

Kitlesel Travmalar ve Toparlanma Süreci*

Mass Traumas and Recovery Process

Fatih Arıca¹, Dilek Yelda Kağnıcı²

¹*Sorumlu Yazar, Uzman Psikolojik Danışman, Konak Rehberlik ve Araştırma Merkezi, fatiharica@yahoo.com, (<https://orcid.org/0000-0003-1044-8872>)*

²*Prof. Dr., Ege Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, yelda.kagnici@ege.edu.tr, (<https://orcid.org/0000-0002-5201-4784>)*

Geliş Tarihi: 11.11.2024

Kabul Tarihi: 11.06.2025

ÖZ

Afetler, bireyler ve kitleler üzerinde tehdit unsuru oluşturan, can ve mal kayıplarına yol açan, ani ve beklenmedik bir şekilde gerçekleşen olaylardır. Afetler sonucu bireylerde bilişsel, fiziksel, duygusal ve insan ilişkileri bağlamında birtakım sorunlar gözlenmekte, uygun destek ve müdahale çalışmalarıyla uzun dönemli psikolojik bozuklukların önüne geçilebilmektedir. Travmatik olay sonrası gösterilen tepkiler genellikle bireysel bir deneyim olarak incelenmekle beraber travma kavramının toplumu içine alan kitlesel bir yapısı vardır. Aynı anda birçok insanı etkileyen, bireyden topluma, toplumdan insanlığa kadar yayılan travmatik olaylar, toplumdaki güven ve bağ duygularının sarsılmasına, toplumsal uyumun bozulmasına sebep olarak yaşam alışkanlıklarında köklü değişikliklere yol açmaktadır. Kitlesel travmaların verdiği zararlar göz önüne alındığında önemli bir halk sağlığı sorunu olduğu görülmektedir. Bireysel travmaları ana akım travma alan yazınına göre değerlendirmek sonuçlar açısından daha ulaşılabilir olmakla beraber, kitlesel travmaları aynı şekilde açıklamak eksik kalabilmektedir. Bu bağlamda makalenin amacı doğa kaynaklı veya insan eliyle gerçekleşen kitlesel travmaların etkileri, bu etkiler karşısında afetzedelerin tepkileri ve kitlesel travmalar sonrası toparlanma sürecine katkı sağlayacak unsurlar konusunda dikkat edilmesi gereken hususlarla ilgili bir bakış açısı sunmaktır.

Anahtar Kelimeler: Kitlesel travma, travma, afet, toparlanma süreci.

ABSTRACT

Disasters are sudden and unexpected events that pose a threat to individuals and masses, cause loss of life and property. As a result of disasters, some problems are observed in individuals in the context of cognitive, physical, emotional and human relations, and long-term psychological disorders can be prevented with appropriate support and intervention studies. Although the reactions shown after the traumatic event are generally examined as an individual experience, the concept of trauma has a mass structure that includes the society. Traumatic events affecting many people at the same time, spreading from individual to society, from society to humanity, lead to fundamental changes in life habits by causing the feelings of trust and bonds to be shaken in the society and the deterioration of social harmony. Considering the damages caused by mass traumas, it is seen that it is an important public health problem. Although it is more accessible in terms of results to evaluate individual traumas according to the mainstream trauma literature, it may be incomplete to explain mass traumas in the same way. In this context, the aim of the article is to present a

* Bu makale Ege Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı Tezsiz Yüksek Lisans projesinden üretilmiştir.

perspective on the effects of natural or human-made mass traumas, the reactions of the survivors against these effects, and the factors that should contribute to the recovery process after mass disasters.

Keywords: Mass trauma, trauma, disaster, recovery process.

