

**DOĞAL AFETLERİN AFETZEDELER ÜZERİNE
PSİKOLOJİK ETKİLERİ: TRABZON İLİ ÖRNEĞİ**

SEDA BAĞBANCİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Afet Yönetimi Anabilim Dalı

Yrd. Doç. Dr. Nurçin KÜÇÜK KENT

2015

(Her Hakkı Saklıdır)

T.C.
GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
AFET YÖNETİMİ ANA BİLİM DALI

DOĞAL AFETLERİN AFETZEDELER ÜZERİNE PSİKOLOJİK ETKİLERİ:
TRABZON İLİ ÖRNEĞİ

(The Psychological Effects Of Natural Disasters On The Victims Of Disaster: The
Sample Of Trabzon City)

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Seda BAĞBANCI

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Nurçin KÜÇÜK KENT

**GÜMÜŞHANE
KASIM, 2015**

TEZ KABUL VE ONAY TUTANAĞI

Yrd. Doç. Dr. Nurçin KÜÇÜK KENT danışmanlığında, Seda BAĞBANCI tarafından hazırlanan “Doğal Afetlerin Afetzedeler Üzerine Psikolojik Etkileri: Trabzon İli Örneği” başlıklı çalışma, / / tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Afet Yönetimi Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyesi (Başkan):

Yrd. Doç. Dr. Sevil CENGİZ

İmza:

.....

Jüri Üyesi (Danışman):

Yrd. Doç. Dr. Nurçin KÜÇÜK KENT

İmza:

.....

Jüri Üyesi:

Yrd. Doç. Dr. Osman YILDIZLAR

İmza:

.....

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.../.../.....

Doç. Dr. Bayram NAZIR

Enstitü Müdürü

TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Doğal Afetlerin Afetzedeler Üzerine Psikolojik Etkileri: Trabzon İli Örneği” başlıklı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden olduğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla doğrularım.

Tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım.

Lisansüstü Eğitim-Öğretim yönetmeliğinin ilgili maddeleri uyarınca gereğinin yapılmasını arz ederim.

<input type="checkbox"/>	Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.
<input type="checkbox"/>	Tezim sadece Gümüşhane Üniversitesi yerleşkesinden erişime açılabilir.
<input checked="" type="checkbox"/>	Tezimin 5 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.

.... / /

Seda BAĞBANCI

ÖNSÖZ

Bu çalışmamın yürütülmesinde ve tamamlanmasında danışmanlığımı yapan, bana yol gösteren ve önemli destekler veren, çalışmamın tüm aşamalarında kendisinden çok şey öğrendiğim ve çalışmam esnasında bilgisini, deneyimini ve hoşgörüsünü esirgemeyen değerli danışman hocam Sayın Yrd. Doç. Dr. Nurçin KÜÇÜK KENT'e ve değerli eşi Sayın Ali KENT'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tez çalışmam sırasında, desteklerini esirgemeyen, Trabzon AFAD çalışanı Yüksek Mühendis Ülkü Binler KERİM'e, Doç. Dr. Saime ŞAHİNÖZ, Yrd. Doç. Dr. Sevil CENGİZ ve Yrd. Doç. Dr. Osman YILDIZLAR hocalarıma, Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'ne ve öğrenim hayatım boyunca bana destek olan ve her zaman yanımda olan aileme, çalışmam boyunca desteğini eksik etmeyen sevgili arkadaşlarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Gümüşhane - 2015

Seda BAĞBANCI

İÇİNDEKİLER

TEZ KABUL VE ONAY TUTANAĞI	I
TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI	II
ÖNSÖZ	III
İÇİNDEKİLER	IV
ÖZET	VII
ABSTRACT	VIII
TABLolar LİSTESİ	IX
ŞEKİLLER LİSTESİ	XII
KISALTMALAR VE SİMGELER LİSTESİ	XIII
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

1. AFET VE AFET BİLİNCİ KAVRAMLARINA GENEL BAKIŞ	3
1.1. Afet Tanımı, Çeşitleri ve Doğal Afetler	3
1.2. Dünyada Doğal Afetler	4
1.3. Türkiye’de Doğal Afetler	6
1.4. Trabzon İlinde Doğal Afetler	8
1.5. Afet Yönetimi Kavramı	10
1.5.1. Afet Yönetimi Evreleri	13
1.6. Afet Bilinci	15

İKİNCİ BÖLÜM

2. AFETLERE PSİKOLOJİK YAKLAŞIM	17
2.1. Afet Psikolojisi Tanımı ve Tarihçesi	17

2.2. Afetlerin Psikolojik Evreleri	18
2.2.1. Kahramanlık Dönemi.....	18
2.2.2. Balayı Dönemi	19
2.2.3. Hayal Kırıklığı Dönemi	19
2.2.4. Yeniden Düzenleme Dönemi.....	20
2.3. Afet Sonrası Gözlenen Psikolojik Tepkiler.....	22
2.3.1. Fiziksel(Bedensel)Tepkiler.....	22
2.3.2. Davranışsal Tepkiler	22
2.3.3. Duygusal Tepkiler.....	23
2.3.4. Bilişsel Tepkiler.....	24
2.3.5. Sosyal Tepkiler	24
2.4. Travmatik Yaşam Olayı ve Ruhsal Travma Kavramı	25
2.5. Travma Sonrası Stres ve Travmatik Yaşantılara Verilen Tepkiler.	28
2.6. Afettede ve Afet Sonrası Risk Altındaki Gruplar	31
2.7. Afet Sonrası Psikososyal Destek	32

ÜÇÜNCÜBÖLÜM

3. YÖNTEM.....	35
3.1. Problem Durumu ..	35
3.2. Konunun Önemi	36
3.3. Araştırmanın Amacı ..	36
3.4. Beklenen Yararlar	37
3.5. Araştırmanın Varsayımları	37
3.6. Araştırmanın Kısıtlılıkları	37
3.7. Araştırmanın Kapsamı (Evren ve Örneklem).....	38
3.8. Veri Toplama Araçları ve Yöntem	39
3.9. Araştırmanın Hipotezleri	40

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. ARAŞTIRMA KAPSAMINDA VERİLERİN ANALİZİ VE YORUMU	41
4.1. Araştırma Bulgularının Analizi	41
4.2. Bulgular ve Yorum	41
4.2.1. Demografik Bulgular	41
4.2.2. Genel Bilgi Sorularının Betimsel Analizi	47
4.2.3. Afet Bilinci Soruları İle ilgili Betimsel Analizler	51
4.2.4. Afet Psikolojisi Soruları İle İlgili Betimsel Analizler	55
4.2.5. Karşılaştırma Soruları ile İlgili Bulgular	63
4.2.6. Güvenirlik ve Geçerlik	69
4.3. Tartışma	69
4.4. Sonuç ve Öneriler	75
KAYNAKÇA	78
EK 1	83
EK 2	84
ÖZGEÇMİŞ	88

ÖZET

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DOĞAL AFETLERİN AFETZEDELER ÜZERİNE PSİKOLOJİK ETKİLERİ:
TRABZON İLİ ÖRNEĞİSeda BAĞBANCI
2015, XIII+88 sayfa

Eski zamanlardan bu yana, doğal afetlerin afetzedelerde maddi kayıplara sebep olmasının yanında afetzedeleri ömür boyu etki altına alabilecek davranışsal tepkilerin oluşmasına sebep olabileceği bilinmektedir. Doğal afetlerin afetzedeler üzerinde yarattığı psikolojik etkiler hakkında literatürde çok sınırlı bilgi yer almaktadır.

Bu çalışmanın amacı, Trabzon il ve ilçelerinde yaşanan doğal afetlerin yarattığı psikolojik etkileri afeti yaşayan ve yaşamayan 63 kişilik iki grupta karşılaştırmalı olarak değerlendirmek idi. Çalışma yöntemi olarak afeti yaşayan ve yaşamayan kişilere anket uygulanarak elde edilen sonuçlar istatistiksel olarak değerlendirildi.

Çalışma sonucunda; afetzedelerin doğal afet sonrasında ilk duygu çeşidinin çoğunlukla korku ve panik olduğu, olayı hatırladıklarında üzüntü hissettikleri, ilk fizyolojik tepkilerinin nefes alışında ve kalp atışında artış olduğu ve davranış olarak olay sırasında ne yapacaklarını bilemedikleri gözlemlendi. Diğer yandan, afet hakkında ön bilgisinin az olduğunu belirten kişilerin daha fazla travmatik etkilendikleri ve kadınlarda erkeklere göre travmatik etkinin daha fazla olduğu gözlemlendi. Ancak afetzedeler tekrar yaşayabilecekleri afetlere karşı kendilerinin daha bilinçli olabileceklerini belirttiler.

Bu doğrultuda, doğal afetlerin psikolojik açıdan yaratacağı olumsuz etkileri azaltmak için afet bilinci ve doğal afetler hakkında ön bilgi edinme duyarlılığının yerleşmesi bu olumsuz etkilerin azalmasında yardımcı olabilir ve bu konunun ileri çalışmalarla desteklenmesi yarar sağlayabilir.

Anahtar kelime: Afet Bilinci, Afet Psikoloji, Afet Sonrası Davranışlar,
Doğal Afet

ABSTRACT

MASTER THESIS

THE PSYCHOLOGICAL EFFECTS OF NATURAL DISASTERS ON THE
VICTIMS OF DISASTER: THE SAMPLE OF TRABZON CITY

Seda BAĞBANCI

2015, XI+88

Since the ancient times, it has been known that natural disaster caused the financial losses and, besides might be occurred the victim's behavioral responses towards all his/her life. There is few literature about the psychological effects of natural disasters on the victims of disaster.

The purpose of this study, it was shown that the psychological effects were caused by natural disasters in city and town of Trabzon at two groups with 63 people in adult who were victim or nonvictim groups by comparatively. As a method of this study, it was applied survey to victim or nonvictim groups and the results were evaluated by statistically.

In conclusion, first feeling of the victims were mostly fear and panic, they felt in sad when they remember the event, had the first physiological responses that increased in breathing and heart rate after natural disaster. And it was observed that they could not know what to be able to do as a behavior during events. On the other hand, it was observed that the people who were less preinformation about disaster, had been effected more traumatic and also, women group had more traumatic effect than men's. However, it was reported that victims might be more awareness against to disasters in case of repeating by themselves.

In this respect, in order to reduce the negative effects are created by natural disasters, it may help to settle in the awareness and the sensitivity of preinformation about natural disasters and provide benefits to support further studies about this subject.

Keywords: Disaster Awareness, Disaster Psychology, Behaviours of Post Disaster, Natural Disaster

TABLOLAR LİSTESİ

<u>Tablo No</u>	<u>Tablonun Adı</u>	<u>Sayfa No</u>
Tablo 1.1.	1980-2007 Yılları Arasında Avrupa’da Görülen Doğal Afetlerin Oluşum Sayılarına Göre Yüzde Dağılımları.....	5
Tablo 1.2.	1980-2007 Yılları Arasında Avrupa’da Görülen Doğal Afetlerin Sebep Olduğu Can Kayıplarının Dağılım Oranları.....	5
Tablo 1.3.	1980-2007 Yılları Arasında Avrupa’da Görülen Doğal Afetlerin Sebep Olduğu Maddi Kayıpların Dağılım Oranları.....	6
Tablo 1.4.	Türkiye’de 2015 Yılında Yaşanmış Heyelan Olayları	7
Tablo 1.5.	Türkiye’de 2015 Yılında Yaşanmış Sel ve Su Baskını Olayları	7
Tablo 1.6.	Trabzon İlinde Yaşanmış Heyelan ve Sel Olayları.....	10
Tablo 2.1.	Robert Plutchik’a Göre Duygu – Davranış Çizelgesi	23
Tablo 2.2.	Afet Sonrası Yaşanan Kayıplar.....	27
Tablo 3.1.	Trabzon İlinde Doğal Afete Maruz Kalmış Konut Bekleyen Kişi Sayısı.....	39
Tablo 4.1.	Katılımcıların Cinsiyete Göre Dağılımı.....	42
Tablo 4.2.	Katılımcıların Yaş Aralıklarına Göre Dağılımı	42
Tablo 4.3.	Doğal Afet Yaşayan ve Yaşamayan Grupların Yaş Aralıklarına Göre Dağılımı	42
Tablo 4.4.	Katılımcıların Eğitim Durumu Dağılımı.....	43
Tablo 4.5.	Doğal Afet Yaşayan ve Yaşamayan Grupların Eğitim Durumları Dağılımı	43
Tablo 4.6.	Katılımcıların Mesleki Durumlarına Göre Dağılımı	44
Tablo 4.7.	Doğal Afet Yaşayan ve Yaşamayan Grupların Mesleki Durumlarına Göre Dağılımı	44
Tablo 4.8.	Katılımcıların İkamet Süresine Göre Dağılımı.....	45
Tablo 4.9.	Doğal Afet Yaşayan ve Yaşamayan Grupların İkamet Sürelerine Göre Dağılımı	45
Tablo 4.10.	Katılımcıların İkamet Yerlerine Göre Dağılımı.....	46

Tablo 4.11. Doğal Afet Yaşayan ve Yaşamayan Grupların İkamet Yerlerine Göre Dağılımı	46
Tablo 4.12. Doğal Afet Yaşayan ve Yaşamayan Grupların Dağılımı.....	47
Tablo 4.13. Katılımcıların Doğal Afet Yaşadıkları Tarihlerin Dağılımı	48
Tablo 4.14. Katılımcıların Yaşadıkları Doğal Afet Sayısı Dağılımı.....	48
Tablo 4.15. Olay Sırasında Yalnız Olma Durumu Dağılımı	49
Tablo 4.16. Doğal Afet Yaşayan Grubun İlk Fiziksel Eylemleri.....	49
Tablo 4.17. Doğal Afet Yaşamayan Grubun İlk Fiziksel Eylemleri.....	50
Tablo 4.18. Doğal Afet Yaşayan Grubun Maddi Kayıplarına Göre Dağılımları.....	50
Tablo 4.19. Doğal Afet Yaşayan Grubun Manevi Kayıplarına Göre Dağılımları.....	50
Tablo 4.20. Doğal Afet Yaşayan Gruba Söylenen Cümlelerin Dağılımı.....	51
Tablo 4.21. Doğal Afet Yaşayan Grupta Ön Bilgi Durumu Dağılımı	52
Tablo 4.22. Doğal Afet Yaşamayan Grupta Ön Bilgi Durumu Dağılımı	52
Tablo 4.23. Doğal Afet Anında Ne Yapacağını Bilme Durumu Dağılımı.....	53
Tablo 4.24. Doğal Afet(ler)in Meydana Getirdiği Psikolojik Etkilerin Normal Olduğunu Düşünme Durumu Dağılımı	54
Tablo 4.25. Yaşanabilecek Afetlere Karşı Bilinçli Olma Durumu Dağılımı	54
Tablo 4.26. Afetlere Karşı Önlem Alıp Plan Hazırlama Durumu Dağılımı	55
Tablo 4.27. Yaşanan Doğal Afetlerden Psikolojik Açıdan Etkilenme Durumu Dağılımı	55
Tablo 4.28. Doğal Afet Yaşayan Grupta İlk Duygu Durumu Dağılımı.....	56
Tablo 4.29. Doğal Afet Yaşayan Grupta Afetin Hatırlandığı Zaman Meydana Getirdiği Duygu Durumu Dağılımı	57
Tablo 4.30. Afet Sırasında İletişime Geçme Durumu Dağılımı	57
Tablo 4.31. Afet Sırasında Başkalarına Yardım Etme Durumu Dağılımı	58
Tablo 4.32. Afet Sırasında İlk Fizyolojik Tepki(ler) Durumu Dağılımı.....	59
Tablo 4.33. Afet Sonrası Psikososyal Destek Alma Durumu Dağılımı.....	59
Tablo 4.34. Afet Sonrası Stres ile Baş Etme Aktiviteleri Durumu Dağılımı.....	60
Tablo 4.35. Afet Sonrası Hala Devam Eden Davranış(lar) Durumu Dağılımı	61
Tablo 4.36. Afet Sırasında İlk Olarak Kendini Düşünme Durumu Dağılımı	61
Tablo 4.37. Afet Sonrasında Ortamdan Uzaklaşma Durumu Dağılımı	62
Tablo 4.38. Afetin Meydana Getirdiği Travmatik Etki Durumu Dağılımı	62

Tablo 4.39. Afet Sonrası Olayı Kabullenebilme ve Ortama Uyum Sağlama Durumu Dağılımı	63
Tablo 4.40. Soru 21 ile Cinsiyet Karşılaştırması	63
Tablo 4.41. Soru 23 ile Cinsiyet İlişkisi.....	64
Tablo 4.42. Soru 6 ile Yaş İlişkisi.....	64
Tablo 4.43. Soru 23 ile Yaş İlişkisi.....	65
Tablo 4.44. Soru 6 ile Soru 23 Arasındaki İlişki	65
Tablo 4.45. Soru 23 ile Eğitim Durumu Arasındaki İlişki	65
Tablo 4.46. Soru 20 ile Soru 23 Arasındaki İlişki	66
Tablo 4.47. Soru 9 ile Soru 17 Arasındaki İlişki	67
Tablo 4.48. Soru 6 ile Soru 25 Arasındaki İlişki	68
Tablo 4.49. Soru 5 ile Soru 23 Arasındaki İlişki	68
Tablo 4.50. Soruların Güvenirlik Tablosu	69

ŞEKİLLER LİSTESİ

<u>Şekil No</u>	<u>Şekil Adı</u>	<u>Sayfa No</u>
Şekil 1.1.	Trabzon Merkez ve İlçelerde 2000-2008 Tarihleri Arasında Yaşanan Heyelan Olayları ve Bu Olaylardan Etkilenen Bina Sayıları	9
Şekil 1.2.	Afet Yönetim Evreleri.....	15
Şekil 2.1.	Afetin Psikolojik Evreleri	21
Şekil 2.2.	Afet(ler)e Karşı Gösterilen Psikolojik Tepkiler.....	25

KISALTMALAR VE SİMGELER LİSTESİ

<u>Kısaltma</u>	Kısaltma Açılımı
AFAD	: Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı
AFEM	: Avrupa Doğal Afetler Eğitim Merkezi
AKUT	: Arama ve Kurtarma Derneği
APHB	: Afetlerde Psikososyal Hizmetler Birliği
DSİ	: Devlet Su İşleri
İMO	: İnşaat Mühendisleri Odası
İSMEP	: Sismik Riskin Azaltılması ve Acil Durum Hazırlık Projesi
İTÜAYM	: İstanbul Teknik Üniversitesi Afet Yönetim Merkezi
JICA	: Japon International Cooperation Agency
TSSB	: Travma Sonrası Stres Bozukluğu
WHO	: Dünya Sağlık Örgütü
YTÜ	: Yıldız Teknik Üniversitesi

GİRİŞ

Doğal afetler tarih boyunca çok sayıda ölüm olaylarına ve kayıplara sebep olmuştur. Doğal afetlerin kısa ve uzun vadede maddi etkilerinin yanı sıra ruhsal etkilerinin de olabileceği göz önüne alınarak birey ve toplum ruh sağlığını düzeltebilecek önlemler alınması afet sonrası kişilerin normal yaşantılarına dönmelerinde etkili ve yardımcı olacaktır. Doğal afetler sonrasında travmatik bir yaşantıyla karşılaşan ya da travmatik yaşantıya şahit olan kişilerin önemli bir kısmı yaşadıkları bu olay karşısında bazı davranışsal, duygusal, bilişsel ve fiziksel tepkiler vermektedir. Bu tepkiler kişiden kişiye değişmekte ve genellikle “normal dışı bir olaya verilen normal tepkiler” olarak isimlendirilmektedir. Fakat zaman zaman bu tepkiler şiddetlerini kaybetmeden uzun süre devam etmekte ve bazı psikolojik bozukluklar oluşturabilmektedir. Afet yönetiminin en önemli basamağı olan afetlere hazırlık basamağı afet bilincinin ve afetler hakkında ön bilgiye sahip olmanın öneminden bahseder. Doğal afetler hakkında ön bilgiye sahip olma veya afet bilinci kavramları afetlere uygulamalı hazırlık yanında ayrıca psikolojik açıdan da hazırlığı kapsar.

Bu araştırmanın temel amacı doğal afetlerin afetzedeler üzerinde meydana getirdiği psikolojik etkileri belirleyerek doğal afet yaşamayan kişiler ile karşılaştırmalı olarak etkilerini belirlemektir. Bu amaç çerçevesinde doğal afet sonrası afetzedelerin psikolojik açıdan etkilenme durumları, göstermiş oldukları fizyolojik ve psikolojik tepkiler, afet sonrası afetzedelerin seçtikleri stresle baş etme yolları, doğal afetlerin travmatik etki bırakıp bırakmadığı ile ilgili afetzedelerin görüşleri ortaya koyulacaktır. Ayrıca afetzedelerin doğal afetlerle ilgili ön bilgi seviyeleri ile afetten psikolojik açıdan etkilenme frekansları karşılaştırılacaktır.

Araştırmada anket uygulaması, Trabzon il ve ilçelerinde elde edilen veriler kullanılarak sonuca ulaşılmaya çalışılmıştır. Anket soruları Evet/Hayır ve çoktan seçmeli seçeneklerden oluşturularak hazırlanmıştır. Uygulanan anket sonuçlarından elde

edilen verilere ilişkin değerlendirmelerin yapılabilmesi amacıyla SPSS 15 istatistik programı kullanılmıştır.

Doğal afetlerin afetzedeler üzerindeki psikolojik etkilerinin ölçüldüğü bu çalışmanın birinci bölümünde; afet tanımı, afet çeşitleri, doğal afetler, Dünyada, Türkiye’de ve Trabzon ilinde yaşanan doğal afetler, afet yönetimi ve afet bilinci konularına yer verilmiştir.

İkinci bölümünde; afetin psikolojik evreleri, afet sonrası gözlenen psikolojik tepkiler, travma, afet sonrası risk altındaki gruplar ve afet sonrası psikososyal destek konularına değinilmiştir.

Üçüncü bölümde çalışmanın yöntemine yer verilmiştir.

Dördüncü bölümde ise; yapılan analiz sonuçlarına, elde edilen bulguların değerlendirilmesine, bu alanda yapılmış olan diğer çalışmaların yer aldığı tartışma kısmına ve son olarak da sonuç ve öneriler kısmına yer verilmiştir.

BİRİNCİ BÖLÜM

1. AFET VE AFET BİLİNCİ KAVRAMLARINA GENEL BAKIŞ

1.1. Afet Tanımı, Çeşitleri ve Doğal Afetler

Yazılı kaynaklarda afet kavramının farklı tanımlamaları bulunmaktadır. En yaygın şekilde afet; herhangi bir tehlikenin can, mal, ekonomi, çevre ve kültürel varlıklar üzerinde kayıplara neden olan, toplumun olağan yaşantısını bozan ve oluşturduğu olumsuz etkiler ile baş etmeye yerel imkanların yeterli olmadığı, dış yardıma gereksinim duyulduğu olaylar şeklinde tanımlanmaktadır¹.

Başka bir deyişle, fiziksel, ekonomik ve sosyal kayıplara sebep olan, normal yaşamı ve insan faaliyetlerini durduran veya kesintiye uğratan, toplumlara olumsuz etkileyen ve yerel imkânlar ile baş edilemeyecek boyutlarda meydana gelen **doğal**, **teknolojik** veya **insan kökenli** tüm olaylara **afet** denir².

Yapılan çeşitli afet tanımlarında ortak olan kısımlar aşağıdaki özetlenmiştir³.

- Afetler, meydana geldikleri toplumda kısa veya uzun vade de normal işleyişi bozabilmektedir.
- Afetler, meydana geldikleri toplumda bireylerde psikolojik, sosyal, fiziksel ve ekonomik sorunlara sebep olabilmektedir.
- Afetler, toplumun belirli bir süre dış yardımlara bağımlı halde kalabilmesine neden olabilmektedir.

¹ Oktay Ergünay, “**Afet Sempozyumu Türkiye’nin Afet Profili**”, TMMOB Afet Sempozyumu Bildiriler Kitabı, Ankara, Mattek Matbaacılık, 2007, s. 1. , T.C. İstanbul Valiliği İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü (AFAD); **Afetlerde Psikolojik İlk Yardım**, Sismik Riskin Azaltılması ve Acil Durum Hazırlık Projesi (İSMEP), İstanbul, 2009, s. 8.

² Mikdat Kadioğlu ve Emin Özdamar, “**Modern, Bütünleşik Afet Yönetiminin Temel İlkeleri: Afet Zararlarını Azaltmanın Temel İlkeleri**”, 1.Baskı, Ankara, Japon International Cooperation Agency (JICA) Türkiye Ofisi Yayınları, 2008, s. 3.

³ Zuhâl Yonca Hançer, “**Sürdürülebilir Afet Yönetimi ve Kadın**”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, T.C. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı, 2009, s. 11.

Afetler meydana geldikleri toplumlarda bazı sorunlara yol açmakta ve toplumun çoğu kesimini etkilemektedir. Afetin yarattığı etkileri bireyden ekonomik ve siyasal yapıya kadar incelemek mümkündür. Afet yaşayan kişilerin yaşam alanlarının zarar görmesi, sahip oldukları sosyal düzenin bozulması, belirsizlik içine düşmeleri, kendilerini güçsüz hissetmeye başlamaları afetin etkileri arasındadır⁴.

Uluslararası sınıflandırmalarda afetler doğal ve teknolojik afetler olmak üzere iki ayrı grup altında değerlendirilir. Doğal afetler de kendi içinde meteorolojik afetler ve jeolojik afetler olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Doğal afetlere çığ, heyelan, sel gibi afetler örnek verilebilir. Teknolojik afetler ise endüstriyel kazalar, ulaşım kazaları ve çeşitli kazalar olmak üzere üç grupta ele alınmaktadır⁵.

Dünyadaki doğa olaylarının insanların yaşamını önemli ölçüde etkilemesi doğal afet olarak adlandırılmaktadır. Başka bir deyişle, doğal afetler, toplumun sosyo-ekonomik ve sosyo-kültürel faaliyetlerini önemli derecede aksatan, can ve mal kayıplarına sebep olan doğa olaylarıdır⁶.

1.2. Dünyada Doğal Afetler

İnsanlar var oluşlarından beri doğal afetler ile iç içe yaşamaktadır. Doğal afetlerin sebep olduğu can ve mal kayıplarından ötürü insanlar afetler ile ilgili yeterli bilgi edinebilmek ve afetlerin sebeplerinin neler olduğunu öğrenebilmek için çalışmalarda bulunmuşlardır⁷. Asırlardır yaşanan doğal afetler sonucunda şehirler yıkılmış, çok sayıda insan hayatını kaybetmiş ve medeniyetlerin bir kısmı bu sebepten yok olmuştur⁸. Dünyada 1991 ve 2000 yılları arasında gerçekleşen doğal afetlerde yaşamını yitiren insanların ölüm nedenlerinin %90'ı kuvvetli meteorolojik ve hidrolojik

⁴ Hançer, a.g.e., s. 12.

⁵ Sevgül Limoncu ve Cengiz Bayülgen, "Türkiye'de Afet Sonrası Yaşanan Barınma Sorunları", **Yıldız Teknik Üniversitesi Mimarlık Fakültesi Dergisi**, 1 (1), 2005, s. 19., Oktay Gökçe ve diğerleri, "Türkiye'de Afetlerin Mekânsal ve İstatistiksel Dağılımı Afet Bilgileri Envanteri", T.C. Bayındırlık ve İskan Bakanlığı, Afet İşleri Genel Müdürlüğü, Afet Etüt ve Hasar Tespit Daire Başkanlığı, Ankara, 2008, s. 5.

⁶ Kadioğlu ve Özdamar, **Modern, Bütünleşik Afet Yönetiminin Temel İlkeleri**, s. 7.

⁷ Serkan Eminoglu ve diğerleri, "**Meteorolojik Karakterli Doğal Afetlerin Tahmininde Meteoroloji Radarlarının Kullanılması**", TMMOB Afet Sempozyumu Bildiriler Kitabı, Ankara, Mattek Matbaacılık, s. 143.

⁸ Recai Akyel, T.C. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı, "Afet Yönetim Sistemi: Türk Afet Yönetiminde Karşılaşılan Sorunların Tespit ve Çözümüne İlişkin Bir Araştırma", Doktora Tezi, Adana, 2007, s. 24.

olaylardan oluşmaktadır. Benzer şekilde Avrupa’da 1980 ve 2007 yılları arasında gerçekleşen doğal afetlerin %90’ını hidrometeorolojik afetler oluşturmaktadır. 1980 ve 2007 yılları arasında Avrupa’da görülen doğal afetlerin oluşum sayıları, neden olduğu can kayıpları ve neden olduğu maddi kayıpların dağılımı aşağıdaki tabloda gösterilmektedir⁹.

Tablo 1.1. 1980-2007 Yılları Arasında Avrupa’da Görülen Doğal Afetlerin Oluşum Sayılarına Göre Yüzde Dağılımları

Doğal Afetler	Oluşum Sayılarına Göre Yüzde Dağılımları (%)
Sel	32,8
Fırtına	27
Aşırı sıcaklar	11,2
Deprem	9,9
Orman yangını	7,1
Toprak kayması	4,4
Salgın	3,9
Kuraklık	3,2
Volkan	0,4
Böcek istilası	0,2
Toplam	100

Kaynak: Kadioğlu, Türkiye’de İklim Değişikliği Risk Yönetimi, s. 9.

