

Nesiller Arası Travma: Kuramsal Temelleri, Aktarım Mekanizmaları, Etkileri ve Müdahale Yaklaşımları

Intergenerational Trauma: Conceptual Frameworks, Mechanisms of Transmission, Impacts, and Intervention Approaches

 Merve Karaburun¹

¹Bursa Teknik Üniversitesi, Bursa

ÖZ

Nesiller arası travma; travmatik deneyimlerin çeşitli mekanizmalar aracılığıyla nesiller boyunca aktarıldığı, sosyal, kültürel ve biyolojik düzeylerde işleyen çok katmanlı bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Soykırımlar, savaşlar, zorunlu göç ve aile içi şiddet gibi makro ve mikro düzeydeki travmatik deneyimlerin, sonraki nesiller üzerindeki görünür ve gizil etkileri, geniş bir literatürle desteklenmektedir. Araştırmacıların geliştirdiği farklı kuramsal modeller ve yaklaşımlar, nesiller arası travmanın çok boyutlu yapısını kavrayabilmemiz açısından önemli bir zemin sunmaktadır. Bu modeller ve çerçeveler, nesiller arası travmanın psikolojik, sosyokültürel ve biyolojik düzeylerde nasıl işlediğini anlamamıza yardımcı olmaktadır. Literatürdeki çalışmalardan yola çıkarak, bu çalışmada, nesiller arası travmanın kapsamı, aktarım yolları, psikolojik sonuçları ve müdahale yaklaşımları gözden geçirilmiş ve Türkçe literatürdeki bütüncül çerçeve eksikliğinin giderilmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda nesiller arası travmanın yalnızca bireysel psikolojik etkilerle sınırlı kalmadığı; toplumsal, kültürel ve biyolojik düzeylerde de çok yönlü sonuçlar doğurduğu ortaya konulmuştur. Ayrıca, travmatik aktarımın yalnızca kırılganlık ve psikopatolojiye yol açmadığı, uygun sosyal destek, işlevsel aile dinamikleri ve kültürel aidiyet gibi koruyucu faktörler sayesinde dayanıklılığın da nesiller boyunca aktarılabildiği vurgulanmıştır.

Anahtar sözcükler: Nesiller arası travma, psikolojik travma, travma aktarımı

ABSTRACT

Intergenerational trauma is defined as the process of transferring traumatic experiences across generations through various mechanisms; it is considered as a multi-layered transfer process that operates at social, cultural and biological levels. The visible and latent effects of macro and micro traumatic experiences such as genocides, wars, forced migration and domestic violence on subsequent generations are supported by a wide literature. The different theoretical models and explanatory frameworks developed by researchers provide an important basis for understanding the multi dimensional structure of intergenerational trauma. These models and frameworks help us understand how intergenerational trauma operates at psychological, sociocultural and biological levels. Based on the studies in the literature, this study reviewed the scope of intergenerational trauma, transmission paths, psychological consequences and intervention approaches, and aimed to eliminate the lack of a holistic framework in the Turkish literature. In this context, it has been demonstrated that intergenerational trauma is not limited to individual psychological effects; it also produces multifaceted results at social, cultural and biological levels. In addition, it has been emphasized that traumatic transmission does not only lead to fragility and psychopathology, but also that resilience can be transmitted across generations thanks to protective factors such as appropriate social support, functional family dynamics and cultural belonging.

Keywords: Intergenerational trauma, psychological trauma, trauma transmission

Giriş

Psikolojik travma; "kişide önemli ölçüde korku, çaresizlik, dissosiyasyon, bilinç bulanıklığı veya rahatsız edici duygulara yol açan ve kişinin tutumları, davranışları ve diğer işlevsel yönleri üzerinde uzun süreli olumsuz etkilere neden olacak kadar yoğun, rahatsız edici bir deneyim" olarak tanımlanmaktadır (APA 2018). Travmatik olaylar; "insan davranışından kaynaklanan (ör. tecavüz, savaş, endüstriyel kazalar) veya doğada meydana gelen (ör. depremler) olayları içerir ve genellikle bireyin dünyayı adil, güvenli ve tahmin edilebilir bir yer olarak görme anlayışını sarsar" (APA 2018). Özetle psikolojik travma, bireyin yaşamını derinden sarsan ve psikolojik gelişimi ya da refahı üzerinde derin etkileri olan, genellikle fizyolojik, sosyal ve/veya manevi etkileri içinde barındıran bir olay olarak tanımlanabilir. Kira'ya göre (2001) travmayı sadece yaşamda kalma travmaları, etkilerini de travmatik olayı yaşayanlar veya tanıklık edenler üzerinden sınırlayan tanımlar, travmatik yaşantının birden fazla kişiye aktarılabilirdiği durumunu ıskalamaktadır.

Bu doğrultuda, travmanın etkilerinin sadece travmayı doğrudan yaşayan bireylerle sınırlı kalmadığı, bir nesilden diğerine aktarılabilirdiği yönündeki bulgular, travma çalışmalarında yeni bir paradigma değişimini beraberinde getirmiştir (Danieli 1998, Kellermann 2001a). Bu bağlamda, travma yalnızca bireysel bir ruhsal yaralanma hali olarak değil; aynı zamanda sosyal, kültürel ve biyolojik düzeylerde nesiller boyunca süregelen çok katmanlı bir aktarım süreci olarak ele alınmakta ve bu durum literatürde nesiller arası travma olarak tanımlanmaktadır.

Nesiller arası ya da kuşaklar arası travma kavramı henüz literatürde tam olarak yerleşmemiş olsa da (Dass-Brailsford 2007, Cerdeña ve ark. 2021), travmatik olaylar sonrasında ortaya çıkan psikolojik etkilerin bir kuşaktan diğerine aktarımını ifade etmektedir (Yehuda ve Lehrner 2018). Bu aktarım; tutumlar, davranış örüntüleri, deneyim paylaşımı ve genetik faktörler gibi çeşitli mekanizmalar aracılığıyla gerçekleşebilir (Suah ve Williams 2021). Genel olarak nesiller arası travma, "duygusal ve psikolojik yaralanmaların kuşaklar boyunca taşınması" şeklinde tanımlanmaktadır (Cerdeña ve ark. 2021). Bireyler, travmatik olayları doğrudan yaşamamış olsalar da birincil travma semptomları sergileyebilirler. Bu etkiler kimi zaman kolektif ve kültürel hafızaya yerleşmiş biçimde var olur ve kültürün aktarımında rol oynayan aynı yapılar aracılığıyla ebeveynlerden çocuğa bireysel düzeyde aktarılabilir (Atkinson 2013).

Bu doğrultuda, bu derleme çalışmasının temel amacı, nesiller arası travma olgusunu çok boyutlu bir şekilde ele alarak Türkçe literatürde eksik olduğu fark edilen bütüncül çerçeveyi sunmaktır. Çalışmamızda; nesiller arası travmanın kapsamı, aktarım yolları, psikolojik sonuçları ve müdahale yaklaşımlarına dair teorik bir çerçeve oluşturulması hedeflenmektedir.

Nesiller Arası Travma Kavramı ve Tarihsel Gelişimi

Literatürde nesiller arası travma kavramı farklı şekillerde tanımlanmakta ve bu tanımlar, aktarımın kapsamını ve biçimini anlamada önemli bir zemin oluşturmaktadır. İngilizce yazında sıklıkla karşılaşılan intergenerational trauma kavramı, travmatik deneyimlerin iki kuşak arasında doğrudan, çoğunlukla açık iletişim veya gözlemlenebilir davranış kalıpları yoluyla aktarılmasına işaret etmektedir (F0 → F1) (Lev-Wiesel 2006, Wadji ve ark. 2022). Buna karşın transgenerational trauma, travmanın etkilerinin yalnızca doğrudan maruz kalanları değil, sonraki üç veya daha fazla kuşağı da kapsayacak şekilde, çoğunlukla sözel olmayan, dolaylı ve bilinçdışı yollarla aktarıldığı daha geniş bir süreci tanımlamaktadır (F0 → F2 veya F3) (Fleckinger ve ark. 2025). Schützenberger (2025) ve Chernivsky (2023) de bu iki kavramı aktarım biçimleri üzerinden birbirinden ayırmakta; intergenerational travmada açık iletişim ve görünür etkileşimlerin, transgenerational travmada ise bastırılmış duygular, kolektif anlatılar ve bilinçdışı örüntülerin ön planda olduğunu vurgulamaktadır.

Tarihsel gelişimi incelendiğinde, nesiller arası travma kavramı, literatürde ilk kez II. Dünya Savaşı sonrasında, Holokost'tan sağ kurtulan bireylerin çocuklarında gözlemlenen psikolojik belirtiler sonucu tanımlanmıştır. Bu çocuklar, travmatik olaylara doğrudan tanıklık etmemelerine rağmen, yüksek düzeyde anksiyete, suçluluk, kimlik karmaşası ve bağlanma sorunları gibi belirtiler göstermiştir. Bu gözlemler, travmanın yalnızca bireysel ve deneyimsel bir olgu olmadığını; aynı zamanda nesiller boyunca aktarılacak kolektif bir psikolojik yük oluşturabileceğini ortaya koymuştur (Danieli 1998).

Kavramın bilimsel literatüre sistematik şekilde girişine öncülük edenlerden biri, gazeteci ve yazar Helen Epstein olmuştur. Epstein, 1979 yılında yayımladığı "Children of the Holocaust" adlı makalesinde, Holokost'tan sağ kurtulan ebeveynlerin çocuklarının yaşadığı ruhsal ve kimliksel sorunları ele almıştır. Epstein'in çalışması, yalnızca travmanın ikinci kuşakta ortaya çıkışını değil, aynı zamanda bu aktarımın aile içi ilişkiler, sessizlik ve duygusal yüklerle nasıl gerçekleştiğini de irdelenmiştir (Epstein 1979). 1980'li ve 1990'lı yıllarda kavram, yalnızca Holokost bağlamıyla sınırlı kalmamış, farklı etnik ve toplumsal gruplar üzerinde de incelenmeye başlanmıştır. Yerli Amerikalılar, Afrikalı Amerikalılar, savaş ve sürgün yaşayan halklar gibi topluluklar üzerinde yapılan çalışmalar, toplumsal travmaların da benzer şekilde nesiller boyunca aktarılabilceğini göstermiştir (Heart ve DeBruyn 1998). Bu genişleme, kavramın hem bireysel hem de kültürel bir olgu olarak değerlendirilmesini sağlamıştır.

Bu alandaki önemli kuramsal katkılardan biri de Vamik Volkan'ın "büyük grup psikolojisi" kuramıdır. Volkan (1998), bir toplumun geçmişte yaşadığı kitlesel travmaların, grup kimliğiyle iç içe geçerek sonraki nesillere kolektif hafıza ve kültürel aktarım yoluyla taşınabileceğini öne sürmüştür. Özellikle etnik çatışmalar, yerinden edilme ve savaş gibi kolektif travmaların, bireysel psikoloji üzerinde de uzun vadeli etkiler bıraktığına dikkat çekmiştir. Öte yandan, Jeffrey C. Alexander travma kavramına kültürel ve kolektif bir boyut kazandırarak, konunun bireyler düzeyinin ötesine taşınmasına olanak sağlamıştır. Alexander (2004), geliştirdiği "kültürel travma" kuramıyla, bir topluluğun ortak belleğinde yer eden travmatik olayların toplumsal semboller ve kültürel anlatılar yoluyla nasıl yeniden üretildiğini açıklamıştır. Bu yaklaşım, travmanın yalnızca kişiler arası ilişkilerle sınırlı kalmadığını; aynı zamanda toplumsal yapılar, ideolojiler ve kolektif hafıza aracılığıyla da sonraki kuşaklara aktarılabilceğini ortaya koymaktadır. Tüm bu gelişmeler, nesiller arası travma kavramının zaman içinde yalnızca klinik psikolojinin değil, aynı zamanda psikiyatri, sosyoloji, antropoloji ve nörobilim gibi disiplinlerin ortak ilgisine konu olan çok katmanlı bir olgu haline geldiğini göstermektedir.

