

Doğal Afet Sonrası Travma, Yas ve Dini Başa Çıkma: Kahramanmaraş Depremi Üzerine Nitel Bir Araştırma

Trauma, Grief Process and Religious Coping After Natural Disaster:

A Qualitative Research on the Kahramanmaraş Earthquake

Nurdan Yağlı SOYKAN

Dr. Öğr. Üyesi, Çankırı Karatekin Üniversitesi, İslami İlimler
Fakültesi, İslam Felsefesi Anabilim Dalı

Asst. Prof., Çankırı Karatekin University, Faculty of Islamic
Sciences, Department of Islamic Philosophy, Çankırı/Türkiye

semranurdanyaglisoykan@karatekin.edu.tr ORCID: 0000-0002-1482-8250

Makale Bilgisi | Article Information

Makale Türü / Article Type: Araştırma Makalesi / Research Article

Geliş Tarihi / Date Received: 05 Şubat/February 2024

Kabul Tarihi / Date Accepted: 30 Mayıs/May 2024

DOI: [10.53683/gifad.1431842](https://doi.org/10.53683/gifad.1431842)

Atıf / Citation: Yağlı Soykan, Nurdan. "Doğal Afet Sonrası Travma, Yas ve Dini Başa Çıkma: Kahramanmaraş Depremi Üzerine Nitel Bir Araştırma/Trauma, Grief Process and Religious Coping After Natural Disaster: A Qualitative Research on the Kahramanmaraş Earthquake". *Gifad: Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi / The Journal of Gumushane University Faculty of Theology*, 13/26 (Temmuz/July 2024/2): 511-552

İntihal: Bu makale özel bir yazılım ile taranmıştır. İntihal tespit edilmemiştir.

Plagiarism: This article has been scanned by special software. No plagiarism was detected.

Web: <http://dergipark.gov.tr/pub/gifad> **Mail:** ilahiyatdergi@gumushane.edu.tr

Copyright © Published by Gümüşhane Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi / Gumushane University, Faculty of Theology, Gümüşhane, 29000 Turkey. Bütün hakları saklıdır. / All right reserved.

Öz

6 Şubat 2023 saat 04.17'de Türkiye/Kahramanmaraş'ta yerin sadece 5 km derinliğinde büyüklüğü 7,8 ve 7,5 olan iki büyük deprem meydana geldi. Depremler sonucunda Türkiye'de resmî rakamlara göre 50 bin civarında insan hayatını kaybetti ve 120 binden fazla insan yaralandı. Büyük depremler Türkiye'de 11 ilde yaşayan yaklaşık 15 milyon insanı doğrudan etkiledi. Afetin yol açtığı hasar o kadar büyüktü ki yerli ve yabancı basında "Yüzyılın Afeti" olarak isimlendirildi. Bu çalışma söz konusu depremleri yaşayan bireylerin depremi nasıl anlamlandırdıklarını, depreme bağlı gelişen stresin üstesinden gelmek için hangi başa çıkma stratejilerini kullandıklarını, bu stratejiler içerisinde dini başa çıkma stratejilerine yaptıkları atıfları ve deprem sonrası yaşamlarında manevî gereksinimlerinin neler olabileceğini tespit etmeyi amaçlamıştır. Nitel araştırma yönteminin benimsendiği bu çalışmada fenomenolojik desen tercih edilmiştir. Veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Çalışma grubunun belirlenmesinde amaçlı seçme tekniği tercih edilmiştir. Araştırmaya deprem anında bölgede bulunan ve depremi yaşayan 20 kadın 10 erkek olmak üzere 30 yetişkin birey katılmıştır. Elde edilen bulgular, tüme varım yöntemiyle içerik analizine tabi tutulmuştur. Deprem yaşayan bireylerle gerçekleştirilen görüşmeler sonrasında beş ana temaya ulaşılmıştır. Bunlar; travma, yas ve matem, manevî ihtiyaçlar ve dini başa çıkma unsurlarıdır.

Anahtar Kelimeler: Din Psikolojisi, Başa Çıkma, Dini Başa Çıkma, Deprem, Maneviyat.

Abstract

On February 6, 2023 at 04:17, two major earthquakes with magnitudes of 7.8 and 7.5 occurred at a depth of only 5 km in Kahramanmaraş, Türkiye. According to official figures, around 50,000 people in Türkiye lost their lives and more than 120,000 people were injured as a result of the earthquakes. The major earthquakes directly affected around 15 million people living in 11 provinces in Türkiye. The damage caused by the disaster was so great that it was dubbed the "Disaster of the Century" in the local and foreign press. This study aimed to determine how individuals who experienced these earthquakes made sense of the earthquake, which coping strategies they used to overcome earthquake-related stress, their references to religious coping strategies with in these strategies, and what their spiritual needs might be in their post-earthquake lives. Phenomenological design was preferred in this study in which qualitative research method was adopted. A semi-structured interview form was used as a data collection tool. Purposive selection technique was used to determine the study group. Thirty adults, 20 women and 10 men, who were in the region at the time of the earthquake and who experienced the earthquake, participated in the study. The findings obtained were subjected to content analysis

using the deductive method. After the interviews with individuals who experienced the earthquake, five main themes were reached. These are trauma, grief and mourning, spiritual needs and religious coping.

Keywords: *Psychology of Religion, Earthquake, Coping, Religious Coping, Spirituality.*

Extended Summary

This study aimed to determine how individuals who experienced the 6 February earthquakes centered in Kahramanmaraş made sense of the earthquake, which coping strategies they used to overcome the earthquake-related stress, their references to religious coping strategies within these strategies, and what their spiritual needs might be in their post-earthquake lives. Phenomenological design was preferred in this study in which qualitative research method was adopted. A semi-structured interview form was used as a data collection tool. Purposive selection technique was used to determine the study group. Thirty adults, 20 women and 10 men, who were in the region at the time of the earthquake and who experienced the earthquake, participated in the study. The findings obtained were subjected to content analysis using the deductive method.

513

After the interviews with individuals who experienced the earthquake, five main themes were reached. These are trauma, grief and mourning, spiritual needs and religious coping.

Three sub-themes were identified under the first main theme of "trauma". These were named as "Man-made Trauma, Natural Trauma and Posttraumatic Growth".

Individuals who experienced the earthquake think that the event they experienced was not caused by human hands, they state that it would have been much more difficult for them to cope and accept if they had experienced this situation due to a human being, and they express gratitude. Here, the fact that the trauma was not caused by human hands and the reference to a superior power, God, was found to be a factor that supports positive coping and religious coping.

Some earthquake victims emphasize that what they experienced was a natural disaster and attribute it to God. According to them, an earthquake is a natural disaster and there are laws of nature. Allāh is the one who determines these laws.

The last sub-theme of the main theme of trauma is posttraumatic

growth. Earthquake survivors are aware of the magnitude and difficulty of the event they experienced. However, for those who made sense of their pain, turned the crisis into an opportunity and benefited from social support networks, this situation became a means of spiritual growth and development.

The earthquake also involves a mourning process due to the losses, separations, migrations and emotional devastation it brings with it. As the in-depth interviews continued, it became clear that the mourning process had very different manifestations in this painful group. Therefore, the third main theme "Mourning and Grief" and the sub-themes "Shock, Mourning for the Gone, Mourning for the City, Mourning for the Lost Ties and No Without a Homeland" were found as reflections on the mourning process of earthquake victims.

From the moment of the earthquake, individuals lost all their emotions with the shock they experienced. The feeling of cold and hunger disappeared for hours or even a few days.

But after the initial shock of the earthquake, people who had suffered losses began to face the reality. Earthquake survivors stated that they felt their pain more strongly as the heat of the event wore off and they started to look for ways to cope with this pain.

514

In the aftermath of the earthquake, the majority of people living in the region were transferred to temporary accommodation centers and to different provinces. Having to migrate, even temporarily, deeply shock the earthquake victims. Their normal lives changed overnight and their hometowns, where they were born and where they lived, were buried under rubble. For them, their city is not just a piece of land where they live. For the participants, the city is a structure where they spend the bittersweet times of their lives, where they build and renovate, where they find their own selves and build their future. This love of country, which is unique to the Turkish people, was clearly reflected in the words and feelings of the individuals who experienced the earthquake.

Individuals who experienced the earthquake made frequent references to the loss of their memories and recollections of the past, being buried under rubble, and the disruption of the unique structure of the streets. These references were mostly intensified not in the first days of the mourning process but in the following days. The participants, who started to realize their losses, searched for an object of connection that would facilitate their

mourning, to hug and long for. But there was neither a picture nor a memorable object. The lost ties represented not only a tangible asset but also social networks, and for the participants this was as painful as the lost memories.

Love for homeland was the last sub-theme under the main theme of mourning and grief. Because after expressing their own pain, mourning and suffering, the participants also expressed the damage caused to their homeland by this great disaster and the grief they felt. For them, the destruction and damage in the region is an issue that concerns the whole homeland.

Under the third main theme of "Spiritual Needs"; four sub-themes emerged as "Sense of Guilt and Sinfulness, Perception of God as Punishing, Anxiety and Hopelessness, Reflections on Family".

It was observed that earthquake survivors had some spiritual needs in terms of making sense, living values correctly and thus mobilizing their inner powers in the coping processes after the severe experience they experienced. Although attributing what happened to them to a transcendent power supported them spiritually and psychologically, the question "what did we do that this happened to us?" revealed a sense of guilt and sinfulness. Questions that could not be answered on the same plane caused them to think of the Creator as the punisher and themselves as an individual who deserved this punishment. It is possible to say that the sub-theme of anxiety and hopelessness found under the main theme of spiritual needs is also a result of "the perception of a punishing God and a sense of guilt".

515

The family institution, which is the smallest structure of the society, was affected both positively and negatively by the earthquake. These positive and negative reflections on the family were evaluated under the theme of spiritual needs.

Finally, under the fourth main theme of "Elements of Religious Coping"; "Elements of Religious Coping During the Earthquake, Awareness of Life and Death, Gratitude, Patience, Prayer, Positive Thinking, Positive Perception of God and Martyrdom".

Interviews with the participants revealed that they used religious coping methods from the first moment of the earthquake. Among the earthquake survivors, those who adopted a positive religious coping approach used their world of faith in the face of difficulties and stressful events, saw these difficulties as an opportunity for their spiritual

development and acted together with the God they believed in to solve the problems. Under this theme of positive religious coping, there are sub-themes of life and death awareness, gratitude, patience, prayer, positive thinking, positive perception of God and martyrdom in addition to the religious coping elements used during the earthquake.

Giriş

Doğal afetler, dünyanın doğal süreçleri sonucunda meydana gelen büyük felaketlerdir. Bu afetler, genellikle hava, su veya yer kabuğundaki hareketler sonucu ortaya çıkarlar. İnsanlar ve çevre üzerinde ciddi etkileri olan doğal afetler; can kaybına, yaralanmalara, maddi hasarlara ve ağır tahribata neden olabilirler (Işıklı -Tüzün, 2017, 180). Dünya Sağlık Örgütü afeti, toplumun başa çıkma ve iyileşme kapasitesini aşan, bireylerin, onların işleri ve çevreleri üzerinde güçlü bir etkiye neden olan bir sistemin (veya topluluğun) normal işleyişinin kesintiye uğraması olarak tanımlamıştır. Bu durum, doğal kaynaklı bir olayın (örneğin, bir kasırga veya deprem) veya insan eyleminin (en yaygın olanları arasında savaş) ve bunun zararlı etkilerinin (örneğin, insan kaybı veya alt yapının yok olması) sonucu olabilir (WHO, 2000).

Depremler, aniden ortaya çıkan, hayatın beklenmedik bir şekilde altüst olmasına yol açan doğal afetlerin en korkutucu ve yıkıcı türlerinden biridir. Her yıl dünya genelinde birçok insan depremlerle karşı karşıya kalmakta ve bu deneyimler bireyler üzerinde derin etkiler bırakmaktadır (Norris vd., 2002, 207). Depremler, ekonomik ve fiziksel hasarlara yol açmalarının yanı sıra, beraberinde getirdikleri kayıplarla psikolojik ve duygusal travmalara da neden olmaktadır (Stratta vd., 2012, 1227). Bu tür bir felaketle karşılaşan insanlar hem büyük bir korku, şok ve belirsizlik yaşamakta hem de yaşam koşullarındaki ani değişiklikler, evlerin yıkılması ve sevdiklerinin kaybedilmesi gibi acı verici deneyimlerle baş etmek zorunda kalmaktadırlar (Carmassi vd., 2012, 268). Afet sonrası psikolojik uyumu tanımlamak için "travma sonrası stres" olarak isimlendirilen bu durum özellikle deprem sonrası bireylerle gerçekleştirilen çalışmalarda en sık rastlanan konulardan biridir (Korucu -Kaya, 2023, 755). Travma sonrası stres, afetten etkilenen bireylerin olayın ardından uygun psikolojik destek almamaları durumunda travma sonrası stres bozukluğu gibi daha kronik bir boyuta evrilebilir (Sakarya -Güneş, 2013, 25). Bu nedenle, beklenmedik bir şekilde meydana gelen, insanların varlığını tehdit eden, yaşamları altüst ederek birçok stres kaynağı ortaya çıkaran depremle ilgili gerçekleştirilecek her türlü faaliyet başa çıkma açısından oldukça önemlidir. Çünkü deprem yaşayan bireylerin

başta çıkma mekanizmaları ve manevi ihtiyaçları üzerine odaklanmak deprem sonrası toparlanma sürecinde önemli bir rol oynayacaktır.

Din ve maneviyat ise; anlam bulma ve değerlerle bağlantı kurma sürecinde birçok kişi için oldukça güçlü bir destek kaynağıdır (Pargament vd., 2000, 519). Bu destek kaynağı doğum öncesi başlayan, bireyin tüm hayatını kuşatan ve sosyal yaşamını düzenleyen bir potansiyele sahiptir (Yakut, 2020; Akça - Yıldız, 2020). Deprem gibi zorlu, ani ve stres verici yaşam olaylarıyla karşılaşan bireyler, genellikle dini inançlarının gücüne ve manevi kaynaklarına sığınır (Lancaster –Palframan, 2009, 257). Dini inançlar, depremedelere umut ve teselli sağlama, içsel güçlerini harekete geçirme ve yeniden yapılanma sürecinde bir kılavuz olmaktadır (Park -Fenster, 2004, 195). Dini başta çıkmanın birbirinden farklı tarzları vardır. Dolayısıyla dini başta çıkma depremedeler için birçok farklı şekilde ortaya çıkabilir. Bazıları, ibadet ve dua gibi dini uygulamaları benimseyerek manevi güçlerini yeniden keşfederken, diğerleri toplu ibadetlere katılabilir veya birtakım dini etkinliklerden destek almayı tercih edebilir. Yine bireyler, kendileriyle aynı olayı yaşayan insanlarla bir araya gelerek birbirlerine destek olabilir ve birlikte güçlenerek depremin yarattığı travmayı aşabilirler (Kula, 2002, 234).