Tablo 1.2. 1980-2007 Yılları Arasında Avrupa’da Görülen Doğal Afetlerin Sebep Olduğu Can Kayıplarının Dağılım Oranları

Doğal Afet Türleri	Oran(%)
Aşırı sıcaklar	57,3
Deprem	37,3
Sel	2,1
Fırtına	1,6
Toprak kayması	1,4
Orman yangını	0,3

Kaynak: Kadioğlu, Türkiye’de İklim Değişikliği Risk Yönetimi, s. 10.

⁹ Mikdat Kadioğlu, “Türkiye’de İklim Değişikliği Risk Yönetimi”, Türkiye’nin Birleşmiş Milletler İklim Değişikliği Çerçeve Sözleşmesi’ne İlişkin Ulusal Bildirimi Hazırlık Faaliyetlerini Destekleme Projesi, T.C. Çevre ve Şehircilik Bakanlığı, Aralık, Ankara, 2012, s. 9.

Tablo 1.3. 1980-2007 Yılları Arasında Avrupa’da Görülen Doğal Afetlerin Sebep Olduğu Maddi Kayıpların Dağılım Oranları

Doğal Afet Türleri	Oran(%)
Sel	31
Deprem	27
Fırtına	25
Kuraklık	7
Aşırı sıcaklar	6
Orman yangını	3
Toprak kayması	1

Kaynak: Kadioğlu, Türkiye’de İklim Değişikliği Risk Yönetimi, s. 10.

1.3. Türkiye’de Doğal Afetler

Ülkemiz, jeolojik, jeomorfolojik yapısı ve iklimsel özellikleri sebebi ile farklı zamanlar da büyük oranda can ve mal kaybına yol açan doğal afetlerle karşılaşmaktadır. Depremler, heyelanlar, sel ve su taşkınları, kaya düşmesi, çığ, kuraklık başlıca doğal afetlerdendir¹⁰. Türkiye’nin son 50 yıllık afet profiline bakıldığında yaşanan doğal afetlerin başta depremler olmak üzere, heyelan, sel, çığ ve kaya düşmesi olaylarının olduğu görülmektedir¹¹.

Türkiye’de doğal afetler ile ilgili veriler depremlerin en fazla zarar bırakan doğal afetler olduğunu göstermektedir. Ülkemizde en fazla ekonomik kayba sebep olan afetlerde ilk olarak deprem sonra ise sel ve su baskınları gelmektedir¹².

Türkiye yüz ölçümünün %80’i büyük kütle hareketlerini kolaylaştıran eğimli ve sapa arazilerden oluşmaktadır¹³. Bu nedenle Türkiye’de diğer doğal afetlerin yanı sıra hemen hemen her yıl ülkenin pek çok bölgesinde heyelan olayı görülmekte ve bu durum ciddi oranlarda can ve mal kayıplarına sebep olmaktadır¹⁴.

¹⁰ Mümin Filiz ve Hatice Avcı, “Trabzon İlinde Meydana Gelen Heyelanlar ve Heyelanların Bölgeye Etkileri”, **SDU International Technologic Science**, 5 (3), December 2013, s. 31. , Limoncu ve Bayülgen, a.g.e., s. 19.

¹¹ Gökçe ve diğerleri, a.g.e., s. 1., Ergünay, “Afet Sempozyumu Türkiye’nin Afet Profili”, s. 2.

¹² Selma Yaşar ve diğerleri, ZKÜ Bartın Orman Fakültesi Dergisi, **Sel ve Taşkınların İnsan Hayatı Üzerindeki Etkileri**, 2006, cilt:8, sayı:9, s. 45.

¹³ Kemal Öztürk, “Heyelanlar ve Türkiye’ye Etkileri”, **Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 22 (2), 2002, s. 41.

¹⁴ Temel Bayrak ve Mustafa Ulukavak, “Trabzon Heyelanları”, **Harita Teknolojileri Elektronik Dergisi** 1 (2), 2009, s. 21.

Ülkemizde heyelan olaylarının en fazla görüldüğü bölge Karadeniz Bölgesidir. Heyelana etki eden nedenlerin başında bölgenin iklimsel yapısı, yağış miktarı, arazinin topografik yapısı gelmektedir. Bir diğer afet olan kaya düşmesi olayı İç Anadolu Bölgesinin belli kısımlarında ve Doğu Anadolu bölgesinde daha çok görülmektedir. Çığ olayları ise kar yağışlarının yoğun bir şekilde görüldüğü Doğu ve Güneydoğu Anadolu bölgelerinde ve Karadeniz bölgesinin dağlık ve iç kesimlerinde görülmektedir. Bu doğal afetlerin hepsi yerleşme yerlerini etkilemekte can ve mal kayıplarına sebep olmaktadır¹⁵.

Tablo 1.4. Türkiye’de 2015 Yılında Yaşanmış Heyelan Olayları

Tarih	Olayın Yeri	Hasar
1 Ocak 2015	Zonguldak	Can kaybı yok
2 Ocak 2015	Ordu (Gülyalı)	Can kaybı yok
2 Ocak 2015	İstanbul (Eyüp)	Can kaybı yok
3 Ocak 2015	Manisa (Bayındır)	Can kaybı yok
4 Ocak 2015	Zonguldak	Can kaybı yok
7 Ocak 2015	Tarsus Çamlıyayla Saybaşı	Can kaybı yok
7 Ocak 2015	Hatay, Arsuz	Can kaybı yok
13 Ocak 2015	Zonguldak’ta	Can kaybı yok
3 Ocak 2015	Denizli Muğla karayolunda	Can kaybı yok
13 Ocak 2015	Bursa Gemlik	Can kaybı yok
15 Ocak 2015	Karabük	Can kaybı yok
15 Ocak 2015	Antalya	Can kaybı yok
3 Şubat 2015	Marmaris	Can kaybı yok

Kaynak: Şükrü Ersoy, “2015’in İlk Çeyreğinde Doğa Afetlerine Küresel Bir Bakış”, YTÜ Doğa Bilimleri Araştırma Merkezi Rapor Özeti, s. 13.

Tablo 1.5. Türkiye’de 2015 Yılında Yaşanmış Sel ve Su Baskını Olayları

Tarih	Olayın Yeri	Hasar
14 Ocak 2015	Muğla Eşen Çay, Denizli, Antalya Kaş	Can kaybı yok
2 Şubat 2015	Edirne	Can kaybı yok
29 Mart 2015	Isparta	Bir kişi hayatını kaybetti
29 Mart 2015	Afyonkarahisar Dinar	Can kaybı yok
29 Mart 2015	Burdur Samsat	Can kaybı yok
29 Mart 2015	Antalya Elmalı	Can kaybı yok
29 Mart 2015	Konya Ereğli	Can kaybı yok
29 Mart 2015	Denizli Çameli	Can kaybı yok

Kaynak: Ersoy, a.g.e., s. 5.

¹⁵ Ergünay, “Afet Sempozyumu Türkiye’nin Afet Profili”, s. 8-10.

1.4. Trabzon İlinde Doğal Afetler

Trabzon’unda içerisinde yer aldığı Doğu Karadeniz Bölgesi’nde seller ve heyelanlar ilk sırada görülen doğal afet olaylarını oluşturmaktadır¹⁶.

Doğu Karadeniz Bölgesi’nde jeolojik, topografik yapı ve iklim özellikleri sebebiyle yaşanan afet olayları neticesinde yüzlerce kişi yaşamını yitirmekte ve çok sayıda kişi yaralanmaktadır. Bunun yanı sıra konutlar, yollar ve önemli oranda tarım arazisi zarar görmektedir¹⁷.

Trabzon 4.664 km² yüzölçümüne sahip kuzeyinde Karadeniz batısında Giresun güneyinde Gümüşhane ve Bayburt, doğusunda ise Rize ilinin bulunduğu, on yedi ilçesi olan engebeli arazi yapısına sahip bir ildir¹⁸. Trabzon ili doğal afetler içerisinde en az risk taşıyan 4. derecede tehlikeli deprem bölgesindedir. Bölgede eski dönemlerde hasar bırakan bir deprem olayı kaydı bulunmamaktadır. Trabzon Türkiye’nin en fazla yağış alan Doğu Karadeniz Bölgesinde yer almaktadır. Bunun etkisi ile heyelan olaylarının en yoğun yaşandığı iller arasında en baş sıradadır¹⁹.

Trabzon’da meydana gelen heyelanlar onlarca insanı etkilemekte ve önemli miktarda can kaybına ve yaralanmalara sebep olmaktadır. Aynı zamanda yaşanan bu afetler sonucunda bölge ekonomisini etkileyecek derecede maddi kayıplar yaşanmaktadır. Yaşanan maddi kayıplar sonucunda sosyal hayat olumsuz etkilenmekte ve buna bağlı olarak da psikolojik sorunlar ortaya çıkabilmektedir. Son yıllarda Trabzon’da meydana gelen heyelanlar sonucunda birçok kişi yaşadıkları yerlerden ayrılmak durumunda kalmıştır. Yaşanan bu göç olayları, insanları hem maddi hem de manevi olarak zor durumda bırakmıştır²⁰.

¹⁶ Lütfi Altınkaynak, “**Son 80 Yılda Trabzon ve Çevresinde (Dere Yatakları Boyunca) Meydana Gelen Sel ve Heyelan Olaylarına Genel Bir Bakış**”, Çevre ve Orman Bakanlığı Devlet Su İşleri Genel Müdürlüğü, 5. Dünya Su Forumu, Türkiye Bölgesel Hazırlık Toplantıları Taşkın, Heyelan ve Dere Yataklarının Korunması Konferansı Bildiri Kitabı, 2008, Trabzon, s. 131.

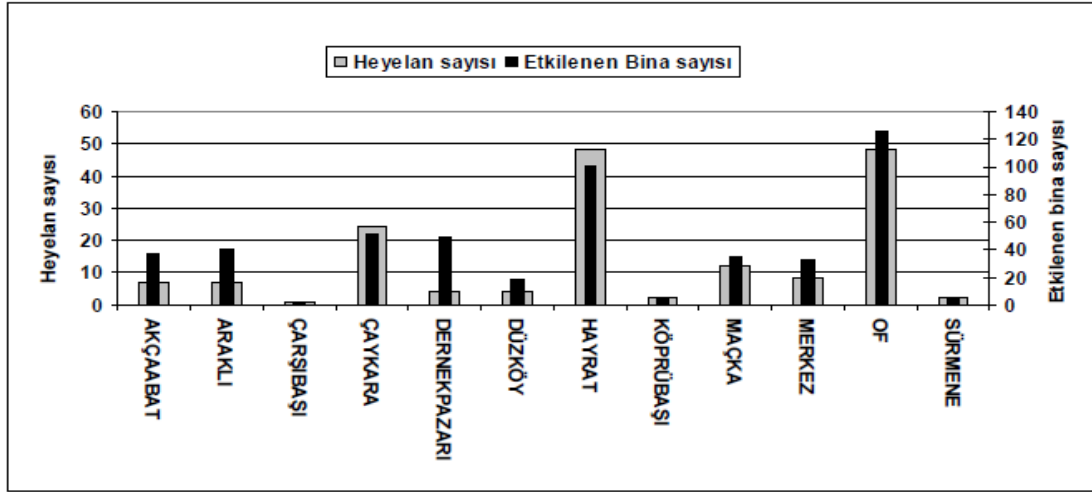
¹⁷ Uğur Serencam, “**Bölgemizdeki Afetler ve Afet yönetimi**”, T.C. Trabzon Valiliği İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü, 2010, s. 4.

¹⁸ Bayrak ve Ulukavak, a.g.e., s. 22.

¹⁹ Emre Akçalı ve Hasan Arman, “**Yağış Eşiği Bazlı Heyelan Erken Uyarı Sistem Önerisi: Trabzon ili Örneği**”, **İMO Teknik Dergi**, 2013, 396 (6307-6332), s. 6308., Ergünay, “**Afet Sempozyumu Türkiye’nin Afet Profili**”, s. 8-10.

²⁰ Bayrak ve Ulukavak, a.g.e., s. 24., Filiz ve Avcı, a.g.e., s. 36.

Şekil 1.1. Trabzon Merkez ve İlçelerde 2000-2008 Tarihleri Arasında Yaşanan Heyelan Olayları ve Bu Olaylardan Etkilenen Bina Sayıları



Kaynak : Bayrak ve Ulukavak, a.g.e., s. 11.

İl genelinde Kaya düşmesi olayı da görülmektedir. Kaya düşmesinin en fazla görüldüğü yerler arasında Araklı, Tonya, Çaykara ve Yomra ilçeleri yer almaktadır²¹. Sel ve su baskınlarının meydana gelmesinde birçok etken bulunmaktadır. Sel ve su baskını olaylarında en etkili faktör aşırı yağışın meydana gelmesidir. Trabzon sel ve su baskını olaylarının sıklıkla görüldüğü iller arasında yer almaktadır. Sel ve su baskını, Karadeniz'e dökülen derelerin oluşturduğu vadiler üzerinde bulunan yerleşim yerlerinde gözlenmektedir²².

Trabzon için en fazla risk faktörü oluşturan doğal afetler heyelan ve seldir. İki afet çeşidinde de ortak olan en önemli kısım yağış faktörüdür. Trabzon'da zaman zaman meydana gelen şiddetli yağışlar bu afetlerin ana sebepleri arasındadır²³.

²¹ Serencam, a.g.e. s. 37.

²² Ergünay, "Afet Sempozyumu Türkiye'nin Afet Profili", s. 8.

²³ Bayrak ve Ulukavak, a.g.e., s. 22.

Tablo 1.6. Trabzon İlinde Yaşanmış Heyelan ve Sel Olayları

Yıl	Yer	Afet türü	Ölü sayısı
1927	Trabzon (Sürmene)	Heyelan	3 kişi
1929	Trabzon (Sürmene- Of)	Heyelan	146 kişi
1929	Sürmene (Orman seven)	Heyelan	3 kişi
1958	Trabzon (Yomra- kıratlı)	Sel	1 kişi
1968-1969	Trabzon (Sürmene- yeni ay)	Sel	1 kişi
1983	Merkez Esentepe	Heyelan	4 kişi
1987	Trabzon Yomra kıratlı	Heyelan	3 kişi
1988	Trabzon (Çatak)	Heyelan	64 kişi
1990	Trabzon (Akçaabat, Vakfikebir)	Sel	53 kişi (14'ü kayıp)
1998	Trabzon (Beş köy)	Sel	47 kişi
2004	Trabzon (Sürmene)	Sel ve heyelan	1 kişi
2005	Trabzon (Çaykara, Of)	Sel ve heyelan	9 kişi (1'i kayıp)
2005	Trabzon (Hayrat)	Sel ve heyelan	1 kişi
2007	Trabzon (Vakfikebir/Dere gözü)	Lokal heyelan	2 kişi

Kaynak : Altınkaynak, a.g.e., s. 133.

Can kayıplarının yanı sıra ciddi miktarda maddi kayıp oluşturan taşkınlar ve heyelanlar Trabzon bölgesinin afet yönünden ne kadar kritik bir konumda olduğunu göstermektedir. Tablo 1.6.'da görüldüğü üzere son yıllarda sel ve heyelan olaylarına bağlı afet olaylarında artış olduğu görülmektedir²⁴.

1.5. Afet Yönetimi Kavramı

Toplumu ve ekonomiyi olumsuz olarak etkileyen afet olayları sonucunda oluşan zararları azaltmak ve toplumun refah seviyesini yükseltmek amacı doğrultusunda afet yönetimi kavramı ortaya çıkmıştır. Afet yönetimi kavramı her toplum için afet öncesi, sırası ve sonrasında, eylem, duygu ve düşünce gibi konular bireylerin ve toplumun afet kültürünü oluşturmaktadır²⁵.

²⁴ Altınkaynak, a.g.e., s. 133.

²⁵ Emsal İbiş ve Bedrettin Kesgin, "Türkiye'de Sosyal Hizmet ve Medikal Kurtarma Açısından Yalova, Van ve Simav Depremlerinin İncelenmesi", *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 41. sayı, 2014, s. 226.

Günümüzde doğal, teknolojik ve insan kaynaklı afetler sonucunda meydana gelebilecek zararların, insan hayatında ve çevresinde çok büyük etkileri bulunmaktadır. Bu durumda ortaya “Afet Yönetimi” kavramı çıkmaktadır. Afet yönetimi, afet sonucunda oluşabilecek olayların önlenmesi ya da zararların azaltılması için afet öncesinde, anında ve sonrasında gereken çalışmaların yapılması, afetlerin olası zararlarının azaltılması ile birlikte afetlerden sonra müdahale ve iyileştirme gibi çalışmalar için gereken tüm planların yapılarak planlar doğrultusunda yönlendirme, koordinasyonun sağlanması ve gerekli mevzuatlara uygun şekilde ortak amaçlar doğrultusunda yönetilmesi işlemidir²⁶.

Başka bir deyişle, afet yönetimi afetlerin önlenmesi ve olası zararlarının azaltılabilmesi için, afete yol açabilecek tehlike ve risklerin iyi bilinmesini ve bu tehlike ve riskleri olaylar meydana gelmeden önce önleyecek veya zararlarını en düşük düzeyde tutacak önlemlerin en akılcı yol ve yöntemlerle alınmasını gerektiren bir mücadeledir²⁷.

Ülkemizde yerleşim birimlerimizin birçoğu hala olası afet beklentisi ve riski içindedir. Bu yüzden günümüze kadar yapılan doğal afetlerin önlenmesi ve zararlarının azaltılması konusundaki yasal çalışmaları ve yapılan uygulamaları, önemli politika değişiklikleri göstermeleri nedeniyle afet mevzuatının tarihsel gelişimini dört döneme ayırarak incelemekte fayda vardır. Bu dönemler;

I. Dönem (Yalnızca Olay Sonrası Müdahale Dönemi); 1944 yılı öncesi

Bu dönemdeki afet olaylarına devletin bakış açısı, afetler olduktan sonraki sürece odaklanmıştır. Afet öncesi herhangi bir risk azaltma çalışması bulunmamaktadır. Süreç olaydan sonra müdahale etme, etkilenen insanlara yardım etme biçiminde gerçekleşmiştir. Etkilenen insanların acil barınma, yiyecek, giyecek, tıbbi ilk yardım, geçici ve daimi barınma sorunlarına eldeki olanaklar ile çözüm bulmaya çalışmışlardır. Bu dönemde yapılan acil yardımlar, 1868 yılında kurulan Türkiye Kızılay Derneği ve halkın gönüllü olarak yardımlarda bulunması ile gerçekleştirilmiştir²⁸.

²⁶ Kadioğlu ve Özdamar, **Modern, Bütünleşik Afet Yönetiminin Temel İlkeleri**, s. 10.

²⁷ Oktay Ergünay, “**Afet Yönetiminde Kurumsal Yapılanma ve Mevzuat Nedir? Nasıl Olmalıdır?**”, İstanbul Depremini Beklerken Sorunlar ve Çözümler Bildiriler Kitabı, İstanbul, 2008, s. 3.

²⁸ Japonya Uluslararası İşbirliği Ajansı (JICA), **Türkiye’de Doğal Afetler Konulu Ülke Strateji Raporu**, 2004, s. 42., Levent Uzunçubuk, “Yerleşim Yerlerinde Afet ve Risk Yönetimi”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, T.C. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2005, s. 207.

II. Dönem (Kısmen Zarar Azaltıcı Önlemler); 1944 - 1958 yılları arası

26.12.1939 tarihli büyük Erzincan depremi ve yedi ay gibi kısa süreler ile meydana gelen Niksar-Erbaa, Bolu-Gerede, Tosya-Ladik ve Adapazarı-Hendek depremlerinde; 43,319 kişi yaşamını yitirmiş, 75.000 kişi yaralanmış ve yaklaşık 200.000 yapı yıkılmış ya da kullanılamaz hale gelmiştir. 18.07.1944 tarihinde çıkarılan 4623 sayılı “Yer Sarsıntılarında Evvel ve Sonra Alınacak Tedbirler Hakkında Kanun” ile Türkiye’de gerçek manada doğal afet zararlarının azaltılmasına yönelik çalışmalar başlamıştır²⁹.

III. Dönem (Afet Yönetimi, Yerleşme ve Yapılardan Sorumlu Bakanlık); 1958 - 1999 yılları arası

Bu tarihler arasında birçok çalışma yapılmıştır. Bu dönemdeki en önemli gelişme 15.05.1959 tarihinde, çeşitli değişikliklerle bugün hala daha yürürlükte olan, 7269 sayılı “Umumi Hayata Müessir Afetler Dolayısıyla Alınacak Tedbirlerle Yapılacak Yardımlara Dair Kanun’un ya da başka bir deyişle Afet Kanunu’nun çıkarılması olmuştur. Bu kanun kapsamında deprem, sel, erozyon, toprak kayması, çığ vb. afetler sonrasında kamunun müdahale etkisini sağlayarak kurtarma faaliyetlerindeki etkinliklerini arttırmak amaçlanmıştır. Bu kanun doğal afetler sonucu meydana gelen zararların azaltılması amacıyla çıkarılmış ve tüm kanunları tek bir kanun etrafında toplamıştır. Bu kanunun en önemli özelliği afet zararlarının azaltılabilmesi için afet öncesi, sırası ve sonrasında yapılması gerekli çalışmaları düzenlemektir. Ayrıca bu kanun genel bütçenin dışında “Afetler Fonu” oluşturulmasını öngörmüştür³⁰.

IV. Dönem (Uyanış Dönemi); 1999 yılı sonrası

1999 yılında yaşanan Marmara depremi ile bu dönem ciddi bir uygulama ve hukuki çalışmaların yoğunlukta olduğu bir dönem olmuştur. Depremden etkilenen kişilerin problemlerine çözüm bulunması, depremin yarattığı olumsuz sonuçlarının azaltılması veya giderilmesi ve güvenli bölgelerde hayata bir an önce devam edilebilmesi amacıyla çok sayıda mevzuat düzenlemesi yapılmıştır³¹.

²⁹ JICA, a.g.e., s. 44., Uzunçubuk, a.g.e., s. 213.

³⁰ JICA, a.g.e., s. 46., Uzunçubuk, a.g.e., s. 222.

³¹ JICA, a.g.e., s. 54., Uzunçubuk, a.g.e., s. 228.

1.5.1. Afet Yönetimi Evreleri

Afet Yönetimi dört evreden oluşmaktadır. Bunlar; zarar azaltma, hazırlıklı olma, müdahale ve iyileştirme evreleridir³².

Zarar Azaltma: Bu evre uzun dönemde tehlikeli durumları belirlemek ve bunlardan meydana gelebilecek etkilerin nedeni ile oluşabilecek can ve mal kaybı gibi zararları azaltmayı ya da ortadan kaldırmayı hedefleyen önlemlerin alındığı evredir. Bu kapsamdaki çalışmalar sel vb. doğal afetler ile ilgili verilerin toplanması ve hangi bölgelerin yerleşme için uygun olup olmadığının belirlenmesi, imar yönetmelikler oluşturmak, afet sonrası geçici barınma birimlerinin konumlandırılmasını planlamak ve tehlikeli alanlar için risk analiz ölçümleri yapmaktır³³. Bu süreç içinde yer alan eylemler afet öncesi, sırası ve sonrasında yer alabilmektedir. Bu eylemler fiziksel ve yapısal nitelikte olabileceği gibi yapısal olmayan özellikte de olabilmektedir³⁴.

Hazırlıklı olma: Bu evre acil durumlarda yetki ve sorumlulukların belirlenmesi ve kaynakların düzenlenmesini içermektedir. Acil durumlara karşı önceden görevlerin belirlendiği, kaynakların tanımlanmalarının yapıldığı, ekipman ve donanımların hazırlandığı ve bakımının yapıldığı eylemleri içermektedir. Ayrıca bu evrede acil durum planları yapılmalı, tehdit oluşturan unsurlar ile ilgili eğitimler verilmeli ve iletişim sistemleri geliştirilmelidir. Hazırlıklı olma sadece bir defaya mahsus olarak düşünülmemelidir. Tehlike ve risklerin olumsuz etkilerini mümkünse önlemek, mümkün değil ise etkilerini azaltmak ve afet meydana geldiğinde zamanında hızlı ve etkili bir müdahaleyi başarabilmek için önceden planlanan ve yapılması gereken tüm faaliyetleri içermektedir. Bu aşamada etkili bir yardımda bulunmak için, araç-gereç ve kaynakların uyumlu ve organize şekilde kullanılmasını sağlayacak tedbirler yer almaktadır³⁵.

³² Kadioğlu ve Özdamar, **Modern, Bütünleşik Afet Yönetimin Temel İlkeleri**, s. 12.

³³ Nezih Altay ve Walter.G. Green, “**OR/MS Research in Disaster Operations Management**” European Journal of Operational Research, 2006, 475-493, s. 481., İstanbul Teknik Üniversitesi Afet Yönetim Merkezi (İTÜAYM), Acil Durum Yönetim İlkeleri, İTÜ Press, 2005, s. 13.

³⁴ Hançer, a.g.e., s. 13.

³⁵ Kerim Hakan Altıntaş, “**Afetler ve Afet Tıbbı**”, Çağatay Güler ve Levent Akın(Ed.), Halk Sağlığı, 2.cilt (1106-1131), Ankara, Hacettepe Üniversitesi Yayınları, 2012, s. 1109.

Müdahale: Afet sonrasında can ve mal kurtarma çabaları yanı sıra afetin yaşandığı alan içindeki idari birimin yaşanan bu olağandışı durumun normale dönmesi için gerekli çalışmaların başlaması gerekmektedir. Bu evrede tehdit altında olan topluluklar bölgeden tahliye edilmeli, halk sürekli bilgilendirilmeli, acil tıbbi yardım sağlanmalı ve hasar tespiti yapılarak sonraki aşamada tehdit unsuru olacak olayların önüne geçilmelidir³⁶. Müdahale evresi bir afetin meydana gelişinden hemen sonra başlayarak ve afetin büyüklüğüne bağlı olarak ortalama 1-3 aylık bir süre içerisinde sürdürülen etkinlikleri ifade etmektedir. Afet sonrası ortaya çıkan ihtiyaçların değerlendirilerek insanların acılarının azaltılması ve afet etkilerinin yayılmasının sınırlandırılmasından oluşmaktadır. Bu aşama iyileştirme evresine kadar devam etmektedir³⁷.

İyileştirme: Bu evre afet sonrasında halkın sosyal ve ekonomik hayatının normale dönmelerini sağlamak için harcanan çabaların tümünü kapsamaktadır. Fakat bu evrede zarar azaltmayı bir amaç olarak göz önüne almak gerekir. Kısa zamanda temel insan ihtiyaçları (yiyecek, kıyafet ve barınma) ve sosyal ihtiyaçlar karşılanırken (psikolojik ve yasal olarak) bunlarla eş zamanlı olarak gerekli alt yapı sistemlerinin kurulduğu evredir. Bu dönem denge sağlandıktan sonra uzun vadede zarar azaltma ihtiyaçları göz önüne alınarak ekonomik durumun düzelmesi, kurum ve kişilere finansal destek sağlanması ve konutların yeniden yapımı gibi uzun süreli çalışmaları içermektedir³⁸.

Afet yönetiminin temelini oluşturan bu dört evre, birbiriyle bağlantılı ve birbirini takip etme zorunluluğu olan bir önceki evrede yapılanların bir sonraki evrede yapılacak olanları büyük ölçüde etkilediği, süreklilik göstermesi gereken tüm etkinlikler afetin birer halkası olarak düşünülebilir³⁹.

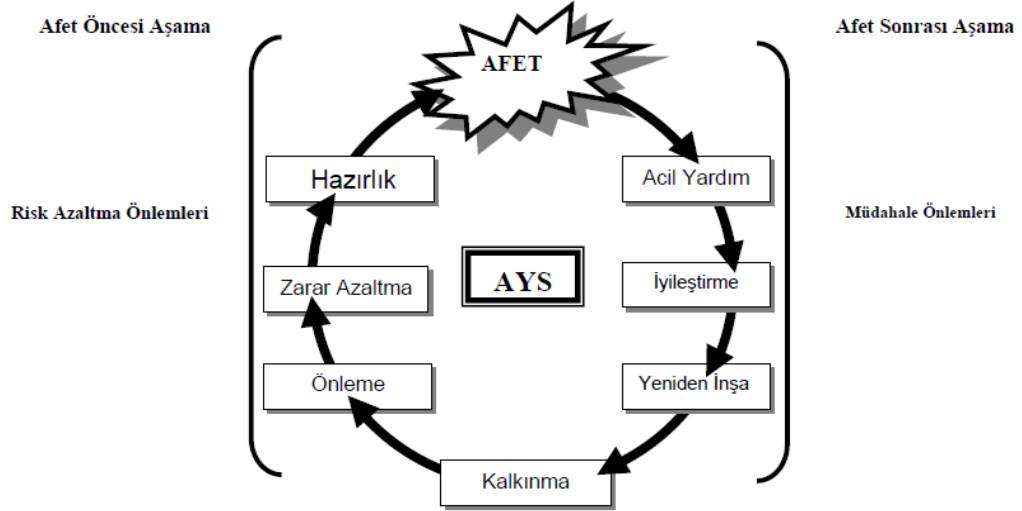
³⁶ Altay, a.g.e., s. 481., İTÜAYM, a.g.e., s.14.

³⁷ Güler ve Akın, a.g.e., s. 1110.

³⁸ Altay, a.g.e., s. 481., İTÜAYM, a.g.e., s. 14.