GİRİŞ

İnsanın dünyadaki varoluşuyla beraber kolektif hafıza oluşmaya başlamış ve bunun bir kısmını travmatik olaylar almıştır. Avcılık ve toplayıcılıktan yerleşik hayata geçiş, yaşanan travmatik olayların nicelik ve niteliğini değiştirmekle birlikte travma kavramını daha görünür bir hale getirmiştir. Travmaya dair çalışmalar insanlık tarihi kadar eski ve bir o kadar ilgi odağı olmuş çalışmalardır (Erdur Baker vd., 2022). Travma kavramı başlangıçta fiziksel olarak yaralanma durumlarının bedendeki bir karşılığı olarak tanımlanmış bununla birlikte psikolojik olarak etkilerinin baş edilebilir olduğu üzerinde durulmuştur. Travmatik bir olay yaşayan sağlıklı bireyden bu durumla baş etmesi beklenmiştir. Birey bu tür bir olayla baş edemediğinde, bireyin psikolojik durumunun sağlıksız olduğu veya bireyde mevcut bir psikolojik problemin olabileceği düşünülmüştür. Oysaki sorunun kaynağı olarak bireyin işaret edilmesi, travmanın olağan dışı olaya verilen olağan tepkiler anlayışıyla çelişen bir durum olmuştur (Özen, 2017).

İnsanlar yaşamları boyunca birden fazla travmatik yaşantı deneyimleyebilmektedirler. Her deneyim psikolojik bir bozukluğa yol açmadığı gibi, travmatik deneyimin hiçbir etkisinin olmadığını düşünmek de doğru bir yaklaşım değildir (Numan & Tanacıoğlu Aydın, 2022). Travma sonrası gösterilen tepkiler bireye özgü olmakla beraber travmayla ilgili çalışmalar olay sonrası gösterilen tepkilerin rastgele değil, tahmin edilebilir olduğunu göstermektedir (Holloway & Ursano, 1984). Travmatik olay sonrası verilen tepkiler incelendiğinde tepkilerin fiziksel, bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkiler olarak sınıflandırıldığı görülmektedir. Bu tepkiler fiziksel olarak yorgun ve bitkin hissetme veya aşırı hareketli olma, bilişsel olarak odaklanma problemleri, aklın karışık olması, duygusal olarak ise mutsuz, üzgün ve korkmuş hissetme şeklinde özetlenebilir (Herbert, 2007). Travma sonrası gösterilen davranışsal tepkiler ise sosyal ilişkilerden geri çekilme, kişiler arası ilişkilerde çatışma ve sorunlar yaşama, travmatik olayı hatırlatan ortamlardan uzak kalma şeklinde olabilir (Erdur Baker, 2017).

Bireyler afetlere çeşitli şekillerde maruz kalabilmektedirler. Alan yazında afeti doğrudan yaşayan bireyler “birincil afetzede”, afeti yaşayan bireylerin aile ve yakın çevreleri “ikincil afetzede”, afet bölgesinde desteğe giden gönüllü bireyler ve resmi çalışanlar ise “üçüncül afetzede” olarak tanımlanmaktadır. “Dördüncül afetzedeler” ise afet bölgesinin dışında yaşayan, medya ve kitle iletişim araçlarıyla olaya tanık olan bireylerden oluşmaktadır (Young et. al., 1998). Afetin, zorlayıcı yaşam olayının travmatik düzeye ulaşması farklı etkenlere bağlıdır. Bu etkenlerden ilki stres yaratan olaya doğrudan maruz kalmak veya tanık olmaktır (Reissman, 2004). Afetzedelere yönelik duygusal bağ (Hobfoll, 2002) ve afet yaşanan bölgenin olay sonrası güvensiz bir hale gelmesiyle bireylerin güvende olmadıklarına dair duygularında belirgin artış olması diğer etkenlerdir. Olayın ve olaya ilişkin etkilerin devam ediyor olması, örneğin deprem sonrası devam eden artçı sarsıntılar yıkımın devam etmesine ve korkuya sebep olabilir. Son olarak yaşanan olayı anlamlandırmadaki güçlük ve toplumsal adalet duygusunun sarsılması bireylerin travmatik tepkiler vermelerine sebep olmaktadır (Hobfoll et. al., 2007). Travma, genellikle bireysel bir deneyim olarak incelenmekle birlikte toplumu içine alan kitlesel bir yapıya da sahiptir (Audergon, 2004). Kitlesel travmanın sonuçları açısından alanyazın incelendiğinde, bireyin yaşadığı toplum, kültür, sosyal bağlar ile bireysel/toplumsal kırılganlık ve dirençlilik kavramları travma sonrası destek sürecinin özgünlüğünde belirleyici faktörler olarak görülmektedir. Çalışma, bu bağlam gözetilerek toplumsal etki yaratma potansiyeli olan doğal veya insan eliyle gerçekleşen afetlere ilişkin betimleyici nitelikte yapılandırılmıştır. Çalışmanın önemi; kitlesel travmalar sonrası yardım mekanizmasının ilk sırasında yer alan devlet kurumlarına, travmatik olay sonrası toparlanma sürecinde gönüllü ve/veya görevli olan ruh sağlığı uzmanlarına alanyazında yer alan