Bu makalede, deprem deneyimi yaşayan bireylerin dini başta çıkma biçimleri ve manevi ihtiyaçları üzerinde durulmuştur. Deprem yaşayan insanların bu durumla nasıl başta çıkabileceklerini ve dini inançlarının onlara nasıl bir destek sağlayabileceğini anlamak, toplum olarak daha sağlam bir dayanıklılık ağı oluşturmamıza yardımcı olacaktır. Ayrıca, depremedelerin manevi ihtiyaçlarına nasıl cevap verebileceğimizi ve psiko-sosyal açıdan nasıl destek olabileceğimizi ortaya koymak, gelecekteki depremlerde daha etkili yardım ve manevi destek sağlama konusunda bize yol gösterecektir.

Araştırma, depremedelerin dini başta çıkma süreçleri ve manevi ihtiyaçlarına odaklanarak, deprem sonrası toparlanma sürecinde bireylerin ve dahası toplumun dayanıklılığını artırma çabalarına katkıda bulunmayı hedeflemektedir. Depremlerin getirdiği acı ve travmayı hafifletmek için dini inançların ve maneviyatın gücünü anlamak, insanların depremlerle başta çıkma sürecinde daha sağlıklı bir zihinsel ve ruhsal durumda olmalarına yardımcı olabilecektir.

1. Başta Çıkma ve Dini Başta Çıkma

Günümüzün karmaşık ve hızlı tempolu dünyası, bireylerin stresli durumlarla karşılaşmalarına yol açabilmektedir. İş yerindeki yoğun iş yükü, ilişki sorunları, finansal zorluklar, sağlık sorunları ve diğer birçok faktör

bireylerin hayata uyumunu zorlaştırmaktadır. Başa çıkma becerileri bu stresli durumların üstesinden gelmek için önemli bir araçtır (Kaba, 2019, 63).

Başta çıkma, insanların duygularını düzenlemek ve altta yatan sorunları ele almak için kullandıkları düşünce ve davranışları ifade eder (Folkman -Moskowitz, 2007, 193). İnsanlar genellikle travma, kriz veya stresli olaylar yaşadıklarında çok çeşitli başta çıkma stratejilerini kullanırlar. Başta çıkma; bireyin iç ve dış dünyanın yarattığı bu zorlukları gidermek, kontrol altında tutmak, gerginlikleri azaltmak için gösterdiği bilişsel ve davranışsal çabası olarak da tanımlanabilir. Bir kişinin yaşadığı stres seviyesi, bir tehditle başta çıkma konusunda ne kadar kendine güvendiği ile doğrudan ilişkilidir. Dolayısıyla bir olayı yorumlama veya tepki verme şekli stres düzeyi üzerinde olayın kendisinden daha güçlü bir etkiye sahiptir. Objektif değerlendirme ve başta çıkma stratejileri bireylerin stresli durumları yönetmelerine yardımcı olabilecektir. Lazarus ve Folkman buna İşlemsel Stres ve Başta Çıkma Modeli adını vermişlerdir (Lazarus – Folkman, 1984).

Dinî başta çıkma ise kişinin problemle ve stresle mücadele sürecinde inancını devreye sokma yoludur (Pargament, 2001). Çünkü insanlar doğal afetler gibi kendilerini zorlayan yaşam olayları karşısında inançlardan, dinî pratiklerden ve sosyal ilişkilerinden yararlanabilirler (Yapıcı – Doğanay, 2019, 105). Genellikle travma alanında yapılan çalışmalarda büyüme ve hayatın sunacağı fırsatlardan çok, kayıplar ve acılar üzerinde durulmuştur. Halbuki maneviyat ve bireyin inanç sistemi travma sonrası deneyimlerde, anlamlandırma ve iyileşme sürecinde çok önemli bir rol oynayabilir. Özellikle travmaya maruz kalmanın ilk aşamasında, birçok travma mağduru için kayıp ve acı deneyimi doğru olsa da, son araştırmalar yalnızca bu yapılarla odaklanmanın büyüme ve anlayışı desteklemede etkisiz olduğunu göstermiştir (Vis–Boynton, 2008, 69). Dolayısıyla travma sonrası büyüme ve anlam oluşturmada insanın manevi yönüne de dikkat etmek başta çıkmayı doğru anlamada faydalı olacaktır.

Pargament, olayların kendi başlarına bireyin nasıl davranacağını tahmin edicileri olmadığını belirtmekte, yani her durum ve olay karşısında insan faktörünün ve anlam duygusunun biricikliğine vurgu yapmaktadır. Buradan yola çıkarak dini, başta çıkma sürecinin ayrılmaz bir parçası yapmakta ve bireyin problem çözme sürecinde din ve inancın üç değişik işleve sahip olabileceğini öne sürmektedir (Pargament, 2002, 48).

Birincisi, bireyin kendi kendini idare etme yaklaşımıdır. Burada insanın Tanrı'dan yardım istemeden problemi bireysel imkânlarıyla çözme isteği vardır ve insanın aktif, Tanrı'nın pasif olduğu söylenebilir. İkincisi,

kararı başkasına bırakma yaklaşımıdır. Burada insanın hiçbir eylem yapmadan Tanrı'nın müdahalesini beklemesi söz konusudur. Tanrının aktif bireyin pasif konumunda olduğu bu durumdaki kişiler sürekli dışsal müdahale beklentisi içerisindedir. Hatta bunların bir kısmı alın yazısını yaşadıkları, başka bir çıkış yolunun olmadığı düşüncesindedirler. Üçüncüsü işbirlikçi (collaborative) yaklaşımdır. Burada insanın Tanrı ile iş birliği halinde olduğu, zorlukların üstesinden bu sayede gelinmeye çalışıldığı görülür. Buna hem Tanrının hem de insanın aktif olduğu yaklaşım da denilebilir (Pargament vd., 1988, 90).

Pargament ve arkadaşları dini başa çıkma yöntemlerini olumlu ve olumsuz dini başa çıkma şeklinde ikiye ayırmakta, bunların sağlık ve uyum üzerindeki etkilerini açıklamaktadırlar. Olumlu dini başa çıkma; dini bağışlama, manevi destek arama, problem çözümünde Tanrı ile işbirlikçi davranma, aşkın olanla bağ kurma ve arınma gibi değerlendirmelerden oluşmaktadır. Olumsuz dini başa çıkma ise; manevi anlamda hoşnutsuzluk, cezalandıran Tanrı, kişilerarası dini memnuniyetsizlik, Tanrı'nın gücünü sorgulama, affedilmeyeceğini düşünme, günahkârlık ve suçluluk duygusu gibi durumlardan oluşmaktadır (Pargament vd., 1998, 710).

Başta çıkma süreci, insanların zorluklarla karşılaştıklarında duygusal, zihinsel ve davranışsal olarak nasıl tepki verdiklerini kapsayan karmaşık bir süreçtir. Deprem gibi travmatik olaylar, bireylerin başta çıkma mekanizmalarını etkileyebilir ve manevi ihtiyaçların ortaya çıkmasına neden olabilir.

2. İnsan ve Manevi İhtiyaçları

Deprem deneyimi, bireyler üzerinde derin etkiler bırakarak psikolojik travmalara neden olabilir. Bireyler, deprem sırasında yaşadıkları korku, şok ve belirsizlik gibi duygusal tepkilerle baş etmek zorunda kalırlar. Bu tür bir travma, insanların günlük hayatlarında anlam ve amaç aramalarına ve manevi ihtiyaçların ortaya çıkmasına yol açabilir. Psikolojik açıdan manevi ihtiyaçların, bireylerin yaşadıkları travmayı anlamlandırma, kabul etme ve onunla başta çıkma sürecine yardımcı olabilecek bir dizi faktörü içerdiğini söylemek mümkündür. Araştırmalar da maneviyatın insanların psikolojik sağlamlığını desteklediğini ve travma sonrası iyileşme sürecinde olumlu bir rol oynayabileceğini göstermektedir (Bonelli-Koenig, 2013, 657). Maneviyat, bireylerin anlam, değerler, inançlar ve bağlantılar aracılığıyla kendilerini tanımlama sürecini içerir. Depremzedeler için manevi ihtiyaçların giderilmesi, bu sarsıcı deneyimle başta çıkmalarını desteklemeye ve içsel güçlerini harekete geçirmeye yardımcı olabilir. Manevi destek, bireylere

umut, teselli ve anlam sağlayarak yaşadıkları deneyimin getirdiği duygusal yükü hafifletebilir, yaşamın anlam ve amacını yeniden keşfetmelerini ve bakış açılarını olumluya çevirmelerini destekleyebilir (Özdoğan, 2006, 127).

Bireyler, manevi ihtiyaçlarını karşılamak için çeşitli stratejiler kullanmaktadırlar. Bunlar arasında dini ritüeller ve uygulamalar, dua etmek, manevi destek almak ve toplu ibadetler zikredilebilir. Araştırmalar, bu tür manevi pratiklerin, bireylerin stresi azaltmalarına, iç huzuru yeniden bulmalarına ve travma sonrası iyileşme sürecinde daha iyi bir psikolojik sağlamlığa ulaşmalarına yardımcı olabileceğini göstermektedir (Koenig, 2018, 11). Dolayısıyla deprem deneyimi yaşayan bireylerin manevi ihtiyaçları, psikolojik açıdan oldukça önemli bir konudur. Bu nedenle, psikolojik yardım ve destek hizmetlerinde bireyin manevi boyutunun dikkate alınması ve bireylere uygun manevi kaynakların hayata geçirilmesi son derece önemlidir.

3. Travma ve Türleri

Travmatik yaşantılar, gerçek bir ölüm ya da ölüm tehdidinin yaşandığı, ağır yaralanmanın veya bedensel bütünlüğe yönelik bir tehdidin meydana geldiği ve kişinin kendisinin yaşadığı veya şahit olduğu olaylar olarak tanımlanmaktadır (APA, 1994). Travmatik yaşantılar, deprem, sel gibi doğal felaketler, savaşlar, cinsel ya da fiziksel saldırıya uğrama, işkence, cinsel taciz, çocuklukta yaşanan istismar, trafik kazaları, iş kazaları, yaşamı tehdit eden bir hastalığın tanısının konulması, tehlikeli bir olaya tanık olmak gibi zorlayıcı ve kişinin başa çıkma yeteneğini olumsuz yönde etkileyen travmatik olayları kapsamaktadır (Öztürk, 2017). Bu tür olaylar, insanın gündelik deneyimlerinin dışında kalan, belirli bilişsel şemalara oturmamayan ve dolayısıyla anlamlandırılması güç olan olaylardır (Akcan, 2018, 61).

Travma üç ana başlıkta sınıflandırılabilir (Bayram vd., 2018, 165);

1. İnsan eliyle bilerek oluşturulan (savaş, işkence, tecavüz, terör eylemleri, cezaevi ve gözaltı uygulamaları vs.)

2. İnsan eliyle kaza sonucu oluşan (trafik, uçak, gemi, tren kazaları, iş kazaları, yangınlar vs.)

3. Doğal afetler (deprem, sel, çığ, orman yangını vs.)

Travma üzerine yapılan ilk çalışmalarda genellikle bu tür olayların sonuçlarının, bireylere yansımalarının sadece olumsuz yönde olabileceği düşünülmektedir (Tedeschi vd., 1998, 13). Bireylerin yaşadıkları bu türden acı verici olayların psikolojik-davranışsal bozukluklara, karamsar bir ruh haline sahip olma vb. olumsuz sonuçlar doğurduğu öne sürülmektedir

(Wortman, 2004, 81). Günümüzde ise bu türden felaketlerin olumsuz sonuçlarının yanı sıra bireylerin bu kötü olayların üstesinden gelebileceği, bunlarla mücadele edebileceği yani travma sonrası büyüme yaşayabileceği bilinen hale gelmiştir (Tedeschi–Calhoun, 1996, 455; Çimen, 2020 80). Travma sonrası büyümede en önemli kaynaklardan biri de şüphesiz bireyin maneviyatıdır (Eames–O’Connor, 2022, 3). Maneviyat, travmaların anlaşılması, nasıl yönetildiği ve nihai olarak nasıl çözüldüğü konusunda kritik bir rol oynamaktadır (Pargament vd., 2006, 121).

3. Araştırmanın Yöntemi

Bu çalışmada 6 Şubat 2023 tarihinde Kahramanmaraş ili merkezli 11 ilde meydana gelen depremleri yaşayan bireylerin depremi nasıl anlamlandırdıklarını, depreme bağlı gelişen stresin üstesinden gelmek için hangi başa çıkma stratejileri kullandıklarını ve bu stratejiler içerisinde dini başa çıkma stratejilerine yaptıkları atıfları tespit edebilmek için durum çalışması yöntemi kullanılmıştır. Durum çalışması bir veya birkaç durumun gözlemler ve görüşmeler gibi veri toplama araçlarıyla derinlemesine durumların ve buna bağlı temaların tanımlandığı nitel bir araştırma yaklaşımıdır (Cresswell, 2007). Nitel araştırma, resmin tamamını görmeyi, bağlantıları kolay kurabilmeyi, yazmayı, karmaşık bilgileri sınıflandırarak düzenlemeyi, günlük hayattaki alışlagelmedik detayları fark edebilmeyi, farklı açılardan bakmayı, keşfetmeyi ve tamir etme becerisini gerektirir (Creswell, 2017, 89). Bu nedenle hem nitel araştırma yöntemi hem de durum çalışması deseni toplumsal olgular veya temsil edilemeyen küçük gruplar hakkında derinlemesine ve detaylı bilgiler sağlaması açısından oldukça avantajlıdır.

