kişisel ihtiyaçlar (Omoto ve Snyder, 1995) ya da eş duyumu prososyal davranışın kaynağı olabilecek faktörler olarak incelemişlerdir. Travmatik yaşam olayları gibi olumsuz faktörlerin de prososyal davranış gösterme eğilimini artırabileceği yönünde öneriler sunulmuştur (Vollhardt, 2009). Vollhardt (2009) travma yaşayan kişinin daha çok eş duyum kurma ve kendisini daha güçlü hissetme gibi değişimler deneyimleyebileceğini ifade etmiş, bu değişimler sayesinde kişinin daha çok prososyal davranış gösterebileceğini belirtmiştir.

Son yıllarda yapılan çalışmalarda da travmatik deneyimlerini anlamlandırabilen katılımcıların daha fazla TSB yaşadıkları (Triplett, Tedeschi, Cann, Calhoun, ve Reeve, 2012) ve travma sonrasında iyileşebilen ve güçlenen kişilerin başkalarına daha fazla yardım ettikleri bulunmuştur (Stidham, Draucker, Martsof, ve Mullen, 2012). Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada ise daha fazla travma yaşayan katılımcıların daha fazla prososyal davranış gösterdikleri (Trull, 2014) belirtilirken, iki yıl boyunca travma puanları yüksek seyreden katılımcıların, travma puanları düşük katılımcıların kıyasla daha fazla yardım davranışında buldukları belirtilmiştir (Tsai, Sippel, Mota, Southwick, ve Pietrzak, 2015).

Özet olarak, prososyal davranış ile ilgili eş duyum gibi olumlu faktörler daha çok araştırılmış olsa da, travma gibi olumsuz faktörler de araştırılmış ve yardım davranışıyla ilişkili bulunmuştur. Travmatik olaylar, savaş, sevilen birinin kaybı gibi birçok yaşam olayını kapsar. DSM 5'e göre (American Psychiatric Association [APA], 2013), travmatik olay, ölüm ya da ölüm tehdidi, ciddi bir yaralanma veya kendisinin ya da başkalarının fiziksel bütünlüğüne bir tehdit, böyle bir olaya tanık olma ya da böyle bir olayla karşı karşıya gelmiş olmayı kapsar.

Travmanın etkisi kişiden kişiye değişir. Bazı kişiler travma sonrası stres belirtileri gösterirler. DSM 5'e (APA, 2013) göre, Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) belirtileri 4 ana kategori altında yer alır. Bu dört temel belirti grubu müteceviz belirtiler (en az bir belirti), kaçınma (en az bir), düşüncelerde ve duygu durumunda olumsuz değişiklikler (en az iki belirti) ve tepkilerde ve uyarılmada olumsuz değişiklikler (en az iki) şeklinde sıralanabilir.

DSM'nin tanı için koyduğu kısıtlılık bazı araştırmacıları TSSB tanısı olmadan bu konuyu çalışmaya yönlendirmiştir. Travma sonrası stres belirti profili (Muller, Sicoli ve Lemieux, 2000) ve eşik altı TSSB (Marshall ve ark., 2001) gibi terimler alan yazında TSSB tanısı olmadan TSSB belirtilerini çalışmak için kullanılan kavramlardan bazılarıdır. Bu çalışmada da katılımcıların tanı ölçütlerinin tamamını karşılamaları beklenmemiş, TSSB belirtilerini ölçen ölçüm aracının toplam puanları kullanılmıştır.

Travmanın getirdiği olumsuz belirtilere rağmen, son zamanlarda travma sonrası gelişen olumlu değişimler ve TSB ile ilgili çalışmalar artmıştır (Cordova, Cunningham, Carlson, ve Andrykowski, 2001; Tedeschi, Park ve Calhoun, 1998). Travma sonrası deneyimlenen olumlu gelişme Travma Sonrası Büyüme (TSB) olarak adlandırılır. TSB sadece travma sonrası iyileşmeyi değil, travma sonrası gelişmeyi de kapsar. Kişi, travma sonrasında, öncesine göre, psikolojik kapasitesinde gelişim gösterir ve bu olumlu değişim kişinin dünya görüşüne de yansiyabilir (Tedeschi ve ark., 1998). Kişi hayatını ikinci bir şans olarak düşünmeye başlayabilir. Hayata karşı daha çok şükran duyabilir (Cordova ve ark., 2001), varoluşsal sorular sorup, hayatın anlamını bulmaya çalışabilir ve Tanrı'nın varlığını daha çok hissetme gibi manevi değişimler yaşayabilir (Tedeschi ve ark., 1998).

TSB sürecinde ayrıca kendilik algısında bir değişim de yaşanabilir. Abraído-Lanza, Guier, ve Colón (1998) kronik bir rahatsızlık sonucu kişilerin kendilerini daha güçlü olarak algıladıklarını bulmuşlardır. Kişi sarsıcı yaşam olayı sonunda savunmasızlığını gördüğü halde kendisini daha güçlü hissederse, kişi daha çok sosyal destek arayarak daha yakın ilişkiler kurabilir (Tedeschi ve ark., 1998). Dolayısıyla, kişilerarası ilişkilerinde de bir değişim gözlenebilir. Kişi sarsıcı bir yaşam olayı sonucunda kendisini daha çok açabilir, daha çok duygu ifadesinde bulunabilir ve daha yakın ilişkiler kurabilir. Ayrıca, kişinin savunmasızlığının

farkında olması daha çok eş duyum yapabilmesine, şefkat duymasına ve yardım davranış göstermesine olanak tanıyabilir (Tedeschi ve ark., 1998).