2000'li yıllarla birlikte travmanın biyolojik yollarla aktarımına dair yapılan çalışmalar, nesiller arası travma literatürüne yeni bir boyut kazandırmıştır. Özellikle Rachel Yehuda ve çalışma arkadaşlarının yürüttüğü epigenetik araştırmalar, travmaya maruz kalan bireylerin çocuklarında kortizol düzeyleri ve stres yanıt sistemlerinde belirgin farklılıklar gözlemlendiğini ortaya koymuştur (Yehuda ve ark. 2005). Bu bulgular, travmanın yalnızca psikososyal etkenlerle değil, aynı zamanda biyolojik mekanizmalar aracılığıyla da kuşaktan kuşağa aktarılabilceğini göstermektedir. Aynı dönemde, klinik psikolog Natan Kellermann da nesiller arası travmanın aktarım biçimleri üzerine önemli katkılar sunmuştur. Kellermann (2001b), Holokost'tan sağ kurtulan bireylerin çocuklarında gözlemlenen psikolojik belirtilerin, çoğu zaman travmatik anıların sözlü ya da sözsüz biçimlerde iletimiyle ilişkili olduğunu ileri sürmüştür. Bu aktarım, özellikle aile içi iletişim kalıpları, travmanın bastırılması, ya da anlatıların mitolojik bir biçim alması gibi mekanizmalar aracılığıyla gerçekleşebilir.

Travmanın Aktarımı ve Aktarım Mekanizmaları

Travmanın nesiller boyunca aktarımı, günümüzde yalnızca psikolojik bir etki değil, aynı zamanda ilişkisel, kültürel ve biyolojik düzeylerde işleyen çok katmanlı bir süreç olarak ele alınmaktadır. Salberg (2015), travmayı metabolize etme sürecini radyoaktif malzemenin bozunması için gereken süreye benzetmekte ve birden fazla neslin kaçınılmaz olarak travmanın bazı türevlerine maruz kalabileceğini ifade etmektedir. Bu yaklaşım, travmanın yalnızca geçmişte yaşanmış bir olay olmadığını, zamanla biçim değiştirerek farklı psikolojik, duygusal ve ilişkisel katmanlarda varlığını sürdürebileceğini göstermektedir.

Bu çerçevede, travmanın yalnızca ikincil ya da dolaylı etkilerle sınırlı olmadığı; nesiller arası travmanın kendine özgü aktarım biçimleri, sonuçları ve tepkisel örüntüleriyle ayrı bir olgu olarak ele alınması gerektiği savunulmaktadır (Kellermann 2001b). Travmanın psikolojik etkilerinin derinlemesine anlaşılabilmesi için, bu etkilerin kuşaklar boyunca nasıl aktarıldığı, hangi mekanizmalarla sürdüğü ya da dönüştüğü gibi boyutlara da odaklanmak gerekmektedir. Dolayısıyla, nesiller arası travmanın tanımlanması yalnızca kavramsal bir ayırım değil, aynı zamanda etkili sağaltım ve müdahale stratejilerinin geliştirilmesi açısından da kritik önemdedir. Travmanın aktarımına ilişkin kuramsal yaklaşımlar, özellikle ebeveyn-çocuk etkileşimleri ekseninde gelişen ilişkisel örüntülere odaklanan ampirik çalışmalarla daha da derinleşmektedir. Hesse ve

Main (2000), nesiller arası travmayı; çözülmemiş travmaları olan ebeveynlerin, bu deneyimlerini belirli etkileşimsel kalıplar yoluyla çocuklarına aktardığı bir süreç olarak tanımlamaktadır. Bu aktarımda, travmatik olayın doğrudan yaşanmasına gerek olmadan, etkileri çocuğun psikososyal gelişiminde hissedilebilir hale gelir. Travma yaşamış bireylerde gözlemlenen kontrol kaybı, korku, öfke ve kişiler arası şiddet gibi tepkiler, işlevsel olmayan ebeveynlik biçimlerine dönüşerek sonraki kuşaklara aktarımın zeminini oluşturabilir (Pears ve Capaldi 2001, Catani ve ark. 2008). Aktarım biçimi ne olursa olsun, nesiller arası travma temelde ilişkisel bir maruz kalma ve kırılmalık halidir ve hem bireysel hem de ailevi düzeyde işleyen karmaşık bir süreçtir (Berger 2014).

Bu ilişkisel aktarımın yalnızca davranışsal düzeyde değil, aynı zamanda psikodinamik ve bilinçdışı süreçler yoluyla da gerçekleştiğini öne süren kuramsal yaklaşımlar literatürde önemli bir yer tutmaktadır. Volkan (1998), nesiller arası travmayı, travmatize olmuş ebeveyn benliğinin bilinçdışı düzeyde gelişmekte olan bir çocuğun kişiliğine dışsallaştırılması olarak tanımlar. Benzer şekilde, Salberg (2015), ebeveynlerin zihinlerinde bastırılmış travmatik içerikleri farkında olmadan çocuklarına aktarmalarının, travmanın birinci kuşaktan ikinci ya da üçüncü kuşağa aktarımının merkezinde yer aldığını belirtmektedir. Bu tür aktarım biçimleri, özellikle yoğun örseleyici yaşantılara maruz kalmış birey ve gruplarda, travmanın uzun vadeli etkilerinin ilişkisel dinamikler içinde yeniden üretilmesine neden olabilir (Auerhahn, Laub ve Peskin 1993).

Psikodinamik ve ilişkisel kuramlar bu aktarımın nasıl gerçekleştiğini açıklamaya çalışırken, güncel literatür; sürece etki eden çoklu aktarım mekanizmalarının daha sistematik ve bütüncül biçimde ele alınması gerektiğine işaret etmektedir. Travmanın aktarımında; ebeveynlik tarzları, bağlanma kalıpları, travmatik deneyimlerin bastırılması ya da anlatılma biçimi ve epigenetik değişimler gibi çeşitli psikososyal ve biyolojik etkenlerin rol oynadığı gösterilmiştir (Yehuda ve ark. 2005, Serpeloni ve ark. 2017).

Bu çok katmanlı aktarım mekanizmalarını açıklamaya yönelik kuramsal çabalar, alanyazında farklı disiplinlerden beslenen çok sayıda modelin gelişmesini teşvik etmiştir. Travmanın nesiller arası aktarımına dair literatürde henüz tek ve evrensel olarak kabul edilmiş bir model bulunmamakla birlikte, çeşitli yaklaşımlar öne çıkmaktadır. Örneğin, Kellermann (2001b), travmanın ikinci kuşağa aktarımına ilişkin dört temel kuramsal yaklaşımı incelemiş ve ardından biyolojik yatkınlık, bireysel gelişimsel öykü, aile sistemi ve sosyal çevre gibi çoklu etkenleri dikkate alan bütüncül bir model geliştirmiştir (Tablo 1). Model kapsamında öne çıkan dört yaklaşım, nesiller arası travmanın psikolojik, ilişkisel, biyolojik ve çevresel etkenlerle nasıl şekillendiğini kavramsal düzeyde ortaya koymaktadır. Bu çalışmada, söz konusu kuramsal çerçeve temel alınmakla birlikte, ilgili alan yazınındaki güncel çalışmalar da dikkate alınarak model bütüncül şekilde ele alınmıştır. Böylece her bir yaklaşım, literatürdeki yeni katkılarla birlikte aşağıda ayrı başlıklar altında genişletilerek sunulmuştur.

Tablo 1. Travmanın aktarım modeli

Model	Mekanizma	Ana aktarım faktörü
Psikodinamik	Kişilerarası ilişkiler	Yer değiştirmiş duygular
Sosyokültürel	Sosyalleşme	Ebeveynlik ve modelleme
Aile Sistemleri	İletişim	İç içe geçme
Biyolojik	Genetik	TSSB'ye kalıtsal yatkınlık

(Kellerman 2001b); TSSB: Travma Sonrası Stres Bozukluğu

Psikodinamik ve İlişkisel Model

Travmanın nesiller arası aktarımında “görünmeyen”, ancak duygusal açıdan oldukça güçlü bir aktarım yoluna işaret eder. Özellikle travmanın konuşulmadığı, bastırıldığı ya da inkar edildiği aile sistemlerinde bu aktarım biçimi belirginleşir. Travmaya maruz kalan ebeveynler, yaşadıkları korku, yas, suçluluk ve çaresizlik gibi yoğun duyguları bilinçli düzeyde ifade edemezler. Bu bastırılmış duygular, çocuklara bilinçdışı yollarla aktarılır. Ayrıca yansıtılmalı özdeşim (projective identification) yoluyla da ebeveyn, kendi kabul edemediği, baş edemediği duyguları çocuğa yansıtır ve bu duyguların çocuk tarafından üstlenilmesini sağlamak amacıyla onu sözel olmayan yollarla (örn.; sessizlik, bakış, beden dili) manipüle eder (Weingarten 2004, Dekel ve Goldblatt 2008). Çocuk bu yansıtılan duyguları kendi duygularıymış gibi içselleştirir ve böylece ebeveynin duygusal yükünü taşımaya başlar. Bu durumda çocuk, ebeveyninin bastırılmış ya da

çözümleyemediği geçmişine ait duygularının taşıyıcısı haline gelir (Barocas ve Barocas 1980, Kestenberg 1980). Süreç içerisinde çocuk, ebeveynin beklenti ve arzularını benimseyerek kendi kimliğini bu doğrultuda şekillendirmeye çalışır. Atalara ait travmalarla ilişkili aşağılanma ve çaresizlik duygularını dönüştürmek, yaslarını tutmak ve onlar adına anlam yüklemek çocuğun bilinçsiz görevi haline gelir (Volkan 1998). Bu durum, çocuğun sağlıklı ayrışma-bireyleşme süreçlerinde sorunlara yol açar; içselleştirilmiş benlik ve nesne temsillerine dayalı, tekrar eden kişilerarası ilişki kalıplarının gelişmesine neden olabilir (Rowland-Klein ve Dunlop, 1998). Sonuç olarak, bu model; travmanın yalnızca sözlü anlatımla değil, daha çok bilinçdışı, sözel olmayan yollarla çocuklara aktarıldığını ve bu aktarımın çocukların kimlik gelişimini, duygusal işleyişini ve kişilerarası ilişkilerini derinden etkilediğini vurgular.

Sosyokültürel ve Sosyalleşme Modeli

Kellerman'a (2001b) göre, travmanın nesiller arası aktarımı yalnızca bireysel ya da aile içi süreçlerle sınırlı değildir; aynı zamanda sosyal çevre, kültürel değerler ve ebeveynlik pratikleri yoluyla da şekillenir. Sosyokültürel ve sosyalleşme modeli çocuğun yetiştiği sosyokültürel ortamda edindiği tutum, davranış ve inançlar aracılığıyla travmanın nasıl içselleştirildiğini açıklar. Psikanalitik kuram, bilinçdışı süreçlere ve dolaylı etkilere odaklanırken; sosyal öğrenme teorileri ebeveynlerin çocukları üzerindeki bilinçli ve doğrudan etkilerini vurgular. Sosyal öğrenme yoluyla ebeveynin inançları, değerleri ve davranışları çocuğun zihninde içselleştirilerek birer zihinsel imaj haline gelir; çocuk da bu örüntüleri model alarak kendi benliğini oluşturur. Böylece inanç, değer ve davranışlar kuşaktan kuşağa aktarılır (Kaminer ve Eagle 2010, Franklin ve Kercher 2012, Belnap 2019, Demos 2019).

Travma yaşamış ebeveynlerin, yaşadıkları deneyimlerin etkisiyle geliştirdikleri kaygılı, aşırı koruyucu, kuşkucu veya otoriter ebeveynlik tarzları, çocuklarının dünyaya bakışını doğrudan etkiler. "İnsanlara güvenme", "Dünya tehlikeli bir yer", "Kimse seni korumaz" gibi dolaylı mesajlar, çocuğun temel güven ve benlik algısını şekillendirir (Kellerman 2001b). Bazı durumlarda travmatik geçmiş, aile içinde açıkça konuşulmaz; ancak sözel olmayan davranışlarla (örn.: ani tepkiler, sürekli tetikte olma hali, yas atmosferi) çocuklara aktarılır. Bu tür ortamda büyüyen çocuklar, söylenmeyi hissederek ve duygusal gerçekliği içselleştirir.

Bu noktada sadece bireysel değil, toplumsal bellek ve kültürel aktarım da önemli rol oynar. Travma sonrasında, topluluk içinde şekillenen kolektif anlatılar (örn.; sürekli kurban olmuş olma teması, kimlik üzerinden şekillenen tehdit algısı) çocuğun kimliğine entegre olabilir (Kellerman 2001b). Bu tür bir sosyalizasyon biçimi, çocuğun benlik saygısını, başkalarına olan güven duygusunu, dünyayı nasıl algıladığını ve insanlarla ilişki kurma biçimlerini doğrudan etkileyebilir. Ebeveynin travmatik deneyimlerinden kaynaklanan kaygılı veya kuşkucu tutumlar, çocuğun iç dünyasında sürekli bir tehdit algısı yaratabilir. Bu durum zamanla çocukta anksiyete, güvensizlik, sosyal çekingenlik ve kimlik karmaşası gibi psikolojik belirtilerin ortaya çıkmasına neden olabilir (Kellerman 2001a).