3.1. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 6 Şubat 2023 tarihinde Kahramanmaraş merkezli depremleri yaşamış, halen bu 11 ilde yaşayan veya deprem nedeniyle Türkiye’nin farklı şehirlerinde geçici olarak ikame eden 30 depremlerde oluşturmaktadır. Çalışma grubunu belirlemede amaçsal örneklem tekniği tercih edilmiştir. Bu teknik ile çalışmaların amacına bağlı olarak bilgi açısından zengin durumların seçilerek derinlemesine araştırma yapılması amaçlanmıştır. Araştırmamıza 20 kadın ve 10 erkek olmak üzere 30 kişi katılmıştır. Katılımcıların yaş aralığı 19-62 arasında değişmekte olup yaş ortalaması 35’dir. Katılımcıların 3’ü ortaokul, 14’ü lise, 13’ü üniversite mezunudur. 18’i evli, 11’i bekâr, 1’i de boşanmıştır. 7’si Hatay’da, 6’sı Malatya’da, 1’i Gaziantep’te, 8’i Adıyaman’da, 8’i de Kahramanmaraş’ta depreme yakalanmıştır. Katılımcılardan depremde 1. derece akrabası vefat

eden 3 kişidir. Bir katılımcının kızı, damadı ve torunu vefat etmiştir. Diğer katılımcının teyzesi ve kuzeni vefat etmiştir. Son olarak ise halası, teyzesi ve kuzeni vefat eden başka bir katılımcı daha bulunmaktadır. Diğer 27 katılımcının ise yakın akrabaları ve komşularından çeşitli kayıpları bulunmaktadır. Katılımcılara ait demografik veriler aşağıda Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo-1: Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

Kod	Yaş	Cinsiyet	Medeni Durum	Öğrenim Durumu	Deprem Anında Bulunulan İl
K1	24	Erkek	Bekar	Üniversite	Adıyaman
K2	20	Erkek	Bekar	Üniversite	Hatay
K3	23	Erkek	Bekar	Üniversite	Adıyaman
K4	34	Erkek	Evli	Üniversite	Adıyaman
K5	45	Erkek	Evli	Lise	Malatya
K6	27	Erkek	Evli	Lise	Malatya
K7	30	Erkek	Evli	Lise	Kahramanmaraş
K8	34	Erkek	Evli	Üniversite	Kahramanmaraş
K9	48	Erkek	Evli	Lise	Hatay
K10	38	Erkek	Evli	Üniversite	Adıyaman
K11	34	Kadın	Evli	Lise	Malatya
K12	36	Kadın	Evli	Lise	Kahramanmaraş
K13	44	Kadın	Evli	Lise	Hatay
K14	59	Kadın	Evli	Ortaokul	Hatay
K15	56	Kadın	Evli	Ortaokul	Hatay
K16	48	Kadın	Evli	Lise	Kahramanmaraş
K17	62	Kadın	Evli	Ortaokul	Kahramanmaraş
K18	35	Kadın	Evli	Lise	Malatya
K19	40	Kadın	Evli	Lise	Adıyaman
K20	39	Kadın	Evli	Lise	Adıyaman

K21	44	Kadın	Boşanmış	Lise	Hatay
K22	48	Kadın	Evli	Lise	Malatya
K23	19	Kadın	Bekar	Lise	Hatay
K24	22	Kadın	Bekar	Üniversite	Kahramanmaraş
K25	25	Kadın	Bekar	Üniversite	Malatya
K26	20	Kadın	Bekar	Üniversite	Kahramanmaraş
K27	21	Kadın	Bekar	Üniversite	Kahramanmaraş
K28	23	Kadın	Bekar	Üniversite	Adıyaman
K29	20	Kadın	Bekar	Üniversite	Adıyaman
K30	20	Kadın	Bekar	Üniversite	Gaziantep

3.2. Verilerin Toplanması

Nitel aşamada veri toplamak için yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Derinlemesine görüşme araştırma konusu ile ilgili kişilerle belirli bir amaç doğrultusunda konuşma yapılmasıdır. Derinlemesine görüşme türlerinden biri olan fenomenolojik görüşmede amaç katılımcının araştırma konusu ile ilgili olay ya da olayları nasıl algıladığı, kavramlaştırdığı ve değerlendirdiğini ortaya çıkarmaktır. Diğer bir deyişle fenomenolojik görüşmede araştırmacı, kişilerin dış gerçekliğe nasıl anlam yüklediklerini anlamaya çalışmaktadır (Greasley – Ashworth, 2007, 819).

Araştırmada öncelikle depremzede bireylerle ön görüşmeler yapılmış, çalışma hakkında bilgi verilmiş, çalışmaya katılmak isteyip istemedikleri sorulmuş, olumlu geri dönüşler sonrası çalışma yapmaya karar verilmiştir. Çalışmada kullanılacak yarı yapılandırılmış görüşme formu hazırlanırken literatür taraması yapılmış, literatüre uygun olarak hazırlanan görüşme formunda yer alan sorular alanda uzman bir öğretim üyesi tarafından gözden geçirilmiş, yapılan tavsiyeler çerçevesinde forma son şekli verilmiş ve çalışma bu yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada gizlilik ve gönüllülük esas alınmıştır. Ayrıca güvenilirlik ve geçerliği sağlamak amacıyla katılımcıların geçici barınma merkezlerinde üç ay boyunca odak grup görüşmeleri gerçekleştirilmiş, güven inşası sağlanmış ve derinlemesine bilgi toplanmıştır.

Araştırma verilerini toplama aracı (formu) için etik kurul izni alınmıştır.¹ Ayrıca araştırma kapsamında görüşme form ve içeriğine dair bilgilendirme yapılmış, aydınlatılmış onam formu imzalatılmıştır.

3.3. Verilerin Analizi ve Yorumlanması

Deprem deneyimi yaşamış bireylerle gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmelerde katılımcılar K1, K2, K3... şeklinde kodlanmış, sorulara verdikleri cevaplar yoluyla elde edilen veriler bu kodlar altında kayıt altına alınmıştır. Araştırma verileri transkripsiyonu yapılarak yazıya geçirilmiş ve metin üzerinde defalarca durulmuştur. Bu metinler dikkatlice okunarak araştırma odağımızla alakalı kelimeler ve cümleler tanımlanmıştır. İçerik analizi sonucunda araştırma bulguları Kodlara, Alt Başlıklara, Kategorilere ve bu doğrultuda Temalara ayrılmıştır.

Bu çalışmada Guba ve Lincoln'un geçerlik ve güvenilirlik için önerdiği ölçütler dikkate alınmıştır (Guba - Lincoln, 1982, 233). Görüşmelerin bağlamı, kodlar ve çıkarılan kategoriler araştırmacı ve nitel araştırma alanındaki diğer profesyonel meslektaşlar tarafından gözden geçirilmiştir. Ayrıca araştırmada iç güvenilirliği arttırmak için katılımcı teyidi yapılmıştır. Aktarılabirliği sağlamak için amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmış, katılımcıların ifadeleri ayrıntılı olarak aktarılmış ve sıklıkla doğrudan alıntılara yer verilmiştir.

524

4. Bulgular ve Yorumlar

Çalışmada elde edilen bulgular çerçevesinde dört ana temaya ulaşılmıştır. Bunlar; travma, yas ve matem, manevi ihtiyaçlar ve dini başa çıkma unsurlarıdır.

4.1. Travma

Ana tema	Travma				
Alt temalar	İnsan eliyle travma: "Kuldan gelmedi çok şükür"	Doğal yollarla travma: "Bu bir afet"	Travma sonrası büyüme: "Ben o eski ben değilim"		
			Anlamlandırma	İnanç/maneviyat	Sosyal destek

Tablo-2: Travma Ana Teması ve Alt Temaları

¹ Çankırı Karatekin Üniversitesi Rektörlüğü Etik Kurulu Başkanlığının 14.06.2023 tarihli ve 34 nolu kararı.

Travma ana temasının altında üç alt tema belirlenmiştir. Bunlar; insan eliyle travma, doğal yollarla travma ve travma sonrası büyümedir.

4.1.1. İnsan Eliyle Travma: “Kuldan Gelmedi Çok Şükür”

Deprem deneyimi yaşayan bireyler yaşadıkları olayın insan eliyle olmadığını düşünmekte, bir insan nedeniyle bu durumu yaşasalardı baş etmelerinin ve kabullenmelerinin çok daha zor olacağını belirtmekte ve şükretmektedirler. Burada travmanın insan eliyle olmaması, üstün bir güce Allah’a atıf yapılması olumlu baş etmeyi ve dini baş etmeyi destekleyen bir faktör olarak bulgulanmıştır.

“Bu bizim kaderimiz, alın yazımız, iyi ki bir insan nedeniyle olmadı.” K15

“Allah’tan geldi, bu başıma gelen Allah’tan geldi, kuldan gelmedi ya çok şükür”K22

“Çok acı çektik, çok korktuk. Başka zaman olsaydı belki tepkilerimiz çok farklı olurdu. Yani ne bileyim bu kadar insan öldü, elbette sorumlular var. Fakat ben başka bir şeyden bahsediyorum. Bunu engelleyecek gücümüz yoktu. Tedbir alınabilirdi sadece, o da ne kadar işe yarardı bilmiyorum. Çünkü yaşayamayan bilemez o anı, çok güçlü bir depremdi. Bir başkası, bir insan böyle acılara neden olsa öfkemiz çok büyük olurdu. Şimdi ne kadar da olsa teslimiyet gösteriyoruz.” K9

4.1.2. Doğal Yollarla Travma: “Bu Bir Afet”

Bazı depremezeler ise yaşadıkları olayın doğal bir afet olduğunu vurgulamakta ve tıpkı yukarda bahsi geçtiği gibi bu durumu Allah’a bağlamaktadırlar. Onlara göre deprem doğal bir afettir ve doğanın kanunları vardır. Bu kanunları belirleyen ise yüce Yaratıcı’dır.

“Çok kötüydü. Yaşadıklarımı uzun bir zaman unutmam mümkün değil. Geceleri en ufak bir ses gelse hemen uyanıyorum. Zaten ilaç almadan uyuyamadım 2 ay kadar. Yavaş yavaş toparlanacağım tabi. Bu başıma gelen Allah’tan geldi, bundan dolayı sabretmem daha kolay oluyor.”K17

“Çok ağır şeyler yaşadık. Rabbim kimseye yaşatmasın. O gece yaşadığımız korku aslında bizim için kıyametti. Biz kıyameti yaşadık... Fakat deprem işte, nerde ne zaman olacağını önceden tahmin etmek çok zor. Allah’tan gelene sabretmek başka çare yok.” K11

“Eve hırsız girse üzülüyoruz. Hem de nasıl üzülüyoruz ama. Çünkü yapan kişi bir insan. Ev yıkılıyor fakat Allah’tan gelen deprem diyoruz, hayatta kaldığımızı seviniyoruz, ne yapalım. Canımız sağ en azından diyoruz.”K6

4.1.3. Travma Sonrası Büyüme: “Ben O Eski Ben Değilim”

Travma ana temasına ait en son alt tema ise travma sonrası büyümedir. Depremzedeler yaşadıkları olayın büyüklüğünün ve zorluğunun farkındadırlar. Fakat acılarını anlamlandıran, krizi fırsata çeviren ve sosyal destek ağlarından faydalananlar için yaşadıkları bu durum ruhsal bir büyüme ve gelişme aracı olmuştur.

Öyle ki bir kadın deprezede hissettiklerini şöyle ifade etmiştir:

“Çok zor bir durumun içindeyiz. Evlerimiz, eşyalarımız gitti. Buraya kızım ve oğlumla geldim, eşim deprem bölgesinde kaldı. Çalıştığı için işine devam etmesi gerekiyordu. Eskiden insanlarla konuşmaya, kendimi ifade etmeye çekinirdim. Fakat buraya gelince yaşadığım tüm zorluklarla mücadele edebilecek güçte olduğumu keşfettim.”K16

“Kendim ve evlatlarım için ayakta durmayı öğrendim. Konuşmayı, derdimi anlatmayı, yöneticilere ihtiyaçlarımızı söylemeyi öğrendim. Eskiden beni alıp bir Vali'nin yanına getirselor dilim tutulur, söyleyeceklerimi de unutturdum. Fakat yaşadığı acılar insanı geliştirebiliyormuş, özgüvenini kazanmasını sağlıyormuş bunu çok iyi öğrendim.” K22

Travma sonrası büyümede bireyin sarsılmaz inancı ve maneviyatı oldukça etkili olmaktadır. Katılımcıların çoğu yaşadıkları deneyimin ardından bir anlamlandırma sürecine girmiştir. Bu süreçte inançları onları oldukça güçlü kılmıştır.

“Yaşadıklarım beni çok değiştirdi. Hayatın anlamını sorguladım. Dünya çok boş gelmeye başladı. İyi ki Allah'a inanıyorum, inancım beni bu acılardan güçlü çıkardı.”K25

“Bu deneyim bizi güçlendirdi resmen. Fakat bunun en temelinde yatan neden Allah'ımdan aldığım güç. İçimdeki o güç bana neler yapabileceğimi hatırlattı.”K11

“Yaşamadan olmuyormuş. Her yaşantı insana bir şey katıyormuş. Bu deprem beni başka biri yaptı. Çok zordu, çok üzüldüm, çok sevdiğilerim öldü. Fakat inanın kaybedecek bir şeyi olmayan insan çok daha güçlü oluyormuş. Ev, araba bunlar boşmuş. İmanımız ve sevdiğimiz yetiyor. Bunu çok iyi öğrendim.”K18

Yine deprem yaşayan bireylerin devlet yurtları veya misafirhanelerde bir arada olmaları onları baş etme sürecinde oldukça desteklemiştir. Aynı kaderi yaşayan deprezede hem kendi içlerinde sosyal destek ağları kurmuş, hem de dışarıdan gelen sosyal destekten faydalanmışlardır. Sosyal destek travma sonrası büyümede önemli bir aracı rol üstlenmiştir. Ayrıca

devlet tarafından bu desteğin sunulması bireylerin kendilerini daha güvende hissetmelerini sağlamış ve travma sonrası büyüme süreçlerini oldukça etkilemiştir.