³⁹ Bülent Özmen ve diğerleri, "Afet Yönetimi ve Afet İşleri Genel Müdürlüğü", Deprem Sempozyumu, Kocaeli, 2005, s. 2.

Şekil 1.2. Afet Yönetim Evreleri



Kaynak : Özmen ve diğerleri, a.g.e., s. 2.

1.6. Afet Bilinci

Kişilerin ön bilgi düzeyleri afet sırası ve sonrasında afetin bırakacağı etkinin düzeyini belirlemektedir. Afet bilinci olan eğitilmiş kişiler afet türüne göre ne yapabileceklerine hakim durumda olacaktır. Afet bilinci eğitim ile ve zaman içerisinde kazanılmaktadır. Bireylere ve oluşturdukları topluluklara afet bilincini kazandırmak için en iyi yol kişilere alan ile ilgili bilgi verilmesidir. Fakat bilginin verilmiş olması kişilerin afet bilincini kazanmış olduklarını göstermemektedir. Bu bilgilerin özümsemekle bir davranış biçimine dönüştürülmesi zaman içerisinde gerçekleşmektedir. Afet bilincini geliştirebilen ve afet bilinci kültürünü oluşturabilen toplumların afetlerle başa çıkabilme kapasiteleri daha yüksek olmaktadır. Afet bilinci konusunda eğitilmiş bireyler olmayınca doğal ya da insan kökenli afetler ile mücadele etmek ve var olan fiziki kapasiteyi etkili bir şekilde kullanmak mümkün olmayacaktır⁴⁰.

Afet sonucu ortaya çıkan zararın şiddeti afete maruz kalmış ülkedeki insanların afet konusundaki eğitimlerini ve hazır bulunuşluk düzeylerini önemli derecede yansıtmaktadır. Otoritenin ve ilgili kurumların çalışmaları ile afet zararları tamamen ortadan kaldırılamamaktadır. Afetlerin üstesinden gelebilmek ve afet sonrası süreçte

⁴⁰ H. Hüseyin Güler, "Afet Bilinci ve Afet Yönetimi Eğitimi", TMOOB Sempozyumu, 2007, s. 119-120.

hızlı bir şekilde toparlanabilmek için esas olan bilgiyi kullanmak ve var olan bilgiyi paylaşmaktır⁴¹.

Hazırlıklı olmanın bir parçası olarak insanlara buldukları toplumun hangi afet olayı ile karşılaşabilecekleri ilgili bilgi verilmelidir. Yaşanabilecek afet türü ve buna karşın yapılması gerekenler ile ilgili temel bilgiler belirli aralıklar ile sürdürülmelidir. Televizyon, radyo vb. yollar aracılığı ile insanlar afete karşı hazır hale getirilmeli ve afet bilincinin oluşturulması sağlanmalıdır. Bilginin verilmesinde ve yayılmasında yöneticiler, yetkili kurumlar ve medya sorumludur. Toplum temsilcileri, yerel yöneticiler, bilim insanları, sağlık uzmanları toplum ile diyalog içerisinde olmalıdır. Toplumda afetlerin zararlarının önlenmesi ve azaltılması; afet bilincinin oluşturulması, erken uyarı sistemleri çalışmaları, çevrenin korunması, uzun dönem arazi kullanımının planlarının yapılması, dayanıklı yapıların inşa edilmesi ve afet konusunda uygun politikaların oluşturulması ile mümkündür. Her ülke yaşadığı afetlerden tecrübe edinmiştir. Afet bilincinin temelinde bireylerin edindiği tecrübeler yerel ve bölgesel otoriteler ile ortak bir paylaşım ile düzenlenmeli ve olması muhtemel afetlerin zararları az da olsa giderilmeye çalışılmalıdır. Afetler konusunda eğitim vererek toplumun bilinçlendirilmesini sağlamak hem afetten korunma hem de afete hazırlık açısından en önemli noktadır⁴².

17 Ağustos 1999 tarihinde gerçekleşen 7.4 büyüklüğündeki Marmara depremi ve 12 Kasım 1999 tarihinde Bolu'da meydana gelen 7.2 büyüklüğündeki depremler ülkemizi ciddi derecede etkilemiştir. Bu olaylar Türkiye'de insanların afet yönetimi konusunda eğitim, hazırlık ve planlamaya ihtiyaçlarının olduğunu ortaya koymuştur⁴³. Sonuç olarak afet bilincinin kazandırılmasında eğitimin yeri büyüktür. Bunun için broşürler hazırlanabilir, yerel basında destekleyici faaliyetler yapılabilir⁴⁴.

⁴¹ Varol, a.g.e., s. 127.

⁴² Nehir Varol, "**Doğal ve Teknolojik Afetler Konusunda Toplumun Bilinçlendirilmesi ve AFEM'in Rolü**", TMOOB Afet Sempozyumu, 2007, s. 127.

⁴³ Mikdat Kadioğlu ve Emin Özdamar, **Afetler Konusunda Kamuoyunun Bilinçlendirilmesi ve Eğitimi**, "Afet Yönetiminin Temel İlkeleri", JICA Türkiye Ofisi Yayınları, Ankara, 2006, 2 (1), s. 67-80.

⁴⁴ World Health Organization (WHO); "**Psychosocial Consequences Of Disasters: Prevention And Management**", Geneva, 1992, s. 17.

İKİNCİ BÖLÜM

2. AFETLERE PSİKOLOJİK YAKLAŞIM

Günümüzde afete maruz kalan grupların çeşidi, afete maruz kalma süreleri, afetın tekrarı, afetzedelerin yaşı ve cinsiyeti gibi çeşitli faktörlerin afet sonrası dönemi etkilediği ve insan davranışlarında geçici veya kalıcı değişimlere sebep olabileceği savunulmaktadır. Afeti yaşayan grupların üzerinde afet olaylarının etkilerini araştırmak ileride yaşanabilecek afetlere karşı daha bilinçli olunmasında, hazırlıklı toplum ve bireylerin oluşmasında faydalı olabilir. Diğer yandan afet sonrasında önemi giderek arttığı savunulan psikolojik prevalanslar hakkında bilgi sahibi olmak gelecekte kişinin ruh sağlığı hakkında yarar sağlayabilir⁴⁵.

2.1. Afet Psikolojisi Tanımı ve Tarihçesi

İnsan davranışlarını ele alan psikoloji bilimi içeriğinde; klinik psikoloji, adli psikoloji, deneysel psikoloji, nöropsikoloji, gelişim psikolojisi, sosyal psikoloji, endüstriyel psikoloji, sağlık psikolojisi, eğitim psikolojisi, afet psikolojisi gibi alt dallar yer almaktadır.

Afet psikolojisi, afet olaylarının afeti yaşayan gruplar üzerinde yarattığı davranışsal etkileri inceleyen ve yeni gelişen bir bilim sahasıdır. Afetzedelerin afet sonrasında hayat boyu devam edebilen ruhsal ve fiziksel davranış tepkilerine sebep olması ve afet bilinci açısından psikolojik ilkyardımanın öneminin ön plana çıkmasıyla bu bilim üzerine eğilim gün geçtikçe daha da artmaktadır. Eski yıllardan bu yana doğal afetlerin insanları psikolojik olarak etkilediği bilinse de afet psikolojisinin tarihsel gelişimi çok yakın zamanlarda özellikle savaşların psikiyatrik değerlendirmeleri ile ön plana çıktığı gözlenmektedir. Afet psikolojisinin ilk ele alınışı ile ilgili örnek verilirse

⁴⁵ Robert H. Pietzark ve diğerleri, "Resilience in the Face of Disaster: Prevalence and Longitudinal Course of Mental Disorders following Hurricane Ike", PLoS ONE 7 (6), 2012, s. 12.

1900 yılların ortalarında gerçekleşen Vietnam savaşı sonrasında afet psikolojisi sahasına yönelim gözlenmiştir⁴⁶.

2.2. Afetlerin Psikolojik Evreleri

Afetler, kaçınılmaz gerçekler olarak hayatın doğal bir parçasıdır. Yaşanan doğal afetler afetzedeler üzerinde bazı psikolojik hasarlar bırakabilir. Bu hasarların etkisi afetin türüne, süresine, yaşanan kayıp miktarına, afetzedenin rolüne, afetzedenin afet sonrası yaşanan stres ile başa çıkabilme becerilerine, afetzedeye sağlanan destek sistemine ve afetzedenin afeti algılayış biçimine bağlı olarak değişmektedir⁴⁷.

Afet öncesi ve sonrası dönemde insan davranışlarının değişimi ile ilgili olarak afetin psikolojik evreleri hakkında Ram ve ark., Dewolfe gibi bilim insanları yeni modeller oluşturmuşlardır⁴⁸. Afetlerin afetzedeler üzerinde oluşturduğu davranışların evreleri genel olarak aşağıda özetlenmektedir.

2.2.1. Kahramanlık Dönemi

Afetin yaşandıktan sonraki ilk 24 saatlik kısmını oluşturmaktadır. Olağandışı yaşantıya karşı korunma dönemi olarak tanımlanmaktadır⁴⁹. Bu dönemde çok fazla fedakarlık görülmekte ve kişiler tamamen duyguları ile hareket etmektedir.

Fizyolojik olarak uyarılma, mantıklı düşünmede ve karar vermede zorluk yaşama, konsantrasyon güçlükleri yaşama, duyguların donuklaşması, şok, panik, donup kalma ve uyuşukluk hissi görülmesi muhtemel genel tepkilerdir⁵⁰.

⁴⁶ R.Srinivasa Murthy ve Rashmi Lakshminarayana, “**Mental Health Consequences Of War: A Brief Review Of Research Findings**”, 5 (1), 2006, s. 25.

⁴⁷ A. Esra İşmen, “**Deprem Psikolojik Etkileri: Daha Az Zarar Görmek Mümkün Mü?**”, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 16 (1), Elazığ, 2006, s. 356.

⁴⁸ U.S. Department of Health and Human Services (HHS); Substance Abuse and Mental Health Services, “**Mental Health Response To Mass Violence and Terrorism**”, 2004, s. 20., Evangeline F.Ram and Ma.Ana B. Diaz, “**Psychosocial Response to Disaster**”, Department of Psychology College of Social Science University of the Philippines Baguio, 2013, s. 9.

⁴⁹ İSMEP, a.g.e., s. 10.

⁵⁰ Gauthamadas Udipi, “**Disaster Psychosocial Responce Handbook For Community Counsellor Trainers**”, India, 2005, s. 21., İSMEP, a.g.e., s. 10.

2.2.2. Balayı Dönemi

Afetten sonra bir haftadan üç veya altı aya kadar ki zamana aralığını kapsamaktadır. Bireylerin olayın şokundan sıyrılıp olup biteni fark ettikleri dönemdir. Bu dönemde kişi afetten kurtulduğu ve olup bitenin farkına vardığı için kendini güvende hissetmektedir. Bu dönemde afetzede afet deneyimi ile ilgili sahip olduğu yoğun duygularını ve deneyimlerini paylaşır. Devletten ve resmi kurumlardan beklentinin yüksek olduğu bir dönemdir⁵¹.

Bu dönemde duygularda karmaşıklık; kaygı, öfke, çaresizlik, korku, suçlama, yalnız hissetme, sinirlilik bunun yanı sıra bedensel ya da fizyolojik tepkilerde; titreme, mide bulantısı, kas ağrıları, baş dönmesi, uyku sorunları, iştah kaybı, afet olayını hatırlatan uyaranlardan kaçınma, afet olayı ile ilgili tekrar eden düşünceler, korkutucu kabuslar, balayı döneminde görülen genel tepkiler arasındadır. Bu dönemde görülen tepkiler afetzede kaygılandırabilir, afetzede ruh sağlığını kaybedebileceğini düşünebilir. Bu dönemde stres ile başa çıkma yollarında uyku hapları, sigara ve içki kullanımı en yaygın görülen durumlardır. Fakat bunlar sağlıklı yöntemler değildir⁵².

2.2.3. Hayal Kırıklığı Dönemi

Afetin neden olduğu travmatik yaşantının yaratmış olduğu davranışsal, düşünsel ve duygusal tepkilerin gözden geçirilip anlamlandırıldığı dönemdir. Bu dönem afetin yaşanmasından sonraki iki aydan bir ya da iki yıla kadar sürebilmektedir. Hayal kırıklığı, kızgınlık, hüsrana, kin ve acı duyguları baskın bir şekilde yaşanmaktadır. Bu dönemde erteleme davranışı, başarısızlık ve amaçlarını gerçekleştirememeye hissi yaşanır. İnsanlar bireysel problemlerini çözmeye çalışarak yeniden hayatlarını düzenlemeye ve iyileştirmeye çalışır⁵³.

Bu dönemde afetzede yaşadığı olay ile ilgili konuşmak istemez. Kaybettikleri için yas tutar. Yaşadığı olay ile ilgili içsel bir şekilde düşünmeye ve olayı anlamlandırıp

⁵¹ Udipi, a.g.e., s. 22.

⁵² İSMEP, a.g.e., s. 11.

⁵³ Ram and Diaz, a.g.e., s.9., Udipi, a.g.e., s. 22.

değerlendirmeye çalışır. Kaybettikleri ve yaşadıkları şeyler için üzüntü ve özlem duymaya başlar. Önceden var olan koşulların devam etmesi isteği yoğun bir şekilde hissedilir. Aile bireyleri ve yakın çevre ile çatışma, maddi sıkıntı çekme, sosyal iletişim problemleri, hafıza ve konsantrasyon sorunları ve topluma uyum sorunu yaşayabilir. Ayrıca yoğun baş ağrısı, uyku bozukluğu ve mide ağrıları gibi fiziksel tepkiler görülmektedir. Afettede genellikle yalnız kalmak ister ve bulunduğu ortamdan uzaklaşmaya çalışır⁵⁴.

2.2.4. Yeniden Düzenleme Dönemi

Bu dönem afeti izleyen birkaç yıl sonraki zaman aralığını karşılamaktadır. Afetzedeler hayatlarını yeniden düzenlemek ve iyileştirebilmek için problemlerini çözmelidir. Bunun için gerekli tüm ihtiyaçların karşılanması gerekmektedir⁵⁵.

Afetzedenin gelecek ile ilgili planlar yapmaya başladığı, uzun vadede barınma ve iş probleminin çözüme kavuştuğu dönemdir. Hayatlarında olan değişikliklere uyum gösterirler. Kişiler yaşadıkları olaydan kazandıkları deneyimleri değerlendirirler. Yaşanılan olaya karşı verilen tepkilerin azaldığı günlük yaşamdaki aktivite ve işlere ilgi göstermeye ve zaman ayrılmaya başlanıldığı dönemdir. Bu dönemde; afettede olan biteni kabul etmeye başlar. Tepkiler tamamen geçmese de şiddeti azalır. Afettede artık gelecek ile ilgili planlar yapmaya ve duygusal açıdan kendini daha güçlü ve iyi hissetmeye başlamıştır⁵⁶.

Aile desteğinin ve sosyal desteğin derecesi kişilerin bu döneme uyumunda etkili olmaktadır. Sonuç olarak yeniden düzenleme döneminde yaşanılan doğal afet olayının yaşamın bir gerçeği olduğu kabul edilir ve bu olay anılarının bir parçası haline getirilir⁵⁷.

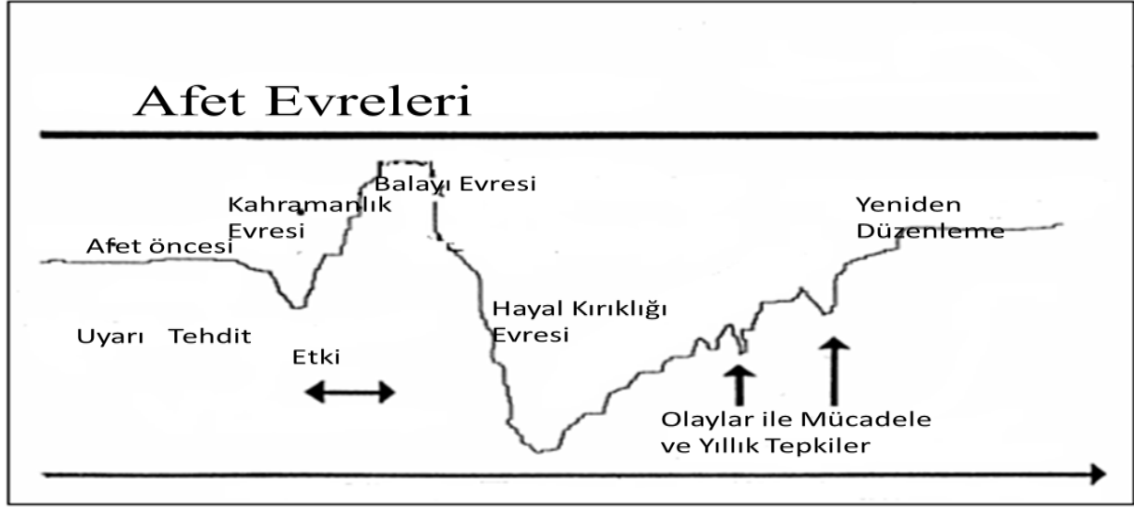
⁵⁴ Udipi, a.g.e., s. 24.

⁵⁵ Udipi, a.g.e., s. 23.

⁵⁶ İSMEP, a.g.e., s. 12., Udipi ,a.g.e., s. 30.

⁵⁷ Udipi, a.g.e., s. 31.

Şekil 2.1. Afetin Psikolojik Evreleri



Kaynak : HHS, s. 20. ve Ram ve Diaz, a.g.e., s. 9.

Şekil 2.1.'de özetlenen bu aşamalar, afet sonrası yaşanan ve afetın meydana getirdiği etkilerin kabul edilebilir ve normal karşılandığı tepkileri açıklamaktadır. Afet sonrasında değişen yaşam koşullarına ayak uydurmakta belli problemlerin olması ve sorunlara karşı verilen tepkiler normal kabul edilmektedir. Eğer afetzede bu dönemlerden birine takılırsa ya da bu dönemleri atlatabilmeden olağan yaşamına geçiş sağlayamazsa kalıcı ve ciddi psikolojik sorunlar yaşayabilir. Her kişinin yaşanan olay karşısında göstereceği tepki ve olaydan etkilenme derecesi farklılık göstermektedir. Bu durumda önemli olan kişilerin psikolojik sağlamlık düzeyleridir. Literatürde psikolojik sağlamlık kavramı için farklı tanımlar bulunmaktadır. En genel tanımıyla; psikolojik sağlamlık kişilerin stres yaratan olumsuz koşulların etkisinden sıyrılarak uyum sürecine başarılı bir şekilde geçmesi olarak tanımlanmaktadır. Burada etkili olan iki faktör vardır. Birincisi tehdit ya da risk durumunun varlığı, ikincisi kişinin stres veren durum karşısındaki uyumdur. Psikolojik sağlamlık afet sonrası psikolojik süreci atlatabilmek için önemlidir⁵⁸.

⁵⁸ Özlem Kararırmak, "Psikolojik Sağlamlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler", **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, 3 (26), s. 131., Eylene Şanvur, "İnsani Yardım Çalışanlarının Yardım Arama Davranışına İlişkin Bir İnceleme, Psikolojik Sağlamlık ve Sosyal Destek Algısı", T.C. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, 2012, Ankara, s. 22.

2.3. Afet Sonrası Gözlenen Psikolojik Tepkiler

Afetlerle oluşabilecek fiziksel ve psikolojik zararlar önceden tedbir alınırsa önlenabilir. Doğal afetler ile ilgili önlemler afet öncesi, esnası ve sonrasında olmak üzere üç aşamada ele alınmaktadır. Afet sonrasında afetzedelerde görülecek etkiler afetin türüne ve süresine, afetteki kayba, afetzedenin afet sonrası yaşanan stres ile başa çıkma yollarına, afetzedenin aldığı destek sistemine ve afetzedenin afeti algılayış ve değerlendirme şekline bağlı olarak değişmektedir⁵⁹.

Afet sonrasında bireylerin toparlanıp hayatlarına devam etmeleri ve bunun içinde hazır olmaları gerekmektedir. Travma sonrasındaki iyileşme süreci bu açıdan önem taşımaktadır⁶⁰. Afet sonrasında kişilere göre değişse de afetzedeler anormal durumlara karşı normal kabul edilen tepkiler göstermektedir. Gösterilen bu ilk tepkiler hastalık belirtisi değildir. Travmatik yaşantılar sonrası görülmesi muhtemel doğal tepkilerdir. Bu tepkiler fiziksel, davranışsal, duygusal, sosyal ve bilişsel tepkiler olmak üzere beş grup altında toplanmaktadır⁶¹.

2.3.1. Fiziksel (Bedensel) Tepkiler

Afetzedelerde yaygın olarak görülen fiziksel tepkiler; yorgunluk, halsizlik, uyku düzeninde bozukluk, baş dönmesi, nefes sorunu, kol ve bacaklarda ağırlık hissi, iştah veya kilo değişimi, belirsiz vücut şikayetleri, gerginlik, mide bulantısı, kusma, titreme, baş ağrısı, göğüs ağrısı, gibi tepkiler sayılabilir⁶².

2.3.2. Davranışsal Tepkiler

Davranışlarımızın temelinde duygular bulunmaktadır. Bu duyguların kişideki yansıması davranış biçiminde ortaya çıkmaktadır. Afetzedelerde yaygın olarak görülen davranışsal tepkiler; doğal afeti hatırlatan uyaranlardan kaçınma, ani irkilmeler, uyku

⁵⁹ İşmen, “**Depremin Psikolojik Etkileri: Daha Az Zarar Görmek Mümkün Mü ?**”, s. 350.

⁶⁰ HHS, a.g.e., s. 21.

⁶¹ David A. Alexander, “Early Mental Health Intervention After Disasters”, **Advances in Psychiatric Treatment**, 2005, vol. 11, 12–18 s. 14., Ram ve Diaz, a.g.e., s. 36.

⁶² Ram ve Diaz, a.g.e., s. 37., Fahriye Oflaz, “**Felaketlerin Psikolojik Etkileri ve Hemşirelik Uygulaması**”, C.Ü. Hemşirelik Yüksekokul Dergisi, 2008, s. 71.

bozuklukları, kolayca ağlama, hiperaktivite, olayı hatırlatan aktivite ve yerlerden kaçınma, kötü madde kullanımı gibi tepkiler sayılabilir⁶³.

2.3.3. Duygusal Tepkiler

Duygu tanımları çeşitlilik göstermektedir. Yapılan tanımlar doğrultusunda en genel anlamı ile duygu, bireyin bir şey hakkında hissettikleri ve harekete geçmesini sağlayan enerji durumu olduğu görülmektedir. **Russel ve Barret (1999)** duyguları korku, kızgınlık, keder, aşk, nefret ve sevgi olmak üzere altı grupta ele almıştır⁶⁴. Plutchik ise; insanların duygularının ortaya çıkmasında önce ve sonraki süreçlerin etkili olduğundan bahsetmiştir. Plutchik süreci başlangıçta kişileri uyaran bir olay, bu olayın oluşturduğu bir biliş sonrasında biliş durumunun oluşturduğu bir duygu durumu, bu duygunun ortaya çıkardığı davranışlar ve davranışlar sonucu gösterilen tepkiler olarak özetlemiştir. Sekiz temel duygunun olduğuna ve diğer duyguların bunların etkileşimi sonucu ortaya çıktığını ifade etmiştir. Temel duygulara karşı gösterilen davranışlar aşağıda tabloda gösterilmektedir⁶⁵.

Tablo 2.1. Robert Plutchik’a Göre Duygu – Davranış Çizelgesi

Duygu Durumu	Açık Davranış
Korku	Kaçma
Kızgınlık	Saldırma
Sevinç	Tekrar ve yinleme
Üzüntü	Ağlamak
Kabul	Katılma
Nefret	Reddetme
Merak	Araştırma
Şaşkınlık	Durma

Kaynak: Plutchik, a.g.e., s. 348.

⁶³ Oflaz, a.g.e., s. 71., Udipi, a.g.e., s. 65.

⁶⁴ James a Russel ve Lisa Feldman Barrett, “**Core Affect, Prototypical Emotional Episodes, and Other Things Called Emotion: Dissecting the Elephant**”, Boston College, Journal of Personality and Social Psychology, 76 (5), 805-819, s. 806.

⁶⁵ Robert Plutchik, “**The Nature Of Emotions**”, Human Emotions Have Deep Evolutionary Roots, a Fact That May Explain Their Complexity And Provide Tools For Clinical Practice, American Scientists, Volume 89, 2001, s. 348.

Afetzedelerde görülen duyguların; şok, aşırı korku hali, öfke duyma, suçluluk hissetme, çaresizlik hissetme, mutsuzluk, umutsuzluk, hayatta kalma suçluluğu, kontrol edilemeyen değişken duygu hali, aralıklarla ağlama durumu, utanç duyma, kızgınlık, üzüntü, keder, karamsarlık, panik, depresyon, kendine ve başkasına zarar geleceği endişesi gibi duyguların olduğu görülmektedir⁶⁶.

2.3.4. Bilişsel Tepkiler

Duyguların temelinde o duygunun oluşmasına sebep olan biliş durumu bulunmaktadır. Robert Plutchik biliş durumlarının, duyguları, duygu durumlarının da davranışları ortaya çıkardığını ifade etmiştir. Bu yüzden olayın ne olduğundan sonra ki en önemli kısmını biliş durumu belirlemektedir⁶⁷.

Afet sonrasında afetzedelerde yanlış inançlar geliştirme, düşüncelerde karışıklık, yaşadıklarını çarpıtma, hafıza kaybı, adaletin olmadığı düşüncesi, odaklanma sorunu, dikkat dağınıklığı, karar vermede zorluk çekme, kendini suçlama, kontrol edilemeyen düşünceler ve kaygı gibi bilişsel tepkiler görülmektedir⁶⁸.

2.3.5. Sosyal Tepkiler

Afet sonrasında afetzedenin normal hayatına devam etmesinde sosyal çevre çok önemlidir. Afet sonrasında afetzedelerde, yabancılaşma, kişiler arası ilişkilerde sorun yaşama, sosyal geri çekilme, şüphencilik, güvensizlik, yargılayıcı ve suçlayıcı olma gibi sosyal tepkiler görülmektedir⁶⁹.

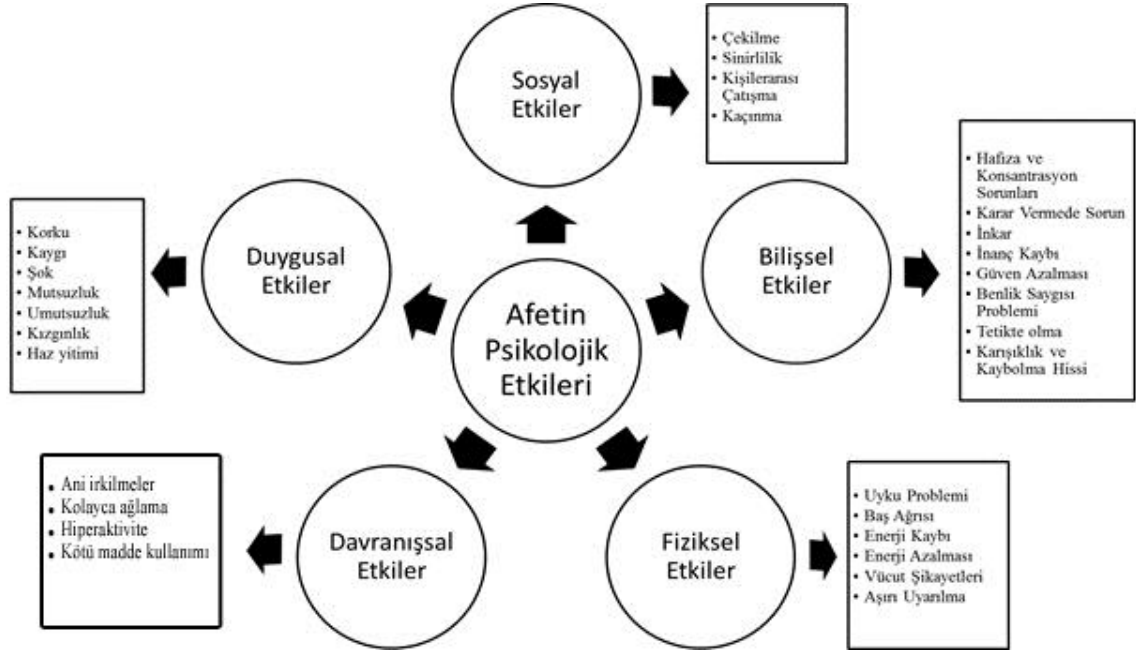
⁶⁶ WHO, **Psychosocial Consequences of Disasters: Prevention and Management**, s. 6.

⁶⁷ Plutchik, a.g.e., s. 348.

⁶⁸ HHS, a.g.e., s. 65., Udipi, a.g.e., s. 40.

⁶⁹ Alexander, a.g.e., s. 14.

Şekil 2.2. Afet(ler)e Karşı Gösterilen Psikolojik Tepkiler



Kaynak: Alexander a.g.e., s. 14. , HHS, a.g.e., s. 65.