Aile Sistemleri Modeli

Ebeveynin yaşadığı travmanın çocuğa aktarımının, belirli bir aile ortamı ve bu ortam içerisindeki iletişim dinamikleri aracılığıyla gerçekleştiğini ileri sürer. Bu yaklaşıma göre çocuk, çoğunlukla dışa kapalı ve duygusal olarak yoğun bir aile sisteminde büyür; iletişimi yalnızca ebeveynleri, kardeşleri ve benzer deneyimlere sahip ailelerle sınırlı kalır. Travma yaşamış ebeveynler, çoğu zaman kendilerini çocuklarına adarken; çocuklar da ebeveynlerini memnun etmek ya da onlara destek olmak adına, kendilerini bir sorumluluk taşımak zorundaymış gibi hissederler. Bu karşılıklı bağıllık ve duygusal özdeşleşme içerisinde, aile üyeleri birbirlerini acı verici deneyimlerden korumaya çalışır (Klein-Parker 1988). Bu süreçte, ebeveynler kendi travmatik geçmişlerini çocukları aracılığıyla dolaylı olarak yeniden yaşarken, çocuklar da ebeveynlerinin bastırılmış acılarını, yaslarını ve çözülmemiş duygularını üstlenirler.

Ebeveynlerin aşırı ilgili ve müdahaleci ebeveynlik tarzları, çocukların sağlıklı bir şekilde bireyselleşmesini ve bağımsızlık kazanmasını zorlaştırabilir. Bu durum bağlanma, ayrışma ve kimlik gelişimi süreçlerinde ciddi sorunlara yol açar (Barocas ve Barocas 1980, Freyberg 1980). Ebeveynler çoğu zaman kendi duygusal ihtiyaçlarını karşılayamadıklarında, çocuklarını farkında olmadan "ebeveyn" rolüne iterler. Böylece çocuk,

duygusal anlamda ebeveynine bakım veren, destek olan bir konuma geçer ve bu durum, rollerin tersine dönmesine yol açar (Kellermann 2001a). Aile üyeleri arasındaki psikolojik sınırların belirsizleştiği bu tür aile dinamiklerinde, çocuk ebeveynin ihtiyaçlarıyla fazlasıyla özdeşleşir ve bu da onun bireysel kimlik gelişimini olumsuz etkiler.

Ayrıca, travmatik olaylar aile içinde ya tamamen sessizlikle karşılanır ya da çarpıtılmış biçimde aktarılır. Bu "sessizlik kültürü", çocuğun bilinçdışı düzeyde travmaya dair bir farkındalık geliştirmesine ve duygusal bir belirsizlik yaşamasına neden olur. Aileler çoğu zaman kayıplarını açıkça yas tutarak değil, bastırarak ya da inkar ederek işler; bu çözümlenmemiş yas, sonraki nesillerde duygusal bir yük olarak yeniden ortaya çıkar (Barocas ve Barocas 1980, Kestenberg 1980). Sessizlik, utanç ve suçluluk duyguları da aile içi iletişim yoluyla travmanın nesiller arası aktarımında belirleyici faktörlerdendir (Danieli 1998, Ancharoff ve ark. 1998, Kellermann 2001b, Weingarten 2004). Sessizlik aracılığıyla ebeveynler, çocuklarına travmatik olaylara dair konuşulmaması ya da soru sorulmaması gerektiği mesajını dolaylı yollarla iletirler. Frankish'e (2009) göre bu durum, "dolaylı bilme" yoluyla gerçekleşir. Yani, travmatik olaya dair açık bilgi verilmemesine rağmen çocuk, ailede bir anormallik ya da gizlenen bir gerçeklik olduğunu sezerek bu durumu bilinçdışı düzeyde içselleştirir (Dalgaard ve ark. 2016).

Biyolojik Model

Bildirilen bulguları açıklayabilecek biyolojik mekanizmaların henüz tam olarak ortaya konmamış olması nedeniyle, travmanın nesiller arası aktarımına dair açıklamalar uzun süre psikodinamik ve davranışsal yaklaşımlara dayandırılmıştır (Yehuda ve Lehrner 2018). Ancak hayvan deneklerle yapılan çalışmalar, travmaya bağlı olarak ortaya çıkan davranışsal ve metabolik fenotiplerin birkaç nesil boyunca aktarılabilirdiğini göstermiştir (van Steenwyk ve ark. 2018). Olumsuz maternal bakım, yavrularda GR (glukokortikoid reseptörü) gen ekspresyonunu etkileyerek stres duyarlılığını artırmış (Weaver ve ark. 2004); beslenme (folik asit eksikliği gibi) veya çevresel toksinlere maruz kalma da epigenetik değişimlere yol açmıştır (Lillycrop ve ark. 2005).

Son yıllarda yapılan araştırmalar, çevresel etkilerin DNA'nın işleyişinde kalıcı değişikliklere yol açabildiğini ve bu değişimlerin bir sonraki nesle aktarılabilirdiğini ortaya koyan epigenetik mekanizmaların giderek daha fazla önem kazandığını göstermektedir (Clarke ve Vieux 2015, Bohacek ve Mansuy 2015, Rando 2016, Chan ve ark. 2018, Švorcová 2023). Epigenetik, çevresel faktörler tarafından tetiklenebilen ve genetik dizilimi değiştirmeksizin gen ifadesini kalıcı biçimde etkileyebilen biyolojik süreçleri ifade eder (Bonasio, Tu ve Reinberg 2010). Başka bir ifadeyle, DNA dizisinde herhangi bir değişiklik olmaksızın, genlerin çalışma biçiminde uzun süreli değişiklikler meydana gelebilir. Bu epigenetik değişiklikler, gen düzenleyici bölgeleri etkileyerek transkripsiyon faktörlerinin işleyişini değiştirir ve böylece genlerin fonksiyonlarını dönüştürür (Meaney ve Szyf, 2005).

Epigenetik mekanizmalar, anneden ya da babadan gelen travmatik etkilerin neden farklı biyolojik ve psikolojik sonuçlar doğurabileceğini açıklamak açısından genetik kalıtıma kıyasla daha açıklayıcı bir çerçeve sunmaktadır. Bu nedenle, travmanın biyolojik aktarımına yönelik güncel araştırmalar, genetikten çok çevresel etkileşimle biçimlenen epigenetik süreçlere odaklanmaktadır (Yehuda ve Lehrner 2018). Yehuda ve Lehrner (2018), travmanın epigenetik yolla nesiller arası aktarımına ilişkin iki temel mekanizmaya dikkat çekmektedir. Birinci aktarım biçimi, çocuğun doğum öncesi ya da doğum sonrası dönemde maruz kaldığı çevresel etkenlere verdiği biyolojik tepkilerdir. Bu durum çoğunlukla annenin travmaya bağlı semptomlarıyla ilişkilendirilmekle birlikte, babanın yaşadığı travmanın da bu süreç üzerinde etkili olabileceği belirtilmektedir. İkinci aktarım biçimi ise, ebeveynin doğumdan önce yaşadığı travmanın sperm ya da yumurta hücrelerinde bıraktığı epigenetik izlerin (örneğin DNA metilasyonu) korunarak çocuğun biyolojik gelişimini etkilemesidir.

Yazarlar, bu iki aktarım biçiminin özellikle her iki ebeveynin de travma öyküsüne sahip olduğu durumlarda birbirini etkileyerek iç içe geçebileceğini ve bu nedenle, çocukta gözlemlenen biyolojik ya da psikolojik değişimlerin kaynağını kesin olarak belirlemenin çoğu zaman güç olduğunu vurgulamaktadır (Yehuda ve Lehrner 2018). Ayrıca, travmaya bağlı epigenetik değişimlerin kaçınılmaz ve kalıcı olmadığı; uygun çevresel müdahalelerle geri döndürülebilir olabileceği de gösterilmiştir (Gapp ve ark. 2014, Dias ve Ressler 2014).

Epigenetik mekanizmaların yalnızca kuramsal bir çerçevede kalmadığını, travma sonrası biyolojik sistemlerde ölçülebilir değişimlerle desteklendiğini ortaya koyan ampirik bulgular da mevcuttur. Yapılan çalışmalar, travma öyküsüne sahip bireylerin çocuklarında çeşitli fizyolojik farklılıkların gözlemlendiğini ortaya koymaktadır. Örneğin, çocuklarda temel kortizol salınımında (Yehuda ve ark. 2001), hipofiz ve lökositlerde glukokortikoid (GC) duyarlılığında (Lehrner ve ark. 2014) anlamlı değişiklikler tespit edilmiştir. Söz konusu biyolojik değişimlerin çoğu, travma yaşamış bireylerde gözlemlenen; travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), duygu durum bozuklukları ve anksiyete bozukluğu gibi klinik tablolarla benzerlik göstermektedir (Daskalakis ve ark. 2013). Ayrıca bu çalışmalar, ebeveynin semptomları, travmaya maruz kalma yaşı ve cinsiyeti ile çocuğun cinsiyeti ve gösterdiği belirtilerin; biyolojik düzensizliklerin yönü ve şiddeti açısından potansiyel belirleyici faktörler olabileceğini göstermektedir (Yehuda ve ark. 2018).

Travmanın biyolojik etkilerinin yalnızca psikopatolojiye değil, uzun vadeli fizyolojik sağlık göstergelerine de yansıdığını ortaya koyan tarihsel travma temelli çalışmalar, epigenetik aktarımın kapsamını daha geniş bir perspektiften değerlendirmeyi mümkün kılmaktadır. 1944-1945 yıllarında Hollanda'da yaşanan kıtlık kuşakları arası etkileri inceleyen uzun vadeli araştırmalara konu olmuş, bu çalışmalar, özellikle gebeliğin erken ve hassas dönemlerinde açlığa maruz kalan bireylerde, yetişkinlikte kalp hastalıkları (Roseboom ve ark. 2000), genç yaşta yüksek tansiyon (Painter ve ark. 2006) ve şizofreni riskinin arttığını (Hoek ve ark. 1996) ortaya koymuştur. Ayrıca, yine bu dönemde anne karnında açlığa maruz kalan kadınların çocuklarında ileri yaşlarda sağlık sorunlarının ve obezite eğiliminin daha fazla görüldüğü bildirilmiştir (Painter ve ark. 2008). Bir diğer örnek ise Leningrad kuşatmasını çocukluk çağında ya da anne karnında yaşamış bireylerde görülmektedir. Bu kişilerin ileri yaşlarında yüksek tansiyon görülme sıklığı artmış ve hücresel yaşlanmayla ilişkili bir gösterge olan telomer uzunluklarının daha kısa olduğu saptanmıştır (Rotar ve ark. 2015).

Özetle; nesiller arası travmanın aktarımına ilişkin farklı kuramsal yaklaşımlar hem aktarımın doğasını anlamada hem de müdahale stratejilerini yapılandırma temel teşkil etmektedir. Psikanalitik, bilişsel, ilişkisel, biyolojik ve kültürel perspektifler, aktarımın yalnızca bireylerarası düzeyde değil; aynı zamanda toplumsal, tarihsel ve çevresel bağlamda da işlediğini göstermektedir. Literatürdeki bu çok yönlü açıklamalar, farklı disiplinlerin katkısıyla şekillenen zengin bir kuramsal çeşitliliğe işaret eder.

Tablo 2, Bowe ve arkadaşları (2025) tarafından hazırlanmış olup, nesiller arası travma, şiddet ve kötü muamelenin aktarımını açıklayan başlıca kuramsal yaklaşımları, bu yaklaşımların aktarım mekanizmalarına getirdiği açıklamaları ve müdahaleye yönelik önerilerini bütüncül bir çerçevede özetlemektedir.

Dayanıklılık Faktörü

Nesiller arası aktarım her zaman psikopatolojik sonuçlara yol açmaz; bireyler travma geçmişine rağmen işlevsel bir gelişim süreci gösterebilir. Nitekim, bireyler olumsuz yaşam olaylarına rağmen başa çıkma kapasitelerini destekleyen çeşitli psikolojik kaynaklara da sahiptir (Echterling ve ark. 2005). Örneğin, Brezilya'da soykırımdan sağ kurtulan bireylerin çocuklarıyla yürütülen bir nitel çalışmada, yalnızca travmatik yüklerin değil, aynı zamanda nesiller arası dayanıklılık örüntülerinin de aktarıldığı gösterilmiştir (Braga ve ark. 2012).