“Biz burada depremzedeler devletimizin öğrenci yurdunda kalıyoruz. İyi ki hepimiz bir aradayız. Burada aynı kaderi yaşayan insanlar birbirine ilaç gibi geldi adeta. Yaşadıklarımızın ardından birbirimize güç verdik, teselli olduk.”K20

“Çok şükür burada çok rahatız. Burası özel birinin olsaydı burada bizi 1 ay sonra gidin derlerdi. Devletimiz bizi sağ olsun misafir etti. İyi ki buraya gelmişiz.Sizler sayesinde yaşadıklarımızı atlattık. Burada olmak, bir arada olmak acılarımızı unutturuyor. Bugünler de geçecek elbette. Torunlarımıza anlatacağız.”K14

“İnanın şu kaldığımız yerde bir arada olmak, toplu ibadetlere katılmak, namaz kılmak, Ramazan ayını burada geçirmek bize çok iyi geldi. Herkes birbirinin yardımına koşuyor, derdini dinliyor, çözüm üretiyor. Burada dinlediğimiz, öğrendiğimiz her şeyi deprem bölgesindekilere de anlatıyoruz.” K21

4.2.Yas ve Matem

Ana tema	Yas ve Matem				
Alt temalar	Şok	Gidenlerin Yası	Bir Şehrin Yası	Kaybolan Bağların Yası	Vatansız Olmaz

Tablo-3: Yas ve Matem Ana Teması ve Alt Temaları

Deprem yalnızca fiziksel hasara yol açan, evleri yıkan, şehirlerin yapısını bozan bir doğa olayı değildir. Beraberinde getirdiği kayıplar, ayrılıklar, göçler ve duygusal yıkımlar nedeniyle deprem aynı zamanda bir yas sürecini de içerir. Depremzedeler özellikle olayın sıcaklığıyla gerçekleştirilen ilk görüşmelerde ve odak grup toplantılarında derin bir yas sürecinin henüz başlangıcındaydılar. Her biri hayatta kalmasına, sevdiklerinin yanında olmasına belki maddi kayıpları olmamasına rağmen ağlıyordu. Bu ağlayış olayın şokuyla gerçekleşen bir duygusal dışavurumun çok ötesindeydi. Derinlemesine mülakatlar devam ettikçe yas sürecinin bu örselenmiş grupta çok farklı tezahürleri olduğu dikkatleri çekti. Nitekim “Yas ve Matem” ana temasının altında çıkan; “Şok, Gidenlerin Yası, Bir Şehrin Yası, Kaybolan Bağların Yası ve Vatansız Olmaz” alt temaları yas sürecinde depremzedelere ilişkin yansımalar olarak bulgulanmıştır.

4.2.1. Şok

Deprem anından itibaren bireyler yaşadıkları sarsıntıyla birlikte kendilerini bazen bir enkazdan kurtarmış, daha şanslı olanlar ise yıkımdan önce dışarıya çıkabilmiştir. Kış mevsimi, kar yağışı ve gece olması nedeniyle bütün doğa koşulları depremzedelerin aleyhinedir. Hava şartları dondurucu olmasına rağmen, üşüme ve acıkma hissi saatler hatta birkaç gün boyunca kaybolmuştur. Bu alt temaya dair dört katılımcının görüşlerine aşağıda yer verilmiştir:

“Dışarıda dondurucu bir ayaz vardı. Ayaklarımızda sadece terlik ve üzerimizde pijamalar vardı. Dışarı çıktığımız için şanslı olduğumuzu günler sonra anlayabildik. Her yerden acı dolu sesler geliyordu. İnanır mısınız günlerce acımadık, susamadık, üşümedik. Neden öyle oldu acaba?” K18

“Ağlayamadım günlerce. Şok geçirdiğimin farkındaydım. Sadece ben değil eşim ve çocuklarım da ağlayamadı. O an hissettiğim duygu ne dersiniz sadece donukluk, bir şey hissetmeme derim. Robot gibiydik günlerce.” K15

“O kadar acıktık, üşüydük, günlerce bir şey yemek gelmedi içimizden ama ne hasta olduk ne de başka bir şey, ben hala bunu anlamıyorum. Normalde o kadar soğukta durmamız imkânsızdı.” K17

“Olayın olduğu ilk anlardan sonra ne ağıt geldi aklımıza, ne ağlamak. Duygularımız donmuş gibiydi. O an sadece hayatta kalmak ve kaldığımız için şükretmek geldi aklımıza. Normalde çocuğum ateşlense ağlarım ben ama günlerce ağlamak falan olmadı.” K12

4.2.2. Gidenlerin Yası

Deprem nedeniyle kayıp yaşayan insanlar ilk zamanlar yaşadıkları şoku atlattıktan sonra gerçekte yüzleşmeye başlamışlardır. Bir katılımcının kızı, damadı ve torunu, iki katılımcının teyzeleri, halaları ve kuzenleri vefat etmiştir. Diğer katılımcılardan da uzaktan ve yakından kayıpları olanlar bulunmaktadır. Depremzedeler olayın sıcaklığı geçtikçe acılarını daha güçlü hissettiklerini belirtmişler ve bu acıyla baş etme yollarını aramaya başlamışlardır.

Kızını depremde kaybeden K17 ilk günler bu duruma ilişkin duygularını şöyle ifade etmiştir:

“Gece kendimizi dışarıya attık. Hemen insanın aklına çocukları geliyor. Hepsine ulaştım sadece ölen kızım hariç. O zaman bildim bir şey olduğunu. Hemen evine gittik ama ev yıkılmıştı. Büyük bir binaydı ve çok katlıydı. Enkazdan üç gün

sonra çıkarıldılar. Erkek kardeşi kucağında getirdi. İnanır mısınız gül kokuyordu, o koku hala burnumda. Torunum ve eşi bir aradaydı. İlk zamanlar ben bu acıya dayanamam dedim. Eşime de söyledim, herhalde ölür giderim artık dedim. Ama ölünmüyor. Çok ağladım, hala da ağlıyorum ama giden gelmiyor. Psikolojik destek aldım, almaya devam ediyorum.”

Teyzesi ve kuzeni depremde vefat eden K28 da çok evresini atlattıktan sonra hissettiklerini ve yas sürecinin devamını şu sözlerle dile getirmektedir: *“Teyzem ve kuzenim depremde can verdi. İlk zamanlar herkes kendi derdine düştüğü için olayın farkına varamıyorsunuz. Çünkü önce hayatta kalmak ve güvende olmak istiyorsunuz. Aradan günler geçtikçe acısı daha çok belli ediyor kendini. Kuzenim evliydi. Çok gençti. Eşi psikolojik destek alıyor.”*

Bir başka depremzede K26 ise; *“İlk günler ağlamadık ama sonraki günler hep ağlamak geldi içimizden. Biz kurtulduk ama o çok fazla akrabamız öldü. Telefonla konuşuyoruz mesela, aaa onlar da mı vefat etmiş diyoruz. Sonradan geliyor haberleri. Ve acısı da sonradan çıkıyor.”* sözleriyle yas sürecinin ilk evresine ve ardından gelen döneme vurgu yapmaktadır.

Yas ve matem depremzedeleri birinci derece yakınları vefat etmese bile derinden etkilemiştir. Çünkü bazı acılar sadece bireyi değil, toplumun herhangi bir ferdi etkilediğinde de yine aynı derecede can yakarak hüzüne neden olmaktadır. Bu duygu katılımcılardan K13 tarafından şu sözlerle ifade edilmiştir:

“Şu yediğimiz yemek dışında aklımıza dışarı çıkıp bir şey alıp yemek gelmiyor, canımız istemiyor. Eşim dedi ki hanım dedi gel pazara gidelim, bir şeyler alalım veya yemeğe götürüyem seni, tamam dedim, gittik, tadım bile alamadım. Demek ki dedim daha bizim acımız geçmiyor, ağzımızın tadı düzelecek, verdikleri yemekler bile bitmiyor. Kolay değil insanımız zor durumda. Boğazımızdan geçmiyor.”K13

4.2.3. Bir Şehrin Yası

Deprem on beş milyon insanı doğrudan etkilemiş ve bölgede yaşayan insanların büyük bir çoğunluğu geçici barınma merkezlerine veya farklı illere nakledilmiştir. Göç etmek zorunda kalmak geçici de olsa depremzedeleri derinden sarsmıştır. Normal şekilde devam eden hayatları bir gecede değişmiş, hem doğdukları hem doydukları memleketleri enkaz altında kalmıştır. Şehirleri onlar için sadece yaşadıkları bir toprak parçası değildir. Şehir katılımcılar için hayatlarının acı tatlı zamanlarını geçirdikleri, inşa ve ihya ettikleri, karşılığında kendi benliklerini buldukları ve yarınlarını kurdukları bir yapılar ve mekanlardır. Türk insanına has bu memleket sevgisi deprem deneyimi yaşayan bireylerin sözlerinde ve hislerinde açıkça yer

bulmuştur. Aşağıda bu alt temaya dair katılımcı görüşlerinden bazılarını yer verilmiştir:

“Hatay’dan aradılar. Meyveler çiçek açmış. Bağlar bostanlar yeşermiş. Hepsi burnumda tütüyor. Çok özledim şehrimi. Orası sadece bir şehir değil benim için. Her yerinde hatıralarım var. Her sokağında ne anılarımız var.”K21

“Şehrimi, sokaklarını özledim. İnternette resimlerine bakamıyoruz, açamıyoruz, yüreğimiz kaldırmıyor. Fakat ne olursa olsun orası bizim yuvamız. Döneceğiz. Daha da güzel hale getireceğiz şehrimizi... Kahramanmaraş adına yakıştığı gibi yine çok güzel olacak.”K12

“Sabır evet ama bir şeyleri özlemek, memleketi özlemek... Belki evinden çok, şehri, dağını, kokusunu özleyiyor insan... Ahh Malatya... Çok derin hissediyorum bunu.. Çok acı... Olacak belki daha güzeli olacak ama kıymet mi bilmedik ne yaptık? Bir hata mı işledik? Bilemiyorum...”K22

4.2.4. Kaybolan Bağların Yası

Deprem deneyimi yaşayan bireyler; geçmişe dair anılarının ve hatıralarının yitirilmesi, enkaz altında kalması, mekanların kendine has yapısının bozulması gibi hususlara oldukça sık atıf yapmışlardır. Bu atıflar çoğunlukla yas sürecinin ilk günlerinde değil daha sonraki günlerde yoğunluktadır. Kayıplarının farkına varmaya başlayan katılımcılar, yas tutmalarını kolaylaştıracak, fiziksel temasta bulunacak ve hasret giderecek bir bağlantı nesnesi aramışlardır. Fakat ortada ne bir resim vardır ne de hatırası olan bir eşya. Kaybolan bağlar sadece somut bir varlığı değil aynı zamanda sosyal ağları da temsil etmektedir ve katılımcıların nezdinde bu da yitip giden anılar kadar acı vericidir. Aşağıda bu alt temaya dair iki katılımcının görüşlerine yer verilmiştir:

“Bütün resimler, albümler, hatıralar, eşyalar hepsi göçük altında kaldı. Canımızı kurtardık şükürler olsun. Geçmiş özlüriz elbette, hepsinin bir anısı vardı.”K5

“Deprem ardından günlerce enkaz aradık. 40 yıldır aynı sokakta yaşadığımız komşularımız ölmüştü. Ve en acısı da neydi biliyor musunuz? Bütün anılarımız gitmişti. O sokak eski sokak olmayacaktı. O ilişkiler kayboldu.”K25

4.2.5. Vatansız Olmaz

Deprem büyük bir bölgeyi ve çok sayıda insanı etkilese de katılımcılar sadece kendilerini düşünmekten imtina etmektedirler. Hasar ve yıkım oldukça büyüktür fakat devletin gücü hepsinden daha büyüktür. Barınma

ihtiyaçları giderilmiş, güvenlikleri sağlanmış, çocukları okullarına başlamış ve devletin şefkatli eliyle sarıp sarmalanmışlardır.

“Bu büyük bir afet, 15 milyon insan etkilendi. Kendimizi düşünüyoruz elbette ama vatanımız için de çok üzülüyoruz. Bizim doğumuz güzeldir, şehirlerimiz göz bebeğidir. Meyvelerimiz, sebzelerimiz, fabrikalarımız hepsi Türkiye’imiz için. Vatanımız, ülkemiz sağolsun o zaman bizler de iyi oluruz. Bizi buraya devlet getirdi, aş ekmek derdimiz yok. Ayağımızda bir terlikle geldik, çok şükür her ihtiyacımız karşılandı. Yeter ki devletimiz başımızda olsun. Başka gidilecek ülke yok bize.”K14

“Devletimiz diyaneti yolladı, üniversiteleri yolladı. Hocalarımız geldi. Bizim her ihtiyacımızı siz gördünüz. Benim karşımda devlet sizsiniz. Ben devlet olarak sizi bilirim. Sizler sayesinde yaşadıklarımızı atlattık. Burada olmak, bir arada olmak acılarımızı unutturuyor. Bugünler de geçecek elbette. Torunlarımıza anlatacağız.”K15

Vatan sevgisi yas ve matem ana temasının altında yer almıştır. Çünkü katılımcılar kendi acılarını dile getirdikten, yaslarını, acılarını anlattıktan sonra bu büyük felaketin vatanlarına yol açtığı zararı ve duydukları kederi de ifade etmişlerdir. Bölgede meydana gelen yıkım ve hasar onlar için bütün vatanı ilgilendiren bir konudur. Çünkü vücudun bir organı hasta olursa bundan bütün vücut rahatsız olur. Bu durumu K22 şu sözlerle ifade etmiştir:

“Afet sadece doğu bölgesinde oldu ama bütün ülke seferber oldu. Bizim ülkemiz yeter ki güçlü olsun. Yoksa bizler de ayağa kalkamayız. Şu an çok üzülüyoruz, kolay değil bu şehirleri yeniden yapmak, kurmak. Vatanımız için üzülüyoruz. Acı sadece bizim acımız değil, ülkenin acısı.” K22

4.3. Manevi ihtiyaçlar

Ana tema	Manevi İhtiyaçlar			
Alt temalar	Cezalandırılmışlık Duygusu/İçkin Adalet	Cezalandıran Allah algısı	Kaygı- Umutsuzluk	Aile: -Olumlu yansımalar -Olumsuz yansımalar
	-Hayatta kalanın suçluluğu (Deprem yaşayanlarda ve yaşamayanlarda)			

Tablo-4: Manevi İhtiyaçlar Ana Teması ve Alt Temaları

Depremzedelerin yaşadıkları ağır deneyimin ardından başa çıkma süreçlerinde anlamlandırma, değerleri doğru yaşama ve böylece içsel güçlerini harekete geçirme noktasında birtakım manevi ihtiyaçlarının olduğu görülmüştür. Başlarına gelen olayı aşkın bir güce bağlama onları manevi ve psikolojik olarak desteklese de “ne yaptık da bunlar başımıza geldi?” sorusu suçluluk ve günahkârlık duygusunu ortaya çıkarmıştır. Aynı düzlemde cevap bulunamayan sorular Yaraticıyı cezalandıran, kendilerini de bu cezayı hak eden bir birey olarak düşünmelerine neden olmuştur. Manevi ihtiyaçlar ana temasının altında bulgularan kaygı ve umutsuzluk alt temasının da yine “cezalandıran Allah algısı ve suçluluk duygusu”nun bir sonucu olduğunu söylemek mümkündür.