bilgileri bütüncül bir şekilde sunma, kitlesel travmalara yaklaşım bağlamında bakış açısı kazandırma ve kitlesel travmalar sonrası toparlanma sürecine katkı sağlayacak unsurlara dikkat çekmek olarak ifade edilebilir. Ayrıca bu çalışma ile okuyucuların zihninde konuyla ilgili merak uyandırmak, kurumsal ve bireysel hassasiyetlere, sorumlulara ve sorumluluklara ilişkin farkındalık yaratmak, destek hizmetlerine ilişkin hazır bulunuşluğa katkı sağlamak hedeflenmektedir.

1. Kitlesel Travma

Çok sayıda kişiyi etkileyen, yıkıcı sonuçlar doğuran, yaşamı tehdit eden, korku, öfke gibi duyguların yoğun bir şekilde hissedildiği, dehşet içeren yıkıcı olaylar olarak tanımlanan kitlesel travma (Olf et. al., 2019), insanların derin acılar yaşamasına, çaresiz hissetmesine sebep olmaktadır. Bireyden topluma, toplumdan insanlığa kadar yayılan kitlesel olaylar (Şar, 2017), toplumdaki güven ve bağ duygularının sarsılmasına, toplumsal uyumun bozulmasına sebep olarak kitleleri derinden etkileme potansiyeline sahiptir (Erdur Baker, 2017).

Travmatik yaşantı, acı ve yas kavramları bireysel olarak yaşanırken toplumsal yapı içerisinde kolektif bir yapıya dönüşüp toplumun rol ve değerleriyle anlaşılır hale gelmektedir (Gampel, 2020). Bireysel travmatik deneyimler şekillenerek kolektif bir kimliğe bürünmektedir (Alexander, 2012). Kitleleri etkileyen afetler bireyler arasındaki ilişkileri, sosyal normları, kaynakların kullanımını ve davranış kalıplarını değiştirdiği için bireyler üzerinde olumsuz etkiler oluşturmaktadır (Eriänen & Liebkind, 1993). Kitlesel travmatik olayın etki alanının geniş, şiddetinin yüksek olması ve süresinin uzaması travmatik etkilerin artmasına sebep olmaktadır. Travmatik olayın insanlar üzerindeki şiddeti kayıp ve yaralanmalar bağlamında değerlendirilmekte, travmatik olay sonrası olumsuzlukların devam ediyor olması ise travmatik olayın süresini ifade etmektedir (Başterzi, 2021). Kitlesel travmalar tüm toplumları olumsuz etkileme potansiyeline sahip olmakla beraber sosyal adaletsizlik, eşitsizlik kavramlarının yoğun olarak hissedildiği toplumların travmadan etkilenme düzeyleri daha fazla olmaktadır (Aksu Tanık & Davas, 2021).