Araştırmalar TSSB belirtileri ile TSB arasında hem pozitif (Cadell, Regehr ve Hemsworth, 2003) hem de negatif (Sawyer, Ayers ve Field, 2010) ilişki bulmuştur. Zoellner ve Maercker (2006) bulgular arasındaki bu uyumsuzluğun TSB'nin ölçülme şekliyle alakalı olabileceğini belirtmiştir. TSB'nin Travma Sonrası Büyüme Ölçeği (Tedeschi ve Calhoun, 1996) gibi standart ölçeklerle ölçüldüğü durumlarda pozitif ya da anlamsız bir ilişki elde edilirken, görüşme formatında ölçüldüğü durumlarda negatif bir ilişki gözlemlenmiştir. Ayrıca, Joseph ve Linley (2006) travmatik olayın kişinin hayatla ve kendisi ile ilgili varsayımlarını sarstığını, travma sonrası stres bozukluğunun bir anlam arayışını ve bu varsayımların tekrar inşa edilme sürecini ifade edebileceğini belirtmişlerdir. Eğer kişi yeni anlamlar üretebilir ve sarsılan varsayımların yerine yenilerini koyabilirse, travmanın büyümeye yol açabileceğini eklemiştir.

Daha önce de belirtildiği gibi, eş duyum hem prososyal davranışla (Eisenberg ve Eggum, 2010), hem de TSB ile ilişkili olabilen bir kavramdır. Eş duyum sosyal psikoloji alan yazınında genel olarak prososyal ve anti sosyal davranışla ilişkili olarak ele alınır. Eş duyumun prososyal davranışı teşvik ettiği (Batson, 2002) ve saldırganlığı önlediği (Eisenberg ve Eggum, 2010) bulunmuştur.

Eş duyumun tanımıyla ilgili alan yazında farklılıklar vardır (Duan ve Hill, 1996). Son zamanlarda genel kabul gören tanımı “kişinin karşısındaki kişinin duygusal durumunu ve içeriğini anlaması ve paylaşabilmesi” şeklinde ifade edilebilir (Cohen ve Strayer, 1996, s. 988). Bu tanım eş duyumun hem duygusal hem bilişsel tanımını içerir. Ayrıca eş duyumun ölçümü ile ilgili de alan yazında farklılıklar mevcuttur. Bazı araştırmacılar eş duyumu bir kişilik özelliği olarak ele alırken (Hogan, 1969), bazı araştırmacılar ise eş duyumu duruma özgü bilişsel-duygusal bir durum olarak ele alırlar (Barret-Lennard, 1962).

Travma, TSB, prososyal davranış ve eş duyum birbirleriyle ilişkili kavramlardır ve bu kavramlar arasındaki ilişki ile ilgili az sayıda da olsa çalışma mevcuttur (El-Gabalawy, 2010; Trull, 2014). Genel kanı, prososyal davranışın olumlu yaşam deneyimlerinden, saldırganlık gibi uyumsuz davranışların ise olumsuz yaşam olaylarından kaynaklandığıdır. Son zamanlarda elde edilen bulgular ise başka eğilimlerin de olabileceğini göstermektedir (Vollhardt, 2009). Vollhardt (2009) kişinin travma sonrası bir takım psikolojik değişimler gösterdiği takdirde daha çok prososyal davranış gösterebileceğini önermiştir. TSB Vollhardt (2009) tarafından önerilen aracı değişkenlerden biridir.

Önceki çalışmalar travma ve prososyal davranış arasında bir ilişki olduğunu önermektedir (Frazier ve ark., 2012; Vollhardt ve Staub, 2011). Bazı çalışmalar travma yaşayan kişilerin yaşamayanlara oranla daha çok prososyal davranış gösterdiğini bulmuştur (Frazier ve ark., 2012). Ancak Trull (2014) iki grup arasında fark bulamamıştır. Düşük prososyal davranış gösteren kişilerin daha az TSB gösterdiğini bulmuş, travma yaşayanlarla yaşamayanlar arasında prososyal davranış açısından fark bulamamasını, kişilerin TSB düzeylerindeki farklılıktan kaynaklanabileceğini belirtmiştir. Dolayısıyla, Trull'un bulguları, Vollhardt'ın TSB'nin travma ile prososyal davranış arasındaki ilişkide rol oynadığı savını destekler niteliktedir. Vollhardt (2009) hayatın anlamının prososyal davranışı motive edici bir faktör olabileceğini ve TSB'nin hayatın anlamıyla ilişkili olabileceğini iddia etmiştir.

Eş duyum da prososyal davranış ve travma ile ilişkili olarak araştırılmıştır (Eisenberg ve ark., 2010; Toi ve Batson, 1982). Araştırmacılar, travmaya maruz kalma ile eş duyum arasındaki ilişkiyi incelemişler, travmaya maruz kalanların benzer şekilde travmatize olmuş kişiye karşı daha çok eş duyum gösterdiğini ifade etmişlerdir (Barnett, Tetreault, Esper ve Bristow, 1986; Vollhardt, 2009). Birkaç çalışmayla eş duyum ve travma sonrası prososyal davranış arasındaki ilişkiyi saptamak güç olsa da eş duyum ile genel prososyal davranış arasında güçlü bir ilişki olduğundan (Toi ve Batson, 1982), eş duyum değişkeni bu çalışmaya kontrol değişkeni olarak dahil edilmiştir.