Toplumun en küçük yapısı olan aile kurumu bu noktada depremden hem olumlu hem olumsuz olarak etkilenmiştir. Aileye yönelik olumlu ve olumsuz bu yansımalar ise yine manevi ihtiyaçlar teması altında değerlendirilmiştir.

4.3.1. Cezalandırılmışlık Duygusu /İçkin Adalet

Depremden ardından katılımcılarla gerçekleştirilen görüşmelerde 532 cezalandırılmışlık ve suçluluk duygusuna dair veriler elde edilmiştir. Bu duygu zaman zaman “biz ne yaptık ta bunlar başımıza geldi?” şeklinde kendini göstermiştir. Aşağıda bu doğrultuda olan katılımcı ifadelerine yer verilmiştir.

“O bölgelerde çok günah işlendi. Hala da aynı işler yapılıyor. Erkekler ikinci eşleri nikâhladılar, kadınlar çok beddua etti. Bundan dolayı Allah bizleri imtihan etti.” K29

“Bu depremi neden yaşadık? Birincisi Allah’ın takdiri. İkincisi ise insanların günahkarlığı.”K7

“Kendime acaba suçlu muyum diye sordum? Biz suçluysak çocukların suçu ne dedim? Yaşlıların, gariplerin, hayvanların ne suçu vardı diye düşündüm?” K16

Deprem yaşayan bireyler için suçluluk ve günahkârlık sadece Yaraticı karşısında hissedilen bir duygu değildir. Hayatta kalmak, hala nefes alıyor olmak, kurtulduğuna sevinememek ise bölgede kalanların ve ölenlerin hali düşünüldüğünde suçlu hissetmek için yeterlidir. Hayatta kalanın suçluluğu olarak isimlendirilen bu başlık, cezalandırılmışlık/içkin adalet ana temasına ait bir alt tema olarak değerlendirilmiştir.

"Mesela ilk otele geldiğimizde on gün boyunca çocuklarla yemek yerken bile birini alacaksın birini almayacaksın diye sürekli çocuklara söylüyordum, bu psikolojiyle ergen oğlumla kavga ettim. Yemekten sonra 'sen kaldıracaksın, sen toplayacaksın, onu sen temizleyeceksin' şeklinde sürekli baskılıyordum, çocukların yediği lokmaları bile boğazına dizdim, onu başka bir şehre götürdü akrabamız." K20

"Günlerce hiçbir şey yiyemedik, yutamadık, o lokmalar bize zehir oldu." K19

"Biz geldik ama nasıl geldik bize sorun. Yan tarafımızdaki site çökmüştü. Onlara yardım etmeye çalıştık ama ruh gibiydiler. Ölmeyenler de ölü gibiydi, ruh gibiydi. Gücümüz bir şeye yetmedi. Sonra bizi bu tarafa getirdiler. İnsan yaşadığına seviniyor mu üzülüyor mu bilemiyorsun. Benim çocuklarım sağ, ben sağım, eşim sağ ama insan bazen yaşadığına bile sevinemiyor. İlk günlerde bunları çok hissettik." K11

"Sen kendi çıktığına sevinemiyorsun bile, oradakiler ne olacak diyorsun. Açlar, hava soğuk bir yandan. Nasıl duracaklar, nasıl yaşayacaklar, bu düşünceyle yemiyorsun." K13

4.3.2. Cezalandıran Allah Algısı

Katılımcılardan yaşadıkları bu büyük afeti anlamlandırmakta zorluk çekenler bulunmaktadır. Bu anlamlandıramama sonucunda suçluluk ve günahkârlık duygusu baskın olanlar Allah tarafından cezalandırıldıklarını düşünebilmektedir. Bu nedenle bu tema manevi ihtiyaçlar ana teması altında değerlendirilmiştir. Çünkü deprem yaşayan bireylere yönelik manevi müdahalelerle ancak bu olumsuz algı düzeltilbilir ve başa çıkma süreçleri olumlu yönde geliştirebilir. Dolayısıyla cezalandıran Allah algısı olumsuz dini başa çıkmaya neden olan en önemli manevi ihtiyaçlardan biridir. Örneğin K22 duygulanım yaşayarak ve göz teması kurmakta zorlanarak hata işlemiş olma durumunu şöyle dile getirmiştir:

"Olacak belki daha güzeli olacak ama kıymet mi bilmedik ne yaptık? Bir hata mı işledik? Bunun mu karşılığı yaşadıklarımız? Bilemiyorum..." (Ağlıyor) K22

Diğer katılımcılardan K12 ve K21 de benzer günahkarlık duygusu içerisindeydiler:

"Siz bunu hak ettiniz dediler bize, sürekli o kadar çok duyduk ki kendimize sorduk biz ne yaptık diye? Allah bizi cezalandırdı galiba dedik?" K12

"Herkes kıyametini kendi başına koparır. Kıyameti yaşadık biz, Allah'ın afetiyle. Toplumda işlenen günahların bir sonucu bu." K21

Cezalandırılma duygusu o kadar baskındır ki kendilerini çok eşli evlilikler konusunda hesaba çekme ve bir muhasebe yapma söz konusu

olmaktadır:

Fakat yapılan hatalar da Allah'ı kızdırmış olabilir. Kıyametimizi kendimiz çağırılmış olabiliriz. Bölgemizdeki çok eşli evlilikler kadınlarımızı çok üzdü.”K19

“O bölgelerde çok günah işlendi. Hala da aynı işler yapılıyor. Bundan dolayı Allah bizleri imtihan etti.” K15

4.3.3. Kaygı ve Umutsuzluk

Depremi yaşadığı an itibarıyla hayatta kalanlar için bir gecede her şey alt üst olmuştur. Maddi ve manevi kayıplar aradan geçen günlerin ardından düşünölmeye başlanmış ve gelecek kaygısı ortaya çıkmıştır. Bu kaygı depremzedeleri strese sokabilmekte, ağlama krizlerine neden olabilmekte ve aile içi çatışmaları da tetikleyebilmektedir. Dahası bu kaygılar deprem yaşayan bireyleri umutsuzluğa sevk edebilmekte ve yaşama dair beklentilerinin ve yaşam sevinçlerinin azalmasına neden olabilmektedir. Kaygıların giderilmesi ve umudun diriltilmesi, bireyin psikolojik sağlamlığını korumak, Yaratıcıyla güvenli bir bağlanma gerçekleştirilmesine destek olmak ve böylece manevi kaynaklarına yönlendirmek adına oldukça önemlidir. Bu nedenle kaygı ve umutsuzluk manevi ihtiyaçlar ana teması altında değerlendirilmiştir. Bu alt temaya dair K18, K22 ve K13'e ait görüşlere _____534 aşağıda yer verilmiştir:

“Allah'tan geldiği için elbette kabulleniyorum. Ama kaygılarım çok fazla. Ne yapacağız, ne zamana kadar kalacağız. Okullar açılınca biz nereye gideceğiz... Evlerimiz, eşyalarımız... Geleceğe dair kaygılarım çok...(Ağlıyor) K18

“Ama uykularımız kaçıyor yine de. Dua etsek de gelecek kaygımız çok oluyor. Çok fazla hem de. Bu kaygı daha çok barınma, eşya ve yeniden hayat kurmak ile ilgili.” K22

“Aslında biz hiç zorluğunu yaşamadık. Evet, yaşadıklarımız zordu ama asıl zorluğu bölgeye gidince yaşayacağız belki bilmiyorum. Ne yapacağız, nasıl yeniden eski düzenimizi kuracağız?” K13

4.3.4. Aile

Deprem felaketinin ardından yaşanan sorunlardan biri de aile konusudur. Aile konusu gerek evli çiftler, gerekse evli olmayanlar tarafından farklı şekillerde dile getirilmiştir. Anne-babalar çocuklarını bu zor dönemde manevi ve psikolojik yönden korumak, düzenlerinin mümkün olduğu kadar devam etmesini sağlamak istemektedirler. Bununla birlikte kendi korkularını, kaygılarını çocuklara yansıtmaktan da çekinmektedirler.

“Çocuklarımızla duygularımızı hiç paylaşamıyoruz, sınava girecekler var. Etkilenirler diye onların yanında güçlü duruyoruz. Sürekli aynı odadayız, birlikteyiz. Burada konu geçince ben çok duygulandım. Onlar iyi olsun yeter.” (Ağlıyor) K12

Deprem aile bireylerini hem olumlu hem de olumsuz yönden etkilemiş görünmektedir. Oldukça zor günler geçiren ve bu zorlukları birlikte atlatan eşler birbirlerine ve yuvalarına daha sıkı sarılarak teselli bulmuşlar, aralarındaki anlaşmazlıkları da deprem bölgesinde bırakarak hayatlarına devam etmişlerdir. Dolayısıyla krizi fırsata çeviren ve olumlu düşünen aileler için deprem bu yönüyle bir nebze de olsa olumlu etkilerde bulunmuştur. Deprem aileye olumlu yansımalarına ilişkin katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

“Buraya gelmeden önce oğlum ve gelinimin arası açıldı. Depremden önce yani. Sonra deprem oldu çıktık buraya geldik. Boşanacaklardı ama vazgeçtiler. Onlara dedim ki; ‘her ne sıkıntınız ne derdiniz varsa hepsi Hatay’da kaldı. Onları depremle birlikte oraya yani enkaza gömün. Burayı kendiniz için yeni bir başlangıç olarak düşünün. Sıfırdan yeni bir hayata başlayın.’ Gerçekten de söylediklerimi yaptılar ve geçmişe sünger çektiler. Birbirlerine ve çocuklarına dört elle sarıldılar. Deprem onların yuvalarını kurtarmaları için bir fırsat oldu. Biz olaylara hangi açıdan bakarsak onu görürüz. Çirkinliklerine bakarsak onları görürüz.”K14

535

“Ben evli değilim ama gördüğüm kadarıyla aileler iki açıdan etkilendi. Ya birbirlerine sımsıkı sarıldılar, bizim birbirimizden başka kimsemiz yokmuş, dünyada her şey yalanmış, insan bir gecede bütün sevdiklerini toprağa koyabiliyormuş dediler. Ya da aralarındaki bağlar bu depremden sonra iyice zayıfladı ve kopma noktasına geldi. Yaşadıkları durum kendilerine ağır gelen insanlar bir de ailenin yüküyle uğraşmak veya orda ki sorunları çözmek için çaba göstermediler.”K25

Deprem sonrası çocuklarıyla farklı illere nakledilen kadınlar eşlerinden gereken desteği göremediklerinden ve bu durumun evliliklerini olumsuz etkilediğinden bahsetmişlerdir. Yaşanan zorluklar bireylerin baş etme mekanizmalarını zayıflatmış, kadın-erkek her bir bireyin kendilerine, eşlerine ve hayata dair tahammülleri kalmamıştır. Ailelerin yaşadıkları olumsuz durumlar ve buna ilişkin katılımcı ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Deprem bizim yuvamızı çok sarstı. Ben çocuklarımla geldim, eşim kendi ailesiyle orda kaldı. Zaten aramızda var olan problemler bu depremden sonra büyüdü. Ben burada çocuklarla tek başıma uğraşırken ondan destek bekliyorum onu bile göremiyorum...”K19

“Hatay depreminden sonra ailemle başka bir şehre geldik. Abim ve yengemin

arası depremden önce zaten kötüydü. Deprem onları o kadar yordu ve etkiledi ki sorunlarıyla baş edebilecek, mücadele edebilecek güçleri kalmadı. İlişkilerini onarmaya ne güçleri var ne de zamanları. Öncelikleri birbirleri değil.”K23

4.4. Dini Başa Çıkma Unsurları:

Ana tema	Dini Başa Çıkma Unsurları						
Alt temalar	Deprem anında	Hayat ve ölüm bilinci	Şükür	Sabır	Dua	Olumlu düşünme ve olumlu Allah algısı	Şehitlik

Tablo-5: Dini Başa Çıkma Unsurları Ana Teması ve Alt Temaları

Katılımcılarla yapılan görüşmelerde depremin yaşandığı ilk andan itibaren dini başa çıkma yöntemlerini kullandıklarına dair bulgular elde edilmiştir. Depremzedelerden olumlu dini baş etme yaklaşımını benimseyenler; yaşadıkları zorluklar ve stres verici olaylar karşısında inanç dünyalarını kullanmışlar, bu zorlukları manevi gelişimleri için bir fırsat olarak görmüşler ve sorunların çözümü için inandıkları Allah ile birlikte hareket etmişlerdir. Olumlu dini başa çıkma unsurlarının yer aldığı bu tema altında, deprem anında kullanılan dini baş etme unsurlarının yanı sıra; hayat ve ölüm bilinci, şükür, sabır, dua, olumlu düşünme, olumlu Allah algısı ve şehitlik alt temaları yer almaktadır.