Starrs ve Békés (2024), travmanın nesiller arası aktarım sürecinde yalnızca risk faktörlerine odaklanılmasını eleştirmekte ve bu yaklaşımın yetersizliğine dikkat çekmektedir. Onlara göre, travmanın gelecek kuşaklar üzerindeki olumsuz etkilerini önlemek ya da azaltmak için, yalnızca reaktif bir hayatta kalma hâlini incelemek yeterli değildir; bunun yerine, aileler ve çocuklar düzeyinde proaktif bir varoluş durumunu destekleyen olumlu başa çıkma becerileri gibi potansiyel dayanıklılık faktörlerinin de değerlendirilmesi gerekmektedir (Wilbur ve Gone 2023).

Dayanıklılık, zaman içinde gelişen ve değişen bir süreçtir (Bonanno ve ark. 2004). Bu süreci anlamak için, bireyler ile toplu travmalara maruz kalan gruplar arasında ortaya çıkan farklı tepkilerin çok sistemli ve etkileşimli bir yapıda ele alınması önemlidir (Masten 2021). Dayanıklılığa katkı sağlayan sistemler -örneğin bireysel psikolojik kaynaklar, aile içi destek kaynakları ya da toplumsal dayanışma- zamanla sürekli değişim içinde birbirini etkiler. Bu nedenle dayanıklılık, "karmaşık uyarlanabilir bir sistemin işlevini, hayatta kalmasını veya gelişimini tehdit eden zorluklara karşı başarılı biçimde yanıt verebilme kapasitesi" olarak

tanımlanmaktadır (Masten ve ark. 2021). Başarılı adaptasyonun ölçütleri ise bağlamsal koşullara göre farklılık gösterir ve bu uyum süreci, bireysel, ailesel ve toplumsal düzeylerdeki çeşitli değişkenler ve süreçler aracılığıyla kendini gösterebilir (Masten ve ark. 2021). Dolayısıyla, dayanıklılık kavramı hem tanımlanırken hem de ölçülürken, çalışılan topluluğun sosyokültürel özelliklerine göre bağlamsallaştırılmalı ve esnek bir biçimde uyarlanmalıdır (Aburn ve ark. 2020).

Tüm bu nedenlerle, nesiller arası travmanın açıklanmasına yönelik daha bütüncül modellerin yalnızca kırılabilir etkenlerini değil, aynı zamanda koruyucu ve dönüştürücü potansiyel taşıyan dayanıklılık faktörlerini de göz önünde bulundurması gerekmektedir (Starrs ve Békés 2024).

Tablo 2. Nesiller arası travma, nesiller arası şiddet ve kötü muameleyi açıklayan kuramsal yaklaşımlar

Teorik Çerçeve/ler	Aktarım Mekanizmasının Anlaşılması	Müdahalelere Yönelik Teorik Yaklaşım
	Bilinçdışı Süreçler Yaklaşımı	
Psikanalitik ve psikodinamik teoriler (Freud 1920a, Jung 1936) Travmatik yeniden yaşama (tekrarlama) (Freud 1920b, van der Kolk 1989). Dissosiyasyon (Janet 1989).	Travmatik anılar bastırılabilir ya da engellenebilir; ancak bu bastırma, söz konusu anıların bilinçdışı davranışsal ve ilişkisel süreçler aracılığıyla dolaylı biçimde açığa çıkmasına yol açabilir. Bu durum, travmanın çocuğa yansıtılması, dissosiyatif tepkilerin gelişmesi ya da travmatik deneyimlerin yeniden yaşanması gibi biçimlerde kendini gösterebilir.	Bireylerin travmatik deneyimlerini kabul etmeleri, anlamlandırılmaları ve üzerinde kontrol sağlamaları desteklendiğinde, bu deneyimlerin ruhsal yapının bilinçli düzeyine entegre edilmesi mümkün hale gelir. Bu süreç, travmanın sonraki kuşaklara aktarılma riskini azaltmada önemli bir koruyucu etki sağlar.
	Öyküsel Yaklaşım	
İkincil travmatik stres (Figley ve Kleber 1995) veya dolaylı travma (McCann ve Pearlman 1990) teorileri Travma iletişim teorileri (Krell 1979)	Travma ya da kötü muameleyle ilişkin deneyimler, aile anlatılarında ya aşırı vurgulanarak ya da neredeyse hiç aktarılmayarak yer alabilir. Bu anlatı dengesizliği, çocuklar açısından travmatik deneyime dolaylı yoldan maruz kalma ya da utançla içselleştirilen bir aile sırrı hissi olarak ortaya çıkabilir.	Çocukların ve ebeveynlerin bireysel ihtiyaçları gözetilerek, mağdurlara güvenli, yapılandırılmış ve sınırları belirlenmiş anlatılar geliştirme konusunda destek sunulması; travmatik yaşantıların kuşaktan kuşağa aktarılma riskini azaltmada etkili bir müdahale stratejisi olabilir.
	Öğrenme Yaklaşımı	
Sosyal öğrenme teorisi (Bandura 1977)	Nesiller arası aktarım, çoğunlukla ebeveynlerin davranışlarının model alınması yoluyla gerçekleşir ve bu süreç, toplumsal yapıların ve çevresel tutumların da desteğiyle pekiştirilebilir. Ebeveynlerin sergilediği davranış örüntüleri, çocuklar tarafından içselleştirilir ve yaşam boyu sürdürülebilir; bu örüntüler, bireylerin gelecekteki olası ebeveynlik deneyimlerine de yansiyabilir.	Çocuklara alternatif ve sağlıklı davranış modelleri sunmak - ebeveynlerin davranış değişimini destekleyerek ya da çocukları olumlu sosyal etkileşimlere maruz bırakmak yoluyla - nesiller arası aktarımın sürekliliğini kesintiye uğratabilir ve olumsuz örüntülerin yeniden üretilmesini engelleyebilir.
	İlişkisel Yaklaşım	
Bağlanma Teorisi (Ainsworth 1978) Aile Sistemleri Teorisi (Bowen 1966, Bowlby 1979)	Çocuklar, erken çocukluk döneminde aile üyeleriyle kurdukları ilişkiler yoluyla hem özerk hem de ilişkisel bağlara dayalı bir benlik duygusu ve ilişki örüntüsü geliştirirler. Ancak bir ebeveynin travma geçmişi, ebeveyn-çocuk ilişkisinde bozulmalara yol açabilir ve bu	Ebeveynin ilişkisel tarzını ve ilişkilerdeki benlik algısını dönüştürmeye yönelik müdahaleler ile ebeveynin çocuğuna daha sağlıklı ve farklı ilişki deneyimleri sunmasının desteklenmesi, travma, şiddet ve kötü muamelenin bir sonraki

Tablo 2. Nesiller arası travma, nesiller arası şiddet ve kötü muameleyi açıklayan kuramsal yaklaşımlar

Teorik Çerçeve/ler	Aktarım Mekanizmasının Anlaşılması	Müdahalelere Yönelik Teorik Yaklaşım
	bozulmanın etkisi, çocuğun gelecekteki olası ebeveynlik deneyimine de yansıtılabilir.	kuşağa aktarılmasını önlemede etkili bir strateji olabilir.
	Temel İnançlar Yaklaşımı	
Şema teorisi (Beck 1987; Young 1999) Bilgi işleme teorileri (Dodge ve ark. 1990)	Travmatize olmuş bir ebeveynin benlik, diğerleri ve dünyaya dair geliştirdiği derinlemesine olumsuz inançlar, nesiller arası aktarımın temel mekanizmalarından birini oluşturur. Bu bilişsel çarpıtmalar, ebeveynlik tarzını doğrudan etkileyerek, çocuklarda benzer ya da bu inançlara karşı gelişen telafi edici ancak yine de işlevsel olmayan temel inançların oluşumuna zemin hazırlar.	Ebeveynlere, sahip oldukları olumsuz temel inançları tanımaları, bu inançlara eleştirel biçimde yaklaşımları ve bunların yerine daha işlevsel ve dünyayı anlamlandırmaya yardımcı alternatif bilişsel şemalar geliştirmeleri konusunda destek sunulması; travma, şiddet ve istismar deneyimlerinin gelecek kuşaklara aktarılmasını önlemede önemli bir koruyucu müdahale işlevi görebilir.
	Gelişimsel Yaklaşım	
Gelişimsel psikopatoloji (Cicchetti 1984) Biyolojik gelişimsel travmatoloji (De Bellis ve ark. 1999, De Bellis ve ark. 1999b)	Travma, özellikle hassas gelişimsel dönemlerde ortaya çıktığında, bireyin kişilik gelişimini, duyu düzenleme kapasitesini, ilişkisel motivasyonlarını ve psikolojik yapısını olumsuz etkileyebilir. Bu alanlardaki bozulmalar, çocuğun olumsuz ve potansiyel olarak travmatize edici ebeveynlik tutumlarına maruz kalma riskini artırır.	Travmanın olumsuz etkilediği nörolojik ve biyolojik süreçleri tanımak, bu alanları destekleyecek müdahaleler geliştirmek - ilaç tedavileri de dahil- için temel oluşturur. Bu tür bütüncül müdahaleler, nesiller arası travma, şiddet ve istismar risklerinin azaltılmasında önemli bir rol oynayabilir.
	Biyolojik Yaklaşım	
Genetik ve Epigenetik kalıtım (Yehuda 2009) Fetüs epigenetik programlaması (Zhu 2019) Yaşam süresi boyunca epigenetik yeniden programlama (Yehuda 2021)	Travma, bireyin genetik materyalinin epigenetik ifadesini etkileyerek, travmatize olmuş ebeveynin belirli davranışsal, duygusal ve bilişsel işlevlerde güçlük yaşamasına neden olabilir. Bu durum, çocuklarda travma veya istismar yaşanma riskini artırmakla kalmaz; aynı zamanda onların DNA'sında, doğum öncesi dönemi de kapsayan epigenetik değişimlere yol açabilir. Söz konusu epigenetik değişiklikler, sperm veya yumurta hücresi (pre-ovum) aracılığıyla sonraki kuşaklara da aktarılabilir.	Çevresel stres etkenlerinin azaltılması ve bireye yönelik terapi ya da psikososyal destek - özellikle doğum öncesi (prenatal) dönemde uygulandığında- olumlu epigenetik değişimlerle sonuçlanabilir. Bu biyolojik değişimler yalnızca bireyin kendisinde değil, sonraki nesillerde de gözlemlenebilir.
	Sistem Yaklaşımı	
Ekolojik sistemler teorisi (Bronfenbrenner 1979)	Travmanın aktarımı, bireysel, ailevi, topluluk ve toplumsal düzeylerdeki bir dizi etkenin karşılıklı etkileşimiyle şekillenir. Bu düzeyler arasındaki dinamikler, travmanın sonraki kuşaklara ne ölçüde geçeceğini ve ortaya çıkan belirtiler ile dayanıklılık mekanizmalarının nasıl gelişeceğini belirler.	Bir bireyin içinde bulunduğu sistemin - sosyopolitik faktörler de dahil olmak üzere- tüm unsurlarına bütüncül bir yaklaşımla dikkat edilmesi hem bireysel hem de ailesel düzeydeki psikososyal sıkıntıların hafifletilmesine katkı sağlar ve nesiller arası travma ve istismar riskini azaltır.

Tablo 2. Nesiller arası travma, nesiller arası şiddet ve kötü muameleyi açıklayan kuramsal yaklaşımlar

Teorik Çerçeve/ler	Aktarım Mekanizmasının Anlaşılması	Müdahalelere Yönelik Teorik Yaklaşım
	Yerel Yaklaşım	
Yerel teori (Nakata 2007)	Yerel kültürlerde ilişkilere -aile, akrabalık bağları, toprak, ruhani varlıklar ve atalarla kurulan bağlar- büyük önem atfedilmektedir. Ancak, bu ilişkilerin travmatizasyon süreçleriyle zedelenmesi, kültüre özgü müdahale, bilgi aktarımı ve çocuk yetiştirme pratiklerinde ciddi bozulmalara yol açmaktadır. Batı merkezli müdahale modellerinin yerel halklara dayatılması, kültüre özgü iyileşme yollarını daha da zayıflatmakta; bu durum, kültürel sürekliliği tehdit ederek gelecek nesillerin kırılganlığını artırmaktadır.	Kültürel değerlere yeniden yönelme ve kültürel müdahale uygulamalarının yeniden hayata geçirilmesi hem sistemik hem de bireysel düzeyde sömürgecilikten arınma (dekolonizasyon) süreciyle birlikte düşünüldüğünde, yerli halkların ve toplumların travmalardan iyileşmesini desteklemekte ve bu travmatik deneyimlerin gelecek nesillere aktarılmasını önlemeye katkı sağlamaktadır.