Özet olarak, çalışmalar travma ile prososyal davranış arasında bir ilişkiyi öngörmektedir. Ayrıca TSB'nin iki değişken arasında aracı rol oynadığı varsayılmaktadır (Vollhardt, 2009). Ancak, TSB'nin aracı rolünü direkt olarak araştıran ampirik bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmanın amacı travma sonrası stres ile prososyal davranış eğilimi arasındaki ilişkide TSB'nin aracı rolünü araştırmaktır. Bu doğrultuda araştırmanın iki temel hipotezi vardır: (i) Travma yaşayan katılımcılar travma yaşamayan katılımcılardan daha yüksek prososyal davranış eğilimi gösterecektir. (ii) Katılımcıların eş duyum eğilim puanlarını kontrol ettikten sonra, TSB, TSSB belirtileri ile prososyal davranış eğilimi arasındaki ilişkide aracı rol oynayacaktır.

Yöntem

Katılımcılar

Çalışmada 150 travma yaşayan ve 58 travma yaşamayan kişi yer almıştır. Travma yaşayan kişiler grubuna son 5 yıl içerisinde travma yaşamış kişiler dahil edilmiştir. Travma yaşayan katılımcıların 89'u (%59.3) kadın ve 61'i (%40.7) erkektir. Travma yaşamayan katılımcıların 34'ü (% 58.6) kadın ve 24'ü (% 41.4) erkektir. Katılımcıların yaşları travma grubunda 19 ve 35 arasında ($O = 21.7$, $SS = 2.04$), travma yaşamayan grupta ise 19 ve 30 arasında ($O = 21.5$, $SS = 1.88$) değişmektedir. Travma grubundaki katılımcılardan 9'u (%6) hayatının en uzun dönemini köy veya kasabada, 46'sı (%30.7) şehirde, 95'i (%63.3) ise metropolde geçirmiştir. Travma yaşamayan grupta ise katılımcılardan 3'ü (%5.2) hayatının en uzun dönemini köy veya kasabada, 23'ü (%39.7) şehirde, 32'si (%55.2) ise metropolde geçirmiştir.

Veri Toplama Araçları

Katılımcılara Demografik Bilgi Formu, Prososyal Davranış Eğilimi Ölçeği, Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği, Travma Sonrası Büyüme Envanteri ve Empatik Eğilim Ölçeği sunulmuştur.

Prososyal Eğilim Ölçeği: Yirmi üç maddeden oluşan ölçek Carlo ve Randal (2002) tarafından prososyal davranış eğilimini üniversite öğrencisi örnekleminde ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekte beşli Likert-tipi cevap formatı kullanılmıştır ve yüksek puanlar daha fazla prososyal davranışa işaret etmektedir. İngilizce versiyonunun iç tutarlılık katsayısı .73'dür. Kumru, Carlo ve Edwards (2004) 11-21 yaş arası gençler için ölçeği Türkçe'ye uyarlamıştır. Daha sonra, Yıldız, Taştan-Boz ve Yıldırım (2012) ölçeği üniversite öğrenci örnekleminde uyarlamıştır. Yıldız ve arkadaşları (2012) ölçeğin Türkçe versiyonunda dört faktör bulmuşlar ve toplam varyansın %56'sının açıklandığını belirtmişlerdir. İç tutarlılık katsayısının .64 ve .68 arasında değiştiğini eklemiştirlerdir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı mevcut çalışmada .71 olarak bulunmuştur.

Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği: Elli maddeden oluşan Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği TSSB'yi belirlemek amacıyla geliştirilmiştir (Foa, Cashman, Jaycox, ve Perry, 1997). Ölçeğin, TSSB belirtilerini ölçen 17 maddelik kısmının iç tutarlılık katsayısı .92 ve test tekrar test katsayısı .83'tür (Foa ve ark., 1997). Ölçek Türkçe'ye Işıklı (2006) tarafından uyarlanmıştır. Türkçe versiyonunun 17 maddelik TSSB belirti alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı .93 olarak tespit edilmiştir. Bu çalışmada, Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği yaşanan travmatik olayın türü ve olaya bağlı yaşanan stres belirtilerinin şiddetini saptamak amacıyla kullanılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı mevcut çalışmada .94 olarak bulunmuştur.

Travma Sonrası Büyüme Ölçeği: Yirmi bir maddeden oluşan bu ölçek travmatik yaşantılar sonrası bireylerde görülebilecek olumlu dönüşümleri değerlendirmek üzere Tedeschi ve Calhoun (1996) tarafından geliştirilmiştir. Yirmi bir maddeden oluşan ölçekte altılı Likert tipi cevap formatı kullanılmakta ve yüksek puanlar daha fazla travma sonrası büyümeye işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .90 ve iki ay arayla test tekrar test katsayısı ise .71 olarak tespit edilmiştir. Bu ölçek, önce Kılıç (2005) ve daha sonra birtakım değişiklikler yapılarak Dirik (2006) tarafından Türkçe'ye çevrilmiştir. Ölçeğin İngilizce (Tedeschi ve Calhoun, 1996) ve Türkçe (Karancı ve ark., 2012) versiyonlarının geçerlik ve güvenirlik değerleri yeterli bulunmuştur. Bu çalışmada travma sonrası görülen olumlu dönüşümleri değerlendirebilmek amacıyla Dirik'in (2006) çevirisi kullanılmıştır. Mevcut çalışmada on dördüncü maddenin diğer maddelerle karşılaştırıldığında madde toplam korelasyonu (.35) düşük olduğu için bu madde analizlerden çıkarılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı mevcut çalışmada .94 olarak bulunmuştur.