Burada dikkat edilmesi gereken nokta bu evrelerin olağandışı bir yaşantıya karşı gösterilen normal tepkiler olduğudur. Bu evrelerin afet olayı sonrasında yaşanması normal bir süreçtir önemli olan bu süreçleri kısa vadede atlatabilmek ve evrelere takılıp kalmamaktır. Afettede afet sonrası yaşanan olayın etkisi sonucunda yaşadığı olayı inkar etme, kabullenememe, duyguların bastırılması, psikolojik açıdan tam olarak iyi hissetmeden işe devam etme zorunluğu gibi durumlar afetzedenin belli dönemlere takılıp kalmasına ve ileri de yaşamını etkileyecek ciddi psikolojik sorunların ortaya çıkmasına neden olabilir. Araştırmalarda afet olayı sonrasında en yaygın görülen psikolojik rahatsızlığın “Travma Sonrası Stres Bozukluğu” olduğu görülmektedir⁷⁰.

2.4. Travmatik Yaşam Olayı ve Ruhsal Travma Kavramı

Ruhsal (psikolojik) travma kişinin yaşamsal bütünlüğünü tehdit eden bir olay yaşaması sonucunda olayın kişide bıraktığı etkidir. Yaşamsal bütünlükten kast edilen kişinin ruhsal ve bedensel birliğidir. Travmalar kişilerin gündelik deneyimleri dışında kalan ve var olan bilişsel şemalarına oturtamadıkları olaylardır. Travmatik yaşantılar

⁷⁰ İSMEP, a.g.e., s. 9-14.

kişi ya da toplumlarda kısa ya da uzun dönemde etki bırakabilmektedir⁷¹. İnsanlar ruhsal travma yaratabilecek olayı üç şekilde yaşantılayabilir⁷².

1. Travmatik olay kişinin başına gelmiştir.
2. Travmatik bir olaya tanık olmuştur.
3. Travmatik olayın önem verdiği ve sevdiği bir kişinin başına geldiğini duymuştur.

Travma aniden gerçekleşen ve kişilerin olayın yarattığı duygular ile baş edebilme kapasitelerini aşan olaylardır. Travma yaratan olayın kontrol dışında gerçekleşmesi güvenlik hissini olumsuz yönde etkilemektedir. Doğal afet sonrasında oluşan travma ile diğer nedenlerden oluşan travmalar arasında farklılıklar bulunmaktadır. Doğal afetler sonucunda meydana gelen travmaların çok yönlü etkileri bulunmaktadır. Evin yıkılması, aile üyelerinden birinin kaybının yaşanması gibi olaylar sonucunda afetzede çeşitli duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkiler geliştirebilmektedir. Doğal afet sonucunda oluşan travma uzun süren ve ikincil felaket olarak isimlendirilen durumun öncüsü olarak görülebilmektedir. Doğal afet sonucunda etkilenme alanı ve düzeyine göre afetler aileyi, toplumu farklı şekillerde travmaya uğrattığı için etki alanı geniştir. Psikolojik travmaların merkezinde korku yer almaktadır⁷³.

Travmatik olay sonrasında kişilerde kalıcı şekilde endişe duyma hissi görülebilmektedir. Kişi devamlı bedenini ve zihnini bir tehlikeye maruz kalacakmış gibi hissedebilir. Travmatik olay sonrasında tıbbi ilaçların sık kullanımı, uyuşturucu madde, sigara ve alkol tüketimi başlayabilmektedir. Eğer kullanılıyorsa kullanım miktarı artmaktadır⁷⁴. Travmatik yaşantıların çok yıkıcı yaşantılar olduğu ve böyle bir yaşantıdan sonra kişilerin sorunlar yaşamasının son derece doğal olduğu unutulmamalıdır⁷⁵.

⁷¹ Oflaz, a.g.e., s. 71.

⁷² A. Tamer Aker, “**Temel Sağlık Hizmetlerinde Ruhsal Travmaya Yaklaşım**”, Türkiye Psikiyatri Derneği Genel Merkezi, Ankara, 2012, s. 11.

⁷³ A. Esra İşmen, “**Deprem Yaşantısına Bağlı Travma ve Çocuklar Üzerindeki Etkileri**”, **Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, s. 81-82.

⁷⁴ İSMEP, a.g.e., s. 18.

⁷⁵ Çağay Dürü ve diğerleri, Psikolojik Destek Programı Genel Sıkıntı Düzeyinin Belirlenmesi Çalışması Raporu, Ankara İl Sağlık Müdürlüğü 112 Acil Sağlık Hizmetleri Şube Müdürlüğü, 2006, Ankara, s. 11.

Travmatik olayın şiddeti ve etkisi sonraki süreçte yaşanacakları büyük ölçüde etkilemektedir. Travmatik yaşantının şiddeti; travmanın türü, kişinin olaya yakınlık derecesi, fiziksel yaralanma, aile bireyleri ya da sevdiklerinin kaybı gibi değişkenlerle ilişkilidir. Kişinin yaşadığı travmatik olayı nasıl algıladığı ve olaya ne anlam yüklediği yine olayın şiddetinde belirleyicidir⁷⁶.

Travmatik bir olayla karşılaşan kişiler hem olayın o an ki yıkıcı etkisiyle baş edebilmeli hem de olay sonunda ortaya çıkabilecek sorunlar ile mücadele edebilmelidir. Bu durum kişiler üzerinde yoğun bir stres oluşturmaktadır ve bu stresli durum ile başa çıkabilmek için ciddi bir bilişsel ve davranışsal çaba harcanmaktadır⁷⁷.

Tablo 2.2. Afet Sonrası Yaşanan Kayıplar

Travma nedeni ile oluşan kayıplar
Maddi kayıp ve zararlar
Duygusal kayıp ve zararlar
Tıbbi ve fiziksel zararlar
İnançsal ve ahlaki kayıp ve zararlar

Kaynak : Akcanbaş, a.g.e., s. 180.

Travmanın etkisi ile ortaya çıkan yoğun stres kişinin yaşamını zorlaştırmaktadır. Stres en genel tanımı ile birey ve çevre etkileşiminde kişinin uyumunu bozan ve kapasitesini zorlayan talepler olarak tanımlanmaktadır. Bir miktar stres normal işlevlerimiz için gereklidir. Fakat yoğun ve uzun süren stres durumları kişileri fizyolojik ve psikolojik açıdan olumsuz etkilemektedir. Afet sonrası yaşanan hayata uyum sağlamaya çalışan afetzedeler için stres kaçınılmaz bir durum olarak görülmektedir. Strese duygusal, bilişsel, davranışsal ve bedensel tepkiler verilmektedir. Duygusal tepkilere; kaygı, öfke, üzüntü ve huzursuzluk, bilişsel tepkilere; odaklanma güçlüğü, bellek sorunu, kararsızlık ve fobiler, Davranışsal tepkilere; aşırı yeme ya da iştah kaybı, kaçınma, alkol veya sigara tüketimi, bedensel sorunlara aşırı hassasiyet, bedensel

⁷⁶ Dürü ve diğerleri, a.g.e., s. 13-14.

⁷⁷ Dürü ve diğerleri, a.g.e., s. 16.

tepkilere; kas ağrıları, baş dönmesi, terleme, titreme, göğüste ağrı, uyuşma ve çarpıntı örnek olarak verilmektedir⁷⁸.

Bu stres belirtileri ile başa çıkabilmek için kişiler bazı yöntemleri uygulamaktadır. Bunlar aşağıdaki şekilde özetlenebilir⁷⁹;

- Bilişsel yeniden yapılandırma
- Olumlu beklentiler içine girme
- Sorunlara karşı iyimser bir yaklaşım ile yaklaşma
- Nefes alma egzersizleri
- Gevşeme teknikleri
- Nefes alma teknikleri
- Düzenli olarak spor yapma
- Sağlıklı beslenme
- Etkili iletişim kurabilme
- Müzik dinleme
- Günlük yaşamı düzene koyacak planlar yapma

2.5. Travma Sonrası Stres ve Travmatik Yaşantılara Verilen Tepkiler

Travmatik bir yaşantıyla karşılaşan veya travmatik bir yaşantıya şahit olan kişilerin büyük bir kısmının, yaşadıkları bu olayın etkisi ile bir takım davranışsal, duygusal, sosyal, bilişsel ve fiziksel tepkiler verdiği bilinmektedir. Bu tepkilerin içeriği, türü ve şiddeti, kişiden kişiye değişmektedir. Bu tepkiler şiddetlerini ve etkilerini kaybetmeden uzun süre devam etmektedir ve bunun sonucunda kalıcı, ciddi psikolojik sorunlar görülmektedir⁸⁰.

Travma Sonrası Stres şiddetli bir travmatik olayın arkasından kişinin fiziki bütünlüğünü ve yaşamını tehdit altında hissetmesi, yoğun korku ve çaresizlik hissine

⁷⁸ Mine Özmen ve Barış Önen, “Stresle Başa Çıkma Yolları”, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Medikal Açıdan Stres ve Çareleri Sempozyum Dizisi, No: 47, 2005, s. 171-172.

⁷⁹ Şafak Nakajima, “Deprem ve Sonrası Psikoloji”, *Ok Meydanı Tıp Dergisi*, 28 (2), 2012, s. 152., Betül Aydın ve Seval İmamoğlu, “Stresle Başa çıkma Becerisi Geliştirmeye Yönelik Grup Çalışması” *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2001, Sayı 14, s. 45.

⁸⁰ Lars Wahlström, *Disaster And Recovery*, Center for Family and Community Medicine Department of Neurobiology, Care Sciences and Society Karolinska Institutet, 2010, s. 19.

kapılması, yaşadığı olayı kabullenemeyip özümseyememesi sonucu ortaya çıkan bir durumdur. Kişilerin yaşamları ile doğrudan ilişkili travma sonrası stres tepkileri 3 grupta toplanmaktadır⁸¹.

1. İstenmeden Akla Gelen Düşünce veya Görüntüler

Kişinin isteği ve iradesi dışında akla gelen düşünceler ve görüntüler; hatırlamak istemediği anlar sıklıkla hatırlanmakta ve kişi olayı tekrar yaşıyormuşçasına sıkıntı duymaktadır. Bazen bir ses, görüntü hatta koku bile kişilerde bu durumu tetikleyici rol oynayabilmektedir⁸².

2. Kaçınma Tepkileri

Sosyal olarak ortamdaki soyutlanma ve geri çekilme şeklinde ortaya çıkmaktadır. Travmatik olayı hatırlatan anılar kişiye derin üzüntü ve acı vereceği için kişiler bunları hatırlatan tüm uyaranlardan uzak durmaya çalışır ve bunun sonucunda sosyal çevreden kendini soyutlar. Bu durumda kişi yaşama karşı olan ilgisini kaybetmekte ve kendini insanlardan uzak hissetmeye başlamaktadır⁸³. Tüm bunlardan dolayı kişi kendini, duygularını tetikleyecek her türlü durumdan (travma ile ilgili duygu, düşünce ve konuşmalardan, travmayı hatırlatacak insan, yer ve faaliyetlerden) uzak tutmaya çalışır⁸⁴.

3. Aşırı Uyarılma Tepkileri

Travmatik olayı hatırlatan anılar ve bunları hatırlamaktan kaçınma duygusunun çok yoğun yaşandığı ve bu duyguların hem zihinsel hem de fiziksel olarak kişiyi etkilediği durumlardır. Fizyolojik olarak aşırı uyarılma kişinin uyku sorunu yaşamasına, konsantrasyon gücünün çekmesine, hızlı kalp atışlarına ve terleme şeklinde kendini

⁸¹ İSMEP, a.g.e., s.18., Meriç Özden ve diğerleri, "Afetlerde Psikososyal Hizmetler Birliği", **Psikososyal Uygulamalar Katılımcı Kitabı**, 2011, s. 40.

⁸² Raymond B. Flannery, "Psychological Trauma and Posttraumatic Stres Disorder: A Review", 1999, s. 78.

⁸³ Özden ve diğerleri, s. 40.

⁸⁴ Mert Akcanbaş, **Afet ve Kurban Psikolojisi**, Arama ve Kurtarma Derneği (AKUT) Yayınları, Yayın No:8, 2010, s. 41.

göstermektedir⁸⁵. Bu dönemde kişi her zaman tedirgindir ve öfke patlamaları yaşamaktadır⁸⁶.

TSSB'nin ortaya çıkmasında travma öncesi, travma sırası ve travma sonrası dönem olmak üzere üç dönemden bahsedilebilir. Travma öncesi dönemde demografik özellikler, daha önceden herhangi bir afet yaşayıp yaşamadığı gibi bazı etkenler, travma sırasında ise maruz kalınan afetin türü, şiddeti, kişinin yaşamını ne ölçüde tehdit ettiği gibi etkenler, travma sonrasında ise fiziksel ve ruhsal kayıplar, kişinin sorunların üstesinden nasıl gelebildiği, bu stresli durumlar ile başa çıkma yöntemlerinin olup olmadığı ve toplumsal ve sosyal destek gibi etkenler önem taşımaktadır⁸⁷.

TSSB'de uğraşılması en zor problemlerden birisi “Keder” dir. En çok acı veren keder süreci hem duygusal hem inançsal olarak afetzedeleri çok üzer. Keder duygusunun yaşanması gerekir. Bu duygunun yaşanmaması önemli tıbbi ve davranışsal problemlere yol açar. Keder ve üzüntü sürecinin farkında olan kişiler bu dönemde yaşanacakları göze alırlar. Keder karmaşık bir duygudur ve üç alt boyutu vardır. Bunlardan birincisi afetzedelerin kaybettikleri aile bireyleri, arkadaş, ev ya da organ kaybı gibi kayıplar, ev ya da uzuv kaybı gibi elle tutulabilecek kayıplar aynı zamanda inanç, devlet ve kurumlara karşı güven kaybı gibi kayıplardan oluşur⁸⁸. İkinci boyutunda ise çaresizlik ve güçsüzlük durumlarının öğrenilmesi vardır. Çoğu afetzede travma sonrası yerlerini dolduramayacağı kayıplar için üzüntü ve keder duyar. Üçüncü boyutta ise afetzedenin duyduğu üzüntü ölüm duygusuna yoğunlaşır. Travma öncesi ölüm düşüncesi ile travma sonrası ölüm düşüncesi arasında fark vardır. Kişi afetin sebep olduğu ölüm korkusu ile yüzleştiği için bu üzüntü onu kedere sürüklemektedir⁸⁹.

⁸⁵ Özden ve diğerleri, a.g.e., s. 40., İSMEP, a.g.e., s. 18.

⁸⁶ Akcanbaş, a.g.e., s. 42.

⁸⁷ Özden ve diğerleri, a.g.e., s. 67.

⁸⁸ Akcanbaş, a.g.e., s. 173.

⁸⁹ Akcanbaş, a.g.e., s. 174.

2.6. Afettede ve Afet Sonrası Risk Altındaki Gruplar

Afettede kelimesi herhangi bir afet olayından dolayı evi kullanılamaz hale gelen ya da gelmesi muhtemel, afetten birinci derecede etkilenmiş kişiler için kullanılmaktadır⁹⁰. Afet sonrasında kişilerin afetten etkilenme düzeyleri değişkenlik gösterir. Fakat birçok kişi için afet psikolojik kargaşa dönemini tetikler⁹¹.

Afet sonrası risk altında bulunan gruplar genel olarak beş başlık altında toplanır⁹².

- **Birincil mağdurlar:** Afeti doğrudan yaşamış kişileri ifade etmektedir. Ölüm ağır yaralanma, aile üyeleri, arkadaş ya da sevdiği kişinin kaybı gibi durumları yaşayan afetzedelerdir.
- **İkincil Mağdurlar:** Birincil mağdurlar ile doğrudan ilişkisi bulunan aile üyeleri ya da yakın çevreyi kapsamaktadır. Kişi herhangi bir yara almamış fakat afetin yaşandığı bölge içerisindeydir.
- **Üçüncül Mağdurlar:** İşleri gereği ya da gönüllü olarak afete maruz kalan kişilere hizmet götüren kişiler ve bu kişilerin aile üyeleri ile sosyal çevrelerinde iletişim kurduğu kişileri kapsamaktadır.
- **Dördüncül Mağdurlar:** Savunmasız toplum ve afetten etkilenen işletmeleri kapsamaktadır (hükümet yetkilileri, medya mensupları gibi).
- **Beşincil Mağdurlar:** Üstteki gruplar dışındaki insanlar ve oluşturdukları toplulukları kapsamaktadır.

Afetzedelerde travmanın bırakmış olduğu etkiden sonra ikincil yaralanmalar denilen ve toplumun etkisi ile oluşan bazı olumsuz durumlar ortaya çıkmaktadır. İkincil yaralanmalara yol açan davranış çeşitleri altı başlıkta toplanır. Bunlar aşağıda maddeler halinde gösterilmektedir⁹³.

⁹⁰ Gökçe ve diğerleri, a.g.e., s. 14.

⁹¹ Wahlström, a.g.e., s.20.

⁹² İSMEP, a.g.e., s. 8., HHS, a.g.e., s. 11.

⁹³ Akcanbaş, a.g.e., s. 145.

- İnanmamak ya da yalanlamak
- Önemsizleştirmek
- Afetzedeyi suçlamak
- Cehalet
- Genelleme yapmak
- Acımasızlık

İkincil yaralanmalar genellikle yaşamlarında hiç travma geçirmemiş insanların afet yaşayan kişilere sabır ve anlayış göstermeyi bilmemelerinden dolayı ortaya çıkmaktadır⁹⁴.

İkincil yaralanmaların ortaya çıkmasını engellemek için afetzedelere söylenmemesi gereken bazı cümleler vardır. Bunlar⁹⁵;

- Daha kötüsü olabilirdi.
- Ne zaman istersen hayatına yeniden başlayabilirsin.
- Şu an ne hissettiğini anlayabiliyorum.
- Hayatına devam etmelisin.
- Ölenle ölmüyor.
- Cana geleceğine mala gelsin.
- Bir an önce yaşadığın olumsuzlukları unutmalısın.
- Sevdiklerin için ayakta durmalısın.
- Senden daha kötü olanları düşünmelisin.
- Kaderde bu varmış, kabul etmelisin.

2.7. Afet Sonrası Psikososyal Destek

Afetler, yalnızca afete maruz kalanları etkilememekte aynı zamanda toplum için ağır yükleri ve problemleri de beraberinde getirmektedir. Afetten etkilenen bireyler ve bireylerin oluşturduğu toplulukların bu stresli ve sarsıcı durumdan en az zararla ve en kısa zamanda kurtulabilmeleri için psikososyal hizmetlerin etkin bir şekilde sağlanması gerekmektedir. Sorunların halledilmesinde, toplumun yeniden inşa edilmesinde, afetten

⁹⁴ Akcanbaş, a.g.e., s. 142.

⁹⁵ İSMEP, a.g.e., s. 29.

etkilenen bireylerin bir an önce normal yaşantılarına dönmesinde, psikolojik bozuklukların ortaya çıkmasının önlenmesinde psikososyal hizmetler büyük ölçüde önem taşımaktadır⁹⁶.

Afetlerde psikososyal destek; afet sonrası ortaya çıkabilecek psikolojik uyumsuzlukların veya bozuklukların önlenmesi için aile ve toplum ile ilişkilerin kurulması ve geliştirilmesi, afetten etkilenen kişilerin normal yaşamlarına geri dönme sürecinde güçlerini ve kapasitelerini fark etmeleri, gelecekte ortaya çıkması muhtemel afet ya da acil durum olayları ile baş edebilme ve bu olaylar sonrası toparlanma sürecinde becerilerin artırılması gibi çalışmaları içeren bir hizmetler bütünüdür⁹⁷.

Sosyal destek, afetin etkileri ile başa çıkmada ve kişinin kendi değerini anlaması açısından koruyucu etkiye sahiptir. Afet sonrası görülmesi muhtemel psikolojik bozuklukların ya da uyumsuzlukların önlenmesi, kişilerin aile üyeleri ve sosyal hayatlarındaki kişiler ile ilişkilerinin yeniden kurulması ve geliştirilmesi psikososyal destek kısmında önemli bir kısmı oluşturmaktadır. Kişiler afet sonrası alacak oldukları psikososyal destek hizmetleri ile afet ve acil durumlar ile başa çıkabilme becerilerini geliştirebilmekte ve iyileşme aşamasında kendi kendilerine yardım edebilmektedirler⁹⁸.

Travma sonrasında bireyin ortamında destekleyici bazı unsurlara yer verilmelidir. Kişiler ve toplum kendi kapasitelerinin farkına varabilmelidir. Afetzedelere verilecek sosyal hizmet uygulamalarında amaç, travmanın etkilerinin en kısa sürede atlatılmasını sağlayarak bireyin normal yaşamına geri dönmesine yardımcı olmaktır. Travma sonrasında yaşanan ortamın destekleyici olup olmaması, bireyin yardım ağı ve destek kaynakları alıp almaması ve bireyin bu destek kaynaklarından yararlanabilmesinin kolaylığı veya zorluğu psikososyal hizmetlerin amaca ulaşmasında önemli etkenlerdir⁹⁹.

⁹⁶ Özden ve diğerleri, a.g.e., s. 5.

⁹⁷ Durmuş Aydın, "Afet Sonrası Psikososyal Destek Uygulamaları", İnsani ve Sosyal Araştırmalar Merkezi, 2014, s. 3.

⁹⁸ İSMEP, a.g.e., s. 13.

⁹⁹ Mehmet Z. Sungur, "İkincil Travma ve Sosyal Destek" 1999, s.106., Eylem Şavur ve S. Arslan Tomas, "Terör Olayları Sonrasında Psikososyal Destek Hizmetleri", *Kriz Dergisi*, 18 (1), s. 53.

Sosyal destek uygulamalarının faydaları aşağıda özetlenmiştir.

- Kişiyeye değerli olduğunu hissettirir.
- Kişiyeye çaresizlik ve yetersizlik duygusunun oluşmasına engel olur.
- Afetzedenin travma ile ilgili yaşadıklarını ifade edip deneyimlerini paylaşmasını sağlar.
- Travma sırasında verdiği tepkilerin normal olduğunu kişiyeye hissettirerek ikincil zararların önüne geçilmesini sağlar.
- Afetzedenin dış dünyaya olan olumsuz algısını değiştirmesine yardımcı olur.

Sosyal destek özellikle afetzedelerin yaşamları muhtemel ikincil travmaların önüne geçilmesini sağlar. İkincil travmalar kişinin uyum sağlamaya yönelik çabalarını olumsuz şekilde etkiler. Genellikle yaşanan travmanın etkisi atlatılmadan meydana gelebilen ikincil travmalar alkol ve madde bağımlılığı, travma sonrası stres bozukluğu gibi problemlere yol açabilmektedir. Bu sorunların en az düzeyde tutulabilmesi için hem kişi desteği almaya eğilimli olmalı hem de sağlanacak destek kişiyeye hızlı bir şekilde ulaşmalıdır. Böylece yaşanması muhtemel bu durumların önüne geçilmesi sağlanacaktır¹⁰⁰.

Afete maruziyetten sonraki dönemde sosyal destek genellikle koruyucu etki göstermektedir. Burada sosyal desteğin temel noktası sosyal çevrede diğer insanlar ile iletişimin sağlanmasıdır¹⁰¹.

Afetzedelerin sağlanacak sosyal destek çalışmalarına kolay bir şekilde erişebilmeleri gerekmektedir. Sosyal destek ile afet sonrasında verilen tepkilerin normal olduğunun afetzedeye hissettirilmesi, yaşadığı ortamı destekleyici olacak şekilde yardım ve kaynak sağlanması, afetzedenin bu yardım ve destekten yararlanmasının sağlanması gerekmektedir. Afet sonrası verilecek sosyal hizmetler basit, sistematik ve profesyonel bir şekilde düzenlenmeli ve uygulanmalıdır¹⁰².

¹⁰⁰ Sungur, a.g.e., s. 105.

¹⁰¹ Wahlström, a.g.e., s. 19.

¹⁰² Sungur, a.g.e., s. 107.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın problem durumu, konunun önemi, araştırmanın amacı, beklenen yararlar, araştırmanın varsayımları, araştırmanın kısıtlılıkları, araştırmanın modeli, araştırmanın kapsamı, veri toplama araçları ve yöntem kısımlarından bahsedilmektedir.

3.1. Problem Durumu

Yaşam süresi içerisinde birçok travmatik olay ile karşılaşmamız muhtemeldir ve doğal afetler travmatik olaylar arasında önemli bir yer tutmaktadır. Türkiye doğal afetlerle sıklıkla karşılaşan ülkelerden biridir. Yaşanan afetler maddi ve manevi kayıplar yaratmakta ve kısa ya da uzun vadede psikolojik etkiler bırakmaktadır. Afet sonrasında bu kayıpların ve psikolojik etkilerin üstesinden gelmek hayatın normale döndürülmesi ve devam ettirilmesinde önemli bir kısmı oluşturmaktadır¹⁰³.

İnsanların afet sebebiyle karşılaştıkları zor koşullarda istikrarlarını korumaları güçtür. Her ne kadar kişilerin değişen koşullara uyum sağlaması ve yaşadığı kayıp ve aksaklıkların üstesinden gelmesi beklense de bu çok kolay olmamaktadır. Ani değişim ve ön hazırlık olmadan yaşanan afetler insanlar üzerinde büyük etkiler bırakmaktadır¹⁰⁴. Afet sonrası yaşanan travma kişinin ruhsal ve bedensel birliğini tehdit eden bir olay olduğu için, kişinin gündelik deneyimleri dışında kalmakta ve var olan düşünce yapısına uymamaktadır. Afet sonrası yaşanan travma beraberinde organizmanın bedensel ve ruhsal sınırlarını zorlayan stresi meydana getirmektedir.

¹⁰³ Fuat Tanhan ve Murat Kayri, “Deprem Sonrası Travma Düzeyini Belirleme Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, 2013, s. 105.

¹⁰⁴ Hakan Arslan ve Alper Ünlü, “Afet Sonrası Yeniden Yapılanma Sürecinde Yer Değiştirme ve Yere Bağlılığın Değerlendirilmesi: Düzce Örneği”, İstanbul Teknik Üniversitesi (İTÜ) dergisi/a, cilt 9, 2010, s. 47.

Stresin insanların fiziksel ve psikolojik iyi olma durumları üzerinde önemli etkileri bulunmaktadır¹⁰⁵.

3.2. Konunun Önemi

Doğal afetlerin sebep olduğu fiziksel zararlar kadar sosyal ve psikolojik sonuçlarda çok önemlidir. Psikolojik nitelikli araştırma sonuçları da afetlerin travma ve beraberinde stres tepkilerine sebep olduklarını ortaya koymaktadır. Bu nedenle afetlerin psikolojik etkilerinin araştırılması yararlı olacaktır. Bu araştırmalardan elde edilecek bilgiler halkın olması muhtemel afetlere karşı psikolojik olarak hazır olmaları ve afet sonrasında yaşanacak psikolojik sorunların giderilmesinde ya da etkilerinin azaltılmasında kullanılabilir.

Araştırma, yaşanan doğal afetlerin insanlar üzerinde bırakmış olduğu psikolojik etkileri belirlemek ve afet bilinçlerinin olup olmadığını ortaya çıkarmak açısından önemlidir. Ayrıca doğal afet yaşayan ve yaşamayan kişilerin karşılaştırılması sonuçların daha etkili olmasını sağlamaktadır. Bu çalışmanın en güçlü yanını literatürde doğal afet yaşayan kişiler üzerinde afetin bırakmış olduğu psikolojik etkilerin araştırıldığı çalışma sayısının oldukça kısıtlı ve yetersizliği oluşturmaktadır. Bundan sonra yürütülecek çalışmalarda doğal afet yaşayan ve yaşamayan kişilere yönelik afet bilinci çalışmaları, afet sonrası psikolojik ve psikososyal açıdan bilgilendirmelerin yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

3.3. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın genel amacı Trabzon ilinde yaşanan doğal afetlerin afetzedeler üzerinde bırakmış olduğu psikolojik etkilerin belirlenmesidir. Bu çalışma Trabzon ilinde meydana gelen doğal afetlerin psikolojik etkileri ana başlığı altında afetlerin bilişsel, duygusal, sosyal ve davranışsal etkilerini belirlemek için hazırlanmıştır. Ayrıca insanların doğal afetler ile ilgili bilgilerinin olup olmadığı yani afet bilinç düzeyleri ve bu değişkenlerin doğal afet yaşamayan insanlar ile karşılaştırılarak değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

¹⁰⁵ Ali Eryılmaz, “Ergenlik Döneminde Stres ve Başa Çıkma”, *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, Aralık, 2009, cilt VI, sayı II, s. 21.

3.4. Beklenen Yararlar

Bu araştırma sonucunda elde edilecek bulgular sayesinde doğal afet yaşayan kişilerin afetten psikolojik olarak etkilenip etkilenmedikleri belirlenerek doğal afet yaşamış kişilerdeki duygu ve bilgi durum düzeyinin yorumlanarak değerlendirilmesini sağlamaktır.

3.5. Araştırmanın Varsayımları

Literatüre bakıldığında doğal afetlerin afetzedeler üzerinde psikolojik etkisi ile ilgili çalışmalar bulunmamaktadır. Bu çalışmada sadece psikolojik etki boyutu ve buna bağlı alt değişkenler irdelenmiştir. Ayrıca anket uygulanan kişilerde verilen cevapların değişmeyeceği, afetzedelerin ve kontrol grubunun doğru cevap verdikleri varsayılmıştır.