(Bowe ve ark. 2025)

Nesiller Arası Travmanın Etkileri

Nesiller arası perspektiften bakıldığında, bireyler doğrudan travmatik deneyim yaşamamış olsalar dahi, ebeveynlerinden veya atalarından aktarılan psikolojik yüklerle baş etmek zorunda kalabilmektedir. Bu durumun psikolojik belirtiler üzerindeki etkisi çeşitli ampirik araştırmalarla da ortaya konmuştur. Örneğin, Bar-On ve ark. (1998) çalışmasında, Holokost'tan hayatta kalanların çocuklarında anksiyete bozuklukları ve kronik kaygı düzeylerinin anlamlı şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde, Yehuda ve Lehrner (2018) yaptıkları biyolojik temelli araştırmalarda, bu bireylerde stres yanıt sisteminde kalıcı değişimlere rastlandığını belirtmektedir. Travma aktarımı, sadece kaygı semptomlarıyla sınırlı kalmamakta; depresyon, umutsuzluk ve anlam arayışında zorlanma gibi belirtiler de ortaya çıkabilmektedir. Danieli'nin (1998) Holokost sonrası kuşaklar üzerinde yürüttüğü kapsamlı çalışmada, travma aktarımının, özellikle kimlik inşası ve yaşamın anlamlandırılmasında güçlükler yarattığı vurgulanmıştır. Ayrıca Hirschberger'in (2018) toplumsal travma çalışmaları da benzer psikolojik sonuçlara işaret etmektedir.

Aktarımın çocukluk dönemindeki etkileri ise ayrı bir öneme sahiptir. Galovski ve Lyons'un (2004) araştırmaları ile Caselli ve Motta'nın (1995) bulguları, gelişimsel, duygusal ve davranışsal problemlerin özellikle travma öyküsü olan ailelerde daha sık görüldüğünü göstermektedir. Ayrıca erken çocukluk döneminde maruz kalınan sözel olmayan travmatik iletilerin, dissosiyatif belirtiler ve gerçeklik algısında kopmalar gibi sorunlara yol açabileceği de belirtilmektedir. Barocas ve Barocas'ın (1980) Holokost sonrası ikinci kuşak üzerinde yaptığı öncü çalışmalarda, metafor kullanımında güçlük, gerçek ile hayali ayırt etmede zorlanma ve aşırı uyarılmışlık gibi semptomların nesiller arası aktarım süreciyle ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Bu bulgular, daha yakın dönemde Connolly (2011) ve Cohen (2019) tarafından yapılan çalışmalarda da desteklenmiş, özellikle sözel olmayan yollarla aktarılan travmatik yüklerin çocukların bilişsel ve duygusal gelişimi üzerinde kalıcı etkiler bırakabileceği vurgulanmıştır.

Travmanın nesiller arası aktarımı, bağlanma stillerini de önemli ölçüde etkileyerek güvensiz bağlanma, aşırı bağımlılık ya da duygusal mesafe gibi örüntülerin gelişmesine neden olmaktadır (Rowland-Klein ve Dunlop 1998). Bu bağlamda, korumacı ebeveynlik (Field ve ark. 2013), uyumsuz ebeveynlik stilleri ve işlevsiz aile içi iletişim biçimleri (Flanagan ve ark. 2021), ebeveynin depresif semptomları (Goodman 2020) da bağlanma örüntülerini şekillendirmekte ve çocukların psikososyal gelişiminde olumsuz etkiler bırakabilmektedir.

Göç, etnik çatışma veya zorla yerinden edilme gibi kolektif travmalar yaşayan topluluklarda; kimlik karmaşası, yabancılaşma, kültürel mirasla bağların zayıflaması (Leslie 2023) ve aidiyet problemleri gibi durumlar sıkça görülmekte, bu durum zamanla bireyin benliğini tanımlamakta zorlanmasına ve toplumsal

ilişkilerde çekingen davranışlar sergilemesine neden olabilmektedir. Bu çerçevede, travmanın benlik algısını nasıl şekillendirdiği de önemli bir faktör haline gelmektedir. Savunma mekanizmalarının gelişmesiyle oluşan kendilik algısındaki bozulmalar (Danieli 2013) ve bireylerde ortaya çıkan mağduriyet duygusu (Kidron 2003), bu sürecin temel psikodinamik göstergeleri arasında yer almaktadır.

Aile sistemleri perspektifinden bakıldığında, nesiller arası travma aktarımı, çocukların duygusal olarak ebeveyn rollerine itilmesine ve bu doğrultuda ebeveynleşmiş çocuk sendromunun gelişmesine neden olabilmektedir (Klein-Parker 1988, Kellermann 2001a). Bu durum, bireylerin hem kendi duygusal ihtiyaçlarını bastırmasına hem de sağlıklı bir benlik geliştirmekte zorlanmalarına yol açar. Aynı zamanda suçluluk, utanç ve hayatta kalma sendromu gibi duygular da bu sürecin doğal bir sonucu olarak ortaya çıkmakta ve bireyin psikolojik esnekliğini zedeleyebilmektedir (Volkan 1998, Weingarten 2004). Özellikle stres hormonlarının regülasyonunu etkileyen genetik mekanizmalar, bireylerde kortizol seviyelerinde bozulmalara, bağışıklık sistemi sorunlarına ve duygudurum bozukluklarına yol açabilmektedir (Yehuda ve ark. 2016).

Nesiller Arası Travmanın Önlenmesi: Müdahale Yaklaşımlarının Genel Çerçevesi

Nesiller arası travma aktarımına müdahalenin öncelikli amacı, travmanın veya etkilerinin ebeveyn-çocuk ilişkisi yoluyla bir sonraki kuşağa aktarımının durdurulmasıdır (Isobel, 2019). Nesiller arası travma aktarımının önlenmesi, ebeveynin kendi travmasını çözümülemesi ve ebeveyn ile çocuk arasında güvenli bağlanma ilişkisinin desteklenmesi olmak üzere iki temel altyapıya dayanmaktadır. Nesiller arası travmanın önlenmesinde en etkili yaklaşımın, erken dönemde ebeveyn travmasının ele alınması ve ebeveyn-çocuk bağlanma ilişkilerinin güçlendirilmesi olduğu bilinmektedir (Isobel ve ark. 2017). Özellikle nesiller arası travmanın temelinde yer alan kişilerarası travma, güvenli bağlanma eksikliği ve ilişkisel kopukluk üzerinden aktarıldığı için, müdahale sürecinde güvenli ilişkilerin yeniden inşası ve ebeveyn çocuk bağlanmasının desteklenmesi kritik önemdedir (Isobel 2019, Geller ve Porges 2014).

Bu kapsamda, ebeveynin yansıtıcı işlevini geliştirmeye odaklanan zihinselleştirme temelli yaklaşımlar, ebeveynin kendi travmatik geçmişini anlamlandırmasını ve çocuğunun duygusal ihtiyaçlarına duyarlı yanıtlar verebilmesini destekler (Berthelot ve ark. 2015, Letourneau ve ark. 2015). Bunun yanında, ebeveynin travmatik deneyimleri ele alınmadan sadece çocuğa veya ebeveynliğe odaklanan müdahalelerin sınırlı etkisi olduğu gösterilmiştir (Perez 2009). Bu nedenle ebeveynin bireysel travma çözüm süreci ile eş zamanlı olarak ebeveyn-çocuk ilişkisini hedefleyen bütüncül ve ilişkisel müdahalelerin geliştirilmesi gerekmektedir (Isobel ve ark. 2017).

Müdahaleyi güçlendiren bir diğer önemli bileşen ise, travma anlatısının yapılandırılmasıdır. Aile içinde paylaşılan tutarlı bir anlatının yokluğu, nesiller arası travma aktarımını güçlendirebilir (Fonagy, Steele ve Steele 1991). Sözel ve sözel olmayan yollarla travmatik deneyimlerin işlenmesi, bireyin anlamlı bir benlik algısı geliştirmesine ve travmanın etkilerinden bağımsız bir kimlik inşasına olanak sağlar (Schore 2002, Connolly 2011). Bu psikolojik müdahalelere ek olarak epigenetik araştırmalar, travmanın biyolojik düzeyde de aktarılabilirdiğini, ancak uygun sosyal çevre, güvenli bağlanma ve esneklik mekanizmalarıyla bu aktarımın değiştirilebileceğini ortaya koymaktadır (Weaver ve ark. 2005, Cadet 2016). Bu psikolojik müdahalelere ek olarak epigenetik araştırmalar, travmanın biyolojik düzeyde de aktarılabilirdiğini, ancak uygun sosyal çevre, güvenli bağlanma ve esneklik mekanizmalarıyla bu aktarımın değiştirilebileceğini ortaya koymaktadır (Weaver ve ark. 2005, Cadet 2016). Epigenetik alandaki bulgular doğrultusunda ise, çevresel koşulların iyileştirilmesinin gen ifadesi üzerindeki olumsuz etkileri azaltabileceği, hatta tersine çevirebileceği ortaya konmuştur. Bu da biyolojik düzeyde aktarılan travmaların kesin ve kalıcı olmadığını; güvenli, destekleyici ve istikrarlı ortamlarla değiştirilebileceğini göstermektedir (Gapp ve ark. 2014, Yehuda ve Lehrner 2018).

Bu nedenle müdahalelerin yalnızca bireysel değil, aile, toplum ve sosyal bağlamı da dikkate alan çok düzeyli stratejiler içermesi gereklidir (Isobel 2019). Bu noktada, çevresel ve sosyoekonomik faktörlerin de dikkate alındığı daha geniş çerçeveli müdahale modellerinin önemi vurgulanmaktadır. Chernivsky (2023) ile Van Wert ve ark. (2019), travmanın nesiller arası aktarımını açıklarken doğa ve çevre ikilemini bütüncül bir yaklaşımla ele alan disiplinler arası bir perspektifin önemine işaret etmektedir. Bu yaklaşım, özellikle

travmanın nesiller boyunca devam eden etkilerini sosyoekonomik statü bağlamında değerlendirmeyi de içermektedir. Khan ve Denov (2022) ise, sosyokültürel bağlamın travmanın aktarımında hem koruyucu bir kalkan hem de etkileri sürdüren bir faktör olabileceğini vurgulamakta; bu nedenle, travmayla ilişkili damgalamanın aşılması için uzun vadeli psikolojik destek ve özellikle tarihsel ve politik travmalarda politik düzeyde tanınmanın gerekliliğini savunmaktadır.

Bu çok katmanlı çerçeve doğrultusunda, travmanın sağaltımına yönelik müdahale yaklaşımları da zaman içinde önemli bir dönüşüm geçirmiştir. Scott ve Copping'e (2008) göre, özellikle son yirmi yılda çocukluk çağı travmalarına yönelik müdahalelerde dikkate değer bir paradigma değişimi yaşanmıştır. Başlangıçta, büyük ölçüde yetişkinlere yönelik psikanalitik ve bilişsel müdahale modellerinin çocuklara uyarlanmış biçimleri kullanılmaktayken; zamanla çocukların yaşadığı travmatik deneyimlerin gelişimsel hassasiyetlerini ve ailevi bağlamını gözetken daha kapsamlı ve bütüncül müdahale yaklaşımları öne çıkmaya başlamıştır.

Günümüzde psikolojik travmaya müdahale seçenekleri oldukça geniştir; bireysel terapi uygulamalarından ebeveyn eğitimlerine, davranışsal temelli ebeveyn-çocuk etkileşim çalışmalarından bağlanma odaklı müdahalelere ve travma odaklı Bilişsel Davranışçı Terapilere kadar pek çok farklı yöntem kullanılmaktadır. Yanı sıra EMDR, Şefkat Odaklı Terapi, Diyalektik Davranış Terapisi ve Öyküsel Terapi yaklaşımlarının travma ile ilgili bozukluklarda etkili olduğu bulunmuş (Cramer 2019, Asmundson ve ark. 2019, Craig ve ark. 2020, Bohus ve ark. 2020, Choi-Kain ve ark. 2021) olsa da nesiller arası travmanın sağaltımı, yalnızca bireysel psikopatolojilerin hedeflendiği klasik yaklaşımlardan farklı olarak, travmanın çok katmanlı yapısını gözetken bütüncül müdahale biçimlerini gerektirir.