Empatik Eğilim Ölçeği: Yirmi maddeden oluşan ölçek, Dökmen (1989) tarafından kişilerin günlük hayatta eş duyum gösterme eğilimini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Maddeler 1 ile 5 arasında değerlendirilir ve toplam puanın daha yüksek olması daha fazla eş duyum eğilimi gösterir. Ölçeğin üç hafta arayla test-tekrar test katsayısı .82 olarak bulunmuştur. Dökmen ölçeğin psikometrik özelliklerinin yeterli olduğunu belirtmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı mevcut çalışmada .74 olarak bulunmuştur.

İşlem

ODTÜ Etik Komitesi'nden alınan iznin ardından, www.qualtrics.com sitesinde online bir anket oluşturulmuş ve anket bağlantısı üniversite öğrencilerine duyurulmuştur. Analiz için Sosyal Bilimler için İstatistik Paketi (SPSS) kullanılmıştır. Veri temizlemeden sonra, bağımsız grup t testi aracılığı ile travma yaşayan ve yaşamayan grubun prososyal davranış eğilimi arasındaki puan farklılığı incelenmiştir. Değişkenler arasındaki korelasyonlar incelendikten sonra, aracı değişken analizi ile TSB'nin aracı rolü araştırılmıştır.

Bulgular

Cook uzaklığı hesaplamasına göre travma yaşayan grupta 5 aykırı değer saptanmış ve bunlar analizlere dahil edilmemiştir. Böylece, travma yaşayan 145 ve travma yaşamayan 58 katılımcı ile analizlere devam edilmiştir. Katılımcıların rapor ettiği travmatik olaylarla ilgili sıklık ve yüzde tabloları Tablo 1 ve Tablo 2'de verilmiştir. Tablo 3'te ise kullanılan ölçeklerden elde edilen puanların ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Bağımsız gruplar için t testi prososyal davranış eğilimi puanları açısından travma yaşayan ve yaşamayan grup arası ortalama farklılığı araştırmak amacıyla uygulanmıştır. Sonuçlar iki grup arasında anlamlı bir farklılık olduğunu göstermiştir, $t(86) = 2.50$, $p < .05$, $\eta^2 = .06$. Travma yaşayan katılımcılar (Ort. = 77.90, $S = 8.53$) yaşamayanlardan (Ort. = 73.93, $S = 10.83$) daha yüksek prososyal davranış eğilimi puanlarına sahiptir.

Tablo 1

Farklı Travmatik Olayların Frekans ve Yüzdeleri

Yaşanan Travmatik Olay	N= 145 f (%)
1. Sevilen ya da yakın birinin beklenmedik ölümü	111 (76.55)
2. Doğal afet	87 (60)
3. Kaza, yangın ya da patlama olayı	65 (44.82)
4. Tanımadığınız bir kişi tarafından cinsel olmayan saldırı	25 (17.24)
5. Hayatı tehdit eden bir hastalık	21 (14.48)
6. 18 yaşından küçükken 5 ya da daha büyük yaşta biriyle cinsel temas	18 (12.41)
7. Aile üyesi ya da tanıdığınız biri tarafından cinsel olmayan saldırı	18 (12.41)
8. Tanımadığınız bir kişi tarafından cinsel saldırı	13 (8.96)
9. Diğer olaylar	11 (7.58)
10. Aile üyesi ya da tanıdığınız biri tarafından cinsel saldırı	7 (4.82)
11. İşkence	4 (2.75)
12. Hapsedilme	3 (2.06)
13. Askeri çarpışma ya da savaşta bulunma	2 (1.37)

Tablo 2

En Çok Rahatsız Eden Travmatik Olayın Frekans ve Yüzdeleri

En Çok Rahatsız Eden Travmatik Olay	N=145 f (%)
1. Sevilen ya da yakın birinin beklenmedik ölümü	73(50.34)
2. Kaza, yangın ya da patlama olayı	27(18.62)
3. Hayatı tehdit eden bir hastalık	11 (7.58)
4. Doğal afet	9 (6.2)
5. Tanımadığınız bir kişi tarafından cinsel saldırı	7 (4.82)
6. Diğer olaylar	5 (3.44)
7. Aile üyesi ya da tanıdığınız biri tarafından cinsel olmayan saldırı	4 (2.75)
8. Aile üyesi ya da tanıdığınız biri tarafından cinsel saldırı	2 (1.37)
9. Tanımadığınız bir kişi tarafından cinsel olmayan saldırı	2(1.37)
10. Hapsedilme	2(1.37)
11. Askeri çarpışma ya da savaşta bulunma	1(0.68)
12. 18 yaşından küçükken 5 ya da daha büyük yaşta biriyle cinsel temas	1(0.68)
13. İşkence	1(0.68)

Tablo 3

Prososyal Eğilim Ölçeği, Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği, Travma Sonrası Büyüme Ölçeği ve Empatik Eğilim Ölçeği'nin Ortalam ve Standart Sapma Değerleri

	Travma var (N= 145)		Travma yok (N= 58)		Toplam (N= 203)	
	Ort.	S	Ort.	S	Ort.	S
PEÖ	77.90	8.53	73.93	10.83	76.76	8.75
TSSTÖ	9.39	11.10	-	-	-	-
TSBÖ	40.92	24.92	-	-	-	-
ETS	66.84	9	65.25	8.06	66.38	8.75

Not. PEÖ: Sosyosyal Eğilim Ölçeği, TSSTÖ: Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği, TSBÖ: Travma Sonrası Büyüme Ölçeği, EEÖ: Empatik Eğilim Ölçeği.