Bireyleri etkisi altına alan kitlesel travma özelliği taşıyan olaylar doğal afetler ve insan kaynaklı afetler olarak iki ana grupta ele alınabilmektedir (Norris et. al., 2002). Deprem, sel, yangın, kasırga, tsunami gibi olaylar doğal afet; savaş, terörizm, işkence gibi kasıtlı olarak yapılan eylemler insan eliyle gerçekleştirilen travmatik olaylara örnek olarak verilebilir. İnsan kaynaklı olan ancak kasıtlı olmayan travmatik olaylar ise trafik kazaları, teknolojik kazalar, nükleer patlamalardır. 6 Şubat 2023 Kahramanmaraş merkezli depremler, depremin etkisinin devam ettiği Şanlıurfa'da 15 Mart 2023 tarihinde meydana gelen sel felaketi, 28 Temmuz 2021 tarihinde başlayan ve yaklaşık 10 gün sonra kontrol altına alınabilen Manavgat orman yangınları, 2020 yılında meydana gelen Elâzığ depremi, Giresun, Artvin, Kastamonu ve Sinop sel felaketleri, 10 Ekim 2015 Ankara garında yapılan terör saldırısı, 13 Mayıs 2014 yılında meydana gelen Soma maden faciası, 2013 yılı İstanbul Gezi Parkı olayları son on yılda ülkemizde meydana gelen kitlesel travmatik olaylardan bazılarıdır.

Doğanın iç dengesinin insanlar tarafından bozulması, doğal afetlerin yıkıcılığının artmasına, kitlesel anlamda etkilenmelere ve travmatik yaşantı deneyimlenmesine sebep olmaktadır (Karabulut & Bekler, 2019). Çok sayıda insanı olumsuz etkileyen, ölüm ve yaralanmalara sebep olan deprem, yangın, sel, tsunami, kasırga, hortum, çığ, volkanik patlama gibi doğal afetler (Briere & Scott, 2021) fiziksel yaralanmalara, başkalarının ölümüne veya yaralanmasına tanık olma durumuna ve maddi kayıpların yoğun olarak yaşanmasına sebep olmaktadır. Kitlesel olarak olumsuz etki yaratan önemli olaylardan bir diğeri savaşlardır. Savaşlar ölüm başta olmak üzere ekonomik ve sosyal kayıplara sebebiyet vererek halk sağlığını önemli ölçüde olumsuz etkilemektedir. Savaşlar sadece oldukları zamanı değil sonraki yıllarda da etki göstererek bireyler üzerinde fiziksel ve psikolojik olarak tahribat bırakmaktadır (Zencir, 2015). Çok sayıda insana zarar vermeyi hedefleyen, korku, çaresizlik ve güvensizlik duygularının yoğun

bir şekilde yaşanmasına sebep olan terör olayları (Briere & Scott, 2021) her şeyden habersiz, olağan rutinleri içerisinde evlerine, işlerine, okullarına giden bireylerde yıkıcı psikolojik etkiler oluşturmaktadır (Tuncay & Akçay, 2018). Günümüz sosyal medya kullanım yoğunluğu düşünüldüğünde terör olaylarının kısa bir sürede büyük kitlelere ulaşip kitlesel bir etki oluşturmaları, toplumsal bir travma yaratma kapasitesi açısından risk teşkil etmektedir (Gökyar & Erdur Baker, 2022). Savaş, ekonomik zorluklar, doğal afetler, eğitim gibi birçok konuyla bağlantılı olan göç olgusu da kitlesel psikolojik etkilenmeleri ve travmatik yaşantıları beraberinde getirmektedir. Bireylerin yaşamlarını sürdürebilmeleri için geçici veya kalıcı olarak bulundukları bölgeden hareket etmeleri, farklı bir bölgeye veya ülkeye yer değiştirmeleri (Bailey, 2008) olarak tanımlanan, yüzyıllardır devam eden göç, doğası gereği karmaşık ve stresli bir süreci beraberinde getirmekte ve bireylerin yaşamlarında büyük değişimlerle birlikte kayıplara yol açmaktadır. Özellikle zorunlu bir şekilde göç etmek durumunda kalan bireylerin göç öncesi, sırası ve sonrasında yaşadıkları olumsuzluklar travma sonrası stres bozukluğu, anksiyete, depresyon gibi ruhsal hastalıkların görülme sıklığını arttırmaktadır (Altunay Yılmaz & Özel, 2022).