536

4.4.1. Deprem Anında

Yaşanılan korku ve şok deprem anında bütün duyguların çok ötesindedir. Böyle bir anda Allah'a sığınmak, dua etmek, ezbere bildiği sureleri okumak, tekbir getirmek, kelime-i tevhid ve kelime-i şehadet getirmek, secde yapmak, ölebilirim duygusuyla mahrem yerlerini örtmek katılımcılar tarafından en sık vurgulanan dini başa çıkma unsurlarıdır. Bunların yanı sıra deprem anında; anne-baba olan katılımcılar evlatlarının güvenliğini, evli olanlar eşlerini düşündüklerini dile getirmişlerdir. Deprem anında kullanılan dini başa çıkma unsurlarına dair bazı katılımcı ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

“Deprem anında kelime-i tevhid ve tekbir getirdik.” K4

“Deprem anında “la ilahe illa entesubhanek...” ayetini okudum.K8

"Hasbunallahu ve nimel vekil" ayetini okudum.K7

"Zaliketadirulaliyyül azim" ayetini okudum.K1

"Deprem anında örtünmemize dikkat ettik, üzerimize kapalı kıyafetler giydik. Ölürsek mahrem yerlerimiz açık kalsın istemedik." K13

"Deprem anında aklımıza hemen eşimiz ve çocuklarımız geldi. Evli olan çocuklarımızı aradık." K17

"Deprem anından secde yaptım. Dışarı çıkınca da secde yaptım, şükrettim." K3

4.4.2 Hayat ve Ölüm Bilinci

Katılımcılar dünya hayatının geçiciliği, ölüm, ahiret, kabir, kefen, ruhun ölümsüzlüğü, amel defteri, rahmet, kader, takdiri ilahi gibi dini kavramlardan yola çıkarak deprem anında ve sonrasında kullandıkları dini baş etme yöntemlerine atıf yapmışlardır. Hayat ve ölüm bilinci olarak isimlendirilen bu alt temaya ilişkin bazı katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

"Her insanın gerçek hayatta bir amel defteri olmasını gerektiğini anladım ve kendime bir defter yaptım inanırım. Yaptıklarımı yapamadıklarımı yazıyorum. Hayat her an bitebiliyor. Rabbimizin huzuruna hazırlıklı gitmemiz lazım. Ölüm çok yakın."K21

"Dünya hayatının boş olduğunu anladık. İnsanlar o an yataklarında öldüler. Ölüm çok yakın." K8

"Ruh bedenden ayrılıyor. Bedenin kaç parça olursa olsun ruhun yerini biliyor zaten. Kefen ve kabir bile nasib işi. Ölenlerimiz hep şehit. Beden ölür, ruh uçar gider. İmanlı insanın ruhu amelleriyle buluşur, cennete ulaşır."K15

"Para da geçici her şey de geçici. Bu depremin bize verdiği ders bu oldu. Birinci sırada imanımız, ikinci sırada ailemiz. Bunların değerini anladık. Allah'ın takdirine bıraktık. Mal mülk yalanmış anladık."K13

"Her yerin, her şehrin bir düzeni var, oranın düzeni ayrı buranın düzeni ayrı. Rabbim dünya zevkine daldırıp ahireti unutturmasın."K5

4.4.3. Şükür

Şükür duygusu içinde olmak, depremzedeler tarafından dini başa çıkma unsurları arasında en sık başvurulan kaynaklardan biridir. Yaşanılan felaketin doğal bir afet olması ve Allah'tan geldiğine duyulan inanç bu duyguyu beslemektedir. Deprem ardından devlet tarafından himaye

edilmek, hayatta olmak, güvenlikte olmak ve daha kötü durumda olanlarla kendi halini kıyaslamak da şükür duygularını güçlendirmektedir. Bu alt temaya ilişkin katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

“Bin şükür halimize, çok şükür. Bize bu Allah’tan geldi. Savaşlarda falan bunu da bulup yiyemeyenler var. Bizlere devletimiz kanat gerdi. Türkiye’nin dört bir yanından buraya geldik. Burada güvenlikteyiz. Her şeyimiz var.”K14

“Eoim gitmiş, barkım gitmiş ama eşim başımda. Ona bir şey olsa daha zor olurdu benim için. Bunları düşünüp halime şükrettim.” K18

“Hayatta kaldığımız için şükrettik. Çocuklarımız yanımızda dedik. Her halimize şükür.”K20

4.4.4. Sabır

Sabır, inanan insanın zorluklar karşısında kuşandığı en güçlü dini baş etme araçlarının başında gelmektedir. Deprem gibi ani bir felaket karşısında katılımcılar inançlarından aldıkları güçle ayakta kaldıklarını ve sabretmelerinin böylece daha kolay olduğunu belirtmişlerdir. Yaşanan felaketin insan eliyle değil de doğal bir afet sonucu gerçekleşmesi katılımcıları yaşadıkları deneyim karşısında daha dayanıklı ve sabırlı kılabilmiştir. Bu alt temaya ilişkin katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

538

“Güç aldığımız şeyler sağlık, iman ve Kuran. Hayatta kaldığımız için şükrettik. İmanımızla sabrettik. Kuran’dan güç alarak yolumuza devam edeceğiz.”K14

“Bu başıma gelen Allah’tan geldi, bundan dolayı sabretmem daha kolay oluyor.” K17

“Sağlık olduktan sonra hepsi yerini bulur, daha bile güzelleri olur. Sabır sabır sabır, her şeyin ilacı sabır.”K22

“Ne yöne bakarsan o yola gidersin. Bundan ders çıkarıp yolumuzu güzel gitmemiz lazım. Sabretmek lazım.”K15

“Hayat inişler ve yokuşlardan ibaret. Hayat yolculuğumuzda engebeler olur, yokuşlar olur. Hayat böyle, sabırlı olmak lazım.”K6

4.4.5. Dua

Deprem anında ve sonrasında dua etmek, Kur’an okumak, dua edilen ortamlarda bulunmak ve kendilerine dua edildiğini bilmek dini baş etme unsurları olarak bulgulanmıştır. Bu alt temaya ilişkin katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

“Depremi yaşarken ve yaşadktan sonra her an dua ettik. Dua edince rahatlama hissediyorum. Allah isterse her şey olur çünkü.” K2

“Bol bol Kur’an okuyorum. Okumayı bilmeyenler de öğrenmeye çalışıyor. Kaldığımız yurt da bu konuda çok destek görüyoruz. Hocalarımız sık sık geliyor, Kur’an okuyoruz birlikte. Bilmeyenler Kur’an okunurken dinliyor.” K18

“Tespîh çekiyorum gün içerisinde. Kelime-i tevhid veya salavat en sık çektiklerim. Bu da rahatlatıyor.” K16

“Kuran-ı Kerim’den en çok; Yasin, Tebareke(Mülk), Amme(Nebe), İnşirah gibi sureleri okuyorum. Kur’an okumak bana iyi geliyor.” K10

4.4.6. Olumlu Düşünme ve Sevgi Yönelimli Allah Algısı

Katılımcılar içerisinde olumlu düşünmeyi tercih edenlerin, “vardır bunda da bir hayır” düşüncesiyle, umut dolu bir şekilde sevgi yönelimli bir Allah algısına sahip oldukları, bu algıya sahip olanların da yaşadıkları krizi aşmada olumlu dini baş etmeyi kullandıkları görülmüştür. Bu noktada olumlu düşünme depremzedelerin iyi oluşlarını etkileyen ve katılımcıları güçlendiren zincirin ilk halkası görevini görmüştür. Olumlu düşünme ve seven/merhamet eden/bağışlayan Allah algısının bu alt temada bir arada değerlendirilmesinin temel nedeni bu bakış açıdır. Konuya ilişkin katılımcı görüşlerinden bazılarında aşağıda yer verilmiştir.

“Bu sene inşallah şu başaklarda normalde 60 tane buğday varsa, 120 tane olur, çoğalır, bereketlenir. 11 ilimiz deprem yaşadı. Geriye kalan 70 ilimizde zengin, fabrikatör ve her şeyi olup sadakasını, zekatını vermeyen insanlar vardı belki. Benim demişlerdi belki de her şey. Bu afet onların yardımları için bir fırsat oldu. Bu 70 ilimizden insanlar bu durumdan ders aldı. Ders alan sadece bizler değiliz yani. Onlar da bir şeyin farkına vardı. Bankada parası olanlar, bir sürü evi olanlar neyi varsa yağdırdı bölgeye, biz onlardan faydalandık onlar da bize ettikleri hayırlardan faydalandı. İnşallah bu nedenle daha bereketli olur topraklarımız.”K14

“Güz geldi ağaç gibi yaprağımızı döktük, bahar gelince yeniden yeşerip yaprağımızı açacağız. Evimizi ocağımızı kuracağız. Buna bütün kalbimle inanıyorum.”K19

“Şu an sanki Hz. Yusuf’un yorumladığı rüyadaki gibi bir dönem yaşıyoruz. 7 yıl bolluk ve bereket, 7 yıl ise kıtlık olacak demişti. Bizim hayatlarımızın zor dönemi belki de bu dönem. İnşallah arkasından daha mutlu, huzurlu ve hayatımızın kolay olacağı günler gelir. Biz yeter ki Rabbimize güvenelim.”K27

“Her şeyi Allah’ın takdirine bıraktım, ne yaparsam karşılığını Allah’tan

bekledim. Her zorlukla birlikte bir kolaylık vardır. Bu inanç beni ayakta tutuyor.”K29

“Allah demiş ki senin rızıkına ben kefilim, bilemeyiz, kurban olduğum Allah ne kapılar açar. Ben ona güveniyorum her zaman, Rızıkı veren darda koymaz.”K22

4.4.7 Şehitlik

İslam inancında oldukça yüksek bir değer atfedilen şehitlik, depremde hayatını kaybedenler için de ulaştıkları düşünülen yüce bir mertebedir. Katılımcılar bu tarz doğa olayları nedeniyle hayatını kaybedenlerin şehit olduklarını ve eğer ölselerdi kendilerinin de şehit olacaklarını düşünmektedir. Bu bakış açısı katılımcıların olumlu dini baş etmelerine ve ölenlerin yasını daha sağlıklı bir şekilde tutabilmelerine katkı sunmaktadır. Şehitlik temasına ilişkin katılımcı görüşlerine aşağıda yer verilmiştir.

“Allah’tan şehit olduklarına iman ediyoruz. Allah’tan geldi yaşadıklarımız ve onların şehit olduklarına inanıyoruz.” K17

“Bu ölenlerimiz şehit. Bundan hiçbir şüphemiz yok. Onlar şefaatçiler, onların mertebeleri çok yüksek. Bakalım bizim sonumuz ne olacak? Biz onlara imreneceğiz belki ahirette? Daha yapacağımız işler çok...” K14

“Toprağın altına bakmak lazım... Bastığın yerleri toprak diyerek geçme tanı şiiirini yaşadık. Her yerde insanlar var. Dağa taşta bakınca hep aklıma geliyor. Hepsi şehit oldu.” K30

Tartışma

Yapılan bu çalışmada **travma, yas ve matem, manevi ihtiyaçlar ve dini başa çıkma unsurları** olmak üzere dört ana temaya ulaşılmıştır.

Travma ana teması altında insan eliyle travma, doğal yollarla travma ve travma sonrası büyüme olmak üzere üç alt tema ortaya çıkmıştır. Literatürde deprem gibi doğal afetlere maruz kalan bireylerde travma sonrası stres bozukluğu görüldüğüne dair bulgular yer almaktadır (Cénat – Derivois, 2015, 57; Cénat – Derivois, 2014, 111). Chan ve arkadaşları (2012, 673) tarafından deprem sonrası hayatta kalan ve yas tutan bireyler üzerine yapılan araştırmada travma sonrası stres bozukluğu ve depresif belirtilerin yaygın olduğu görülmüştür. Özellikle birinci derecede yakınına kaybedenlerde bu belirtilerin oranının oldukça yüksek olduğu belirtilmiştir. Başoğlu ve arkadaşlarının (2002, 269) Türkiye örnekleminde 1000 kişilik depremde üzerinde yaptığı çalışmada ise deprem sırasında daha yoğun korku yaşama, kadın cinsiyet, enkaz altında kalma, aileden birinin ölümü, geçmişte psikiyatrik hastalık geçirme, kurtarma çalışmalarına katılmış olma ve eğitim

seviyesinin düşük olması gibi faktörler travmatik stres belirtilerini güçlendiren faktörler olarak ortaya çıkmıştır. Norris ve arkadaşları (2002, 207) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise doğal afetlerin travma sonrası stres bozukluğu, depresyon, anksiyete ve diğer psikolojik sorunlarla ilişkili olduğunu gösteren birçok araştırma bulgusu sunulmuştur.

Bu çalışmada depreme maruz kalan bireyler yaşadıkları durumu doğal bir olayla ilişkilendirmiş ve insan kaynaklı olmaması nedeniyle daha az öfke ve üzüntü yaşadıklarını dile getirmişlerdir. İnsan eliyle gerçekleşen travmalar, kasıtlı olarak bir kişi veya kişiler tarafından diğer bir kişiye zarar verme, istismar etme veya ihmal etme sonucu ortaya çıkan acı verici deneyimleri ifade etmektedir. Travmanın insan eliyle gerçekleşmesi ve bunun bireyleri nasıl etkilediğine dair çalışmalar da alan yazında yer almaktadır. Kolk ve arkadaşları (2005, 389) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada insan eliyle travmaların, özellikle cinsel istismar ve şiddetin, daha uzun süreli etkilere ve travma sonrası stres bozukluğuna yol açtığı bulunmuştur. Aynı şekilde travmatik deneyimlerin, özellikle savaş, işkence, terör saldırıları gibi insan eliyle gerçekleşen olayların sonuçlarına odaklanıldığında, travma sonrası stres bozukluğu çok sık vurgulanan konulardan biridir (Friedman vd., 2011). Yine Najavits ve Hien (2013, 433) tarafından yapılan çalışmada da insan eliyle travmaların yanı sıra cinsel istismarın ve travmatik deneyimlerin madde bağımlılığı ve travma sonrası stres bozukluğu ile ilişkisi ortaya konulmuştur.