3.6. Araştırmanın Kısıtlılıkları

Araştırmada, güvenilirlik ve geçerlik test edilmiş olsa da, anket çalışmasında her zaman karşılaşılabilecek olan evren, örneklem seçimi ve anket formunun doldurulmasındaki cevaplama hatalarının bu çalışmada da olabileceği düşünülmelidir. Çalışmanın bulguları, kullanılan ölçeğin geçerliği ve güvenilirliği ile sınırlıdır. Bu tez çalışması geriye dönük ve kesitsel bir çalışma olarak yapılmıştır. Araştırmada bir diğer sınırlamada anket çalışmasına katılan kişilerin yaşı ile ilgilidir. Araştırma kapsamındaki kişiler 18 yaş üzeri ve 65 yaş altındadır. Travmatik olaylar sonrasında ortaya çıkan stres tepkilerinin sonuçları ve öncesindeki süreç kısmı olduğu düşünüldüğünde geriye dönük bir çalışmada tüm var olan ilişkileri gözleminin zor olduğu görülmektedir. Zaman ve maliyet kısıtlı olmasından dolayı araştırma evreni sadece Trabzon ili ve ilçelerindeki doğal afet yaşamış ve yaşamamış kişiler ile sınırlandırıldı. Türkiye genelini kapsayacak şekilde araştırma yapılmadı. Bu yüzden sonuçlar, sadece çalışma yapılan grup göz önüne alınarak yorumlanmıştır. Katılımcıların afet sonrasında yaşadıkları problemler ile ilgili uzman yardımı alıp almadıkları sorulmamıştır bu yüzden bu örneklemin bu doğrultudaki özellikleri bilinmemektedir. Afet sonrasında uzman yardımına başvurmuş kişiler ile yardıma başvurmamış kişilerin psikolojik durumlarının değişkenliği ya da farklılık yaşayıp yaşamadıkları detaylı şekilde araştırılmalıdır. Bu araştırma sonuçları sadece alan içinde anket uygulananlar için geçerlidir ve bu yüzden genelleme

yapılamaz. Bu araştırma ölçekler ile yapılan araştırmaların bütün sınırlılıklarını içermektedir. Çalışmamızın en önemli kısıtlılığı afetzedelerin uzunlamasına takip edilememiş olmasıdır. Güvenirlik düzeyini düşürdüğü için 4. soru olan “Trabzon’da yaşayabileceğim doğal afet risklerini biliyorum” sorusu bulgular içerisinde değerlendirmeye alınmadı.

3.7. Araştırmanın Kapsamı (Evren ve Örneklem)

Doğal afet yaşayan ve konut bekleyen kişiler Trabzon AFAD’dan alınan konut bekleyen verilerine göre 551 kişi olarak ele alınan yetişkin popülasyon boyutunda örneklem büyüklüğü Yamane formülüne göre %95’lik güvenirlilik aralığında: 232 kişi olarak hedeflense de kişilerin taşınması ve kişilere ulaşamaması gibi kısıtlamalar sebebiyle yaklaşık örneklem boyutunun %27’sine ulaşılabildi. Çalışma afete maruz kalan gruplardan kendisi afete uğramış 18-65 yaşları arasında Trabzon’da ikamet eden 63 kişinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Bunun yanında Trabzon il ve ilçelerinde doğal afet yaşamamış kişiler arasından rastgele örnekleme metodu ile seçilen 63 kişilik kontrol grubu oluşturularak çalışmaya katılmıştır. Böylece bu anket çalışmasında afet yaşamış ve yaşamamış gruplardan oluşan toplam 126 kişiye ulaşılmıştır. AFAD’dan alınan veriler doğrultusunda Ortahisar, Beşikdüzü, Of, Maçka, Araklı, Tonya, Yomra, Arsin ve Akçaabat alanlarında tesadüfi örnekleme yönteminden rastgele örnekleme metodu ile belirlenen bir gruba 01.06.2015 - 01.07.2015 tarihleri arasında ekte belirtilen anket soruları uygulanmıştır. Afet sonrası konut bekleyen 551 kişinin merkez ve ilçelere dağılımı tabloda verilmiştir.

Tablo 3.1. Trabzon İlinde Doğal Afete Maruz Kalmış Konut Bekleyen Kişi Sayısı

İlçeler	Konut bekleyen kişi sayısı
Araklı	103
Beşikdüzü	1
Çaykara	35
Dernekpazarı	26
Düzköy	25
Hayrat	113
Köprübaşı	1
Maçka	47
Of	84
Ortahisar	35
Sürmene	1
Şalpazarı	1
Tonya	29
Yomra	50
Toplam	551

Kaynak: Trabzon İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü

3.8. Veri Toplama Araçları ve Yöntem

Veri toplama aracı doğal afetlerin insanlar üzerindeki psikolojik etkilerini ortaya koyacak olan anket sorularıdır. Bu anket çalışmasının gerçekleştirilebilmesi için öncelikle Trabzon İli Valiliği'nden gerekli izinler alınmıştır (Bkz. EK-1). Anket formu doğal afet çeşitlerini, kişilerin afeti kaç kez yaşadıklarını, ön bilgilerinin durumunu, psikolojik açıdan etkilenip etkilenmediklerini, maddi ve manevi kayıplarının olup olmadığını, ortam değiştirmeyi düşünüp düşünmediklerini, olayı kabullenmekte güçlük çekip çekmediklerini, afet sonrası ilk fizyolojik tepkilerini ve afetin bıraktığı psikolojik etkileri kapsayan 27 sorudan oluşan (Bkz. EK-2) bir formdur. Araştırmanın amacına uygun kullanılabilecek hazır bir anket örneği olmadığı için anket soruları literatür taraması yapıldıktan sonra araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

Anketin ilk kısmında demografik bilgilere sonraki bölümlerde ise genel bilgiler, afet bilinci ve afet psikolojisi şeklinde üç ayrı kategoride değerlendirilen sorulara yer verilmiştir.

1. Genel bilgi soruları; toplam 8 soru
2. Afet bilinci soruları; afet bilincini belirlemede toplam 5 soru
3. Afet psikolojisi soruları; afet psikoloji etkilerini belirlemede toplam 13 sorudan oluşmaktadır.

Belirtilmesi gereken ilk nokta araştırma bulgularının bir ölçek aracılığı ile elde edildiğidir. Bu çalışmada amaç Trabzon'da ki doğal afetlerin insanlar üzerinde bırakmış olduğu psikolojik etkileri belirlemek ve doğal afet yaşamayan insanlarla karşılaştırmalı olarak değerlendirmektir. Katılımcıların 18 yaş üzerinde ve 65 yaş altında olması, araştırmaya katılabilmeleri için ölçüt olarak kabul edilmiştir. Travmatik olaylardan sonra ortaya çıkabilecek tüm düzeydeki tepkileri araştırmak önemlidir. Araştırmaya katılan kişilerin travmatik belirtiler gösteriyor olması TSSB tanısı alma için bir ön koşul değildir.

Kişileri seçerken dikkat ettiğimiz noktalar; kontrol ve yaşayan grup sayısının eşit olması ve kişilerin Trabzon'da yaşaması idi. Yaş aralıkları aralarında anlamlı farklılık olmayacak şekilde 35 yaş ve üstü, 35 yaş altı olmak üzere 2 gruba ayrılmaktadır. Çalışmamızda ankete katılanların mesleki ve eğitim durumlarında ayırım yapılmamıştır. Hedefte AFAD'dan elde edilen veriler doğrultusunda 551 kişi düşünülse de; afetzedelerin ikamet adresleri, yer değişikliği veya vefat gibi sebeplerden dolayı kişilerin tamamına ulaşamamıştır. Bu araştırmadaki anket soruları Trabzon il ve ilçelerinde doğal afet yaşayan (63 kişi) ve doğal afet yaşamayan (63 kişi) 126 kişiye 01.06.2015 - 01.07.2015 tarihleri aralığında uygulanmıştır. Araştırmacı anket sorularını yüz yüze görüşme tekniğini kullanarak süreci tamamlamıştır. Gönüllülük esasıyla anketi cevaplayan tüm katılımcıların yazılı onamları alınmıştır. Anketin güvenilirliği Cronbach's alfa ile yapılmış ve geçerliğini belirlemede yüzey geçerliği kullanılmıştır. Veriler SPSS 15 programında analiz edilmiş ve doğal afetlerin afetzedeler üzerindeki psikolojik etkisi belirlenmiştir.

3.9. Araştırmanın Hipotezleri

H₀: Afetzedeler yaşadıkları doğal afetlerden psikolojik açıdan etkilendi.

H₁: Afetzedeler yaşadıkları doğal afetlerden psikolojik açıdan etkilenmedi.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. ARAŞTIRMA KAPSAMINDA VERİLERİN ANALİZİ VE YORUMU

Bu bölümde toplanan verilere ait analizlere değinilmiştir.

4.1. Araştırma Bulgularının Analizi

Anket formu literatür taraması yapıldıktan sonra araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Yanıtlar Evet/Hayır ve seçimlik cevaplar şeklinde düzenlenmiştir. Uygulama tamamlandıktan sonra anket formları kontrol edilmiş ve cevaplandırılan formlar değerlendirmeye alınmıştır. Anket soruları numaralandırılmış ve numaralara göre bilgisayara kaydedilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde SPSS 15 programı kullanılmıştır. İstatiksel analiz metodu olarak elde edilen veriler parametrik koşulları taşımadığından istatistiksel değerlendirmelerde: yüzde frekans dağılımları, Ki-kare, Mann Whitney U testleri ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Anket formundaki soruların güvenilirliği incelenmiş ve Cronbach's Alfa değerleri doğal afet yaşayan kişilerde afet bilinci soruları için; 0,722 afet psikolojisi soruları için; 0,400 doğal afet yaşamamış kişilerde ise afet bilinci soruları için; 0,673 afet psikolojisi soruları için; 0,440 olarak bulunmuştur. Sorular güvenilir çıkmıştır. Sonuçlar tablolar ve grafikler şeklinde gösterilmiştir.

4.2. Bulgular ve Yorum

4.2.1. Demografik Bulgular

Katılımcılara ait tablolar aşağıda verilmiştir.

Cinsiyet

Tablo 4.1.'de ankete katılan 126 kişinin % 32'si bayan % 68'i erkektir.

Tablo 4.1. Katılımcıların Cinsiyete Göre Dağılımı

Cinsiyet	F	%
Kadın	40	32
Erkek	86	68
Toplam	126	100

Yaş

Tablo 4.2.'de ankete katılan 126 kişinin yaş grupları; %51'i 18-25 yaş aralığında %49'u ise 36-65 yaş aralığında olduğu gözlemlendi. Katılımcıların çoğunun ortalama yaşı 36 yaş üstüdür.

Tablo 4.2. Katılımcıların Yaş Aralıklarına Göre Dağılımı

Yaş Aralığı	F	%
18-35	64	51
36-65	62	49
Toplam	126	100

Tablo 4.3.'de aralarında frekans dağılımında istatistiksel farklılık göstermeyen ($p>0,05$); 35 yaş altı ve üstü kişilerden oluşan iki yaş grubu oluşturuldu. Doğal afet yaşayan kişilerin yaş grubuna bakıldığında %38'inin 18-35 yaş aralığında olduğu %62'sinin 36-65 yaş aralığında olduğu gözlemlendi. Doğal afet yaşamayan kişilerin yaş grubuna bakıldığında %63.5'inin 18-35 yaş aralığında olduğu %36.5'inin 36-65 yaş aralığında olduğu gözlemlendi.

Tablo 4.3. Doğal Afet Yaşayan ve Yaşamayan Grupların Yaş Aralıklarına Göre Dağılımı

Yaş Aralığı	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan	
	F	%	F	%
18-35	24	38	40	63,5
36-65	39	62	23	36,5
Toplam	63	100	63	100

Eğitim Durumu

Tablo 4.4.'de ankete katılan 126 kişinin %0,8'i okumamış, %21,4'ü ilköğretim, %19,1'i lise, %19,8'i ön lisans, %25,4'ü lisans, %13,5'i lisansüstü mezunu olduğu gözlemlendi.

Tablo 4.4. Katılımcıların Eğitim Durumu Dağılımı

Eğitim Durumu	F	%
Okumamış	1	0,8
İlköğretim	27	21,4
Lise	24	19,1
Ön lisans	25	19,8
Lisans	32	25,4
Lisansüstü	17	13,5
Toplam	126	100

Tablo 4.5.'de doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin %1,6'sı okumamış, %38'i ilköğretim, %22,2'si lise, %14,3'ü ön lisans, %17,6'sı lisans, %6,3'ü lisansüstü mezunu idi. Doğal afet yaşamayan gruptaki kişilerin %5'i ilköğretim, %16'sı lise, %25,4'ü ön lisans, %33'ü lisans, %20,6'sı lisansüstü mezunu idi.

Tablo 4.5. Doğal Afet Yaşayan ve Yaşamayan Grupların Eğitim Durumları Dağılımı

Eğitim Durumu	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan	
	F	%	F	%
Okumamış	1	1,6	0	0
İlköğretim	24	38	3	5
Lise	14	22,2	10	16
Ön lisans	9	14,3	16	25,4
Lisans	11	17,6	21	33
Lisansüstü	4	6,3	13	20,6
Toplam	63	100	63	100

Meslek Durumu

Tablo 4.6.'da katılımcıların %68'i çalışıyor, %19'u çalışmıyor ve %13'ünün emekli olduğu gözlemlendi.

Tablo 4.6. Katılımcıların Mesleki Durumlarına Göre Dağılımı

Meslek Durumu	F	%
Çalışmıyor	24	19
Çalışıyor	86	68
Emekli	16	13
Toplam	126	100

Tablo 4.7.'de doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin; %73'ü çalışıyor, %14'ünün emekli, %13'ünün çalışmıyor olduğu gözlemlendi. Doğal afet yaşamayan gruptaki kişilerin %63,5'i çalışıyor, %25,5'i çalışmıyor ve %11'inin emekli olduğu gözlemlendi.

Tablo 4.7. Doğal Afet Yaşayan ve Yaşamayan Grupların Mesleki Durumlarına Göre Dağılımı

Meslek Durumu	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan	
	F	%	F	%
Çalışmıyor	8	13	16	25,5
Çalışıyor	46	73	40	63,5
Emekli	9	14	7	11
Toplam	63	100	63	100

İkamet Süresi

Aralarında frekans dağılımında istatistiksel farklılık göstermeyen ($p>0,05$); 30 yıl altı ve üstü ikamet sürelerinden oluşan iki grup oluşturuldu. Ankete katılan 126 kişinin %52'si 30 yıl ve altı %48'i 30 yıl üstü ikamet ettiklerini belirttiler. Katılımcılarımızın ikamet süreleri 25 yıldan fazladır.

Tablo 4.8. Katılımcıların İkamet Süresine Göre Dağılımı

İkamet Süresi	F	%
30 yıl ve altı	66	52
30 yıl üstü	60	48
Toplam	126	100

Tablo 4.9.'da doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin ikamet sürelerinde %46'sı 30 yıl ve altı, %54'ünün 30 yıl üstü olduğu gözlemlendi. Doğal afet yaşamayan gruptaki kişilerin ikamet sürelerinde %59'u 30 yıl ve altı, %41'inin 30 yıl üstü olduğu gözlemlendi.

Tablo 4.9. Doğal Afet Yaşayan ve Yaşamayan Grupların İkamet Sürelerine Göre Dağılımı

İkamet Süresi	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan	
	F	%	F	%
30 yıl ve altı	29	46	37	59
30 yıl üstü	34	54	26	41
Toplam	63	100	63	100

İkamet Yeri

Tablo 4.10.'da ankete katılan 126 kişinin ikamet yerlerinin frekans dağılımı büyükten küçüğe doğru sıralandığında; en çok frekans değerleri Trabzon Merkez ve ardından Beşikdüzü, Tonya, Maçka, Yomra, Akçaabat, Of, Araklı ve Arsin ilçeleri yer almıştır.

Tablo 4.10. Katılımcıların İkamet Yerlerine Göre Dağılımı

İkamet Yeri	F	%
Merkez	67	53
Beşikdüzü	23	18
Tonya	11	9
Maçka	9	7
Yomra	7	6
Akçaabat	3	2,2
Of	2	1,6
Araklı	2	1,6
Arsin	2	1,6
Toplam	126	100

Tablo 4.11.'de doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin ikamet yerlerinin frekans dağılımında en çok Beşikdüzü ve en az Yomra ve Akçaabat ilçeleri olduğu gözlemlendi. Doğal afet yaşamayan gruptaki kişilerin ikamet yerlerinin frekans dağılımında en çok Trabzon Merkez ve en az Maçka ilçesi olduğu gözlemlendi.

Tablo 4.11. Doğal Afet Yaşayan ve Yaşamayan Grupların İkamet Yerlerine Göre Dağılımı

İkamet Yeri	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan	
	F	%	F	%
Merkez	19	30	48	76
Beşikdüzü	23	36,5	0	0
Of	2	3,2	0	0
Maçka	8	12,8	1	1,6
Tonya	9	14,3	2	3,2
Yomra	1	1,6	6	9,6
Akçaabat	1	1,6	2	3,2
Araklı	0	0	2	3,2
Arsin	0	0	2	3,2
Toplam	63	100	63	100

4.2.2. Genel Bilgi Sorularının Betimsel Analizi

Katılımcıların anket sorularına vermiş oldukları cevaplara ait oluşturulan tablolar aşağıda verilmiştir.

Soru 1. “Trabzon’da doğal afet olayını kendim yaşadım.” sorusuna tablo 4.12.’de tüm katılımcıların %50’si “Evet”, %50’si “Hayır” yanıtını vermiştir.

Tablo 4.12. Doğal Afet Yaşayan ve Yaşamayan Grupların Dağılımı

	F	%
Doğal Afet Yaşayan	63	50
Doğal Afet Yaşamayan	63	50
Toplam	126	100

Soru 2. “Trabzon da yaşadığım doğal afetler ve tarihi” sorusuna 1990-2015 yılları arasında bakıldı. Doğal afet yaşayan 63 kişiden sel ve su baskını yaşayan 52 kişinin %69’u 2010-2015 tarihleri arasında, %29’u 1990-1999 tarihleri arasında ve %2’si 2000-2009 tarihleri arasında yaşanmıştır. Deprem yaşayan 5 kişinin %100’ü 1990-1999 tarihleri arasında yaşamıştır. Kaya düşmesi yaşayan 4 kişinin %50’si 1990-1999 tarihleri arasında, %25’i 2000- 2009 tarihleri arasında ve %25’i 2010- 2015 tarihleri arasında yaşamıştır. Çığ yaşayan 2 kişinin %100’ü 1990- 1999 tarihleri arasında yaşamıştır, heyelan yaşayan 18 kişinin %61’i 1990- 1999 tarihleri arasında, %11’i 2000- 2009 tarihleri arasında %28’i 2010- 2015 tarihleri arasında yaşamıştır.

Katılımcıların Trabzon’da en fazla yaşadıkları doğal afet olayının %83 oranı ile “Sel ve su baskını” en düşük ise %3 oranı ile “Çığ” olayları idi. Sel ve su baskını en çok 2010- 2015 en az 2000- 2009 tarihleri arasında, deprem sadece 1990- 1999 yılları arasında, kaya düşmesi en çok 1990-1999 yılları arasında, çığ sadece 1990- 1999 yılları arasında, heyelan en çok 1990- 1999 en az 2000- 2009 yılları arasında yaşandığı gözlemlendi.

Tablo 4.13. Katılımcıların Doğal Afet Yaşadıkları Tarihlerin Dağılımı

Doğal Afet Türleri	Doğal Afet Yaşayan Tarihler						Toplam
	1990-1999		2000-2009		2010-2015		
	F	%	F	%	F	%	
Sel ve Su Baskını	15	29	1	2	36	69	52
Deprem	5	100	0	0	0	0	5
Kaya Düşmesi	2	50	1	25	1	25	4
Çığ	2	100	0	0	0	0	2
Heyelan	11	61	2	11	5	28	18

Soru 3. “Trabzon’da yaşadığım doğal afet sayısı” sorusuna Tablo 4.14.’de sel ve su baskını yaşayan 52 kişinin %86’sının doğal afeti 1 kez yaşadığı, %10’unun doğal afeti 2 kez yaşadığı, %4’ünün doğal afeti 3 kez ve daha fazla yaşadığı gözlemlendi. Deprem yaşayan 5 kişinin %80’i doğal afeti 1 kez yaşadığı %20’sinin doğal afeti 2 kez yaşadığı gözlemlendi. Kaya düşmesi yaşayan 4 kişinin %100’ü doğal afeti 1 kez yaşamıştır. Benzer şekilde çığ yaşayan 2 kişinin %100’ü doğal afeti 1 kez yaşamıştır. Heyelan yaşayan 18 kişinin %94’ünün doğal afeti 1 kez, %6’sının doğal afeti 3 kez ve daha fazla yaşadığı gözlemlendi. Trabzon’da gözlenen doğal afetler içerisinde gözlenme sıklığının yüzde oranı en çok 1 kez idi.

Tablo 4.14. Katılımcıların Yaşadıkları Doğal Afet Sayısı Dağılımı

Yaşanan Doğal Afet Türleri	Doğal Afetin Kaç Kez Yaşandığı						Toplam
	1 kez		2 kez		3 kez ve daha fazla		
	F	%	F	%	F	%	
Kaya Düşmesi	4	100	0	0	0	0	4
Çığ	2	100	0	0	0	0	2
Heyelan	17	94	0	0	1	6	18
Sel ve su baskını	45	86	5	10	2	4	52
Deprem	4	80	1	20	0	0	5

Soru 10. “Olay sırasında yalnızdım.” sorusuna Tablo 4.15.’de doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin %25’i “Evet”, %75’i “Hayır” dediği gözlemlendi.

Tablo 4.15. Olay Sırasında Yalnız Olma Durumu Dağılımı

Yalnız Olma Durumu	F	%
Yalnızdım	16	25
Yalnız değildim	47	75
Toplam	63	100

Soru 11. “9. Soruya cevabınız evet ise; ilk..... eylemleri yaptım/yapardım.” sorusunda, doğal afeti yaşayan katılımcıların %87’si afet sırasında herhangi bir fiziksel eylem yapmazken %13’ü ise ilk fiziksel eylemlerinden bahsettiler. İlk eylem olarak ne yapacağını bilenler sırasıyla; önceden hazırladıkları planları uyguladıklarını, güvenli bir yer aradıklarını az oranlarda da kaçtıklarını ve bağırdıklarını belirttiler. %3’ü yukarıda belirtilen eylemler dışında farklı eylemlere yöneldiklerini belirttiler.

Doğal afeti yaşamayan katılımcıların %61,9’u afet sırasında herhangi bir fiziksel eylem yapmayacaklarını belirtirken %28,1’i ilk fiziksel eylemlerinden bahsettiler. Eylem olarak ne yapacağını bilenler sırasıyla; “Güvenli bir yer arama”, “Kaçma”, “Yardım arama”, “Önceden hazırlanılan planı uygulama”, düşük oranlarda da ağlayacaklarını, bağırabileceklerini, birilerini suçlayacaklarını veya pencereden atlayacaklarını belirttiler.

Tablo 4.16. Doğal Afet Yaşayan Grubun İlk Fiziksel Eylemleri

11. soru	F	%
Herhangi bir eylem yapmama	55	87
Önceden hazırladığım planımı uygulama	2	3
Güvenli bir yer arama	2	3
Diğer	2	3
Bulduğum yerden kaçma	1	2
Bulduğum yerden kaçma- güvenli bir yer arama – bağırma	1	2
Toplam	63	100

Tablo 4.17. Doğal Afet Yaşamayan Grubun ilk Fiziksel Eylemleri

11. soru	F	%
Herhangi bir eylem yapmama	39	61,9
Güvenli yer	7	11,1
Kaçma- Güvenli yer -Yardım	5	7,8
Kaçma- Plan uygulama - Güvenli yer - Yardım	3	4,8
Kaçma-Bağırma-Güvenli yer	2	3,2
Plan uygulama	2	3,2
Plan uygulama - Güvenli yer	1	1,6
Kaçma- Plan uygulama - Güvenli yer - Yardım -Pencereden atlama- Birilerini suçlama	1	1,6
Kaçma-Ağlama-Güvenli yer	1	1,6
Yardım	1	1,6
Ağlama-Güvenli yer-Yardım	1	1,6
Toplam	63	100

Soru 18. “Afet bende maddi kayıplara sebep oldu.” sorusuna Tablo 4.18.’de doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin çoğunlukla %57’si “Evet” derken %43’ü “Hayır” cevabı verdiği gözlemlendi.

Tablo 4.18. Doğal Afet Yaşayan Grubun Maddi Kayıplarına Göre Dağılımı

Maddi Kayıp	F	%
Evet	36	57
Hayır	27	43
Toplam	63	100

Soru 19. “Afet bende manevi kayıplara sebep oldu.” sorusuna Tablo 4.19.’da doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin çoğunlukla %64’ü “Evet”, %36’sı “Hayır” cevabını verdiği gözlemlendi.

Tablo 4.19. Doğal Afet Yaşayan Grubun Manevi Kayıplarına Göre Dağılımı

Manevi Kayıp	F	%
Evet	40	64
Hayır	23	36
Toplam	63	100

Soru 24. Afet sonrası bana..... söylendi.” sorusuna Tablo 4.20.’de doğal afet yaşayan gruptaki kişilere en çok %56 oranı ile “Daha kötü olabilirdi” denildiği sonrasında ise %19’u “Yaşadığım afet normal bir olaydır” denildiği, %9’u “Ne hissettiğini anlayabiliyorum”, %6’sı “Senin hatan yok elinden gelenin en iyisini yaptın”, %5’i “Hiçbiri”, %3’ü “Hiçbir şey tabi ki aynı olamaz” ve %2 oran ile en az “Biraz daha çaba gösterseydin daha iyi olacaktı” cümlelerinin söylendiği belirtildi.

Tablo 4.20. Doğal Afet Yaşayan Gruba Söylenen Cümlelerin Dağılımı

Afet Sonrasında Söylenen Cümleler	F	%
Daha kötü olabilirdi	35	56
Yaşadığım afet normal bir olaydır	12	19
Ne hissettiğini anlayabiliyorum	6	9
Senin hatan yok elinden gelenin en iyisini yaptın	4	6
Hiçbiri söylenmedi	3	5
Hiçbir şey tabi ki aynı olamaz	2	3
Biraz daha çaba gösterseydin daha iyi olacaktı	1	2
Toplam	63	100

4.2.3. Afet Bilinci Soruları İle ilgili Betimsel Analizler

Soru 5. “Bu afetleri yaşamadan önce kendimi ve ailemi nasıl korumam gerektiği ile ilgili ön bilgim vardı.” sorusuna afeti yaşayanlar ön bilgilerinin yüksek oranda olmadığını belirtirken doğal afet yaşamayanlar ise kaya düşmesi, çığ ve heyelan hakkında ön bilgilerinin olmadığını belirtiyorlar ($p<0,05$).

Tablo 4.21.’de doğal afet yaşayan gruptaki kişilerde; “Ön bilgim var” diyenlerin frekansı sel ve su baskınında %33, depremde %17, heyelanda %16, kaya düşmesinde %7, çığda %3 olduğu gözlemlendi. Doğal afet yaşayan gruptaki kişilerde; “Ön bilgim yok” diyenlerin frekansı; çığda %97, kaya düşmesinde %93, depremde %84, sel ve su baskınında %83 ve heyelanda %67 oranında olduğu gözlemlendi.

Doğal afet yaşamayan gruptaki kişilerde; “Ön bilgim var” diyenlerin frekansı; depremde %60, sel ve su baskınında %44, heyelanda %29, kaya düşmesi ve çığda %19 olduğu gözlemlendi. Doğal afet yaşamayan gruptaki kişilerde “Ön bilgim yok” diyenlerin

frekansı; çığda ve kaya düşmesinde %81, heyelanda %71, sel ve su baskınında %56, depremde %40 oranında olduğu gözlemlendi.

Tablo 4.21. Doğal Afet Yaşayan Grupta Ön Bilgi Durumu Dağılımı

Doğal Afet Çeşidi	Doğal Afet Yaşayanların Ön Bilgi Düzeyi				p
	Ön Bilgisi Olan		Ön Bilgisi Olmayan		
	F	%	F	%	
Sel ve Su Baskını	21	33	42	67	0,008
Deprem	11	17	52	83	<0,001
Kaya düşmesi	5	7	58	93	<0,001
Çığ	2	3	61	97	<0,001
Heyelan	10	16	53	84	<0,001

Tablo 4.22. Doğal Afet Yaşamayan Grupta Ön Bilgi Durumu Dağılımı

Doğal Afet Çeşidi	Doğal Afet Yaşamayanların Ön Bilgi Düzeyi				p
	Ön Bilgisi Olan		Ön Bilgisi Olmayan		
	F	%	F	%	
Sel ve Su Baskını	28	44	35	56	0,378
Deprem	38	60	25	40	0,101
Kaya düşmesi	12	19	51	81	<0,001
Çığ	12	19	51	81	<0,001
Heyelan	18	29	45	71	<0,001

Soru 9. “Trabzon’da ki doğal afet anında ne yapacağımıbil(ir)dim.”

Sorusuna Tablo 4.23.’de afeti yaşayan kişiler çoğunlukla ne yapacaklarını bilemediklerini belirttiler. Bunun yanında afeti yaşayan grup afeti yaşamayan grupla karşılaştırıldığında bu oran anlamlı olarak daha yüksekti ($p < 0.001$).

Doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin %14’ü “Evet”, %86’sı “Hayır”, doğal afet yaşamayanlarda ise %43’ü “Evet”, %57’si “Hayır” cevabını verdikleri gözlemlendi.