Çalışmanın değişkenleri arasındaki korelasyon değerleri ile ilgili detaylı bilgi Tablo 4'te verilmiştir. TSSB belirtileri TSB ile anlamlı şekilde ilişkili bulunmuştur, $r(143) = .323, p < .01$. Ayrıca TSB, sosyosyal davranış eğilimi ile de ilişkili bulunmuştur, $r(143) = .270, p < .01$. Eş duyum eğilimi puanları sosyosyal davranışla anlamlı şekilde pozitif ilişkili bulunurken, $r(143) = .247, p < .01$, TSSB belirtileri ile anlamlı şekilde negatif ilişkili bulunmuştur, $r(143) = -.174, p < .05$.

Tablo 4

Araştırmanın Değişkenleri Arasındaki Korelasyon (N=203)

	PEÖ	TSSTÖ	TSBÖ	EEÖ
PEÖ	(.71)	.13	.24**	.27**
TSSTÖ		(.94)	.32**	-.17*
TSBÖ			(.94)	.04
EEÖ				(.74)

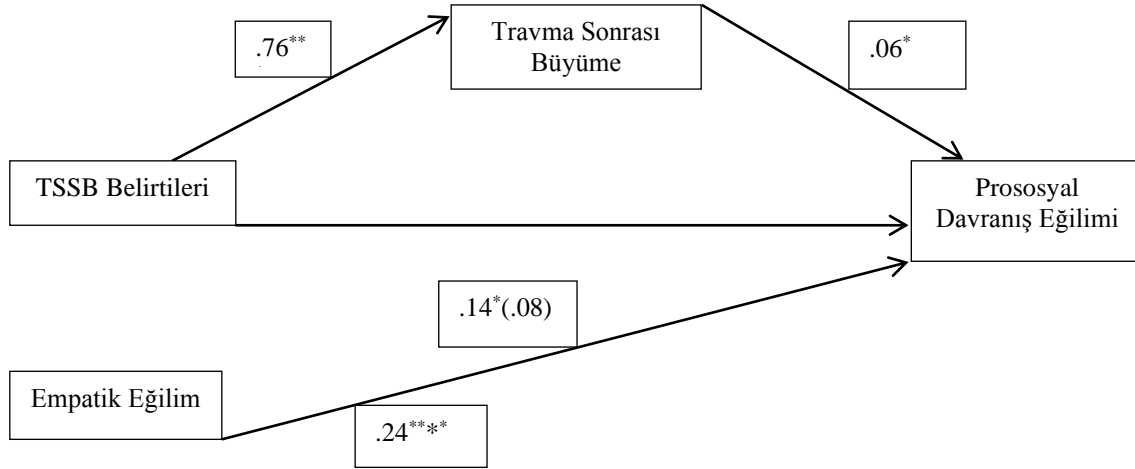
* $p < .05$, ** $p < .01$

Not 1: PEÖ: Sosyosyal Eğilim Ölçeği, TSSTÖ: Travma Sonrası Stres Tanı Ölçeği, TSBÖ: Travma Sonrası Büyüme Ölçeği, EEÖ: Empatik Eğilim Ölçeği.

Not 2: Parantez içinde, ölçeklerin bu örneklemden elde edilen Chronbach Alpha katsayıları belirtilmiştir.

Eş duyum eğiliminin etkisi kontrol edildikten sonra, TSB'nin TSSB belirtileri ile sosyosyal davranış eğilimi arasındaki ilişkideki aracı rolünü araştırmak amacıyla bootstrap yöntemi kullanılarak çoklu aracı değişken analizi uygulanmıştır (Preacher ve Hayes, 2008). Analiz, Bootstrapping yoluyla orijinal veriden yeniden elde edilen 5000 yeni örnekleme ve aracı değişken rollerinin güven aralıklarının değerlendirilmesiyle yapılmıştır. Sonuçlar, TSB'nin TSSB belirtileri ile sosyosyal davranış eğilimi arasında aracı bir rol üstlendiğini göstermiştir, 95% CI [.01, 0.11]. Ayrıca, model varyansın % 12'sini açıklamıştır,

$F(3, 141) = 6.94, p < .001$. Ayrıntılı bilgi Şekil 1’de verilmiştir. Ayrıca, aynı prosedür eş duyum eğilimini kontrol etmeden de uygulanmıştır ve TSB’nin aracı rolünün yine sağlandığı bulunmuştur, 95% CI [.01, 0.12].



Şekil 1. Aracı Değişken Analizi Katsayıları (N=203), (* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$)

Not: Empatik eğilimin etkisini kontrol ettikten sonra, TSB’nin TSSB belirtileri ile prososyal davranış eğilimi arasındaki ilişkideki aracı rolünü gösteren standardize edilmemiş aracı değişken analizi katsayıları. TSSB belirtilerinin prososyal davranış eğilimi üzerindeki direkt etkisini gösteren standardize edilmemiş aracı değişken analizi katsayısı parantez içinde belirtilmiştir.