Buna karşın Scott ve Copping (2008), dikkat çeken alternatif bir yaklaşım olan Nesiller Arası Travma Tedavi Modeli'ni (Intergenerational Trauma Treatment Model - ITTM) geliştirmiştir (Copping 1996, Copping ve ark. 2001). ITTM, travma anılarına kontrollü biçimde maruz bırakma, bilişsel yeniden çerçeveleme, stresle baş etme becerileri ve ebeveyn eğitimi gibi kanıta dayalı müdahale tekniklerini bir araya getirmektedir. Bu modelin ayırt edici yönleri arasında, özellikle kompleks travma durumlarına uygunluğu, çocuğun yaşadığı travmaya bakım veren kişinin nasıl yanıt verdiğine odaklanması ve travmatik deneyimlerin nesiller arası aktarımına dikkat çekmesi yer almaktadır (Scott ve Copping 2008).

Ayrıca, aile temelli müdahaleler de nesiller arası travma aktarımını durdurmada etkili bir araçtır. Aile üyeleri arasındaki rollerin yeniden yapılandırılması, iletişim kalıplarının iyileştirilmesi ve duygusal sınırların netleştirilmesi, özellikle çocukların ebeveyn travmalarını içselleştirmesini önlemekte işlevseldir (Kellermann 2001b).

Sonuç

Bu çalışmada, nesiller arası travmanın sosyal, kültürel ve biyolojik düzeylerde işleyen çok katmanlı bir aktarım süreci olduğunu ortaya koyan literatür derlenmiştir. Soykırımlar, savaşlar, zorunlu göç ve aile içi şiddet gibi büyük ölçekli veya mikro düzeydeki travmatik olayların, sonraki nesiller üzerinde görünür ya da gizil etkiler bıraktığı geniş bir literatürle desteklenmektedir. Özellikle psikanalitik, sosyokültürel, aile sistemleri ve biyolojik modellerin sunduğu farklı açıklama biçimleri, bu aktarımın karmaşıklığını anlamamıza yardımcı olmaktadır (Kellermann 2001b). Psikodinamik, aile sistemleri, sosyalleşme ve epigenetik modellerin bir arada ele alınması, bu aktarımın neden her bireyde farklı biçimlerde tezahür ettiğini anlamaya olanak tanımaktadır. Bununla birlikte, bu çeşitlilik, alanın en önemli avantajı olduğu kadar kuramsal dağınıklık riski de barındırmaktadır.

Travmanın nesiller arası aktarımı kavramı, ebeveynlerinin geçmişte yaşadığı acıların etkilerini kendi yaşamlarında hisseden birçok kişi ve toplum tarafından içselleştirilmiştir (Yehuda ve Lehrner 2018). Travma bir kez iletdikten sonra, travmanın sonraki nesillere aktarılması da dahil olmak üzere, tüm psikolojik ve kişiler arası gelişen travmalara göre kendi sonuçları ve bireysel etkileri vardır (Schwerdtfeger ve Goff 2007). Nesiller arası travmanın önemi, bireylerin psikolojik sağlığı üzerindeki etkilerinin yanı sıra, aile dinamikleri ve toplumsal işleyiş üzerindeki uzun vadeli etkilerinden de kaynaklanmaktadır.

Bununla birlikte, nesiller arası travmaya ilişkin literatürde aktarılan travmanın yapısal doğası konusunda fikir birliği bulunmamaktadır. Isobel'e (2019) göre, bu alandaki tartışmalar; söz konusu travmatik deneyimin birinci kuşaktaki travmanın doğrudan bir tekrarını mı temsil ettiği, bu travmaya yönelik bir tepki mi olduğu ya da özgün bir psikolojik kırılma biçimi olarak mı ortaya çıktığı soruları etrafında şekillenmektedir. Yine de çalışmalar; travmatik deneyimlerin aktarımı, sonraki nesillerde stres yanıt sisteminin değişimine (Yehuda ve ark. 2016), bağlanma bozukluklarına (Bar-On ve ark. 1998) ve kronik psikopatolojilere neden olabildiğini göstermektedir. Ayrıca, toplumsal travmaların (savaş, zorunlu göç, etnik çatışmalar vb.) aktarımı, kültürel kimlik inşasını ve toplumsal barış süreçlerini de etkilemektedir (Volkan 2001, Hirschberger 2018). Klinik açıdan ise, bireyin geçmişiyle ilişkisini anlamadan yapılan müdahalelerin yüzeysel kalabileceği kabul edilmektedir (Danieli 1998, Felsen 1998).

Aktarım sürecini anlamada açıklayıcı olan bir diğer boyut, aktarımın sıklıkla sözel olmayan ve bilinçdışı yollarla gerçekleşmesidir. Bastırılmış duygular, sessizlik, mitolojik anlatılar ya da ebeveynlik tarzları yoluyla çocuklara geçen bu etkiler, farklı modellerde çeşitli biçimlerde açıklanmaktadır. Psikodinamik model, ebeveynlerin çözülmemiş travmalarını çocuklarına projektif yollarla aktardığını savunurken; sosyokültürel model, travmanın toplumsal normlar, değerler ve inançlar yoluyla içselleştirildiğine dikkat çeker. Aile sistemleri modeli ise, duygusal sınırların silikleştiği aile yapılarında çocukların ebeveyn rollerine itildiğini ve bireyselleşmenin sekteye uğradığını vurgular. Bu açıklamalar, aktarımın sadece genetik değil, aynı zamanda ilişkisel, kültürel ve yapısal dinamikler içinde gerçekleştiğini göstermektedir. Bu çerçevede, epigenetik araştırmalar travmanın yalnızca psikososyal değil, aynı zamanda biyolojik düzeyde de kuşaktan kuşağa aktarılabilirliğini göstermektedir. DNA dizilimini değiştirmeden gen ifadesini etkileyen epigenetik süreçler, çevresel stresin kalıtsal etkilerini açıklamada önemli bir kuramsal zemin sunar (Yehuda ve Lehrner 2018). Travmanın biyolojik aktarımına dair bu açıklamalar, bazı durumlarda bireylerin geçmişteki travmatik yaşantılar nedeniyle geri döndürülemez biçimde zarar gördüğü algısını doğrular. Ancak aynı zamanda, bu epigenetik etkilerin bir tür biyolojik adaptasyon olarak değerlendirilebileceği de öne sürülmektedir. Bu bağlamda, yaşanan olumsuzluklara karşı geliştirilen biyolojik yanıtların, sonraki kuşakların benzer stresörlerle baş edebilme kapasitesini artırabilecek hazırlayıcı bir işlev görebileceği düşünülmektedir.

Nitekim, çevresel faktörlere bağlı olarak ortaya çıkan epigenetik değişimlerin kalıcı olmadığı, koşullar değiştiğinde bu etkilerin dönüşebileceği ya da tamamen ortadan kalkabileceği gösterilmiştir. Bu biyolojik esneklik, insan organizmasının çevresel zorluklara uyum sağlama kapasitesinin temelini oluşturmaktadır (Yehuda ve Lehrner 2018) ve dayanıklılığını ortaya koymaktadır (Gapp ve ark. 2014). Bu çalışmada da vurgulandığı üzere, epigenetik izler çevresel bağlama duyarlıdır ve destekleyici ilişkiler, güvenli bağlanma ortamları gibi koruyucu etkenler aracılığıyla tersine çevrilebilir. Bu yönüyle biyolojik aktarım modelleri yalnızca kırılma ve risk etkenlerini değil, aynı zamanda müdahale ve iyileşme fırsatlarını da içeren dinamik bir yapıya sahiptir.

Bu noktada, literatürde giderek daha fazla önem kazanan bir başka konu ise dayanıklılığın da nesiller boyunca aktarılabilirliği yönündeki bulgulardır. Buna göre; travmanın aktarımının mutlak bir psikolojik kırılma biçimi olarak görülmesi yerine, dayanıklılık kapasitesinin de sürece dahil edilmesi gerektiği vurgulanmaktadır. Bazı bireyler, geçmişteki travmaları dönüştürerek işlevsel ebeveynlik modelleri geliştirebilir ve böylece aktarım döngüsünü kırabilir (Walsh 2003, Braga ve ark. 2012). Bu noktada dayanıklılık, sadece bireysel bir özellik değil, aynı zamanda sosyal destek sistemleri, politik tanınma ve kültürel aidiyetle şekillenen çok katmanlı bir süreçtir (Masten ve ark. 2021).

Bu nedenle, nesiller arası travmanın yalnızca bireyler düzeyinde incelenmesi yetersiz kalmakta; dayanıklılık gibi koruyucu faktörlerin yanı sıra, bu süreçlerin toplumsal düzeydeki yansımaları da dikkate alınmalıdır. Toplulukların tarihsel olarak yaşadığı kitlesel travmalar (örn.; soykırımlar, sürgünler, kolonyalizm), bu toplulukların kolektif hafızasında yer edinerek sosyal kimlik oluşumunu ve grup dışı algılarını etkilemekte; çatışmaların nesiller boyu devam etmesine zemin hazırlamaktadır (Volkan 1998, Eyerman 2001). Bu anlamda nesiller arası travma, sadece psikolojik değil, aynı zamanda politik ve kültürel bir mesele olarak da ele alınmaktadır. Bununla birlikte, üçüncü ve dördüncü nesillere yönelik toplumsal travmalar ile kolektif biyografik deneyimlerin etkileri konusunda literatürde halen önemli boşluklar bulunmaktadır (Khan ve Denov 2022, Rosenwald, Baird ve Williams 2023).

Travma ve nesiller arası aktarım kavramlarının literatürde kavramsal ve terminolojik olarak yeterince ayrılmamış olması, etkili müdahale yaklaşımlarının geliştirilmesini zorlaştırmakta ve kuramsal tutarlılığı zedeleyebilmektedir (Isobel ve ark. 2017). Bu durum, özellikle nesiller arası aktarım süreçlerine yönelik yapılan çalışmaların disiplinler arası bir yaklaşımla ve çok boyutlu ölçme yöntemleri ile ele alınmasını gerekli kılmaktadır.

Literatürde birbirinin yerine kullanılan "intergenerational" ve "transgenerational" kavramları arasındaki farkın netleştirilmesi hem kavramsal açıklık hem de kuramsal tutarlılık açısından önemlidir. "Intergenerational" kavramı, genellikle iki kuşak arasında -ebeveyn ile çocuk arasındaki- doğrudan ilişkisel yollarla gerçekleşen travma aktarımını tanımlarken; "transgenerational" kavramı, bu aktarımın daha dolaylı biçimlerde, sözsüz, bilinçdışı ya da kültürel anlatılar aracılığıyla üçüncü ve hatta dördüncü kuşaklara kadar uzanabileceğine işaret etmektedir. Bu terminolojik ayırım, aktarımın kapsamı, süresi ve biçimini daha sağlıklı analiz edebilmek açısından kuramsal çerçevelerin inşasında ve müdahale modellerinin tasarımı açısından sağlayacaktır.

Yanı sıra "travma", "aktarım", "kolektif hafıza", "dayanıklılık" gibi temel kavramlar farklı disiplinlerde farklı anlamlarla kullanılmakta; bu da kuramlar arası karşılaştırmaları ve müdahale modellerini geliştirmeyi güçleştirmektedir. Özellikle "travmanın aktarımı mı", "travmaya verilen tepkinin aktarımı mı", yoksa "yeniden üretim mi" sorularına verilen yanıtlar modelden modele değişmektedir. Bu nedenle, gelecekteki çalışmaların kavramsal tutarlılığı gözetmesi önem arz etmektedir.

Öte yandan, alandaki bir diğer sınırlılık da ampirik verilerin eksikliğidir. Özellikle Türkiye gibi tarihsel, siyasal ve kültürel açıdan travmatik deneyimlerin yoğun olduğu toplumlarda, kuşaklar arası aktarımı inceleyen niteliksel ve uzunlamasına çalışmalar sınırlıdır. Modeller ya da yaklaşımlar zengin açıklamalar sunsa da bu kuramların sahaya dayalı verilerle sınanması ve toplumsal bağlamla uyumunun değerlendirilmesi gerekmektedir. Bu bağlamda, disiplinler arası iş birlikleri büyük önem taşımaktadır. Travmanın aktarımı hem bireysel hem toplumsal düzeyde etkiler yarattığından, yalnızca klinik psikoloji veya psikiyatri değil; moleküler biyoloji ve genetik, antropoloji, sosyoloji, tarih ve halk sağlığı gibi alanların birlikte çalışmasına ihtiyaç vardır. Bu disiplinler arası yaklaşım, müdahalelerin yalnızca bireye değil, topluma ve kültüre yönelik olarak da tasarlanmasını sağlayabilir.