Tablo 4.23. Doğal Afet Anında Ne Yapacağını Bilme Durumu Dağılımı

Doğal Afet Anında Ne Yapacağını Bilme Durumu	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan		p
	F	%	F	%	
Evet	9	14	27	43	<0.001
Hayır	54	86	36	57	
Toplam	63	100	63	100	

Şekil olarak gösterilmese de afet sırasında ne yapacağını bildiğini düşünen kişilerde en çok gözlenen duygusal, fizyolojik ve davranışsal tepkiler sırası ile afeti yaşayan grupta; %78 oranı ile “Üzüntü”, %33 oranı ile “Nefes alışında artış”, %44 oranı ile “Önceden hazırlanan planı uygulama ve Güvenli bir yer arama”, afeti yaşamayan grupta ise; %22 oranı ile “Korku ve panik”, %19 oranı ile “Kalp atışlarında artış”, %26 oranı ile “Güvenli bir yer arama” olduğu gözlemlendi.

Diğer yandan afet sırasında ne yapacağını bilemediğini düşünen kişilerde en çok gözlenen duygusal ve fizyolojik tepkiler sırası ile afeti yaşayan grupta %24 oranı ile “Korku ve panik”, %31 oranı ile “Nefes alışında ve Kalp atışında artış” olduğu gözlemlendi.

Afeti yaşayan kişilerde afet sonrasında hala devam eden değişiklikler; %33 oranı ile daha fazla sinirli oldukları, aile ve sevdiklerini kaybetme korkusu yaşadıkları, konsantrasyon gücünü yaşadıkları, iş verimi azalışı, geleceğe dair kaygıların olduğu ve afet hatırladığında şuan ki duygularının %33 oranı ile çaresizlik hissi olduğu belirtildi.

Soru 15. “Bu yaşadığım afetin üzerimde yarattığı psikolojik etkilerin normal olduğunu düşünüyorum” sorusuna Tablo 4.24.’de afeti yaşayan ve yaşamayanlar benzer cevap vererek her iki grupta da “Evet” cevabı daha fazla idi (p<0,001).

Doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin %89’u “Evet”, %11’i “Hayır” cevabını ve doğal afet yaşamayan gruptaki kişilerde ise %87’si “Evet”, %13’ü “Hayır” cevabını verdikleri gözlemlendi.

Tablo 4.24. Doğal Afet(ler)in Meydana Getirdiği Psikolojik Etkilerin Normal Olduğunu Düşünme Durumu Dağılımı

Doğal Afetin Etkilerinin Normal Olduğunu Düşünme Durumu	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan		p
	F	%	F	%	
Evet	56	89	55	87	<0.001
Hayır	7	11	8	13	
Toplam	63	100	63	100	

Soru 26. “Bu yaşadığım afetler/le tekrar yaşayabileceğim afetlere karşı daha çok bilinçliyim/bilinçli olurdum.” sorusuna Tablo 4.25.’de iki grubunda doğal afetlere karşı bilinçli olduğu gözlemlendi. Afeti yaşayan grupta bu oran anlamlı olarak daha düşük idi ($p<0,05$).

Doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin %86’sı “Evet”, %14’ü “Hayır” cevabını verdiği ve doğal afeti yaşamayan gruptaki kişilerin %97’si “Evet”, %3’ü “Hayır” cevabını verdiği gözlemlendi.

Tablo 4.25. Yaşanabilecek Afetlere Karşı Bilinçli Olma Durumu Dağılımı

Tekrar Yaşanabilecek Afetlere Karşı Bilinçli Olma	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan		p
	F	%	F	%	
Evet	54	86	61	97	0,027
Hayır	9	14	2	3	
Toplam	63	100	63	100	

Soru 27. “Gelecekte yaşayabileceğim afetlerle ilgili önlem al(ır)dım ve plan hazırla(r)dım.” sorusuna afet yaşayan grubun yaşamayanlara göre afetlere karşı önlem alma ve plan hazırlama oranı anlamlı olarak daha düşük idi ($p<0,05$). Doğal afet yaşayan grup içinde anlamlı olmasa da ($p>0,05$) çoğunlukla afetlere karşı önlem almadıklarını ve plan hazırlamadıklarını, doğal afet yaşamayan kişiler ise anlamlı olarak ($p<0,05$) çoğunlukla afetlere karşı önlem alıp plan hazırlayabileceklerini belirttiler.

Doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin %43’ü “Evet”, %57’si “Hayır”, doğal afet yaşamayan gruptaki kişilerin %86’sı “Evet”, %14’ü “Hayır” cevabı verdikleri gözlemlendi.

Tablo 4.26. Afetlere Karşı Önlem Alıp Plan Hazırlama Durumu Dağılımı

Önlem Alma ve Plan Hazırlama	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan		p
	F	%	F	%	
Evet	27	43	54	86	<0.001
Hayır	36	57	9	14	
Toplam	63	100	63	100	

4.2.4. Afet Psikolojisi Soruları İle İlgili Betimsel Analizler

Soru6. “Trabzon’da yaşadığım doğal afetten psikolojik açıdan etkilendiğimi düşünüyorum.” sorusuna sel ve su baskını, deprem, çığ ve heyelan olaylarından psikolojik olarak etkilendikleri, kaya düşmesi olayından anlamlı olarak psikolojik olarak etkilenmedikleri şeklinde sorulara cevap verildi ($p<0,05$).

Tablo 4.27.’de doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin; %94’ü heyelandan, %80’ini depremden, %79’u sel ve su baskınından, %50’si çığdan ve %25’i kaya düşmesi olaylarından psikolojik açıdan etkilendiklerini belirttiler.

Tablo 4.27. Yaşanan Doğal Afetlerden Psikolojik Açıdan Etkilenme Durumu Dağılımı

Yaşanan Doğal Afet Türleri	Psikolojik Açıdan Etkilenme Durumu				
	Evet		Hayır		p
	F	%	F	%	
Heyelan	17	94	3	6	<0,001
Deprem	4	80	1	20	<0,001
Sel ve su baskını	41	79	11	21	<0,001
Çığ	2	50	1	50	<0,001
Kaya düşmesi	1	25	3	75	<0,001

Soru 7. “Afetin yaşandığı o an..... ilk duygu içindeydim.” sorusuna Tablo 4.28.’de doğal afet yaşayan ve yaşamayan gruplar benzer cevap verdi. Buna göre afet yaşayan gruptaki kişilerin; %26’sı “Korkarım ve paniklerim”, %17’si “Üzülürüm”, %17’si “Korkarım ve paniklerim-Çaresizlik hissederim”, %11’i “Şaşırırım”, %11’i “Çaresizlik hissederim”, %10’u “Üzülürüm-Korkarım ve paniklerim”, %8’i “Öfkelenirim” dediği gözlemlendi. Afet yaşamayan gruptaki kişilerin sırasıyla %37’si

“Korkar ve paniklerdim”, %20’si “Çaresizlik hissederdim”, %14’ü “Üzülürdüm”, %8’i “Şaşırırdım”, %8’i “Korkar ve paniklerdim-Çaresizlik hissederdim”, %8’i “Üzülürdüm-Korkar ve paniklerdim”, %5’i “Öfkelenirdim” dediği gözlemlendi.

Tablo 4.28. Doğal Afet Yaşayan Grupta İlk Duygu Durumu Dağılımı

Afet Anı Yaşanılan İlk Duygu	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan		p
	F	%	F	%	
Korku ve Panik	16	26	23	37	0,963
Üzüntü	11	17	9	14	
Korku ve Panik-Çaresizlik	11	17	5	8	
Şaşkınlık	7	11	5	8	
Çaresizlik	7	11	13	20	
Üzüntü- Korku ve Panik	6	10	5	8	
Öfke	5	8	3	5	
Toplam	63	100	63	100	

Soru 8. “Şu an yaşadığım afeti hatırladığımdaduygu içindeyim.” sorusuna Tablo 4.29.’da doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin %42’si “Üzülürüm”, %19’u “Korkarım ve paniklerim”, %8’i “Çaresizlik hissedirim”, %6’sı “Şaşırıyorum”, %6’sı “Öfkelenirim”, %6’sı “Üzülürüm-Korkarım ve paniklerim”, %5’i “güvenli hissedirim” %5’i “Üzülürüm- Öfkelenirim”, %3’ü “Üzülürüm-Çaresizlik hissedirim” duyguları içerisinde olduklarını ve bu sonuç ile doğal afet yaşayan kişiler afeti hatırladıklarında şuan ki duygularının en çok %42 oranında üzüntü olduğunu belirttiler.

Tablo 4.29. Doğal Afet Yaşayan Grupta Afetin Hatırlandığı Zaman Meydana Getirdiği Duygu Durumu Dağılımı

Afet Hatırladığındaki Duygu Durumu	F	%
Üzüntü	26	42
Korku ve Panik	12	19
Çaresizlik	5	8
Şaşkınlık	4	6
Öfke	4	6
Üzüntü- Korku ve Panik	4	6
Güven	3	5
Üzüntü- Öfke	3	5
Üzüntü – Çaresizlik	2	3
Toplam	63	100

Soru 12. “Afet sırasında etrafımda birilerini arayarak iletişime geçmek iste(r)dim.” sorularına Tablo 4.30.’da her iki grupta da en çok iletişime geçtim (geçerdim) cevapları şeklinde idi ($p<0,05$). Ancak bu oran anlamlı olarak yaşayanlarda daha düşük idi.

Doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin %70’i “Evet”, %30’u “Hayır” cevabını, doğal afet yaşamayan gruptaki kişilerin de %97’si “Evet”, %3’ü “Hayır” cevabını verdikleri gözlemlendi.

Tablo 4.30. Afet Sırasında İletişime Geçme Durumu Dağılımı

İletişime Geçme	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan		p
	F	%	F	%	
Evet	44	70	61	97	<0.001
Hayır	19	30	2	3	
Toplam	63	100	63	100	

Soru 13. “Afet sırasında başkalarına yardım ettim/ ederdim.” sorularına Tablo 4.31.’de afeti yaşayan grupta afeti yaşamayan gruba göre anlamlı olarak daha düşük frekansta “Yardım ettim” cevabı verildiği gözlemlendi ($p<0,05$).

Doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin “Evet” (%52) ve “Hayır” (%48) cevapları birbirine yakın iken; doğal afet yaşamayan gruptaki kişilerde ise %89 frekansında “Evet” cevabı verildiği ($p<0,05$) gözlenmiştir.

Tablo 4.31. Afet Sırasında Başkalarına Yardım Etme Durumu Dağılımı

Başkalarına Yardım Etme	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan		p
	F	%	F	%	
Evet	33	52	56	89	
Hayır	30	48	7	11	<0.001
Toplam	63	100	63	100	

Soru 14. “Afet sırasında ilk fizyolojik tepkim/tepkilerimol(ur)du.” sorularına Tablo 4.32.’de verdikleri cevap bakımından her iki grup arasında anlamlı farklılık gözlenmedi ($p>0,05$).

Doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin %26’sı “Kalp atışlarım arttı- Nefes alışım hızlandı”, %19’u “Kalp atışlarım arttı”, %16’sı “Nefes alışım hızlandı”, %8’i “Sinirsel tiklerim oldu”, %6’sı “Titredim”, %6’sı “Kaslarım gerildi”, %5 ‘i “Terledim”, %5’i “Kalp atışlarım arttı-Nefes alışım hızlandı-Kaslarım gerildi”, %3’ü “Kalp atışlarım arttı-Sinirsel tiklerim oldu”, %3’ü “Kalp atışlarım arttı-Nefes alışım hızlandı-Titredim”, %3’ünde ise tüm fizyolojik tepkiler gözlendi.

Doğal afet yaşamayan gruptaki kişilerin %30’u “Nefes alışım hızlanırdı”, %27’si “Kalp atışlarım artardı”, %10’u “Kaslarım gerilirdi”, %6’sı “Terlerdim”, %6’sı “Başım dönerdi”, %5’i “Titreirdim”, %5’i “Sinirsel tiklerim olurdu”, %5’i “Kalp atışlarım artardı-Nefes alışım hızlanırdı”, %3’ü “Vücudumda ağrı hissederdim”, %3’ü “Üşürdüm” tepkileri vereceklerini belirttiler.

Tablo 4.32. Afet Sırasında İlk Fizyolojik Tepki(ler) Durumu Dağılımı

Fizyolojik Tepkiler	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan		p
	F	%	F	%	
Kalp atışlarım arttı- Nefes alışım hızlandı	16	26	3	5	
Kalp atışlarım arttı	12	19	17	27	
Nefes alışım hızlandı	10	16	19	30	
Sinirsel tiklerim oldu	5	8	3	5	
Titredim	4	6	3	5	
Kaslarım gerildi	4	6	6	10	
Terledim	3	5	4	6	
Kalp atışlarım arttı- Nefes alışım hızlandı- Kaslarım gerildi	3	5	0	0	
Kalp atışlarım arttı- Sinirsel tiklerim oldu	2	3	0	0	0,685
Kalp atışlarım arttı- Nefes alışım hızlandı- Titredim	2	3	0	0	
Hepsi	2	3	0	0	
Vücudumda ağrı hissettim	0	0	2	3	
Üşüdüm	0	0	2	3	
Başım döndü	0	0	4	6	
Toplam	63	100	63	100	

Soru 16. “Afet sonrasında psikososyal destek al(ı)r dım.” sorularına Tablo 4.33.’de her iki grupta hem grup içinde hem de gruplar arasında verdikleri cevaplar bakımından anlamlı olarak farklılık gözlemlendi ($p < 0,05$).

Doğal afet yaşayan gruptaki kişiler çoğunlukla “Hayır” (%95) cevabını verirken doğal afet yaşamayan gruptaki kişiler ise çoğunlukla “Evet” (%64) cevabını verdiği gözlemlenmiştir.

Tablo 4.33. Afet Sonrası Psikososyal Destek Alma Durumu Dağılımı

Psikososyal Destek Alma	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan		p
	F	%	F	%	
Evet	3	5	40	64	<0.001
Hayır	60	95	23	36	
Toplam	63	100	63	100	

Soru 17. “Afet sonrası stres ile baş etme yollarım.....şeklinde idi/olurdu.” sorularına Tablo 4.34.’de her iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gözlenmedi ($p>0,05$).

Doğal afet yaşayan gruptaki kişiler stres ile baş etme yollarında büyükten küçüğe sırasıyla; %27’si “Manevi”, %25’i “Bilişsel-Manevi”, %21’i “Bilişsel”, %13’ü “Fiziksel”, %9’u “Fiziksel-Manevi”, %3’ü “Fiziksel -Bilişsel-Manevi”, %2’si “Fiziksel-Bilişsel” düzey olarak cevapladılar.

Doğal afet yaşamayan gruptaki kişiler büyükten küçüğe sırasıyla; %24’ü “Bilişsel-Manevi”, %20’si “Bilişsel”, %16’sı “Fiziksel-Bilişsel-Manevi”, %14’ü “Aktivite”, %13’ü “Manevi”, %8’i “Fiziksel-Bilişsel”, %5’i “Fiziksel-Manevi” düzey olarak cevapladılar.

Tablo 4.34. Afet Sonrası Stres ile Baş Etme Aktiviteleri Durumu Dağılımı

Aktivite Çeşidi	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan		p
	F	%	F	%	
Fiziksel*	8	13	9	14	
Bilişsel**	13	21	13	20	
Manevi***	17	27	8	13	
Bilişsel-Manevi	16	25	15	24	0,097
Fiziksel – Manevi	6	9	3	5	
Fiziksel – Bilişsel- Manevi	2	3	10	16	
Fiziksel- Bilişsel	1	2	5	8	
Toplam	63	100	63	100	

*:**Fiziksel:** Uyku düzenime dikkat ettim, gevşeme egzersizleri yaptım, fiziksel egzersizleri yaptım, müzik dinledim kitap okudum.

:Bilişsel:** Doğru beslenme alışkanlığı edindim, olumlu ve yapıcı düşünmeyi öğrendim, yaşadığım afet olayları ile ilgili daha fazla bilgi edindim.

***:**Manevi:** Hayata sıfırdan başladım, yakınlarımla daha çok iletişime geçtim, manevi inançlarımı sorguladım, evcil hayvan edindim.

Soru 20. “Afet sonrasında bende hala devam edendeğişiklikler oldu.” sorusuna Tablo 4.35.’de afet sonrası hala devam eden farklı değişiklikler olduğu ($p<0,05$) ve bunların frekans sırasına göre; doğal afet yaşayan gruptaki kişilerin %36,5’i “Daha fazla sinirliyim-Ailemi ve sevdiklerimi kaybetme korkusu yaşıyorum-Konsantrasyon güçlüğü yaşıyorum-İş verimim azaldı- Geleceğe dair kaygılarım oluştu”, %17,4’ü “Herhangi bir değişiklik olmadı”, %17,4’ü “Her an afet olacakmış gibi

hissediyorum”, %9,5’i “Ailemi ve sevdiklerimi kaybetme korkusu yaşıyorum”, %6,3’ü “Olayın olduğu yerden geçemiyorum”, %6,3’ü ”Geleceğe dair kaygılarım oluştu”, %5’i “Daha fazla sınırlıyım”, %1,6’sı “Kendimi artık güçsüz hissediyorum” cevabı verdikleri gözlemlendi.

Toplamda en fazla aile ve sevdiklerini kaybetme korkusu sonrasında kaygı ve afetin olduğu yerden geçememe, sınırlılık, iş veriminde azalma ve konsantrasyon güçlüğü en son ise her an afet olacakmış hissi ve herhangi bir değişiklik olmadığını belirttiler.

Tablo 4.35. Afet Sonrası Hala Devam Eden Davranış(lar) Durumu Dağılımı

Afet Sonrası Devam Eden Değişiklikler	F	%	p
Sınırlılık-Aile ve sevdiklerini kaybetme korkusu - Konsantrasyon güçlüğü- İş verimi azalışı - Kaygı	23	36,5	
Değişiklik olmadı	11	17,4	
Her an afet olacakmış hissi	11	17,4	
Aile ve sevdiklerini kaybetme korkusu	6	9,5	
Olayın olduğu yerden geçememe	4	6,3	<0,001
Kaygı	4	6,3	
Sınırlılık	3	5	
Kendini güçsüz hissetme	1	1,6	
Toplam	63	100	

Soru 21. “Afet sırasında önce kendimi, sonra yakınlarımı düşün(ür)düm.” sorularına Tablo 4.36.’da her iki grupta benzer şekilde “Evet” cevabı verirken afeti yaşamayan grupta frekans değerleri daha yüksek idi ($p<0,05$).

Tablo 4.36. Afet Sırasında İlk Olarak Kendini Düşünme Durumu Dağılımı

Kendini Düşünme	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan		p
	F	%	F	%	
Evet	34	54	50	79	0,002
Hayır	29	46	13	21	
Toplam	63	100	63	100	

Soru 22. “Afet sonrasında başka bir ortama taşın(ır)dım veya ortamdaki uzaklaşmayı düşün(ür)düm.” sorularına Tablo 4.37.’de gruplar karşılaştırıldığında cevaplarda anlamlı şekilde farklılık gözlemlendi ($p < 0,05$).

Doğal afet yaşayan grupta anlamlı şekilde ortamdaki uzaklaşma dağılım frekansı %51 oranı ile “Hayır” şeklinde cevaplandırıldı.

Doğal afet yaşamayan grupta ise anlamlı farklılık gözlenmese de ($p > 0,05$) ortamdaki uzaklaşım diyenlerin frekansı (%60) daha yüksek idi.

Tablo 4.37. Afet Sonrasında Ortamdan Uzaklaşma Durumu Dağılımı

Ortamdan Uzaklaşma ya da Ayrılma	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan		p
	F	%	F	%	
Evet	12	19	38	60	<0.001
Hayır	51	81	25	40	
Toplam	63	100	63	100	

Soru 23. “Afet üzerimde travmatik etki yarattı.” sorusuna Tablo 4.38.’de doğal afet yaşayan gruptaki kişiler istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermedi. Gruptaki kişilerin %56’sının “Evet”, %44’ünün “Hayır” cevaplarını verdiği gözlemlendi.

Tablo 4.38. Afetin Meydana Getirdiği Travmatik Etki Durumu Dağılımı

Travmatik Etki Meydana Getirme Durumu	F	%	p
Evet	35	56	0,378
Hayır	28	44	
Toplam	63	100	

Soru 25. “Afetten sonra ortama uyum sağlayabil(ir)düm, olayı kabullen(ir)düm.” sorularına Tablo 4.39.’da her iki grup arasında çoğunlukla evet cevabı verilerek ortama uyum sağladıklarını belirttiler. Ayrıca doğal afet yaşayan kişilerin cinsiyet gözetmeksizin olayı kabullenip ortama uyum sağladıkları gözlemlendi.

Gruplar kendi içerisinde ise anlamlı olarak ($p<0,05$) ortama uyum sağlayıp olayı kabullendiklerini belirterek; doğal afet yaşayanlarda (%76) ve yaşamayanlarda (%64) yüksek oranlarda “Evet” cevapları verildi.

Tablo 4.39. Afet Sonrası Olayı Kabullenebilme ve Ortama Uyum Sağlama Durumu Dağılımı

Olayı Kabullenme ve Uyum Sağlama Durumu	Doğal Afet Yaşayan		Doğal Afet Yaşamayan		p
	F	%	F	%	
Evet	48	76	40	64	0,087
Hayır	15	24	23	36	
Toplam	63	100	63	100	

4.2.5. Karşılaştırma Soruları İle İlgili Bulgular

Soru 21-“Cinsiyet” karşılaştırmasında Tablo 4.40.’da doğal afet yaşayan grupta istatistiksel bakımdan anlamlı olarak erkeklerin % 65’i afet sırasında “Önce kendilerini düşündüklerini”, kadınların ise afet sırasında %70’i “Öncelikle yakınlarını düşündüklerini” şeklinde soruları cevaplandırdılar ($p<0,05$).

Doğal afet yaşamayan grup içindeki kadın ve erkeklerin her ikisinin de önce kendilerini düşünecekleri şeklinde soruları cevaplandırdıkları bunun yanında kadın ve erkek gruplar arasında verilen cevaplar bakımından anlamlı farklılığın olmadığı gözlemlendi ($p>0,05$).

Tablo 4.40. Soru 21 ile Cinsiyet Karşılaştırması

21. soru	Doğal Afet Yaşayan					p	Doğal Afet Yaşamayan					p
	Cinsiyet						Cinsiyet					
	Kadın		Erkek		Toplam		Kadın		Erkek		Toplam	
	F	%	F	%		F	%	F	%			
Evet	6	30	28	65	34	0,010	18	90	32	74	50	0,137
Hayır	14	70	15	35	29		2	10	11	26	13	

21.sorunun açıklaması: “Afet sırasında önce kendimi, sonra yakınlarımı düşündüm.”

Soru 23-“Cinsiyet” karşılaştırmasında Tablo 4.41.’de afetin meydana getirdiği travmatik etkinin anlamlı olarak %80 oran ile kadınlarda erkeklerden daha fazla olduğu gözlenmiştir ($p<0,05$). Ayrıca tablo olarak gösterilmese de doğal afet yaşayan kadınların %80’inin, erkeklerin ise %73’ünün psikolojik olarak etkilendikleri gözlemlendi.

Tablo 4.41. Soru 23 ile Cinsiyet İlişkisi

23.soru	Cinsiyet				Toplam	p
	Kadın		Erkek			
	F	%	F	%		
Evet	16	80	19	44	35	
Hayır	4	20	24	56	28	0,007
Toplam	20	100	43	100	63	

23.sorunun açıklaması: “Afet üzerimde travmatik etki yarattı.”

Soru 6-“Yaş” karşılaştırmasında, bir kişinin birden fazla afet yaşayacağı göz önüne alınarak Tablo 4.42 düzenlendi. Yaş aralıkları 35 ve altı-35 üstü olan iki grup arasında 35 yaş üstü kişilerin yaşanan doğal afetlerden psikolojik olarak daha fazla etkilendikleri gözlemlendi.

Tablo 4.42. Soru 6 ile Yaş ilişkisi

6.soru	Yaş			
	Yaş 35 ve altı		Yaş 35 üstü	
	F	%	F	%
Evet	17	26	48	74
Hayır	14	74	5	26

6. Sorunun açıklaması: “Trabzon’da yaşadığım doğal afetten psikolojik açıdan etkilendiğimi düşünüyorum.”

Soru 23-“Yaş” karşılaştırmasında, Tablo 4.43.’de doğal afet yaşayan grupta aralarında frekans dağılımında istatistiksel farklılık göstermeyen ($p>0,05$); 35 ve altı-35 üstü şeklinde iki grup oluşturuldu. Her iki yaş grubunda da afetin üzerlerinde yarattığı travmatik etki bakımından anlamlı olarak farklılık gözlemlendi ($p<0,05$). 35 yaş üstü kişilerde %74 oranı ile “Afet travmatik etki yaratmıştır”, 35 yaş ve altı kişilerde ise %54 oranı ile “Afet travmatik etki yaratmamıştır” şeklinde olduğu gözlenmiştir.

Tablo 4.43. Soru 23 ile Yaş ilişkisi

Yaş	23. soru					p
	Evet		Hayır		Toplam	
	F	%	F	%		
35 ve altı	9	26	15	54	24	0,023
35 üstü	26	74	13	46	39	
Toplam	35	100	28	100	63	

23. sorunun açıklaması: “Afet üzerimde travmatik etki yarattı.”

Soru 6 ve Soru 23 karşılaştırıldığında Tablo 4.44.’de doğal afet yaşayan kişilerde; psikolojik olarak afetten etkilendim diyenlerin çoğunun yaşadıkları doğal afetlerden travmatik olarak da etkilendikleri gözlemlendi.

Tablo 4.44. Soru 6 ile Soru 23 Arasındaki İlişki

6.soru	23. soru			
	Evet		Hayır	
	F	%	F	%
Evet	46	71	19	29
Hayır	3	16	16	84

23.sorunun açıklaması: “Afet üzerimde travmatik etki bıraktı.”

Soru 23-“Eğitim Durumu” karşılaştırıldığında Tablo 4.45.’de okumamış kişiler dışında eğitim düzeyi arttıkça buna paralel olarak doğal afetlerin travmatik etki oranının azaldığı gözlemlendi. Afetin yarattığı travmatik etkinin çoğunlukla eğitim durumu arttıkça azaldığı gözlemlendi ($p < 0,05$).

Tablo 4.45. Soru 23 ile Eğitim Durumu Arasındaki İlişki

Eğitim durumu	23. soru					p
	Evet		Hayır			
	F	%	F	%		
Okumamış	1	3	0	0	0,031	
İlköğretim	17	49	7	25		
Lise	8	23	6	21		
Önlisans	3	8	6	21		
Lisans	4	11	7	25		
Lisansüstü	2	6	2	8		
Toplam	35	100	28	100		

23.sorunun açıklaması: “Afet üzerimde travmatik etki bıraktı.”

Soru 20 ve Soru 23 karşılaştırıldığında Tablo 4.46.’da doğal afetten travmatik olarak etkilenmeyen kişilerin yaklaşık %29’unun afet sonrasında hayatında herhangi bir değişiklik olmadığı gözlemlendi. Travmatik etki yaşamadıklarını düşünen kişilerin ise yaklaşık %22’si “Her an afet olacakmış gibi hissediyorum” diğer yandan yaklaşık %22’si “Daha fazla sinirliyim-Ailemi ve sevdiğilerimi kaybetme korkusu yaşıyorum-Konsantrasyon güçlüğü yaşıyorum-İş verimim azaldı-Geleceğe dair kaygılarım oluştu” şeklinde cevap verdikleri gözlemlendi.

Afetten travmatik olarak etkilendiğini belirten kişilerde ise %49 oranında “Daha fazla sinirliyim-Ailemi ve sevdiğilerimi kaybetme korkusu yaşıyorum-Konsantrasyon güçlüğü yaşıyorum-İş verimim azaldı- Geleceğe dair kaygılarım oluştu” durumlarını bir arada yaşadıkları, ardından %14 oranı ile “Her an afet olacakmış gibi hissediyorum” şeklinde cevap verdiler. Toplamda en fazla ailesini kaybetme korkusu ve kaygı ardından sinirlilik sonrasında konsantrasyon güçlüğü ve iş verimi azalışı ve son olarak en az oranda her an afet olacakmış hissi ve herhangi bir değişiklik olmadığını belirten cevaplar verildi.

Tablo 4.46. Soru 20 ile Soru 23 Arasındaki ilişki

Soru 20*	Soru 23**				Toplam
	Evet		Hayır		
	F	%	F	%	
Sinirlilik –					
Aile ve sevdiğilerini kaybetme korkusu -					
Konsantrasyon güçlüğü-	17	49	6	21,5	23
İş verimi azalışı-					
Kaygı					
Her an afet olacakmış hissi	5	14	6	21,5	11
Herhangi bir değişiklik olmadı	3	8,5	8	28,5	11
Aile ve sevdiğilerini kaybetme korkusu	3	8,5	3	11	6
Olayın olduğu yerden geçememe	3	8,5	1	3,5	4
Kaygı	3	8,5	1	3,5	4
Sinirlilik	1	3	2	7	3
Kendini artık güçsüz hissetme	0	0	1	3,5	1
Toplam	35	100	28	100	63

*:20.sorunun açıklaması: “Afet sırasında önce kendimi, sonra yakınlarımı düşündüm.”