2. Kitlesel Travmanın Etkileri

Afetlerin etkileri üzerine çalışmalar incelendiğinde, ölümler, yaralanmalar, can ve mal kayıpları, altyapı, çevre, ticari sistemler gibi kısa sürede hissedilen doğrudan etkiler ile sosyal yapı, ekonomik altyapıda ve sistemlerde görülen, uzun süre devam eden dolaylı etkiler görülmektedir (Dölek, 2021). Kitlesel travmatik olayların etkileri birey, aile, toplum düzeyinde görülmekle beraber meydana gelen yıkımın büyüklüğü, maddi ve manevi kayıplar iletişim araçları sayesinde hızla yayılarak ulusal ve uluslararası düzeyde etkilenmelere sebep olmaktadır (Erdur Baker, 2017). Travmatik olayların kişiler üzerindeki etkileri kişisel ve kültürel faktörler çerçevesinde değişkenlik göstermektedir. Travmatik olayın etkileri açısından kişinin yaşadığı toplum ve kültür bağlamında öznel bir değerlendirme yapmak, travmatik olayın bireylerde görülen etkilerinin tamamının psikolojik belirtiler ve bozukluklar listesinde olamayacağını bilmek çalışmalara başlangıç aşamasında önemlidir (Briere et. al., 2021).

Doğal veya insan kaynaklı afetlere maruz kalan bireylerin etkilenme düzeyleri ve olaya ilişkin farklı tepkiler göstermeleri afet kaynaklı veya kişi kaynaklı etmenlerle açıklanmaktadır. Afetin kaynağı, niteliği, süresi afet kaynaklı, yaş, incinebilirlik, sosyo-kültürel geçmiş, afetten etkilenme düzeyi birey kaynaklı etmenlerdir. İki ana afet türünden insan kaynaklı afetlerden olan savaş, terör, işkence, göç doğal afetlere göre daha fazla zarar vermektedir (Serim Yıldız vd., 2022). İnsan kaynaklı afetlerde, insanın karanlık tarafıyla karşı karşıya gelme, bireyin kendisini savunmasız, güvensiz hissetmesi bu etkiyi arttırmaktadır (Herman, 2019). Afetin kaynağının insan veya doğa olması bireylerin gösterdikleri tepkiler açısından farklılık yaratmakla beraber, insan faktörü birçok durumda ön plana çıkmaktadır. Depremle birlikte uygun bir şekilde yapılmadığı anlaşılan insan yapımı binaların yıkılması, can ve mal kayıplarının yaşanması doğa kaynaklı gibi görünen fakat insan eliyle gerçekleşen afet olarak değerlendirilmektedir (Serim Yıldız vd., 2022).

Kitlesel travmalar, bireylerin duygularını düşüncelerini, davranış, inanç ve fiziksel durumlarını (Başterzi, 2021), insanlar arası ilişkileri, sosyal organizasyonları, rolleri, kaynakların kullanımını değiştirerek toplumsal değişimlere sebep olmaktadır. Bu durum ise toplumsal etkilenmeyi beraberinde getirmektedir (Eriänen & Liebkind, 1993). Özellikle terör olayları güvenlik endişesi, korku, sindirme ve yıldırma gibi unsurları içererek mevcut sosyal yapıyı değiştirmeyi amaçlamakta ve erken dönemde şiddetli ruhsal değişikliklere sebep olmaktadır (Tuncay & Akçay, 2018).