Travmaya ilişkin bir diğer alt tema ise travma sonrası büyüme olarak bulunmuştur. Deprem gibi stres veren ve bireyi zorlayan olaylar sonrası bireyler her zaman olumsuz belirtiler göstermemektedir. Travma sonrası deneyimlerin insanların hayatlarını nasıl etkileyebileceği ve olumsuz olaylardan nasıl büyüme ve kişisel gelişim fırsatları yaratılabileceği literatürde yer almaktadır (Calhoun -Tedeschi, 2004, 93). Türkiye örneğinde 1999 Marmara depremini yaşayan bireylerle yapılan bir çalışmada, problem çözme, iyimser ve kaderci başa çıkmanın ve afete hazırlık gönüllüsü olmanın travma sonrası büyümenin önemli yordayıcıları olduğu ortaya çıkmıştır (Karancı – Acartürk, 2005, 307). Travma sonrası büyümeye ilişkin literatürün analiz edildiği yakın tarihli bir çalışmada, travma sonrası büyüme "benlik algısındaki değişim", "kişilerarası ilişkilerdeki değişim" ve "manevi değişim" olmak üzere üç kategori ile ilişkili bulunmuştur (Jung – Han, 2023, 8). Dolayısıyla inanç ve maneviyat hem travma sonrası büyümeyi destekleyen bir faktör olarak hem de bireylerin yaşadıkları stresli olaylar sonrası yöneldikleri bir kaynak olarak karşımıza

çıkılmaktadır. Örneğin Kore’li depremzedelerle yapılan araştırmada düşük gelirli ve herhangi bir dini bağlılığı olmayan kişilerde travma sonrası stres bozukluğu daha fazla görülmüştür. Buna karşın yaşlı, evli ve daha dindar katılımcılarda travma sonrası büyüme daha yüksek oranda bulgulanmıştır (Seo – Lee, 2020, 246). Yine travma sonrası büyümede maneviyatın rolünün incelendiği başka çalışmalarda da, maneviyatın travma sonrası gelişim ve büyümeyi önemli ölçüde etkilediği, bireylerin olumlu düşünceleri için yapıcı bir şekilde aracılık ettiği vurgulanmaktadır (Eames -O’Connor, 2022; Akbar, 2020, 238). Kartopu (2013) tarafından kaygı ve kader algıları ilişkisinin ele alındığı çalışmada, afetlerin kaynağı olarak Allah’ı görenlerin, afetlerin kaynağı olarak kendisini ve tabiatı görenlere göre kaygı düzeyinin daha düşük olduğu ortaya çıkmıştır. Yani bireyler kendileri dışında kontrol edemedikleri bir güce yüklemeye yaptıklarında psikolojik olarak rahatlamış bu da travma sonrası büyümeyi ve ruh sağlığını olumlu yönde etkilemiştir.

Depremler, doğal afetlerin neden olduğu travmatik olaylardır ve bu tür olaylar insanlar arasında yas süreçlerine neden olabilir (Shear vd., 2001; Sönmez – Hocaoglu, 2023, 103). Çünkü deprem gibi doğal afetler sonrası ani bir şekilde çoklu kayıplar yaşanabilmektedir. Bu kayıplar arasında bireyin yakınlarını, sahip olduklarını, yaşadığı şehri ve hepsinin bir toplamı olarak yitirilen bağları saymak mümkündür (Köroğlu, 2018, 39). Bu çalışmada katılımcılar depremlerin yol açtığı kayıpları, hasarı ve travmayı dile getirmiş ve yas süreci bir ana tema olarak kaydedilmiştir. Literatürde doğal bir afet sonrası ortaya çıkan yas durumu ile ilgili çalışmalar yer almaktadır. Kristensen ve arkadaşları tarafından yapılan çalışmada, tsumani felaketi yaşayan bireylerde karmaşık yasa ilişkin bulgular elde edilmiştir. Aynı çalışmada doğal afete maruz kalanlar arasında kadın olmak, çocuğunu veya eşini kaybetmek yas belirtilerini güçlendirmiş, soysal destek ve istihdam olanakları ise zayıflatmıştır (Kristensen vd., 2010, 140). Türkiye örneğinde yakınlarını ani ve travmatik şekilde kaybedenler üzerinde yapılan bir çalışmada ise bireylerin psikiyatri polikliniğine en fazla travmatik yas tanısı ile başvurdukları saptanmıştır. Söz konusu araştırmada ölüm nedenleri ise doğal afet, intihar, cinayet ve ani hastalık gibi durumlar olarak kaydedilmiştir (Sezgin vd., 2004, 167).

Görüldüğü gibi afete doğrudan maruz kalan bireylerin yanı sıra afet sonrası yakınlarını kaybeden kişiler de birtakım sorunlarla karşı karşıya kalmaktadır. Kayıp sonrası yaşanan yas süreci doğal ve kişi için gerekli olsa da, belirli bir süre sonunda kişiden durumun üstesinden gelmesi beklenmektedir (Uğuryol Ünal – Engin, 2023, 28). İşte bu noktada birey yaşadığı zorluklarla baş etmek için dini ve manevi kaynaklarını

kullanabilmektedir. Maneviyat, felaket deneyiminin ardından baş etme sürecini olumlu yönde destekleyerek dayanıklılığı artırması, anlamlandırmaya katkı sunması, yardımlaşma ve dayanışma duygusunu beslemesi, bireye güç vermesi ve umut aşılması bakımından önemli bir koruyucu faktördür (Park, 2005, 710).

Çalışmamızda Kahramanmaraş merkezli depreme yakalanan bireylerde hem manevi ihtiyaçların önemi ortaya çıkmış hem de baş etme sürecinde dayanak noktaları olan dini/manevi motifler bulgulanmıştır. Literatürde, zorluklar karşısında manevi bir perspektifin, kişinin yaşadığı deneyimleri daha geniş bir bağlamda anlamlandırmasına, onlara anlam katmasına, böylece içsel gücünü artırmasına ve mücadele edilen durumlarla daha iyi başa çıkabileceğine dair bulgular yer almaktadır (Pargament, 1997; Ayten – Cesur, 2022). Pargament ve arkadaşları yaptıkları çalışmada dini başa çıkma yöntemlerinin zorluklarla başa çıkmada, psikolojik sağlığı korumada ve yaşama uyum sağlamada olumlu etkileri olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı çalışmada Tanrı'nın gücünü sorgulama, ruhsal/manevi hoşnutsuzluk ve Tanrı'yı cezalandırıcı olarak algılama ise daha zayıf uyum sağlama ile ilişkili olarak değerlendirilmiştir (Pargament vd., 2000, 519). Dini inanç ve uygulamaların stresle başa çıkmada, psikolojik ve sosyal bir kaynak işlevi görebileceği, din/maneviyat ile beden ve ruh sağlığı arasında ilişki olabileceği farklı araştırmalarda da vurgulanmıştır (Koenig, 2009, 283; Rosmarin vd., 92; Gencer, 2019).

Doğal afetler sonrasında bireylerde dini baş etmeyi ele alan çalışmalar alan yazında yer almaktadır. Güney Doğu Asya'da tsunami felaketini yaşayan örnekleme yapılan çalışmada, destekleyici ağlar, dini inanç ve uygulamalar ve kültürel geleneklerin önemi katılımcılar tarafından belirtilmiştir (Ekanayake vd., 2013, 69). Mevcut din ve maneviyat psikolojisi ile afet araştırmalarını sentezleyen bir literatür çalışmasında, dini inançlar ve maneviyatın felaketten sağ kurtulanlar arasında genel olarak olumlu sonuçlara yol açtığı görülmüştür (Aten vd., 2019). Bir kasırga felaketi sonrası hayatta kalanlarla dini başa çıkma üzerine yapılan bir çalışmada ise; dini ve manevi inançlara yönelme ve dua etme, yaşam uyumuna, durumu kabullenmeye ve kişisel gelişime destek olarak bulgulanmıştır (Tausch vd., 2011, 236). Doğal afet sonrası yaşam deneyimlerini ve manevi ihtiyaçları ele alan bir başka çalışmada, kasırga felaketi sonrası bireylerin başa çıkma ve anlamlandırma süreçleri incelenmiştir. Araştırmada; kayıpları kendilerinininkinden daha büyük başkalarına odaklanma, şükran duygusu, iyimserlik, umut, doğal afeti Tanrı veya daha yüksek bir güce bağlama, krizi

fırsat olarak görme ve psikolojik dayanıklılık dini baş etmede kullanılan araçlar olarak değerlendirilmiştir (Marks vd., 2009, 201). Türkiye örneğinde depremzedelerle Kula tarafından yapılan araştırmada da dini başa çıkma metotları arasında, dua, Kelime-i Şehadet ya da Tekbir ve Salavat getirerek manevi destek sağlama, ölüm ve ahireti düşünme, Kur'an okuma ve namaz kılmak suretiyle Allah'tan yardım isteme yer almıştır. Ayrıca depremzedelerin büyük bir kısmı depremi Allah'ın bir cezası olarak değerlendirmiştir (Kula, 2002, 244).

Sonuç

Bu araştırmada 6 Şubat 2023 tarihinde Kahramanmaraş merkezli 11 ili etkileyen depremleri yaşamış bireylerin depremi nasıl anlamlandırdıkları, depreme bağlı gelişen stresin üstesinden gelmek için hangi başa çıkma stratejileri kullandıkları, bu stratejiler içerisinde dini başa çıkma stratejilerine yaptıkları atıflar ve deprem sonrası yaşamlarında manevi gereksinimlerinin neler olabileceği tespit edilmeye çalışılmıştır. 35 depremzede ile derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilen bu nitel araştırmada, elde edilen veriler içerik analizine tabi tutulmuş daha sonra kategoriler ve temalar oluşturulmuştur. Sonuç olarak **travma, yas ve matem, manevi ihtiyaçlar ve dini başa çıkma unsurları** olmak üzere dört ana temaya ulaşılmıştır.

544

Araştırmanın sonuçları; deprem deneyimi yaşayan bireylerde travma sonrası stres bozukluklarının olabileceğini, travmanın insan eliyle değil de doğal bir afet nedeniyle olmasının baş etmeyi kısmen de olsa kolaylaştırabileceğini, travma sonrası büyümede dini/manevi kaynaklardan beslenerek anlamlandırmanın ve sosyal desteğin önemini ortaya koymuştur. Burada bizim çalışmamıza özgü olarak; "sosyal destek" kavramının içini dolduran ana etkenin "devlet koruması ve devlet kanalıyla sunulan barınma imkânları ve burada bir arada yaşamak" olduğunu da vurgulamak gereklidir. Ani ve beklenmedik bu büyük felaket karşısında bölge halkı hızlı bir şekilde güvenli bölgelere tahliye edilmiş ve kurumlar aracılığıyla barınma sorunları giderilmiştir. Bunun sonucu olarak birincisi, aynı kaderi paylaşan bireyler aynı çatı altında uzun süreli bir iletişim ağı oluşturmuştur. Bu iletişim ağı birbirlerini dinleme, anlama ve telkinler yoluyla bir sağaltım işlevi de görmüştür. İkincisi koruma altına alınan depremzedelere, Diyanet İşleri Başkanlığı, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, Üniversiteler, Kızılay ve AFAD gibi kurumlar tarafından birebir ve toplu halde manevi-psiko-sosyal destek sunulmuştur. Bu desteklerin her biri doğal afet sonrası bireylerin baş etme süreçlerine olumlu yönde katkı sağlamıştır.

Bu araştırmaya has bir diğer önemli sonuç ise, yas ana teması altında

memleket ve vatan bağlarının güçlü bir şekilde bulgulanmış olmasıdır. Memleketlerinden ayrı kalmak, yüzyıllardır inşa ettikleri şehirlerinin yıkıma uğraması ve dahası ülkelerinin zor durumda olması bir yas nedeni olarak ortaya çıkmıştır. Katılımcılar sadece kendilerini ve şehirlerini değil ülke genelini de düşündüklerini ve vatan sevgilerini her fırsatta dile getirmişlerdir.

Depremzedelerin manevi ihtiyaçları açısından ise; suçluluk ve günahkârlık duygularının yüksek olduğu, yaşadıkları deneyimi bir ceza olarak görenlerin aralarında bulunduğu, kaygı ve umutsuzluk nedeniyle baş etmede zorlandıkları ve bu zorlanmaların aile hayatlarını etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Burada ise cezalandıran Allah algısının bireyin ilerleyen yaşantısında yol açabileceği olumsuzluklar açık bir şekilde ortaya çıkmıştır. Deprem aile üzerine etkileri bu çalışmada olumlu ve olumsuz olmak üzere iki boyutlu olarak bulgulanmıştır. Doğal afetin bireysel ve toplumsal alanda yol açtığı hasar düşünüldüğünde aileye yönelik olumsuz etkilerin beklenebileceğini söylemek mümkündür. Fakat aileye yönelik olumlu etkilere bakıldığında; yaşanan krizi fırsata çevirme veya travma sonrası büyümeye örnek gösterilecek motifler bu çalışmaya has bir sonuçtur.

Dini başa çıkma unsurlarına gelindiğinde ise; alan yazında yer alan ————— 545 çalışmaları benzer niteliklerden bahsetmek mümkündür. Deprem anında duaya sarılma, Kur'an okuma, ibadete yönelme, tespih çekme, şükür ve sabır gibi değerleri hayata geçirme yaygın dini başa çıkma örnekleri olarak ortaya çıkmıştır. Fakat yine bu araştırmaya özgü olarak alan yazında veya en azından Müslüman örnekleme yapılan çalışmalarda, şehitlik olgusu dini başa çıkma unsuru olarak hiç kayda geçmemiştir. Şehitlik, Müslüman ve Türk örnekleme yapılan bu çalışmada ölenlerin yasını tutmayı ve dini baş etmeyi kolaylaştıran bir faktör olarak bulgulanmıştır. Türk toplumunun şehitliğe verdiği değer ve İslam'ın doğal afetler sonucu ölenleri şehit hükmünde kabul etmesi katılımcılar tarafından şehitliğin kutsal bir durum olarak benimsenmesine yol açmıştır.