** :23.sorunun açıklaması: “Afet üzerimde travmatik etki yarattı.”

Soru 9 ve Soru 17 karşılaştırıldığında Tablo 4.47.'de doğal afet anında ne yapacağını bilme durumu ile afet sonrası stres ile baş etme yolları sorularının karşılaştırılması yapıldığında afet sırasında ne yapacağını bildiğini düşünenlerde en çok “Doğru beslenme alışkanlığı edinme-Olumlu ve yapıcı düşünmeyi öğrenme-Yaşadığı afet olayları ile ilgili daha fazla bilgi edinme, Hayata sıfırdan başlama-Yakınlar ile daha çok iletişime geçme-Manevi inançları sorgulama-Evcil hayvan edinme” gibi durumları içeren “Bilgi ve Manevi” aktivitelerin bir arada stres ile baş etme yollarının tercih edildiği gözlenirken afet sırasında ne yapacağını bilemeyen kişilerin sadece “Hayata sıfırdan başlama-Yakınlar ile daha çok iletişime geçme-Manevi inançları sorgulama-Evcil hayvan edinme” aktivitelerini içeren, “Manevi” aktiviteler ile stres ile baş etme yollarını tercih ettikleri gözlemlendi. Ne yapacağını bilen ya da bilemeyen kişiler en az oranda fiziksel aktivitelere yönelmektedir. Afet sırasında ne yapacağını bilen kişiler çoğunlukla “Bilişsel” ne yapacaklarını bilmeyen kişiler ise “Manevi” aktivitelere yöneldiklerini belirttiler.

Tablo 4.47. Soru 9 ile Soru 17 Arasındaki İlişki

17.soru	Aktivite Çeşidi	9.soru			
		Evet		Hayır	
		F	%	F	%
	Fiziksel*	2	22.2	6	11
	Bilişsel**	1	11.1	12	22
	Manevi***	0	0	17	32
	Bilişsel - Manevi	3	33.3	13	24
	Fiziksel - Manevi	1	11.1	5	9
	Fiziksel -Manevi – Bilişsel	1	11.1	1	2
	Fiziksel- Bilişsel	1	11.1	0	0
	Toplam	9	100	54	100

*: **Fiziksel:** Uyku düzenime dikkat ettim, gevşeme egzersizleri yaptım, fiziksel egzersizleri yaptım, müzik dinledim, kitap okudum.

** : **Bilişsel:** Doğru beslenme alışkanlığı edindim, olumlu ve yapıcı düşünmeyi öğrendim, yaşadığım afet olayları ile ilgili daha fazla bilgi edindim

***: **Manevi:** Hayata sıfırdan başladım, yakınlarımla daha çok iletişime geçtim, manevi inançlarımı sorguladım, evcil hayvan edindim.

Soru 6 ve Soru 25 karşılaştırıldığında Tablo 4.48.'de çoğunlukla psikolojik olarak etkilendiklerini düşünen kişiler yaşadıkları doğal afet sonrasında ortama uyum sağlayabildikleri ve olayı kabullendiklerini belirttiler.

Tablo 4.48. Soru 6 ile Soru 25 Arasındaki İlişki

6*.soru	25** . soru			
	Evet		Hayır	
	F	%	F	%
Evet	48	74	17	26
Hayır	15	79	4	21

*:6. Sorunun açıklaması: “Trabzon’da yaşadığım doğal afetten psikolojik açıdan etkilendiğimi düşünüyorum.”

** :25. sorunun açıklaması: “Afetten sonra ortama uyum sağlayabil(ir)dim, olayı kabullen(ir)dim.”

Soru 5 ve Soru 23 karşılaştırıldığında Tablo 4.49’da doğal afet yaşayan gruptaki kişilerde kendilerini ve ailelerini nasıl korumaları gerektiği ile ilgili ön bilgilerinin olup olmaması ve ön bilgisi olan kişilerde çoğunlukla doğal afetin travmatik etki yaratıp yaratmadığı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gözlenmemiştir ($p>0,05$). Bunun yanı sıra ön bilgileri olan kişilerde afetin yarattığı travmatik etkinin çoğunlukla daha az oranda olduğu gözlemlendi.

Tablo 4.49. Soru 5 ile Soru 23 Arasındaki İlişki

5*.soru		23** . soru				Toplam	p
		Evet		Hayır			
		F	%	F	%		
Sel ve su baskını	Evet	10	48	11	52	21	0,265
	Hayır	25	60	17	40	42	
Deprem	Evet	5	45	6	55	11	0,340
	Hayır	30	58	22	42	52	
Kaya düşmesi	Evet	2	40	3	60	5	0,393
	Hayır	33	57	25	43	58	
Çığ	Evet	1	50	1	50	2	0,695
	Hayır	34	56	27	44	61	
Heyelan	Evet	7	70	3	30	10	0,259
	Hayır	28	53	25	47	53	

*: 5.sorunun açıklaması: “Bu afetleri yaşamadan önce kendimi ve ailemi nasıl korumam gerektiği ile ilgili ön bilgim vardı.”

** : 23. sorunun açıklaması: “Afet üzerimde travmatik etki yarattı.”

Korelasyon İlişkileri

Selden psikolojik olarak etkilenenler ile seldom travmatik olarak etkilenenler arasında güçlü pozitif yönde korelasyon ($R=0,324$, $p=0,010$), çığda ön bilgisi olma durumu ile çığdan psikolojik etkilenme durumu arasında negatif yönde korelasyon ($R=-0,378$, $p=0,002$), heyelan olayı ile ilgili ön bilgi sahibi olma durumu ile heyelandan psikolojik etkilenme durumu arasında negatif korelasyon ($R=-0,293$, $p=0,020$), tekrar yaşayacağı afetlere karşı daha çok bilinçli olma durumu ile afetler ile ilgili önlem alıp plan hazırlama arasında pozitif yönde korelasyon ($R=-0,354$, $p=0,004$) olduğu gözlemlendi.

4.2.6. Güvenirlilik ve Geçerlik

Anketin güvenilirliği Cronbach's Alpha ile alındı. Anket güvenilir çıkmıştır.

Tablo 4.50. Soruların Güvenirlilik Tablosu

Soruların Güvenirlilik Tablosu			
Afet Bilinci	Yaşayan	5 madde	Cronbach's Alpha :0,722
	Kontrol	5 madde	Cronbach's Alpha :0,673
Afet Psikolojisi	Yaşayan	13 madde	Cronbach's Alpha :0,400
	Kontrol	9 madde	Cronbach's Alpha :0,440
Genel Bilgiler		8 madde	Cronbach's Alpha :0,630

Yüzey geçerliliği 10 hocaya sorularak yapıldı. Gerekli düzeltmeler yapılarak yeniden düzenlenerek onay alındı.

4.3. Tartışma

Son yıllarda afetin psikolojik açıdan etkileri ile ilgili çalışmalara yönelimler artmaktadır. Dünya'da ve ülkemizde yaşanan doğal afetlerin psikolojik etkileri insanlar üzerinde geçici veya hayat boyu sürebilecek psikolojik sorunları oluşturabilmektedir. Bu açıdan öncelikle afetlerin başarılı bir şekilde yönetilmesi için kaynakların ve risklerinin belirlenmesi önemlidir¹⁰⁶. Dünyada doğal afetler ile ilgili olarak 1970-2005 yılları arasında 8000'in üzerinde doğal afet yaşanmıştır¹⁰⁷. Işık ve ark. (2015)'a göre

¹⁰⁶ Özden Işık ve diğerleri, "Are Women in Turkey Both Risks and Resources in Disaster Management?" Int. J. Environ. Res. Public Health 2015, 12, 5758-5774, s. 5759.

¹⁰⁷ Jimerson ve diğerleri, "Natural Disasters", s. 574.

Türkiye'deki afet riskleri dağılımında en yüksek oranda (%61) depremlerin olduğu gözlenmektedir. Daha sonrasında %15 oranı ile heyelan, %14 oranı ile sel, %5 oranı ile kaya düşmesi, %4 oranı ile yangın ve %1 oranında diğer afetler olduğu belirtilmiştir¹⁰⁸. AFAD (2012)'in verilerine göre Trabzon'da yaşanan bölgesel afet olayların da en yoğun yaşanan afet olayının heyelan olduğu bunun yanı sıra sel- su baskını ve kaya düşmesi olaylarının da yaşandığı belirtilmiştir¹⁰⁹.

Bu anket çalışması Trabzon ili ve ilçelerinde doğal afet yaşayan ve yaşamayan toplamda 126 kişinin katılımı ile gerçekleştirildi. Öncelikle, Trabzon Valilik, AFAD ve Emniyet Müdürlüğünden anket çalışması yapılabilmesi için gerekli izinler alındıktan sonra anket çalışmasına 01.06.2015 ile 30.07.2015 tarihleri arasında yaş aralığı 18- 65 yaş, yaş ortalamaları 36, ortalama ikamet süreleri 25 yıl, çoğunluk ile çalışan, Trabzon merkezde ikamet eden, eğitim durumu çoğunlukla lisans olan kişilerin katılımı ile gerçekleştirildi. Anket uyguladığımız kişiler şekil 2.1.'de görüldüğü üzere afetin psikolojik evrelerine, travma ve kayıp cevap modeline¹¹⁰ (2004)'e göre, ankete afetten sonra en az altı ay geçmiş kişilerdi. Yaşanan doğal afetler 1990-2015 yılları arasında idi. Doğal afet yaşayanlar afeti çoğunlukla 1 kez yaşadılar. Çalışmamızda Tablo 4.13.'de görüldüğü üzere ankete katılan kişilerde çoğunlukta sel ve su baskını sonrasında ise heyelan, deprem kaya düşmesi ve çığ olayları yer almakta idi. Doğal afet yaşayan kişilerde maddi ve manevi kayıpların olduğu, olay sırasında yalnız olmadıkları, kendilerine çoğunlukla çevreleri tarafından "Daha kötü olabilirdi" ifadesinin kullanıldığı gözlemlendi. Çalışmaya katılan kişilerin afet bilinci ile ilgili olarak kendilerini ve ailelerini koruyacak ön bilgilerinin olmadıkları, afetler ile ilgili plan hazırlamadıklarını, afet sırasında ne yapacaklarını bilemediklerini ancak afeti hayatın normal bir parçası olarak düşündükleri ve tekrar afet yaşasalar daha bilinçli olacaklarını belirttiler.

Doğal afetler sonrasında popülasyonlarda ruhsal hastalık prevalansı %5-40 arasında artmaktadır (Kessler 2012). Doğal afetlere örnek verilir ise 2008 yılında Amerika'nın Teksas eyaletinde yaşanan kasırga olayında afet sonrası yetişkinlerde bir yıllık prevalansta %6,7'sinde depresyon, %3,5'inde post travmatik stres bozukluğu,

¹⁰⁸ Işık ve diğerleri, a.g.e. s. 5760.

¹⁰⁹ www.afad.gov.tr "İllerin Afetselliği" (online erişim tarihi: 04.10.2015).

¹¹⁰ HHS, a.g.e., s.20.

%3,1’inde genel sinir bozukluğu, %2,7’inde panik bozukluk, %1,3’ünün ise de alkol bağımlılığı olduğu gözlenmiştir¹¹¹. Filiz ve ark. (2013) Trabzon ilinde gerçekleştirdikleri çalışmada heyelan olayının sonrasında maddi ve manevi kayıplar meydana getirdiğini ve yaşanan heyelan olayının fiziksel ve duygusal stres artışına ve de psikolojik bozukluklarda artışa sebep oldukları sonucuna varmışlardır¹¹². Bu sonuç yaptığımız çalışmanın bulgularını desteklemektedir.

Çalışmamızda kişilere psikolojik etki ve travmatik etki hakkında herhangi bir ön bilgi verilmeden ankette psikolojik olarak ve travmatik olarak etkilenip etkilenmedikleri sorulmuştur. Doğal afetlerin psikolojik olarak kişileri etkilediği ve bu etkinin travmatik düzeyde olduğu bunun yanı sıra travmatik etkinin özellikle kadınlarda daha yüksek oranda olduğu tespit edilmiştir. Tablo 4.45’e göre kişilerin eğitim durumları arttıkça (okumamış kişiler hariç) travmatik olarak etkilenimin çoğunlukla azaldığı gözlemlendi. Kişilerin çoğunlukla olayı kendilerinin bir defa yaşamaları, olay sırasında ne yapacaklarını bilmemeleri, afetlerle ilgili ön bilgilerinin olmayışı, korku ve panik duygu durumu içinde olmaları ve maddi-manevi kayıplarının olduğunu düşünmeleri bu psikolojik etkilenimde afet bilinci ve ön bilgilerinin olmayışı ve afetlere karşı plan hazırlığı yapmamalarından kaynaklı olabileceği konusunu ön plana getirmektedir.

Bu çalışmaya katılan afeti yaşayan gruptaki afetzedelerin afet psikolojisi ile ilgili olarak afet sonrasında gözlenen; ilk fizyolojik tepkilerinin; kalp atışında ve nefes alış hızında artış olduğu, ne yapacaklarını bilemedikleri, yine de afet sırasında diğer insanlar ile iletişime geçtikleri ve onlara yardım ettikleri, afet sonrasında herhangi bir psikososyal destek almadıklarını belirttiler.

Mehmet Z. Sungur (1999)’un yapmış olduğu çalışmada sosyal destek kişiyi beklenmedik ikincil travmalardan koruduğunu ve travma sonrasında destekleyici bir ortamda bulunan insanlarda travmanın etkisinin daha hafif olduğunu belirtmektedir¹¹³. Bu doğrultuda, araştırmamızın bulgusunda psikolojik ve travmatik olarak çoğunlukla yaşadıkları afetlerden etkilendiklerini belirten katılımcıların psikososyal destek almaları bu sürecin daha hafif atlatılmasında yararlı olabilir.

¹¹¹ Robert H. Pietzark ve diğerleri, “**Resilience in the Face of Disaster: Prevalence and Longitudinal Course of Mental Disorders following Hurricane Ike**” PLoS ONE 7(6) ,2012, e38964, s. 1.

¹¹² Filiz ve Avcı, a.g.e., s. 36.

¹¹³ Sungur, a.g.e., s. 107.

Paula A. Madrid ve Roy Grant (2008)'un yapmış oldukları çalışmada afetten 57 gün sonrasında küçük tıbbi şikayetlerin yaygın olmasına rağmen problemin temelinde posttravmatik stres ve depresyonun öncüsü olan orta derecede stres tepkilerinin devamlı olması ve bunun sonucunda ortaya çıkan semptomların sıklıkla ağlama, genelde üzüntülü hal, kaygı, somatik şikayetler ve uyku problemleri olduğunu belirttiler¹¹⁴. Çalışmamızda doğal afeti yaşayan kişilerde travmatik etki yaratsın ya da yaratmasın ağırlıklı olan ve hala devam eden duygunun aile ve sevdiklerini kaybetme korkusu başta olmak üzere, kaygı, sinirlilik, iş verimi azalışı, konsantrasyon güçlüğü, olay yerinden geçememe durumlarının bir arada halen gözlemlendiği belirtilmiştir. Tablo 4.47'de olay sırasında ne yapacağını bilemeyen kişilerin daha çok manevi yönde stresle baş etme yollarına yönelirken, olay sırasında ne yapacağını bildiklerini düşünen kişilerin ise çoğunlukla hem bilgi seviyelerini arttırmak hem de manevi olarak stresle baş etme yöntemlerine yöneldikleri gözlemlendi.

Çalışmamızda yaşanan doğal afet olayı sonrasında akut dönemde yaşanan en yoğun duygunun doğal afet yaşayan afetzedelerde Tablo 4.28'de görüldüğü gibi %26 oranı ile doğal afet yaşamayan grubun da benzer olarak %37 oranında “korku ve panik” yaşadıkları/yaşayabilecekleri gözlemlendi. Van Depremi Psikolojik Durum Tespit Raporunda ise, Van depremi sonrasında 1500 hane üzerinde yapılan çalışmada yaşanan deprem olayının sonrasında akut dönemde en çok yaşanan yoğun duygunun öfke olduğu sonucuna varılmıştır. Sebebinin tüm olanlara hazırlıksız yakalanma ve olanların kontrol kaybı duygusuna sebep olması belirtilmiştir. Bunun yanı sıra aynı çalışmada depremedelerin %63,6'sı sevdiklerinin yaşamları hakkında endişelendiklerini belirtmiştir. Yaşanan bu kaygının zamanla öfke, sinirlilik gibi duygusal problemlere ve ciddi uyum problemlerine dönüşebileceği belirtilmiştir. Bu sonuç afet sonrası ortama uyum sağlama sorumuzun analizi ile uyumlu olmasa da afete maruz kalma süresi ve şiddetinin bu konuda önemli olduğu söylenebilir. Tablo 4.39.'da katılımcıların çoğu afet sonrası olayı kabullenip ortama uyum sağladıklarını belirtmişlerdir. Aslında afet sonrası ortama uyum ve geleceğe dair plan hazırlığında özellikle okullarda kapsamlı şekilde

¹¹⁴ Paula A. Madrid ve Roy Grant, American Psychological Association, “**Meeting Mental Health Needs Following a Natural Disaster: Lessons From Hurricane Katrina**”, 2008, Vol. 39, No. 1, 86–92, s. 88.

kriz planı yapılmalıdır. Çünkü dünya üzerinde 1990-2005 yılları arasında doğal afetlerden yaklaşık 625,000 kadar kişi ölmüştür¹¹⁵.

Bilici ve ark. (2013) çalışmasında da yaşanan deprem olayı sonrasında katılımcılarda en çok belirtilen yakınmaların % 73,3 oranı ile en fazla “çok kötü şeyler olacak korkusu”, % 68,3 “korkuya kapılma”, % 64,4 “kalp çarpıntısı” ve % 63,3 “ölüm korkusu” olduğu gözlenmiştir¹¹⁶. Ailelerin özellikle çocuklara afetler ile ilişkili olarak oluşabilecek korku ve sinirliliği yenebilmesi için alıştırma aktivitelerini yaptırılmaları önerilmektedir¹¹⁷.

Çalışmamızda doğal afet yaşayan kişilerin afet sonrası stres ile baş etme yöntemlerinden daha çok manevi boyuta yönelimlerinin olduğu gözlenirken ardından bilişsel ve fiziksel aktivitelerin yer aldığı gözlendi. Akcanbaş, afetin psikolojik etkilerini atlatmak için bitki yetiştirmek veya evcil hayvan bakmanın afetzedenin kederlerini sorumluluk olarak hafifletmelerine yardımcı olduğunu belirtmiştir¹¹⁸.

Işık ve diğerleri (2015)’e göre Türkiye’de afet psikolojisi üzerine cinsiyetin rolünün kadın ve erkek arasındaki genetik, psikolojik, yönetsel, sosyolojik ve eğitim yönünden farklılıklardan kaynaklı olduğunu ve bunun nedeni olarak da aralarındaki fiziksel ve psikolojik duyarlılık, kültürel rol dağılımı, sorumlulukları, eğitim ve ekonomik kaynaklardan eşit düzeyde yararlanmadığını, bu yüzden cinsiyetin afet yönetimi basamaklarını (hazırlık, cevap, rehabilitasyon ve göç) etkilediğini rapor etti. Afetten etkilenen yüksek risk grupları arasında yer alan cinsiyet faktörü yanında yaşın da afet psikolojisi üzerinde etkilerinin olduğu bilinmektedir¹¹⁹. Çalışmamızda yukardaki çalışmalara paralel olarak 35 yaş üstünde olan kişilerde yaşanan doğal afetten hem psikolojik hem de travmatik etkilenme oranının yüksek olduğu bulunmuştur. Başka bir çalışmada da Bilici ve ark., (2013)’e göre Elazığ yöresinde 101 katılımcı ile yapmış oldukları çalışmada kadınların erkeklere oranla yaşanan doğal afet sonrasında daha ciddi psikolojik reaksiyonlar gösterdikleri ve anksiyete skorlarının kadınlarda daha fazla

¹¹⁵ Jimerson ve diğerleri, a.g.e., s. 574.

¹¹⁶ Bilici ve diğerleri, “**Deprem Sonrasında Bireylerin Anksiyete Düzeyleri ve Etkileyen Faktörler: Elazığ Merkezli Bir Ön Çalışma**”, *Fırat Tıp Dergisi*, 2013, 18 (1), s. 17.

¹¹⁷ Jimerson ve diğerleri, a.g.e., s. 575.

¹¹⁸ Akcanbaş, a.g.e., s. 179-180.

¹¹⁹ Işık ve diğerleri, a.g.e., s. 5763.

çıkıldığı sonucuna varmışlardır¹²⁰. Çalışmamızda Tablo 4.40.'da kadın ve erkekler birbirinden farklı olarak afet sırasında özellikle erkeklerin çoğunlukla kendilerini, kadınların ise öncelikle yakınlarını düşündükleri gözlemlendi. Diğer yandan kadınlarda erkeklere göre daha fazla travmatik etki gözlemlendi.

Doğal afeti yaşayan ve yaşamayan gruplar karşılaştırıldığında; afeti yaşamayan kişilerin yaşayanlara göre ters orantılı olarak;

- i. Plan hazırlama seviyelerinin daha fazla olduğu,
- ii. Doğal afet yaşasalar di psikososyal destek alabileceklerini,
- iii. Stres ile baş etme yolları olarak manevi aktivitelerden daha çok bilişsel aktiviteleri tercih edeceklerini,
- iv. Afet yaşasalar di ortamdan uzaklaşacaklarını belirttiler.

Afet yaşayan ve yaşamayan gruplar benzer olarak ise; ilk duygu olarak korku ve panik yaşadıkları/yaşayacaklarını, başkaları ile iletişime geçip ve başkalarına yardım edebilecekleri, afet sırasında ne yapacaklarını bilemediklerini/bilemeyeceklerini, yaşanan afetin yarattığı psikolojik etkilerin normal olduğunu, ön bilgilerinin olmadığını, psikososyal destek almadıklarını, Tablo 4.48'de görüldüğü üzere psikolojik olarak bu doğal afetlerden etkilendiklerini düşünseler de yine de çoğunlukla afet sonrasında olayı kabullenip ortama uyum sağlayabileceklerini belirttiler.

Afet yaşayan ve yaşamayan gruplarda Tablo 4.21-4.23'de çoğunlukla doğal afet çeşidi olarak sel ve deprem hakkında ön bilgilerinin daha yüksek frekansta dağılım gösterdiği gözlemlendi. Afet yaşayan grup, Trabzon'da yaşayabilecekleri deprem, sel, kaya düşmesi, heyelan ve su baskınlarına karşı; afeti yaşamayan gruptaki kişiler ise sadece kaya düşmesi, heyelan ve çığ olaylarına karşı kendilerini ve ailelerini nasıl koruyacakları konularında çoğunlukla ön bilgilerinin olmadığını ve ne yapacaklarını bilemediklerini belirttiler. Afeti yaşayan grupta yer alan kişiler gelecekte afetlere karşı plan yapmadıklarını belirtirken afet yaşamayan grup tersine plan yapıp önlem alabileceklerini belirttiler. Doğal afet yaşayan kişilerde afetlere karşı önlem almayan ve plan hazırlamayan kişilerin frekansı Tablo 4.26.'da görüldüğü gibi afeti yaşamayan

¹²⁰ Bilici ve diğerleri, a.g.e., s. 17.

kişilerden farklılık gözlenirken afet yaşamının doğal afet bilinci kavramına olumlu bir bakış açısı kazandırdığı da düşünülebilir.

Afet sonrasında kişilere söylenilmemesi gereken bazı cümleler vardır. Bu cümlelerden bazıları, “Yaşadığın olay karşısında aşırı tepki gösteriyorsun ve bu durum seni çok zorlamamalı” gibi cümlelerdir¹²¹. Benzer şekilde başka bir çalışmada yine afetzedeye söylenmemesi gereken “Daha kötüsü olabilirdi, Kader bu kabul etmelisin, Şuan ne hissettiğini biliyorum, Cana geleceğine mala gelsin” gibi ifadeler kullanılmamalıdır¹²². Çalışmamızda Tablo 4.20.’de görüldüğü üzere en fazla söylenen ifade “Daha kötü olabilirdi” şeklinde idi. Bu sonuç çevrenin sözlü ifadelerinin afetzedeler üzerinde psikolojik açıdan meydana getirdiği olumsuz etkinin önemini göstermektedir.

Çalışmamızda afetler ile ilgili ön bilgi düzeyi arttıkça travmatik etkilerin azaldığı ve doğal afet çeşitlerinin çoğunda (çığ ve heyelanda) aralarında negatif korelasyon olduğu, tekrar yaşayacağı afetlere karşı bilinçli olma ile plan hazırlama arasında pozitif korelasyon olduğu gözlemlendi.

Sonuç olarak, afetler hakkında ön bilgi düzeyinin artırılarak afetin psikolojik etkileri ile başa çıkabilme ile ilgili ileri çalışmalara gereksinim duyulmaktadır.

4.4. Sonuç ve Öneriler

Afet sonrasında afetten etkilenen kişilerin akut dönemde yaşadıkları psikolojik problemlerin yanı sıra afetten birkaç ay hatta yıllar sonra ortaya çıkabilen daha kalıcı psikolojik sorunlardan bahsedilebilir. Kişi akut dönemde yaşadığı afetin psikolojik etkileri için destek almazsa kişilerde sonraki süreçte başa çıkamayacakları ciddi sorunlar ortaya çıkabilmektedir. Doğal afetler sonrasında yapılması gerekenlere dikkat edilmesi kişilerin hayatlarında önemli yer tutacaktır. Bu süreçte yaşananlar yaş, cinsiyet ve eğitim durumuna göre de değişebilmektedir.

¹²¹ A Manager’s Handbook, Handling Traumatic Events Theodore Roosevelt Building 1900 E St. NW Washington, Aralık, 1996, s. 5.

¹²² İSMEP, a.g.e., s. 29.

Bu araştırmanın temel amacı doğal afet yaşayan ve psikolojik olarak yeniden yapılanma evresinde olan afetzedelerin Trabzon'da yaşanan doğal afetlerden psikolojik açıdan etkilenip etkilenmediklerini belirlemektir. Bu temel amaç yanında afet yaşamayan kişilerin afet bilinci ve afet psikolojisini belirleyerek doğal afet yaşamış kişiler ile karşılaştırılarak değerlendirilmesi de hedeflenmiştir. Bu çalışmanın sonucunda H_0 hipotezi olarak afetzedelerin yaşadıkları doğal afetlerden psikolojik olarak etkilendikleri gözlemlendi.

Bu çalışma ile ulaşılan temel noktalar; Trabzon'da 1990 - 2015 yılları arasında doğal afet yaşayan kişilerin doğal afetlerden psikolojik açıdan etkilendikleri, kişilerin afetler ile ilgili kendilerini ve ailelerini nasıl korumaları gerektiği ile ilgili ön bilgilerinin olmadığı, afet anında ne yapacaklarını bilemedikleri, yaşanan afet sonrasında afetler ile ilgili önlem alıp plan hazırlamadıkları, yaşanan doğal afetlerin tekrar yaşanabilecek doğal afetlere karşı daha bilinçli olabileceklerini sağlayacağı, afetin üzerlerinde yarattığı psikolojik etkilerin normal olduğunu düşündükleri, afet sırasındaki ilk duygunun korku ve panik, yaşanan doğal afet hatırlandığı zaman ise üzüntü hissettikleri, afet sırasındaki ilk fizyolojik tepkinin nefes alışında ve kalp atışında artış olduğu, afetzedelerin afet anında başkaları ile iletişime geçtikleri ve çoğunlukla başkalarına yardım ettikleri, afet sonrasında başka bir ortama taşınmadıkları ve ortamdan uzaklaşmadıkları, afet sonrasında ortama uyum sağladıkları, afeti hatırladıklarında aile ve sevdiklerini kaybetme korkusu, kaygı, afetin yaşandığı yerden geçememe, sinirlilik, iş verimi kaybı, konsantrasyon güçlüğü ve her an afet olacaktıymış hissi duydukları, psikososyal destek almadıkları ve stres ile baş etme yollarında ise çoğunlukla bilgi düzeylerini arttırarak maneviyata yöneldikleri saptandı.

Cinsiyete göre değerlendirildiğinde; afet sırasında erkeklerin önce kendini düşündüğü, kadınların ise önce başkalarını sonra kendilerini düşündükleri, kadınlarda travmatik etkinin daha yüksek oranda olduğu, hem kadın hem erkeklerin afet sonrasında olayı kabullenip ortama uyum sağladığı, yaşa göre değerlendirildiğinde; 35 yaş üstü kişilerde afetten psikolojik olarak daha fazla etkilendikleri ve bu etkinin travmatik boyutta olduğu, eğitim durumuna göre değerlendirildiğinde ise eğitim düzeyi ve afet ile ilgili ön bilgi düzeyi arttıkça travmatik etki oranının azaldığı saptandı.

Yaşanan afet olayından sonraki süreci psikolojik açıdan daha kolay atlatabilmek için kişilere doğal afet bilinci konusunda özellikle yaşadıkları coğrafik koşullara uyumlu olarak ve afet risklerine göre gerekli ön bilgilerin verilmesi ve bu bilgilerin günlük hayatlarında kullanılabilirliğinin sağlanması yarar sağlayabilir. Ayrıca afet sonrasında afetzedelerin psikososyal destek almaları yaşanan afet olayının meydana getirdiği psikolojik etkinin azalmasında yarar sağlayacaktır. Bu yüzden kişilerin psikososyal destek almaları sağlanarak doğal afet sonrası afetzedeler ortama daha kolay uyum sağlayabilir.