Alanyazında egemen olan patoloji odaklı yaklaşımın, yerini daha bütüncül ve güçlendirici bir bakış açısına bırakması gerektiği giderek daha fazla vurgulanmaktadır. Çalışmalar, travmanın nesilden nesile aktarılabilirliğini kabul etmekle birlikte, her aktarımın zorunlu olarak psikolojik kırılma ile sonuçlanmadığını ortaya koymaktadır. Bazı bireyler, geçmiş nesillerden miras kalan travmatik yükleri dönüştürerek, işlevsel ebeveynlik örüntüleri ve güçlü bir psikolojik esneklik geliştirebilmekte; böylece aktarım döngüsünü kırabilmektedir. Bu nedenle, gelecekteki çalışmaların yalnızca risk etmenlerine değil, aynı zamanda koruyucu faktörlere ve dayanıklılığı destekleyen yapısal unsurlara da odaklanması, daha bütüncül ve kapsayıcı müdahale modellerinin geliştirilmesine katkı sağlayacaktır.

Sonuç olarak, bu çalışma nesiller arası travma olgusunu çok katmanlı bir bakışla ele almış ve bütüncül bir kuramsal çerçeve içinde tartışarak aktarımın çok yönlü doğasını ortaya koymuştur. Araştırmanın kapsamı gereği belirli ülke örneklerine veya vaka incelemelerine yer verilmemiş olsa da Türkiye'de nesiller arası aktarımı nicel ve nitel yöntemlerle inceleyen çalışmalarda artış gözlemlenmektedir. Gelecek araştırmaların, kültürel deneyimlere ve ampirik verilere dayalı olarak yürütülmesi hem akademik literatüre hem de uygulamalı alanlara önemli katkılar sağlayacaktır.

Kaynaklar

- Aburn G, Hoare K, Adams P, Gott M (2020) Connecting theory with practice: time to explore social reality and rethink resilience among health professionals. *Int J Nurs*, 26:e12893.
- Ainsworth MDS (1978) The Bowlby-Ainsworth attachment theory. *Behav Brain Sci*, 1:436-438.
- Alexander JC (2004) Toward a theory of cultural trauma. In *Cultural Trauma and Collective Identity*, (Eds JC Alexander, R Eyerman, B Giesen, NJ Smelser, P Sztompka):1-30. Berkeley, University of California Press.
- APA (2018) Disctionary of Psychology. <https://dictionary.apa.org/trauma> (Accessed 25.01.2025).

- Ancharoff MRM, Munroe J, Fisher L (1998) The legacy of combat trauma: clinical implications of intergenerational transmission. In *International Handbook of Multigenerational Legacies of Trauma*, (Ed Danieli Y):257-276. Boston, Springer.
- Asmundson GJ, Thorisdottir AS, Roden-Foreman JW, Baird SO, Witcraft SM, Stein AT et al. (2019) A meta-analytic review of cognitive processing therapy for adults with posttraumatic stress disorder. *Cogn Behav Ther*, 48:1-14.
- Atkinson M (2013) *The Transgenerational Transmission and Poetics of Trauma: A Fictional-Conceptual Manifesto*. New York, Bloomsbury.
- Auerhahn NC, Laub D, Peskin H (1993) Psychotherapy with Holocaust survivors. *Psychotherapy (Chic)*, 30:434-442.
- Bandura A (1977) *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ, Prentice-Hall.
- Bar-On D, Eland J, Kleber RJ, Krell R, Moore Y, Sagi A et al. (1998) Multigenerational perspectives on coping with the holocaust experience: an attachment perspective for understanding the developmental sequelae of trauma across generations. *Int J Behav Dev*, 22:315-338.
- Barocas HA, Barocas CB (1980) Separation-individuation conflicts in children of holocaust survivors. *J Contemp Psychother*, 11:6-14.
- Beck AT (1987) Cognitive models of depression. *J Cogn Psychother*, 1:5-37.
- Belnap B (2019) Turns of a phrase: traumatic learning through the generations. In *Lost in Transmission: Studies of Trauma Across Generations*, (Ed MG Fromm):115-130. London, Routledge.
- Berger SS (2014) Whose trauma is it anyway? Furthering our understanding of its intergenerational transmission. *J Infant Child Adolesc Psychother*, 13:169-181.
- Berthelot N, Ensink K, Bernazzani O, Normandin L, Luyten P, Fonagy P (2015) Intergenerational transmission of attachment in abused and neglected mothers: The role of trauma-specific reflective functioning. *Infant Ment Health J*, 36:200-212.
- Bohacek J, Mansuy IM (2015) Molecular insights into transgenerational non-genetic inheritance of acquired behaviours. *Nat Rev Genet*, 16:641-652.
- Bohus M, Kleindienst N, Hahn C, Müller-Engelmann M, Ludäscher P, Steil R et al. (2020) Dialectical behavior therapy for posttraumatic stress disorder (DBT-PTSD) compared with cognitive processing therapy (CPT) in complex presentations of PTSD in women survivors of childhood abuse: a randomized clinical trial. *JAMA Psychiatry*, 77:1235-1245.
- Bonanno GA, Papa A, Lalande K, Westphal M, Coifman K (2004) The importance of being flexible: The ability to both enhance and suppress emotional expression predicts long-term adjustment. *Psychol Sci*, 15:482-487.
- Bonasio R, Tu S, Reinberg D (2010) Molecular signals of epigenetic states. *Science*, 330:612-616.
- Bowe C, Thomas C, Mackey P (2025) Perspective to practice: theoretical frameworks explaining intergenerational trauma, violence, and maltreatment and implications for the therapeutic response. *Int J Environ Res Public Health*, 22:321.
- Bowen M (1966) The use of family theory in clinical practice. *Compr Psychiatry*, 7:345-374.
- Bowlby J (1979) The Bowlby-Ainsworth attachment theory. *Behav Brain Sci*, 2:637-638.
- Braga LL, Mello FM, Fiks JP (2012) Transgenerational transmission of trauma and resilience: A qualitative study with Brazilian offspring of Holocaust survivors. *BMC Psychiatry*, 12:134.
- Bronfenbrenner U (1979) *The Ecology of Human Development*. Cambridge, MA, Harvard University Press.
- Cadet JL (2016) Epigenetics of stress, addiction, and resilience: Therapeutic implications. *Mol Neurobiol*, 53:545-560.
- Caselli LT, Motta RW (1995) The effect of PTSD and combat level on Vietnam veterans' perceptions of child behavior and marital adjustment. *J Clin Psychol*, 51:4-12.
- Catani C, Jacob N, Schauer E, Kohila M, Neuner F (2008) Family violence, war, and natural disasters: A study of the effect of extreme stress on children's mental health in Sri Lanka. *BMC Psychiatry*, 8:33.
- Cerdeña J, Rivera L, Spak J (2021) Intergenerational trauma in Latinxs: A scoping review. *Soc Sci Med*, 270:113662.
- Chan JC, Nugent BM, Bale TL (2018) Parental advisory: Maternal and paternal stress can impact offspring neurodevelopment. *Biol Psychiatry*, 83:886-894.
- Chernivsky M (2023) 'Live on—Pass on?'. In *PresentPast: Psychosocial Help for Traumatized After Politicized Conflicts and Collective Violence*, (Eds M Chernivsky, L Welz):112-118. Fehldruck, Erfurt.
- Choi-Kain L, Wilks CR, Ilagan GS, Iliakis EA (2021) Dialectical behavior therapy for early life trauma. *Curr Treat Options Psychiatry*, 8:111-124.
- Cicchetti D (1984) The emergence of developmental psychopathology. *Child Dev*, 55:1-7.
- Clarke HJ, Vieux KF (2015) Epigenetic inheritance through the female germ-line: The known, the unknown, and the possible. *Semin Cell Dev Biol*, 43:106-116.
- Cohen ZP (2019) Üç kuşak kadın yetişkinin çocukluk çağı travmaları, dissosiyasyon ve şiddete yönelik tutumları bakımından incelenmesi (Uzmanlık tezi). İstanbul, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa.
- Connolly A (2011) Healing the wounds of our fathers: Intergenerational trauma, memory, symbolization and narrative. *J Anal Psychol*, 56:607-626.

- Copping VE, Warling DL, Benner DG, Woodside DW (2001) A child trauma treatment pilot study. *J Child Fam Stud*, 10:467-475.
- Copping VE (1996) Beyond over and under control: behavioral observations of shelter children. *J Fam Violence*, 11:41-57.
- Craig C, Hiskey S, Spector A (2020) Compassion focused therapy: a systematic review of its effectiveness and acceptability in clinical populations. *Expert Rev Neurother*, 20:385-400.
- Cramer S (2019) Intergenerational narrative practice in response to intergenerational trauma. *Int J Narrat Ther Community Work*, 1:1-11.
- Dalgaard NT, Todd BK, Daniel SI, Montgomery E (2016) The transmission of trauma in refugee families: Associations between intra-family trauma communication style, children's attachment security and psychosocial adjustment. *Attach Hum Dev*, 18:69-89.
- Danieli Y (1998) *International Handbook of Multigenerational Legacies of Trauma*. New York, Plenum Press.
- Danieli Y (2013) The treatment and prevention of long-term effects and intergenerational transmission of victimization: A lesson from Holocaust survivors and their children. In *Trauma and Its Wake*, (Ed CR Figley):295-313. London, Routledge.
- Daskalakis NP, Lehrner A, Yehuda R (2013) Endocrine aspects of post-traumatic stress disorder and implications for diagnosis and treatment. *Endocrin Metab Clin*, 42:503-513.
- Dass-Brailesford P (2007) *A Practical Approach to Trauma: Empowering Interventions*. Thousand Oaks, CA, Sage.
- De Bellis MD, Baum AS, Birmaher B, Keshavan MS, Eccard CH, Boring AM et al. (1999) Developmental traumatology part I: Biological stress systems. *Biol Psychiatry*, 45:1259-1270.
- De Bellis MD, Keshavan MS, Clark DB, Casey BJ, Giedd JN, Boring AM et al. (1999b) Developmental traumatology part II: Brain development. *Biol Psychiatry*, 45:1271-1284.
- Dekel R, Goldblatt H (2008) Is there intergenerational transmission of trauma? The case of combat veterans' children. *Am J Orthopsychiatry*, 78:281-289.
- Demos EV (2019) Intergenerational violence and the family myth. In *Lost In Transmission: Studies of Trauma Across Generations*, (Ed MG Fromm):131-138. London, Routledge.
- Dias BG, Ressler KJ (2014) Parental olfactory experience influences behavior and neural structure in subsequent generations. *Nat Neurosci*, 17:89-96.
- Dodge KA, Bates JE, Pettit GS (1990) Meisms in the cycle of violence. *Science*, 250:1678-1683.
- Echterling LG, Presbury JH, McKee JE (2005) *Crisis Intervention: Promoting Resilience and Resolution in Troubled Times*. London, Pearson.
- Epstein H (1979) Children of the Holocaust. *The Atlantic Monthly*, 243:37-52.
- Eyerman R (2001) *Cultural Trauma: Slavery and the Formation of African American Identity*. Cambridge, Cambridge University Press.
- Felsen I (1998) Transgenerational transmission of effects of the Holocaust: The North American research perspective. In *International Handbook of Multigenerational Legacies of Trauma*, (Ed Y Danieli):43-46. New York, Plenum Press.
- Field NP, Muong S, Sochanvimean V (2013) Parental styles in the intergenerational transmission of trauma stemming from the Khmer Rouge regime in Cambodia. *Am J Orthopsychiatry*, 83:483-494.
- Figley CR, Kleber RJ (1995) Beyond the "victim": Secondary traumatic stress. In *Beyond Trauma: Cultural and Societal Dynamics*, (Eds RJ Kleber, CR Figley, BPR Gersons):75-98. New York, Plenum Press.
- Flanagan L (2021) Object relations theory. In *Inside Out and Outside In: Psychodynamic Clinical Theory and Psychopathology in Contemporary Multicultural Contexts*, (Eds B Joan, F Laura, H Patricia):92-124. Lanham, MD, Rowman & Littlefield.
- Fleckinger A, Gruber D, Senoguz P, Griesse K, Poggio B (2025) Transgenerational traumatization and sexualized violence: A systematic review on an omnipresent, shadowed theme in social work theory and practice. *Br J Soc Work*, 55:2560-2581.
- Fonagy P, Steele H, Steele M (1991) Maternal representations of attachment during pregnancy predict the organization of infant mother attachment at one year of age. *Child Dev*, 62:891-905.
- Frankish T (2009) *Women's narratives of intergenerational trauma and post-apartheid identity: the 'said' and 'unsaid' (Master's thesis)*. Durban, University of KwaZulu-Natal.
- Franklin A, Kercher GA (2012) The intergenerational transmission of intimate partner violence: differentiating correlates in a random community sample. *J Fam Violence*, 27:187-189.
- Freud S (1920a) *A General Introduction to Psychoanalysis*. New York, Garden City.
- Freud S (1920b) *Beyond the Pleasure Principle*. London, Hogarth Press.
- Freyberg JT (1980) Difficulties in separation-individuation as experienced by offspring of Nazi Holocaust survivors. *Am J Orthopsychiatry*, 50:87-95.
- Galovski T, Lyons JA (2004) Psychological sequelae of combat violence: A review of the impact of PTSD on the veteran's family and possible interventions. *Aggress Violent Behav*, 9:477-501.
- Gapp K, Bohacek J, Grossmann J, Brunner AM, Manuella F, Nanni P et al. (2014) Potential of environmental enrichment to prevent transgenerational effects of paternal trauma. *Neuropsychopharmacology*, 39:2384-2398.