Tartışma

Bulgular travma yaşayan katılımcıların yaşamayanlarla karşılaştırılınca daha yüksek prososyal davranış eğilimi gösterdiğini göstermiştir. Bu bulgu alan yazındaki ampirik bulgularla paraleldir (Vollhardt ve Staub, 2011). Vollhardt (2009) bir kişinin travma sonrası bir takım psikolojik değişimler gösterdiği takdirde daha çok prososyal davranış göstereceğini iddia etmiştir. Örnek olarak, kişi travmatik bir olaydan sonra ortak kader algısı geliştirebilir ve ihtiyaç halindeki başkalarını kendisi ile ortak kaderi paylaşıyor gibi algılayabilir. Böylece travmatize olmuş diğer kişileri iç grup olarak algılayıp, daha çok prososyal davranış gösterebilir. Ayrıca kişi kendini daha güçlü olarak hissedebilir ve sosyal olarak daha bütünleşmiş hissedebilir (Vollhardt, 2009).

Bu çalışmada, TSSB belirtileri ile prososyal davranış eğilimi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Hayes (2009) bir değişkenin diğer bir değişken üzerinde etkisinin zıt etki eden yolları içerebileceğini ifade eder. Mevcut çalışmada TSSB belirtileri eş duyum eğilimi ile negatif ilişkili bulunurken, eş duyum eğilimi prososyal davranış ile pozitif ilişkili bulunmuştur. Ayrıca TSB, prososyal davranış ve TSSB belirtileri ile pozitif ilişkili bulunmuştur. Dolayısıyla, iki değişken arasındaki zıt etki eden yollar anlamlı olmayan ilişkiye neden olmuş olabilir.

TSSB belirtileri ile TSB arasında pozitif bir ilişki elde edilmiştir. Bu sonuç alan yazındaki bulgular ile paraleldir (Cadel ve ark., 2003). Tedeschi ve Calhoun (2004) TSB'nin travmatik olayın neticesinde değil de bu olay sonrası kişinin karşılaştığı durumlarla mücadelesi sonucunda oluştuğunu belirtir. Joseph ve Linley (2006) travmanın kişinin hayatla ve kendisiyle ilgili varsayımlarını yıktığını ve TSSB'nin kişinin varsayımlarını tekrar inşa etme sürecini yansıtabileceğini ifade etmişlerdir.

TSB ve prososyal davranış eğilimi arasında da pozitif bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgu alan yazın ile paraleldir (Stidham ve ark., 2012). Tedeschi ve arkadaşları (1998), travma yaşayan bir kişinin travma sonrası kendilik algısında ve kişiler arasındaki ilişkilerinde değişim gösterebileceğini ifade etmişlerdir. Kişi sarsıcı bir olaydan sonra kendisini daha güçlü hissedebilir. Ayrıca kişinin savunmasızlığını fark etmesi kendisini daha çok açmasına, daha çok eş duyum yapabilmesine, başkalarına karşı daha çok merhamet geliştirmesine ve dolayısıyla, daha yakın ilişkiler kurmasına olanak tanıyabilir (Tedeschi ve ark., 1998). Yakın ilişkiler ve kişinin kendisini daha güçlü hissetmesi ise kişiyi başkasına yardım etme konusunda daha istekli bir hale getirebilir.

Aracı değişken analizine göre, eş duyum eğilimini kontrol ettikten sonra, TSB'nin TSSB belirtileri ile prososyal davranış eğilimi arasındaki ilişkide aracı rol oynadığı bulunmuştur. Bu model alan yazında daha önce araştırılmamıştır, fakat çalışmalar TSB ile prososyal davranış eğilimi arasında bir ilişki öngörmektedir (Trull, 2014). TSB kişinin psikolojik kapasitesinde birtakım gelişmelere neden olur (Zoellner ve Maercker, 2006). İlk aşamada travma kişinin hayata ve kendisine dair varsayımlarını tahrip edebilir. Ancak daha sonraki aşamalarda, örneğin TSSB'nin belirtilerinin yaşandığı aşamada, kişi bu varsayımları tekrar inşa edebilir. Hatta Joseph ve Linley'e (2006) göre TSSB, bahsi geçen tekrar inşa etme sürecini yansıtıyor olabilir. Mevcut çalışmada da bu varsayımları destekler nitelikte bulgular elde edilmiş, TSSB ile prososyal davranış eğilimi arasındaki ilişkinin TSB ile ilişkili olduğunu gözlemlenmiştir. Kişi bu süreçle baş etmek ve travmatik olayda anlam bulmak için daha çok prososyal davranış gösteriyor olabilir.

Sonuç olarak, mevcut çalışmanın bulgularına göre, kişiler daha yüksek TSSB belirtileri gösterdikçe, daha çok TSB yaşıyorlar ve daha yüksek TSB puanları da prososyal davranış gösterme ihtimallerini artırıyor. Araştırmanın önemli bulgularının yanı sıra bazı kısıtlılıkları mevcuttur. İlk kısıtlılık katılımcıların özellikleriyle alakalıdır. Tüm katılımcılar üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır ve çoğu şehir ya da büyük şehirlerden gelmektedir. Bu durum çalışmanın genellenebilirliğini düşürmektedir. Ayrıca, travma yaşamayan kişilerle travma yaşayan kişi sayısının eşit olmayışı çalışmanın diğer bir kısıtlılığıdır.

Çalışmanın ilk güçlü yanı, prososyal davranış eğilimini travma yaşayan ve yaşamayan iki grup arasında karşılaştıran birkaç çalışmadan biri olmasıdır. Bu bulgu olmadan iki grup arasında prososyal davranış eğilimi açısından fark olduğunu söylemek mümkün değildir. İkinci güçlü yönü de mevcut çalışmanın TSB'nin TSSB belirtileri ile prososyal davranış eğilimi arasındaki ilişkide aracı rolünü göstermesidir. Bu ilişkide aracı rol oynayan değişken hakkındaki bu bilgi, TSB'yi ve prososyal davranışları arttırmada yararlı olabilir.