Bu sayede tekrar yaşanması muhtemel doğal afetlere karşı alınacak önlemler ve edinilen deneyimler sayesinde afetzedeler afetin yarattığı psikolojik etkinin boyutunu azaltarak sürecin daha yapıcı geçmesine destek olacaktır. Afetzedelerin yaşadıkları afetin psikolojik etkilerinden kurtulmalarında stres ile baş etme yöntemlerinin araştırılması faydalı olabilir.

Yaşanan doğal afet sonrası travmatik yaşantıların olumsuz sonuçlarının daha ağır psikolojik sonuçlara dönüşmemesi için psikolojik ilk yardım çalışmalarının üzerinde önemle durulması fayda sağlayacaktır.

Afetzedelerde eğitim seviyesi arttıkça afetin yarattığı travmatik etki azalmaktadır. Çıkan bu sonuç doğrultusunda halkın eğitim seviyesine yapılacak her bir katkının afetlerin yıkıcı sonuçlarının azaltılmasında katkı sağlayacağı söylenebilir. Doğal afetler sonrasında yaşanan travmatik etkinin kadınlarda yüksek oranda olduğu ve çıkan bu sonuç doğrultusunda kadınların da yer aldığı hassas grupların eğitimine daha fazla önem verilmesi gerektiği ve tekrar karşılaşmaları muhtemel afet olaylarına karşı afetin yaratacağı psikolojik etkilerin üstesinden gelme konusunda gerekli değerlendirmelerin yapılması sağlanabilir.

Bu çalışma, Trabzon ilinde doğal afet yaşayan ve yaşamayan kişilerin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Bu alanda başlangıç bir çalışma niteliğindedir ve ileri çalışmalarla afetin psikolojik etkilerinin değerlendirilmesi yararlı olacaktır. Diğer yandan gelecekte Türkiye'nin tamamında bölgesel olarak doğal afetlerin afetzedeler üzerindeki psikolojik etkileri değerlendirilebilir.

KAYNAKÇA

1. Akcanbaş, Mert (2010), **Afet ve Kurban Psikolojisi**, Arama ve Kurtarma Derneği (AKUT) Yayınları, Yayın no:8.
2. Akçalı, Emre ve Arman, Hasan (2013), “Yağış Eşiği Bazlı Heyelan Erken Uyarı Sistem Önerisi: Trabzon İli Örneği”, **İMO Teknik Dergi**, 6307-6332.
3. Aker, A. Tamer (2012), “ Temel Sağlık Hizmetlerinde Ruhsal Travmaya Yaklaşım”, Türkiye Psikiyatri Derneği Genel Merkezi, Ankara.
4. Akyel, Recai (2007), T.C. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı, “Afet Yönetim Sistemi: Türk Afet Yönetiminde Karşılaşılan Sorunların Tespit ve Çözümüne İlişkin Bir Araştırma”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Adana.
5. Alexander, David A. (2005), “Early Mental Health İntervention After Disasters” *Advances in Psychiatric Treatment*, vol. 11, 12–18.
6. Altay, Nezih ve Green, Walter G. (2006), “OR/MS Research in Disaster Operations Management”, 475-493.
7. Altinkaynak, Lütfi (2008), “Son 80 Yılda Trabzon ve Çevresinde (Dere Yatakları Boyunca) Meydana Gelen Sel ve Heyelan Olaylarına Genel Bir Bakış”, Çevre ve Orman Bakanlığı Devlet Su İşleri Genel Müdürlüğü, 5. Dünya Su Forumu, Türkiye Bölgesel Hazırlık Toplantıları Taşkın, Heyelan ve Dere Yataklarının Korunması Konferansı Bildiri Kitabı”, Trabzon.
8. Arslan, Hakan ve Ünlü, Alper (2010), “Afet Sonrası Yeniden Yapılanma Sürecinde Yer Değiştirme ve Yere Bağlılığın Değerlendirilmesi: Düzce Örneği”, **İstanbul Teknik Üniversitesi (İTÜ) Dergisi/a**, cilt 9.
9. Aydın, Betül ve İmamoğlu, Seval (2001), “Stresle Başa çıkma Becerisi Geliştirmeye Yönelik Grup Çalışması **M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi**, Sayı 14, 41-52.
10. Aydın, Durmuş (2014), “Afet Sonrası Psikososyal Destek Uygulamaları” İnsani ve Sosyal Araştırmalar Merkezi.
11. Bayrak, Temel ve Ulukavak, Mustafa (2009), “Trabzon Heyelanları”, **Harita Teknolojileri Elektronik Dergisi**, 1 (2).
12. Bilici, Rabia ve diğerleri (2013), “Deprem Sonrasında Bireylerin Anksiyete Düzeyleri ve Etkileyen Faktörler: Elazığ Merkezli Bir Ön Çalışma”, **Fırat Tıp Dergisi**, 18 (1).

13. Dürü, Çağay ve diğerleri (2006), Psikolojik Destek Programı Genel Sıkıntı Düzeyinin Belirlenmesi Çalışması Raporu, Ankara İl Sağlık Müdürlüğü 112 Acil Sağlık Hizmetleri Şube Müdürlüğü, Ankara.
14. Eminoğlu, Serkan ve diğerleri (2007), “Meteorolojik Karakterli Doğal Afetlerin Tahmininde Meteoroloji Radarlarının Kullanılması”, TMMOB Afet Sempozyumu Bildiriler Kitabı, Ankara: Mattek Matbaacılık.
15. Ergünay, Oktay (2007), “Afet Sempozyumu Türkiye’nin Afet Profili”, TMMOB Afet Sempozyumu Bildiriler Kitabı, Ankara, Mattek Matbaacılık.
16. Ergünay, Oktay (2008), “Afet Yönetiminde Kurumsal Yapılanma ve Mevzuat Nedir? Nasıl Olmalıdır?”, İstanbul Depremine Beklerken Sorunlar ve Çözümler Bildiriler Kitabı, İstanbul.
17. Ersoy, Şükrü (2015), “2015’in İlk Çeyreğinde Doğa Afetlerine Küresel Bir Bakış” YTÜ Doğa Bilimleri Araştırma Merkezi Rapor Özeti.
18. Eryılmaz, Ali (2009), “Ergenlik Döneminde Stres ve Başa Çıkma”, **Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi**, cilt VI, sayı II.
19. F.Ram, Evangeline ve B. Diaz, Ma.Ana (2013), “Psychosocial Response to Disaster” Department of Psychology College of Social Science University of the Philippines Baguio.
20. Filiz, Mümin ve Avcı, Hatice (2013), “Trabzon İlinde Meydana Gelen Heyelanlar ve Heyelanların Bölgeye Etkileri”, **SDU International Technologic Science**, 5 (3).
21. Flannery, Raymond (1999), “Psychological Trauma and Posttraumatic Stres Disorder: A Review”.
22. Gauthamadas, Udipi (2005), “Disaster Psychosocial Responce Handbook For Community Counsellor Trainers”, India.
23. Gökçe Oktay ve diğerleri (2008), “Türkiye’de Afetlerin Mekânsal ve İstatistiksel Dağılımı Afet Bilgileri Envanteri”, T.C Bayındırlık ve İskan Bakanlığı, Afet İşleri Genel Müdürlüğü, Afet Etüt ve Hasar Tespit Daire Başkanlığı, Ankara.
24. Güler, Çağatay ve Akın, Levent (2012), **Hacettepe Halk Sağlığı Temel Bilgiler Kitabı**, Afetler ve Afet Tıbbı Hacettepe Üniversitesi Yayınları, 2.cilt.
25. Güler, H. Hüseyin (2007), “Afet Bilinci ve Afet Yönetimi Eğitimi”, TMOOB Afet Sempozyumu Bildiriler Kitabı.
26. Hakan, Altıntaş Kerim (2012), “**Afetler ve Afet Tıbbı**”, “Çağatay Güler ve Levent Akın(Ed.), Halk Sağlığı, 2.cilt (1106-1131), Ankara, Hacettepe Üniversitesi Yayınları.

27. Hançer, Zuhâl Yonca (2009), “Sürdürülebilir Afet Yönetimi ve Kadın”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, T.C Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı.
28. Işık, Özden ve diğerleri (2015), “Are Women in Turkey Both Risks and Resources in Disaster Management?” *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 12, 5758-5774.
29. İbiş Emsal ve Kesgin Bedrettin (2014), “Türkiye’de Sosyal Hizmet ve Medikal Kurtarma Açısından Yalova, Van ve Simav Depremlerinin İncelenmesi”, **Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 41. Sayı.
30. İstanbul Teknik Üniversitesi Afet Yönetim Merkezi (İTÜAYM), **Acil Durum Yönetim İlkeleri**, İTÜ Press, 2005.
31. İşmen, A. Esra (2006), “Deprem Psikolojik Etkileri: Daha Az Zarar Görmek Mümkün Mü?” **Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 16 (1), Elazığ, 349-362.
32. İşmen, A. Esra, “Deprem Yaşantısına Bağlı Travma ve Çocuklar Üzerindeki Etkileri”, **Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**.
33. Japonya Uluslararası İşbirliği Ajansı (2004), Türkiye’de Doğal Afetler Konulu Ülke Strateji Raporu.
34. Jimerson ve diğerleri, “Natural Disasters”, s. 574.
35. Kadioğlu, Mikdat ve Özdamar, Emin (2006), “Afetler Konusunda Kamuoyunun Bilinçlendirilmesi ve Eğitimi”, “Afet Yönetiminin Temel İlkeleri”, JICA Türkiye Ofisi Yayınları, Ankara, 2(1).
36. Kadioğlu, Mikdat ve Özdamar, Emin (2008), “Modern, Bütünleşik Afet Yönetiminin Temel İlkeleri: Afet Zararlarını Azaltmanın Temel İlkeleri”, 1.Baskı, Ankara: JICA Türkiye Ofisi Yayınları.
37. Kadioğlu, Mikdat (2012), “**Türkiye’de İklim Değişikliği Risk Yönetimi**”, Türkiye’nin Birleşmiş Milletler İklim Değişikliği Çerçeve Sözleşmesi’ne İlişkin Ulusal Bildirimi Hazırlık Faaliyetlerini Destekleme Projesi, T.C. Çevre ve Şehircilik Bakanlığı, Aralık, Ankara.
38. Kararımak, Özlem, “Psikolojik Sağlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler” **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, 3 (26).
39. Limoncu, Sevgül ve Bayülgen, Cengiz (2005), “Türkiye’de Afet Sonrası Yaşanan Barınma Sorunları”, **Yıldız Teknik Üniversitesi Mimarlık Fakültesi Dergisi**, 1 (1).
40. Murthy, R.Srinivasa ve Lakshminarayana, Rashmi (2006), “Mental Health Consequences Of War: A Brief Review Of Research Findings”, 5 (1).

41. Nakajima, Şafak (2012), “Deprem ve Sonrası Psikoloji”, **Ok Meydanı Tıp Dergisi**, 28 (2).
42. Oflaz, Fahriye (2008), “Felaketlerin Psikolojik Etkileri ve Hemşirelik Uygulaması”, **C.Ü. Hemşirelik Yüksekokul Dergisi**.
43. Özden, Meriç ve diğerleri (2011), “Afetlerde Psikososyal Hizmetler Birliği” Psikososyal Uygulamalar Katılımcı Kitabı.
44. Özmen, Bülent ve diğerleri (2005), “Afet Yönetimi ve Afet İşleri Genel Müdürlüğü” Deprem Sempozyumu, Kocaeli.
45. Özmen, Mine ve Önen, Barış (2005), “Stresle Başa Çıkma Yolları”, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Medikal Açından Stres ve Çareleri Sempozyum Dizisi, No: 47.
46. Öztürk, Kemal (2002), “Heyelanlar ve Türkiye’ye Etkileri”, **Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 22 (2).
47. Paula A. Madrid ve Roy Grant, American Psychological Association “Meeting Mental Health Needs Following a Natural Disaster: Lessons From Hurricane Katrina”, 2008, Vol. 39, No. 1, 86–92.
48. Pietzark, Robert H. ve diğerleri(2012), “Resilience in the Face of Disaster: Prevalence and Longitudinal Course of Mental Disorders following Hurricane Ike” PLoS ONE 7 (6).
49. Plutchik, Robert(2001), “The Nature Of Emotions”, Human Emotions Have Deep Evolutionary Roots, A Fact That May Explain Their Complexity And Provide Tools For Clinical Practice, American Scientists, Volume 89.
50. Russel, James ve Barrett, Lisa Feldman (1999), “Core Affect, Prototypical Emotional Episodes, and Other Things Called Emotion: Dissecting the Elephant” Boston College, Journal of Personality and Social Psychology, 76 (5) 805-819.
51. Serencam, Uğur (2010),” Bölgemizdeki Afetler ve Afet yönetimi”, T.C Trabzon Valiliği İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü.
52. Sungur, Mehmet Z. (1999), “İkincil Travma ve Sosyal Destek” Klinik Psikiyatri, 105-108.
53. Şanvur, Eylem (2012), “İnsani Yardım Çalışanlarının Yardım Arama Davranışına İlişkin Bir İnceleme, Psikolojik Sağlık ve Sosyal Destek Algısı”, T.C. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
54. Şavur, Eylem ve Tomas, S. Arslan, “Terör Olayları Sonrasında Psikososyal Destek Hizmetleri”, **Kriz Dergisi**, 18 (1):45-48.

55. T.C. İstanbul Valiliği İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü (2009); Afetlerde Psikolojik İlk Yardım, Sismik Riskin Azaltılması ve Acil Durum Hazırlık Projesi (İSMEP), İstanbul.
56. Tanhan, Fuat ve Kayri, Murat (2013), “Deprem Sonrası Travma Düzeyini Belirleme Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, Eğitim Danışmanlığı Araştırma Merkezi (EDAM), 105-108.
57. Theodore Roosevelt Building 1900 E St. NW Washington, “A Manager’s Handbook, Handling Traumatic Events”, Aralık, 1996.
58. Türk Kızılayı, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği, Türk Psikologlar Derneği (2011), **Afetlerde Psikososyal Hizmetler Birliği (APHB)**, Psikososyal Uygulamalar Katılımcı Kitabı.
59. U.S. Department of Health and Human Services (HHS) (2004); Substance Abuse and Mental Health Services, “Mental Health Response To Mass Violence and Terrorism”.
60. Uluğ, Atilla (2009), “Nasıl Bir Afet Yönetimi?” TMMOB İzmir Kent Sempozyumu.
61. Uzunçubuk, Levent (2005), “Yerleşim Yerlerinde Afet ve Risk Yönetimi”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, T.C. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
62. Varol, Nehir (2007), “Doğal ve Teknolojik Afetler Konusunda Toplumun Bilinçlendirilmesi ve AFEM’ in Rolü” TMOOB Afet Sempozyumu Bildiriler Kitabı.
63. Wahlström, Lars (2010), “Disaster And Recovery, “Center for Family and Community Medicine Department of Neurobiology, Care Sciences and Society Karolinska Institutet.
64. World Health Organization (WHO) (1992); “Psychosocial Consequences Of Disasters: Prevention and Management”, Geneva.
65. www.afad.gov.tr, “Afetlere İlişkin Acil Yardım Teşkilatı ve Planlama Esaslarına Dair Yönetmelik” (online erişim tarihi: 16.07.2015).
66. www.afad.gov.tr “İllerin Afetselliği” (online erişim tarihi: 04.10.2015).
67. Yaşar, Selma ve diğerleri (2006), “ZKÜ Bartın Orman Fakültesi Dergisi Sel ve Taşkınların İnsan Hayatı Üzerindeki Etkileri”, 8 (9).

EK 1:



TC
TRABZON VALİLİĞİ
İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü

Sayı : 61805182-044/1081
Konu : Anket Çalışması (Seda BAĞBANCI)


13./05/2015

GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİNE
(Sosyal Bilimler Enstitüsü)

İlgi : 27.04.2015 tarih ve 483768775/300-124 sayılı yazınız.

Enstitünüz Afet Yönetimi Anabilim Dalı öğrencilerinden Seda BAĞBANCI “Doğal Afetlerin Afetzedeler Üzerine Psikolojik Etkileri: Trabzon Örneği” başlıklı yüksek lisans tezinde kullanılmak üzere Trabzon Afet ve Acil Durum Müdürlüğü ve İl Emniyet Müdürlüğünde bir anket çalışması yapmak istediği belirtilerek, gerekli izinin verilmesi ilgi yazıyla istenmiştir.

“Doğal Afetlerin Afetzedeler Üzerine Psikolojik Etkileri: Trabzon Örneği” başlıklı yüksek lisans tezinde kullanılacak anket çalışmasının yapılmasında Valiliğimiz İl Afet ve Acil Durum Müdürlüğü tarafından herhangi bir sakınca bulunmamaktadır.
Bilgilerinizi rica ederim.


Necmettin YALINALP
Vali a.
Vali Yardımcısı

EK 2:

"Doğal Afetlerin Afetzedeler Üzerine Psikolojik Etkileri: Trabzon Örneği" Konu Başlıklı Anket Soruları
Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Seda BAĞBANCİ Yüksek Lisans Tezi-2015

Ad:	Soyad:	Tel:
Tarih:	Cinsiyet:	Yaş:
Eğitim Durumu:	Meslek:	İkamet Süresi:
İkamet Yeri:	Merkez	İlçe:

1	Trabzon 'da doğal afet olayını kendim yaşadım. <input type="checkbox"/> Evet	Trabzon 'da doğal afet olayını kendim yaşadım. <input type="checkbox"/> Hayır
2	Trabzon 'da yaşadığım doğal afetler ve tarihi: 1. Sel ve su baskını:..... 2. Deprem:..... 3. Kaya düşmesi:..... 4. Çığ:..... 5. Heyelan:..... 6. Diğer:.....	
3	Trabzon 'da yaşadığım doğal afetikez yaşadım:
	1. Sel ve su baskını 2. Deprem 3. Kaya düşmesi 4. Çığ 5. Heyelan	1.2.3ve den fazla. 1.2.3ve den fazla. 1.2.3ve den fazla. 1.2.3ve den fazla. 1.2.3ve den fazla.
4	Trabzon 'da yaşayabileceğim doğal afet risklerini biliyorum. 1. Sel ve su baskını 2. Deprem 3. Kaya düşmesi 4. Çığ 5. Heyelan	Trabzon 'da yaşayabileceğim doğal afet risklerini biliyorum. 1. Sel ve su baskını 2. Deprem 3. Kaya düşmesi 4. Çığ 5. Heyelan
5	Bu afetleri yaşamadan önce kendimi ve ailemi nasıl korumam gerektiği ile ilgili ön bilgim vardı. 1. Sel ve su baskını 2. Deprem 3. Kaya düşmesi 4. Çığ 5. Heyelan	Bu afetleri yaşamadan önce kendimi ve ailemi nasıl korumam gerektiği ile ilgili ön bilgim var. 1. Sel ve su baskını 2. Deprem 3. Kaya düşmesi 4. Çığ 5. Heyelan
	<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır
6	Trabzon 'da yaşadığım doğal afetten	Psikolojik açıdan etkilendiğimi düşünüyorum.
	1. Sel ve su baskını 2. Deprem 3. Kaya düşmesi 4. Çığ 5. Heyelan	<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır

"Doğal Afetlerin Afetzedeler Üzerine Psikolojik Etkileri: Trabzon Örneği" Konu Başlıklı Anket Soruları

Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Seda BAĞBANCİ Yüksek Lisans Tezi-2015

7.	Afeti yaşadığım o an..... ilk duygu içindeydim.	1. Üzülürüm 2. Şaşırırım 3. Korkarım ve panikerim. 4. Sıkılırım. 5. Öfkelenirim.	6. İgisizleşirim. 7. Çaresizlik hissedirim. 8. Huzurlu olurum. 9. Güvenli hissedirim.	Bir afet olayı yaşasaydım	1. Üzülürdüm 2. Şaşırırdım 3. Korkardım ve panikerdim. 4. Sıkılırdım. 5. Öfkelenirdim. 6. İgisizleşirdim. 7. Çaresizlik hissedirdim. 8. Huzurlu olurdu. 9. Güvenli hissedirdim.
8.	Şuan yaşadığım afeti hatırladığımda duygu içindeyim.	1. Üzülürüm 2. Şaşırırım 3. Korkarım ve panikerim. 4. Sıkılırım. 5. Öfkelenirim.	6. İgisizleşirim. 7. Çaresizlik hissedirim. 8. Huzurlu olurum. 9. Güvenli hissedirim.		
9.	Trabzon da ki o doğal afet anında ne yapacağımı			Trabzon da doğal afet yaşasaydımda ne yapacağımı	
	<input type="checkbox"/> Evet(Bildim) <input type="checkbox"/> Hayır (Bilemedim)			<input type="checkbox"/> Evet(Bilirdim) <input type="checkbox"/> Hayır (Bilemezdim)	
10.	Olay sırasında yalnızdım.				
	<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır				
11.	Eğer 9. Soruya cevabınız evet ise; ilkeylemleri yaptım.			Eğer 9. Soruya cevabınız evet ise; ilkeylemleri yapardım.	
	1. Bulduğum yerden kaçtım. 2. Uyudum. 3. Ağladım. 4. Bağırardım. 5. Güldüm. 6. Önceden hazırladığım planımı uyguladım. 7. Pencereden atladım. 8. Güvenli bir yer aradım. 9. Birilerini suçladım. 10. Kendimi suçladım 11. Yardım aradım.			1. Bulduğum yerden kaçardım. 2. Uyurdum. 3. Ağladım. 4. Bağırırdım. 5. Gülerdim. 6. Önceden hazırladığım planımı uygulardım. 7. Pencereden atlardım. 8. Güvenli bir yer arardım. 9. Birilerini suçlardım. 10. Yardım arardım.	
12.	Afet sırasında etrafımda birilerini arayarak iletişime geçmek istedim.			Afet sırasında etrafımda birilerini arayarak iletişime geçmek isterdim.	
	<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır			<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	
13.	Afet sırasında başkalarına yardım ettim.			Afet sırasında başkalarına yardım ederdim.	
	<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır			<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	
14.	Afet sırasında ilközyolojik tepkim/tepkilerim.....oldu.			Afet sırasında ilközyolojik tepkim/tepkilerim..... olurdu.	
	1. Kalp atışlarım arttı. 2. Midem bulandı. 3. Terledim. 4. Titledim. 5. Kaslarım gerildi. 6. Vücutumda ağrı hissettim. 7. Üşüdüm. 8. Nefes alışım hızlandı. 9. Sinirsel tiklerim oldu. 10. Başım döndü.			1. Kalp atışlarım artar. 2. Midem bulantım olur. 3. Titrerim. 4. Terlerim. 5. Kaslarım gerilir. 6. Sırtım ve belim, başım ağrır. 7. Üşürüm. 8. Soluk almam hızlanır. 9. Sinirsel tiklerim olur. 10. Başım döner.	

"Doğal Afetlerin Afetzedeler Üzerine Psikolojik Etkileri: Trabzon Örneği" Konu Başlıklı Anket Soruları

Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Seda BAĞBANCİ Yüksek Lisans Tezi-2015

15.	Bu yaşadığım afetin üzerimde yarattığı psikolojik etkilerin normal olduğunu düşünüyorum. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	Afetin insanlar üzerinde yarattığı psikolojik etkilerin normal olduğunu düşünüyorum. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır
16.	Afet sonrasında psikososyal destek aldım. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	Afet sonrasında psikososyal destek aldım. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır
17.	Afet sonrası stresle baş etme yollarım..... şeklindeydi. <input type="checkbox"/> 1. Uyku düzenime dikkat ettim. <input type="checkbox"/> 2. Gevşeme egzersizleri yaptım. <input type="checkbox"/> 3. Fiziksel egzersizleri yaptım. <input type="checkbox"/> 4. Doğru beslenme alışkanlığı edindim. <input type="checkbox"/> 5. Olumlu ve yapıcı düşünmeyi öğrendim. <input type="checkbox"/> 6. Hayata sıfırdan başladım. <input type="checkbox"/> 7. Yakınlarımla daha çok iletişime (sohbeti, dışarı çıkmayı, misafirlik..) geçtim. <input type="checkbox"/> 8. Yaşadığım afet olayları ile ilgili daha fazla bilgi edindim. <input type="checkbox"/> 9. Manevi inançlarımı sorguladım. <input type="checkbox"/> 10. Kitap okudum. <input type="checkbox"/> 11. Evcil hayvan edindim. <input type="checkbox"/> 12. Müzik dinledim.	Afet sonrası stresle baş etme yollarım..... şeklinde olurdu. <input type="checkbox"/> 1. Uyku düzenime dikkat etmek. <input type="checkbox"/> 2. Gevşeme egzersizleri yapmak. <input type="checkbox"/> 3. Fiziksel egzersizleri yapmak. <input type="checkbox"/> 4. Doğru beslenme alışkanlığı edinmek. <input type="checkbox"/> 5. Olumlu ve yapıcı düşünmeyi öğrenmek. <input type="checkbox"/> 6. Hayata sıfırdan başlamak. <input type="checkbox"/> 7. Yakınlarımla daha çok iletişime (sohbeti, dışarı çıkmayı, misafirlik..) geçmek. <input type="checkbox"/> 8. Yaşadığım afet olayları ile ilgili daha fazla bilgi edinmek. <input type="checkbox"/> 9. Manevi inançlarımı sorgulamak. <input type="checkbox"/> 10. Kitap okurdum. <input type="checkbox"/> 11. Evcil hayvan edinişdim. <input type="checkbox"/> 12. Müzik dinlerdim.
18.	Afetbende maddi kayıplara sebep oldu. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	
19.	Afetbende manevi kayıplara sebep oldu. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	
20.	Afet sonrasında bende hala devam eden.....değişiklikler oldu. <input type="checkbox"/> 1. Uyku düzenim bozuldu. <input type="checkbox"/> 2. Daha fazla sinirliyim. <input type="checkbox"/> 3. İçer kapanık oldum. <input type="checkbox"/> 4. Sigara veya alkol kullanmaya başladım veya kullanımım arttı. <input type="checkbox"/> 5. Ailemi ve sevdiğilerimi kaybetme korkusu yaşıyorum. <input type="checkbox"/> 6. Yalnız başıma kalamıyorum. <input type="checkbox"/> 7. Olayın olduğu yerden geçemiyorum. <input type="checkbox"/> 8. Kendimi artık güçsüz hissediyorum. <input type="checkbox"/> 9. Konsantrasyon gücümü yaşıyorum. <input type="checkbox"/> 10. İş verimim azaldı. <input type="checkbox"/> 11. Geleceğe dair kaygılarım oluştu. <input type="checkbox"/> 12. Kendimi güvende hissedemiyorum. <input type="checkbox"/> 13. Her an afet olacaktım şeklinde hissediyorum. <input type="checkbox"/> 14. Depresyonda'yım.	
21.	Afet sırasında önce kendimi, sonra yakınlarımı düşündüm. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	Afet yaşasaydım önce kendimi, sonra yakınlarımı düşünürdüm. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır
22.	Afet sonrasında başka bir ortama taşındım veya ortamdan uzaklaşmayı düşündüm. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	Afet yaşasaydım başka bir ortama taşınır veya ortamdan uzaklaşmayı düşünürdüm. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır

"Doğal Afetlerin Afetzedeler Üzerine Psikolojik Etkileri: Trabzon Örneği" Konu Başlıklı Anket Soruları
Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Seda BAĞBANCİ Yüksek Lisans Tezi-2015

23.	Afet üzerinde travmatik etki yarattı. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	
24.	Afet sonrasında bana söylendi. 1. Daha kötü olabilirdi. 2. Ne hissettiğini anlayabiliyorum. 3. Biraz daha çaba gösterseydin daha iyi olacaktı. 4. Senin hatan yok elinden gelenin en iyisini yaptın. 5. Hiçbir şey tabiki aynı olamaz. 6. Hayatını geri kazanman gerekir. 7. Yaşadığın afet normal bir olaydır.	
25.	Afetten sonra ortama uyum sağlayabildim, olayı kabullendim. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	Afet sonrasında; ortama uyum sağlayabilir, olayı kabullenebilirdim. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır
26.	Bu yaşadığım afetler/le,tekrar yaşayabileceğim afetlere karşı daha çok bilinçliyim. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	Afet sonrasında; tekrar yaşayabileceğim afetlere karşı daha çok bilinçli olurdum. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır
27.	Gelecekte yaşayabileceğim afetlerle ilgili önlem aldım ve plan hazırladım. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	Afet sonrasında; gelecekte yaşayabileceğim afetlerle ilgili önlem aldım ve plan hazırladım. <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır

Anket Sahibi: "Yukarıdaki anketi gönüllü olarak cevapladım ve cevaplar şahsıma aittir."	Anketi Uygulayan:
Adı Soyadı:	Adı Soyadı:
İmzası :	İmzası :

ÖZGEÇMİŞ

Seda BAĞBANCI 18.05.1986 tarihinde Trabzon ilinde doğdu. İlkokulu Cudibey İlkokulunda, ortaokulu Cumhuriyet Ortaokulunda, lise eğitimini Trabzon Lisesi'nde tamamladı. 2009 yılında Karadeniz Teknik Üniversitesi Fen- Edebiyat Fakültesi Biyoloji Bölümünden mezun oldu. 2011 yılında Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Biyoloji Eğitimi Programında Yüksek Lisansını bitirdi. 2013 yılında Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Afet Yönetimi Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programına kayıt yaptırdı. 2010-2013 yılları arasında öğretmenlik yaptı. 2014 yılından itibaren Avrasya Üniversitesinde öğretim görevlisi olarak çalışmaktadır.