- Geller SM, Porges SW (2014) Therapeutic presence: neurophysiological mechanisms mediating feeling safe in therapeutic relationships. *J Psychother Integr*, 24:178-192.
- Goodman SH (2020) Intergenerational transmission of depression. *Annu Rev Clin Psychol*, 16:213-238.
- Heart B, DeBruyn LM (1998) The American Indian holocaust: Healing historical unresolved grief. *Am Indian Alsk Native Ment Health Res*, 8:56-78.
- Hesse E, Main M (2000) Disorganization in infant and adult attachment: Description, correlates, and implications for developmental psychopathology. *J Am Psychoanal Assoc*, 48:1097-1127.
- Hirschberger G (2018) Collective trauma and the social construction of meaning. *Front Psychol*, 9:1441.
- Hoek HW, Susser E, Buck KA, Lumey LH, Lin SP, Gorman JM (1996) Schizoid personality disorder after prenatal exposure to famine. *Am J Psychiatry*, 153:1637-1639.
- Isobel S, Goodyear M, Furness T, Foster K (2019) Preventing intergenerational trauma transmission: A critical interpretive synthesis. *J Clin Nurs*, 28:1100-1113.
- Isobel S, Goodyear M, Foster K (2017) Psychological trauma in the context of familial relationships: A concept analysis. *Trauma Violence Abus*, 20:549-559.
- Janet P (1889) *L'Automatisme Psychologique*. Paris: Nouvelle.
- Jung CG (1936) The concept of the collective unconscious. In *Collected Works Vol. 9.1*. Princeton, Princeton University Press.
- Kaminer D, Eagle G (2010) *Traumatic stress in South Africa*, 2nd ed. South Africa, Wits University Press.
- Kellerman NP (2001a) Psychopathology in children of Holocaust survivors: a review of the research literature. *Isr J Psychiatry Relat Sci*, 38:36-46.
- Kellermann NP (2001b) Transmission of Holocaust trauma-An integrative view. *Psychiatry*, 64:256-267.
- Kestenberg JS (1980) Psychoanalyses of children of survivors from the Holocaust: case presentations and assessment. *J Am Psychoanal Assoc*, 28:775-804.
- Khan S, Denov M (2022) Transgenerational trauma in Rwandan genocidal rape survivors and their children: A culturally enhanced bioecological approach. *Transcult Psychiatry*, 59:727-739.
- Kidron CA (2003) Surviving a distant past: a case study of the cultural construction of trauma descendant identity. *Ethos*, 31:513-544.
- Kira IA (2001) Taxonomy of trauma and trauma assessment. *Traumatology*, 7:73-86.
- Klein-Parker F (1988) Dominant attitudes of adult children of Holocaust survivors toward their parents. In *Human adaptation to extreme stress: From the Holocaust to Vietnam*, (Eds L Eitinger R Krell):193-218. Boston, Springer.
- Krell R (1979) Holocaust families: The survivors and their children. *Compr Psychiatry*, 20:560-568.
- Lehrner A, Bierer LM, Passarelli V, Pratchett LC, Flory JD, Bader H et al. (2014) Maternal PTSD associates with greater glucocorticoid sensitivity in offspring of Holocaust survivors. *Psychoneuroendocrinology*, 40:213-220.
- Leslie CE, Walsh CS, Sullivan TN (2023) Implications of intergenerational trauma: Associations between caregiver ACEs and child internalizing symptoms in an urban African American sample. *Psychol Trauma*, 15:877-887.
- Letourneau N, Tryphonopoulos P, Giesbrecht G, Dennis CL, Bhogal S, Watson B (2015) Narrative and meta-analytic review of interventions aiming to improve maternal-child attachment security. *Infant Ment. Health J*, 36:366-387
- Lev-Wiesel R (2006) Intergenerational transmission of sexual abuse? Motherhood in the shadow of incest. *J Child Sexual Abuse*, 15:75-101.
- Lillicrop KA, Phillips ES, Jackson AA, Hanson MA, Burdge GC (2005) Dietary protein restriction of pregnant rats induces and folic acid supplementation prevents epigenetic modification of hepatic gene expression in the offspring. *J Nutr*, 135:1382-1386.
- Masten AS (2021) Multisystem resilience: Pathways to an integrated framework. *Res Hum Dev*, 18:153-163.
- McCann IL, Pearlman LA (1990) Vicarious traumatization: A framework for understanding the psychological effects of working with victims. *J Trauma Stress*, 3:131-149.
- Meaney MJ, Szyf M (2005) Environmental programming of stress responses through DNA methylation: Life at the interface between a dynamic environment and a fixed genome. *Dialogues Clin Neurosci*, 7:103-123.
- Nakata MN (2007) *Disciplining the Savages: Savaging the Disciplines*. Canberra, Aboriginal Studies Press.
- Painter RC, De Rooij SR, Bossuyt PM, Simmers TA, Osmond C, Barker DJ et al. (2006) Early onset of coronary artery disease after prenatal exposure to the Dutch famine. *Am J Clin Nutr* 84:322-327.
- Painter R, Osmond C, Gluckman P, Hanson M, Phillips D, Roseboom T (2008) Transgenerational effects of prenatal exposure to the Dutch famine on neonatal adiposity and health in later life. *BJOG Int J Obstet Gynaecol*, 115:1243-1249.
- Pears KC, Capaldi DM (2001) Intergenerational transmission of abuse: A two-generational prospective study of an at-risk sample. *Child Abuse Negl*, 25:1439-1461.
- Perez LM (2009) Intergenerational dynamics of trauma. *J Infant Child Adolesc Psychother*, 8:156-168.

- Rando OJ (2016) Intergenerational transfer of epigenetic information in sperm. *Cold Spring Harb Perspect Med*, 6:a023325.
- Roseboom TJ, van der Meulen JHP, Osmond C, Barker DJP, Ravelli ACJ, Schroeder-Tanka JM et al. (2000) Coronary heart disease after prenatal exposure to the Dutch famine 1944-1945. *Heart*, 84:595-598.
- Rosenwald M, Baird S, Williams R (2023) A social work model for addressing historical trauma: Theoretical foundations and practice implications. *Br J Soc Work*, 53:804-822.
- Rotar O, Moguchaia E, Boyarinova M, Kolesova E, Khromova N, Freylikhman O et al. (2015) Seventy years after the siege of Leningrad: Does early life famine still affect cardiovascular risk and aging? *J Hypertens*, 33:1772-1779.
- Rowland-Klein D, Dunlop R (1998) The transmission of trauma across generations: Identification with parental trauma in children of Holocaust survivors. *Aust N Z J Psychiatry*, 32:358-369.
- Salberg J (2015) The texture of traumatic attachment: Presence and ghostly absence in transgenerational transmission. *Psychoanal Q*, 84:21-46.
- Schore AN (2002) Advances in neuropsychanalysis, attachment theory, and trauma research: Implications for self psychology. *Psychoanal Inq*, 22:433-484.
- Schützenberger AA (2025) Oh, Meine Ahnen! Wie Das Leben Unserer Vorfahren in Uns Wiederkehrt. Heidelberg, Carl-Auer.
- Schwerdtfeger KL, Goff BSN (2007) Intergenerational transmission of trauma: Exploring mother-infant prenatal attachment. *J Trauma Stress*, 20:39-51.
- Scott KL, Copping VE (2008) Promising directions for the treatment of complex childhood trauma: The intergenerational trauma treatment model. *J Behav Anal Offender Victim Treat Prev*, 1:273-283.
- Serpeloni F, Radtke K, de Assis SG, Henning F, Nätt D, Elbert T (2017) Grandmaternal stress during pregnancy and DNA methylation of the third generation: An epigenome-wide association study. *Transl Psychiatry*, 7:e1202.
- Starrs CJ, Békés V (2024) Historical intergenerational trauma transmission model: A comprehensive framework of family and offspring processes of transgenerational trauma. *Traumatology*, 31:243-251.
- Suah A, Williams B (2021) How should clinicians address a patient's experience of transgenerational trauma? *AMA J Ethics*, 23:440-445.
- Švorcová, J (2023) Transgenerational epigenetic inheritance of traumatic experience in mammals. *Genes (Basel)*, 14:120.
- Van der Kolk, BA (1989) The compulsion to repeat the trauma: Re-enactment, revictimization, and masochism. *Psychiatr Clin North Am*, 12:389-411.
- Van Steenwyk G, Roszkowski M, Manuella F, Franklin TB, Mansuy IM (2018) Transgenerational inheritance of behavioral and metabolic effects of paternal exposure to traumatic stress in early postnatal life: evidence in the 4th generation. *Environ Epigenet*, 4:dvy023.
- Van Wert M, Anreiter I, Fallon BA, Sokolowski MB (2019) Intergenerational transmission of child abuse and neglect: A transdisciplinary analysis. *Gend Genome*, 3:2470289719826101.
- Volkan VD (1998) *Bloodlines: From Ethnic Pride to Ethnic Terrorism*. New York, Basic Books.
- Volkan VD (2001) Transgenerational transmissions and chosen traumas: An aspect of large-group identity. *Group Analysis*, 34:79-97.
- Wadji DL, Ketcha Wanda GJM, Wicky C, Morina N, Martin-Soelch C (2022) From the mother to the child: The intergenerational transmission of experiences of violence in mother-child dyads exposed to intimate partner violence in Cameroon. *J Interpers Violence*, 37:NP3346-NP3376.
- Walsh F (2003) Family resilience: A framework for clinical practice. *Fam Process*, 42:1-18.
- Weaver IC, Champagne FA, Brown SE, Dymov S, Sharma S, Meaney MJ, Szyf M (2005) Reversal of maternal programming of stress responses in adult offspring through methyl supplementation: Altering epigenetic marking later in life. *J Neurosci*, 25:11045-11054.
- Weaver IC, Cervoni N, Champagne FA, D'Alessio AC, Sharma S, Seckl JR et al. (2004) Epigenetic programming by maternal behavior. *Nat Neurosci*, 7:847-854.
- Weingarten K (2004) Witnessing the effects of political violence in families: Mechanisms of intergenerational transmission and clinical interventions. *J Marital Fam Ther*, 30:45-59.
- Wilbur RE, Gone JP (2023) Beyond resilience: A scoping review of Indigenous survivance in the health literature. *Dev Psychopathol*, 35:2226-2240..
- Yehuda R, Halligan SL, Bierer LM (2001) Relationship of parental Holocaust exposure to PTSD, depressive symptoms, and cortisol excretion in offspring. *Am J Psychiatry*, 158:188-1887.
- Yehuda R, Engel SM, Brand SR, Seckl J, Marcus SM, Berkowitz GS (2005) Transgenerational effects of posttraumatic stress disorder in babies of mothers exposed to the World Trade Center attacks during pregnancy. *J Clin Endocrinol Metab*, 90:4115-4118.
- Yehuda R, Bierer LM (2009) The relevance of epigenetics to PTSD: Implications for the DSM-V. *J Trauma Stress*, 22:427-434.
- Yehuda R, Daskalakis NP, Bierer LM, Bader HN, Klengel T, Holsboer F et al. (2016) Holocaust exposure induced intergenerational effects on FKBP5 methylation. *Biol Psychiatry*, 80:372-380.

- Yehuda R, Lehrner A (2018) Intergenerational transmission of trauma effects: Putative role of epigenetic mechanisms. *World Psychiatry*, 17:243-257.
- Yehuda R (2021) *Transgenerational an Inherited Trauma: Effective Treatment Strategies for Healing Legacies of Pain*. Oxfordshire, PESI.
- Young JE (1999) *Cognitive Therapy for Personality Disorders: A Schema-Focused Approach*, 3rd ed. Sarasota, FL, Professional Resource Press.
- Zhu Z, Cao F, Li X (2019) Epigenetic programming and fetal metabolic programming. *Front Endocrinol*, 10:764.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olunduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Etik Onay: Bu çalışma bir derleme yazısı olduğu için etik onaya gerek yoktur.

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Ethical Approval: This review study does not require ethical clearance.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study..