Travma sonrası madde kullanımı ya da şiddet gibi olumsuz neticeler alan yazında çokça çalışılmaktadır (Vollhardt, 2009). Olumlu neticelere odaklanmak, travma yaşamış kişilerde bu yönleri güçlendirmek açısından önemli olabilir. Ayrıca, mevcut çalışmanın bulgularına dayanarak, kişinin travmatik

olayla ilgili olumlu değişimleri fark ettiği takdirde prososyal davranış gibi olumlu sonuçlar yaşayabileceği söylenebilir. Bu çalışma travma sonrası rehabilitasyonun ve iyileşmenin önemine vurgu yapmaktadır.

Mevcut çalışma TSB'nin TSSB belirtileri ile prososyal davranış eğilimi arasındaki ilişkide aracı rolünü göstermektedir. Önceki çalışmalar eş duyum gibi faktörlerin TSSB ile prososyal davranış arasındaki ilişkideki aracı etkisini göstermiştir (Vollhardt ve Staub, 2011). Ayrıca Vollhardt (2009), travmatize olmuş kişiyle benzerlik ve duygusal kontrol gibi değişkenlerin de travma ve prososyal davranış arasındaki ilişkiyi etkileyen faktörler olduğunu belirtmiştir. Gelecekteki çalışmalar TSSB ile prososyal davranış arasındaki diğer aracı değişkenleri araştırabilir. Ayrıca, nitel çalışmalar travma sonrasında nasıl bir süreç yaşandığı ve bu süreçte ne gibi etmenlerin büyümeye veya prososyal davranışa yol açtığı ile ilgili detaylı bilgi sunabilir.

Kaynaklar

- Abraído-Lanza, A. F., Guier, C. ve Colón, R. M. (1998). Psychological thriving among Latinas with chronic illness. *Journal of Social Issues*, 54(2), 405–424.
- American Psychiatric Association (APA). (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Washington, DC: APA.
- Barnett, M., Tetreault, P., Esper, J. ve Bristow, A. (1986). Similarity and empathy: The experience of rape. *Journal of Social Psychology*, 126, 47–49.
- Barrett-Lennard, G. T. (1962). Dimensions of therapy response as causal factors in therapeutic change. *Psychological Monographs*, 76, 1-33.
- Batson, C. D. (2002). Addressing the altruism question experimentally. In S. Post, L. Underwood, J. Schloss, ve W. Hurlbut (Eds.), *Altruism and altruistic love: Science, philosophy, and religion in dialogue* (pp. 89–105). Oxford: Oxford University.
- Batson, C. D., Duncan, B., Ackerman, P., Buckley, T. ve Birch, K. (1981). Is empathic emotion a source of altruistic motivation? *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 290-302.
- Brownell, C., Svetlova, M. ve Nichols, S. (2009). To share or not to share: When do toddlers respond to another's needs? *Infancy*, 14, 117–130.
- Burnstein, E., Crandall C. ve Kitayama, S. (1994). Some neo-Darwinian decision rules for altruism: weighing cues for inclusive fitness as a function of the biological importance of the decision. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 773–89.
- Cadell, S., Regehr, C. ve Hemsworth, D. (2003). Factors contributing to posttraumatic growth: A proposed structural equation model. *American Journal of Orthopsychiatry*, 73, 279–287.
- Carlo, G. ve Randall, B. A. (2002). The Development of a Measure of Prosocial Behaviors for Late Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 31, 31–44.
- Clark, R. D. ve Word, L. E. (1974). Where is the apathetic bystander? Situational characteristics of the emergency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 29, 279–287.
- Coates, B., Pusser, H. E. ve Goodman, I. (1976). The influence of “Sesame Street” and “Mister Roger's Neighborhood” on children's social behaviour in the preschool. *Child Development*, 47, 138–144.
- Cohen, D. ve Strayer, J. (1996). Empathy in conduct-disordered and comparison youth. *Developmental Psychology*, 32, 988 – 998.
- Dirik, G. (2006). Predictor variables of depression, anxiety and posttraumatic growth among rheumatoid arthritis patients. Unpublished doctorate thesis. Middle East Technical University, Ankara.
- Dökmen, Ü. (1988). Empathizing Yeni bir modele dayanılarak ölçülmesi ve psikodrama ile ölçülmesi. *A. Ü.*

Eğitim Bilimleri Dergisi, 21(1-2), 155–190.