Sonuç olarak, bazı farklılıklara rağmen araştırmanın sonuçlarının literatür ile örtüştüğünü, derinlemesine görüşmelerin bir sonucu olarak da farklı ve özgün bulgulara ulaşıldığını söylemek mümkündür. Bu çalışmanın, henüz yakın zamanda meydana gelen söz konusu deprem ve neden olduğu olumsuz etkilerini incelemek isteyen araştırmacılara katkı sağlaması açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Kaynakça

- Akbar, Z. (2020). Spirituality and posttraumatic growth among disaster survivors in Indonesia. In R. W. Hood, Jr. & S. Cheruvallil-Contractor (Eds.), *Research in the social scientific study of religion* (pp. 238–247). Brill. https://doi.org/10.1163/9789004416987_015
- Akcan, Gizem. "Travma Sonrası Büyüme: Bir Gözden Geçirme". *Bartın Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi* 3/3 (2018), 61-70.
- Akça, E. Dilşad – Yıldız, Mualla. "Dindar insan algısı ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması". *Bilimname* 2020 (43), 409-435.
- American Psychiatric Association (APA). *Diagnostic And Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV)*, 1994.
- Aten, Jamie D. vd. "The psychological study of religion and spirituality in a disaster context: A systematic review". *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy* 11/6 (2019), 597–613. <https://doi.org/10.1037/tra0000431>
- Ayten, Ali - Cesur, Nur. "Hemodiyaliz Hastalarında Travma Sonrası Manevi Gelişim Üzerine Nitel Bir Çalışma". *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 22/1 (2022), 155-186. <https://doi.org/10.33415/daad.1030537> 546
- Baltacı, Ali. "Nitel Araştırmalarda Örneklem Yöntemleri ve Örnek Hacmi Sorunsalı Üzerine Kavramsal Bir İnceleme". *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 7/1 (2018), 231-274.
- Başoğlu, Metin vd. "Traumatic stres responses in earthquake survivors in Turkey. *Journal of traumatic stress* 15/4 (2002) 269–276. <https://doi.org/10.1023/A:1016241826589>
- Bayram, Suna vd. "Üç İnsan, Bir Olay, Üç Farklı Travmatik Deneyim Süreci". *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi* 1/1 (2018), 165-182.
- Bonelli, Raphael M. - Koenig, Harold. G. "Mental disorders, religion and spirituality 1990 to 2010: a systematic evidence-based review". *Journal of Religion and Health* 52/2 (2013), 657-673. DOI: 10.1007/s10943-013-9691-4
- Calhoun, Lawrence G. - Tedeschi, Richard G. The foundations of posttraumatic growth: New considerations. *Psychological Inquiry* 15/1 (2004), 93–102. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_03
- Carmassi, Claudia vd. "Do somatic symptoms relate to PTSD and gender

after earthquake exposure? A cross-sectional study on young adult survivors in Italy". *CNS spectrums* 26/3 (2021), 268-274. doi: 10.1017/S1092852920000097

Cénat, Jude M. - Derivois, Daniel. "Assessment of prevalence and determinants of posttraumatic stress disorder and depression symptoms in adults survivors of earthquake in Haiti after 30 months." *Journal of affective disorders* 159/1 (2014), 111-117. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.02.025>

Cénat, Jude M. – Derivois, Daniel. "Long-term outcomes among child and adolescent survivors of the 2010 Haitian earthquake." *Depression and anxiety* 32/1 (2015), 57-63. <https://doi.org/10.1002/da.22275>

Chan, Cecilia vd. "Symptoms of posttraumatic stress disorder and depression among bereaved and non-bereaved survivors following the 2008 Sichuan earthquake." *Journal of anxiety disorders* 26/6 (2012), 673-679. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2012.05.002>

Creswell, John W. *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches* (2. Baskı). USA: SAGE Publications, 2007.

Creswell, John W. *Nitel Araştırmacılar İçin 30 Temel Beceri, çev. Hasan Özcan*. Ankara: Pegem Akademi, 2017.

Çimen, Saniye. "Öldürmeyen Acı Güçlendirir Mi? Travma Sonrası Büyüme Ve Kolektivistik Başa Çıkma Stillerinin İlişkisi". *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi* 3/5 (Ocak 2020), 158-174.

Eames, Catrin - O'Connor, Donna. "The role of repetitive thinking and spirituality in the development of posttraumatic growth and symptoms of posttraumatic stress disorder." *PloS one* 17/8 (2022). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0272036>

Ekanayake, Samantha vd. "'We lost all we had in a second': coping with grief and loss after a natural disaster." *World psychiatry : official journal of the World Psychiatric Association (WPA)* 12/1 (2013), 69-75. <https://doi.org/10.1002/wps.20018>

Folkman, Susan - Moskowitz, Judith Tedlie. "Positive affect and meaning-focused coping during significant psychological stress". *The scope of social psychology: Theory and applications* eds. M. Hewstone vd. 193–208. Psychology Press, 2007.

Friedman, Matthew J. "PTSD and related disorders". *Post-traumatic stress*

- disorder. eds. Dan J. Stein vd. 1–34. Wiley Blackwell. 2011. <https://doi.org/10.1002/9781119998471.ch1>*
- Gencer, Nevzat. “Dindarlık Öznel İyi Oluşu Etkiler Mi? Hemodiyaliz (HD) Hastaları Üzerinde Kesitsel Bir Çalışma”. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi* 23/3 (2019), 1419-1444. <https://doi.org/10.18505/cuid.601055>.
- Greasley, Kay - Ashworth, Peter. “The phenomenology of 'approach to studying': The university student's studies with in the life world”. *British Educational Research Journal* 33/6 (2007), 819–843. <https://doi.org/10.1080/01411920701656977>
- Guba, Egon G. - Lincoln, Yvonna S. “Epistemological and methodological bases of naturalistic inquiry”. *Educational Communication and Technology Journal* 30/4 (1982), 233-252.
- Işıklı, Sedat- Tüzün, Zeynep. “Afetlerin Akut Dönem Psikolojik Etkilerine Yönelik Psikososyal Müdahale Yaklaşımları”. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychology-Special Topics* 2/3 (2017), 180-188.
- Jung, Hyun Ok - Han, Seung Woo. “Post-traumatic growth of people who have experienced earthquakes: Qualitative research systematic literature review”. *Frontiers in psychiatry* 13 (2023), 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1070681> 548
- Kaba, İlker. “Stres, Ruh Sağlığı ve Stres Yönetimi: Güncel Bir Gözden Geçirme”. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi* 73 (2019), 63-81.
- Karancı, Nuray A.- Acartürk, Ceren. “Post-Traumatic Growth among Marmara Earthquake Survivors Involved in Disaster Preparedness as Volunteers”. *Traumatology*, 11/4 (2005), 307-323. <https://doi.org/10.1177/153476560501100409>
- Kartopu, Saffet. “Kaygının Kader Algıları İle İlişkisi – (Kahramanmaraş Örneği)”. *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 2/3 (2013), 238-260.
- Koenig Harold G. “Research on religion, spirituality, and mental health: a review”. *Canadian journal of psychiatry. Revue canadienne de psychiatrie*, 54/5 (2009), 283–291. <https://doi.org/10.1177/070674370905400502>
- Koenig, Harold G. “Religion, spirituality, and health: a review and update.” *Advances in mind-body medicine* 29/3 (2015), 19-26.

Korucu, Tuğçe Şirin - Özer Kaya, Derya. "Yeniden Yaşama Sarılmak: Deprem Sonucu Gelişen Travma Sonrası Stres Bozukluğu Yönetiminde Temel Beden Farkındalık Terapisi". *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi* 8/2 (2023), 755-761.

Köroğlu, Ahmet. "Doğal Afetler Sonrası Yaşanan Travmalar ve Örnek Bir Psikoeğitim Programı", *Afet ve Risk Dergisi* 1/1 (2018), 39-52. <https://doi.org/10.35341/afet.412005>

Kula, Naci. "Deprem ve Dini Başa Çıkma", *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1/1 (2002), 234-255.

Lancaster, BrianLes – Palframan, Jason Timothy. "Coping with major life events: The role of spirituality and self-transformation". *Mental Health, Religion and Culture* 12/3 (2009), 257–276. <https://doi.org/10.1080/13674670802500684>

Lazarus, Richard S.- Folkman, Susan. *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company, 1984.

Najavits, Lisa M. – Hien, Denis. "Helping Vulnerable Populations: A Comprehensive Review of the Treatment Outcome Literature on Substance Use Disorder and PTSD". *Journal of Clinical Psychology* 69/5 (2013), 433-479. <https://doi.org/10.1002/jclp.21980>

Norris, Fran H. vd. "60,000 disaster victims speak: Part I. An empirical review of the empirical literature". *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes* 65/3 (2002), 207-239. <https://doi.org/10.1521/psyc.65.3.207.20173>

Özdoğan, Öznur. "İnsanı Anlamaya Yönelik Bir Yaklaşım: Pastoral Psikoloji". *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 47/2 (2006), 127-41. https://doi.org/10.1501/Ilhfak_0000000054.

Öztürk, Erdiñç. *Travma ve Dissosiyasyon: Dissosiyatif Kimlik Bozukluğunun Psikoterapisi ve Aile Dinamikleri*. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri,1. Baskı, 2017.

Pål Kristensen vd. "Predictors of Complicated Grief After a Natural Disaster: A Population Study Two Years After the 2004 South-East Asian Tsunami". *Death Studies* 34/2 (2010), 137-150. <https://doi.org/10.1080/07481180903492455>

Pargament, Kenneth I. *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York: The Guilford Press, 1997.

- Pargament, Kenneth I. vd. "The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE". *Journal of Clinical Psychology* 56/4 (2000), 519-543. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1097-4679\(200004\)56:4<519::aid-jclp6>3.0.co;2-1](https://doi.org/10.1002/(sici)1097-4679(200004)56:4<519::aid-jclp6>3.0.co;2-1)
- Pargament, Kenneth I. "God Help Me: Advances in the Psychology of Religion and Coping". *Archive for the Psychology of Religion* 24 (2002), 48-63. <https://doi.org/10.1163/157361203X00219>
- Pargament, Kenneth I. vd. "Patterns of positive and negative religious coping with major life stressors". *Journal for the Scientific Study of Religion* 37/4 (1998), 710-724. <https://doi.org/10.2307/1388152>
- Pargament, Kenneth I. vd. "Religion and the problem-solving process: Three styles of coping". *Journal for the Scientific Study of Religion* 27/1 (1988), 90-104. <https://doi.org/10.2307/1387404>
- Pargament, Kenneth I. vd. "Spirituality: A Pathway to Posttraumatic Growth or Decline?". *Handbook of posttraumatic growth: Research&practice*. eds. Lawrence G. Calhoun - Richard G. Tedeschi. 121-137. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 2006.
- Park, Crystal L. "Religion as a meaning-making framework in coping with life stress". *Journal of Social Issue* 61/4 (2005), 707-729. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00428.x>
- Park, Crystal L. - Fenster, Juliane R. "Stress-related growth: Predictors of occurrence and correlates with psychological adjustment". *Journal of Social and Clinical Psychology* 23/2 (2004), 195-215. DOI: 10.1521/jscp.23.2.195.31019
- Rosmarin, David H. "Spirituality and mental health: challenges and opportunities." *The lancet. Psychiatry* 8/2 (2021): 92-93. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30048-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30048-1)
- Sakarya, Direnç - Güneş, Cengiz. "Van Depremi sonrasında travma sonrası stres bozukluğu belirtilerinin psikolojik dayanıklılık ile ilişkisi". *Kriz Dergisi* 21/1 (2013), 25-32. DOI: 10.1501/Kriz_0000000335
- Seo, Heeju - Lee, Ogcheol. "Mediating role of post-traumatic stress disorder in post-traumatic growth in adults who experienced the 2017 Pohang earthquake". *Journal of affective disorders*, 263 (2020), 246-251. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.162>
- Sezgin, Ufuk vd. "Ne zaman travmatik yas tanısı konur? Ne zaman tedavi

başlar"? *Klinik Psikiyatri* 7/3 (2004), 167-75.

Shear, M. Katherine vd. "Traumatic grief treatment: A pilot study". *American Journal of Psychiatry* 158/9 (2001) 1506-1508.
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.158.9.1506>

Sönmez, Doğançan - Hocaoglu, Cicek . "Post-Traumatic Stress Disorder After Natural Disasters: A Review". *Duzce Medical Journal* 25/2 (2023), 103-114. <https://doi.org/10.18678/dtfd.1277673>

Stratta, Paolo - Alessandro Rossi. "Suicide in the aftermath of the L'Aquila (Italy) earthquake." *Crisis* 34/2 (2013), 142-144.
<https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000166>

Tausch, Christina vd. "Religion and coping with trauma: Qualitative examples from Hurricanes Katrina and Rita". *Journal of Religion, Spirituality & Aging* 23/3 (2011), 236-253. <https://doi.org/10.1080/15528030.2011.563203>

Tedeschi, Richard G. - Calhoun, Lawrence G. "The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma". *Journal of Traumatic Stress* 9/3 (1996), 455-471.

551

Tedeschi, Richard G. vd. "Posttraumatic growth: Conceptual issues". *Posttraumatic growth: positive changes in the aftermath of crisis*. eds. Richard G. Tedeschi vd. 1-22. London: Routledge, 1998.

Uğuryol Ünal Merve - Engin Esra. "Afetlerde Yakınlarını Kaybedenler: Travmatik Yas". *Afetlerde Ruhsal Sorunlar ve Psikiyatri Hemşireliği Yaklaşımları*. ed. Gülseren Keskin. 28-33. Ankara: Türkiye Klinikleri, 2023.

Van der Kolk, Bessel A. vd. "Disorders of extremestress: The empirical foundation of a complex adaptation to trauma". *Journal of Traumatic Stress* 18/5 (2005), 389-399. <https://doi.org/10.1002/jts.20047>

Vis, Jo-Ann - Boynton, Heather Marie. "Spirituality and transcendent meaning making: Possibilities for enhancing posttraumatic growth". *Journal of Religion and Spirituality in Social Work* 27/12 (2008), 69-86.
<https://doi.org/10.1080/15426430802113814>

Wortman, Camille B. "Posttraumatic Growth: Progress and Problems". *Psychological Inquiry* 15/1 (2004), 81-90.

Yakut, Selahattin. "Pandemi Sürecinin İlahiyat Öğrencileri Üzerindeki

Psikososyal Etkilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi." *Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi* 7/59 (2020), 2707-2717.

Yalçın, Hacer. "Bir Araştırma Deseni Olarak Fenomenoloji". *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi AÜSBD Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri Özel sayısı* (2022), 213-232.

Yapıcı Asım – Doğanay Süleyman. "Dini Başa Çıkma Ve Sabır Bağlamında İnsan Tipleri: Nitel Bir Araştırma". *Bilimname/Din Psikolojisi* (2019), 105-135. DOI: 10.28949/bilimname.634717