- Duan, C. ve Hill, C. E. (1996). The current state of empathy research. *Journal of Counseling Psychology*, 43(3), 261–274.
- Eisenberg, N., Eggum, N. D. ve Di Giunta, L. (2010). Empathy related responding: Associations with prosocial behavior, aggression, and intergroup relations. *Social Issues and Policy Review*, 4, 143–180.
- Eisenberg, N. ve Fabes, R. A. (1998). Prosocial development. In N. Eisenberg (Ed.), W. Damon (Series Ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional, and personality development* (5th ed., pp. 701–778). New York: Wiley.
- El-Gabalawy, R. (2010). *Prosocial Reactions to Traumatic Experiences*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. UMI Dissertations. (UMI No. MR70124).
- Foa, E. B., Cashman, L., Jaycox, L. ve Perry, K. (1997). The Validation of a Self-Report Measure of Posttraumatic Stress Disorder: The Posttraumatic Diagnostic Scale. *Psychological Assessment*, 9(4), 445–451.
- Frazier, P., Greer, C., Gabrielsen, S., Tennen, H., Park, C. ve Tomich, P. (2012). The relation between trauma exposure and prosocial behavior. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 5(3), 286-294. doi: 10.1037/a0027255.
- Hayes, A. F. (2009). Beyond Baron and Kenny: Statistical mediation analysis in the new millennium. *Communication Monographs*, 76, 408-420.
- Herman, J. (1997). *Trauma and Recovery*. New York, NY: Basic Books.
- Hogan, R. (1969). Development of an empathy scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33, 307–316.
- Işıklı, S. (2006). *Trauma Sonrası Stres Belirtileri olan bireylerde olaya ilişkin dikkat yanlılığı, ayrışma düzeyi ve çalışma belleği uzamı arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü, Ankara.
- Joseph, S. ve Linley, P. A. (2006). Growth following adversity: theoretical perspectives and implications for clinical practice. *Clinical Psychology Review*, 26(8), 1041–1053. doi:10.1016/j.cpr.2005.12.006
- Karancı, A. N., Işıklı, S., Aker, A. T., Gül, E. I., Erkan, B. B., Özkol, H. ve Güzel, H. Y. (2012). Personality, posttraumatic stress and trauma type: Factors contributing to posttraumatic growth and its domains in a Turkish community sample. *European Journal of Psychotraumatology*, 3. <http://dx.doi.org/10.3402/ejpt.v3i0.17303>.
- Kılıç, C. (2005, December). Posttraumatic Growth and its predictors. Paper presented at the IV. International Psychological Trauma Meeting, İstanbul.
- Kumru, A., Carlo, G. ve Edwards, C. P. (2004). OSDların ilişkisel, kültürel, bilişsel ve duyuşsal bazı değişkenlerle ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 19(54), 109–125.
- Latane, B. ve Darley, J. M. (1968). Group inhibition of bystander intervention in emergencies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 10(3), 215–221.
- Marshall, R. D., Olfson, M., Hellman, F., Blanco, C, Guardino, M. ve Struening, E. L. (2001). Comorbidity, impairment, and suicidality in subthreshold PTSD. *American Journal of Psychiatry*, 158, 1467–1473.
- Muller, R. T., Sicoli, L. A. ve Lemieux, K. E. (2000). Relationship between attachment style and posttraumatic stress symptomatology among adults who report the experience of childhood abuse. *Journal of Traumatic Stress*, 13, 321-332.
- Omoto, A. M. ve Snyder, M. (1995). Sustained helping without obligation: Motivation, longevity of service, and perceived attitude change among AIDS volunteers. *Journal of Personality and Social*

- Psychology*, 68, 671–686.
- Penner, L., Dovidio, J., Piliavin, J. ve Schroeder, D. (2005). Prosocial behavior: Multilevel perspectives. *Annual Review of Psychology*, 56, 365–392.
- Preacher, K. J. ve Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40, 879-891.
- Rushton, J. P. ve Teachman, G. (1978). The effects of positive reinforcement, attributions, and punishment on model induced altruism in children. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 4, 322–325.
- Sawyer, A., Ayers, S. ve Field, A. P. (2010). Posttraumatic growth and adjustment among individuals with cancer or HIV/AIDS: A meta analysis. *Clinical Psychology Review*, 30, 436–447.
- Shotland, R. L. ve Huston, T. L. (1979). Emergencies: What are they and do they influence bystanders to intervene? *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1822-1834.
- Stidham, A. W., Draucker, C. B., Martsof, D. S. ve Mullen, L. P. (2012). Altruism in survivors of sexual violence: the typology of helping others. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 18(3) 146–155.
- Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 455–471.
- Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1–18.
- Tedeschi, R. G., Park, C. L. ve Calhoun, L. G. (Eds.). (1998). *Posttraumatic Growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Toi, M. ve Batson, C. D. (1982). More evidence that empathy is a source of altruistic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 18, 281-292.
- Triplett, K. N., Tedeschi, R. G., Cann, A., Calhoun, L. G. ve Reeve, C. L. (2012). Posttraumatic growth, meaning in life, and life satisfaction in response to trauma. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4, 400-410. doi: 10.1037/a0024204.
- Trull, R. (2014). *Prosocial Behavior and Posttraumatic Growth after Trauma* [PowerPoint slides]. Retrieved from http://scholarworks.boisestate.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1040&context=sspa_14.
- Tsai, J., Sippel, L. M., Mota, N., Southwick, S. M. ve Pietrzak, R. H. (2015). Post-traumatic growth among veterans in the USA: Results from the National Health and Resilience in Veterans Study, *Depression and Anxiety*, 1-10.
- Vollhardt, J. R. (2009). Altruism born of suffering and prosocial behaviour following adverse life events: A review and conceptualization. *Social Justice Research*, 22(1), 53–97.
- Vollhardt, J. R. ve Staub, E. (2011) Inclusive altruism born of suffering: The relationship between adversity and prosocial attitudes and behavior toward disadvantaged outgroups. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(3), 307-315.
- Yıldız, S., Taştan-Boz, İ. ve Yıldırım, B. F. (2012). Kişilik tipi ile olumlu sosyal davranış arasındaki ilişki: marmara üniversitesi öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 26(1), 215-233.
- Zahn-Waxler, C., Radke-Yarrow, M., Wagner, E. ve Chapman, M. (1992). Development of concerns for others. *Developmental Psychology*, 28, 1038-1047.
- Zoellner, T. ve Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology: A critical review and introduction of a two-component model. *Clinical Psychology Review*, 26(5), 626–653.