Kitlesel travmalar sonrası erken dönemde bireylerde görülen tepkileri beş başlıkta incelemek mümkündür. Fiziksel tepkiler olarak çarpıntı, nefes darlığı, yerinde duramama, bulantı, hazımsızlık, yorgunluk, bitkinlik, kas ağrıları (Başterzi, 2021), tedirginlik, iştahsızlık, bağışıklık sisteminin bozulması, uyku sorunları, mide ve bağırsak problemleri (Turan & Tanacıoğlu Aydın,

2022) yaygın olarak görülmektedir. Duygusal tepkilere bakıldığında, çaresizlik, kaygı, karamsarlık, değersizlik (Erdur Baker, 2017), suçluluk, duyarsızlaşma, küntlük, utanç (Herbert, 2007), kişinin kendisine veya olayın sorumlusu olarak gördüğü kişilere yönelik yoğun bir öfke, kayıplara ilişkin üzüntü, olayın tekrar yaşanabileceğine dair korku öne çıkmaktadır (Sargın & Akdan, 2016). Kitlesel travmalar sonrası bilişsel tepkiler olarak, sürekli akla gelen travmatik olaya ilişkin düşünceler, kafa karışıklığı, konsantrasyon güçlüğü, katı özeleştirme yapma (Demirli Yıldız vd., 2021), dikkat dağınıklığı, hafıza ile ilgili sorunlar (Turan & Tanacioğlu Aydın, 2022), konfüzyon, karar verememe (Kaya , 2019) görülmektedir. Davranışsal tepkilere bakıldığında ise, travmatik olayın hatırlatıcılarından fiziksel olarak kaçınmak, sosyal olarak içe çekilme ve kimseyle görüşmek istememe, ilişkilerde aşırı kontrolcü davranma (Başterzi, 2021), kişiler arası ilişkilerde çatışma ve sorunlar, ani irkilmeler (Erdur Baker, 2017) olarak görülmektedir. Spiritüel olarak yaşamın anlamsızlaştığına dair inançlarda artış, dini inançta keskin değişiklikler, siyasi, politik bakış açısında, ahlaki değerlerde değişiklikler görülebilmektedir (Başterzi, 2021).

Aynı olaya maruz kalan bireyler farklı tepkiler geliştirebilmektedirler. Bu durum risk ve koruyucu faktörlerin travmatik olaydan etkilenme düzeyi üzerinde önemli bir etkisi olduğunu göstermektedir (Kaya , 2019). Travma sonrası ruhsal belirti ve hastalıkların ortaya çıkışını etkileyen risk faktörleri bireye, olaya ve bireyin çevresine özgü faktörler olarak incelenmektedir (Başterzi, 2021). Kadın cinsiyeti, çocuk olmak, yaşlılık, işlevsel olmayan baş etme yöntemleri, kronik psikolojik bozukluklara sahip olmak ve nevrotik mizaç travmatik olaydan etkilenme oranını arttıran bireysel risk faktörlerdir (Demirli Yıldız vd., 2021).

Travmatik olayın etkisini arttıran bir diğer faktör travmatik olaya ilişkin özelliklerdir. Ölüme, yaralanmaya tanık olmak, travmatik olaya uzun süre maruz kalmak, insan eliyle kasıtlı gerçekleşen olaya maruz kalmak veya şahit olmak, travmatik olaya ilk müdahale eden ekipte yer almak, sevilen yakın birini kaybetmek, travmatik olay neticesinde göçe maruz kalmak etkilenme derecesini arttıran olaya ilişkin risk faktörleridir (Başterzi, 2021). Son olarak riski arttıran etken bireyin sahip olduğu sosyal çevredir. Olay sonrası suçlanma, destek beklenen yakınardan ilgi ve destek görmeme, resmi kurum ve sivil toplum kuruluşlarından destek alamama, toplum tarafından ötekileştirilen etnik kökene, cinsiyete, dine sahip olmak yaşanan travmatik olayın etkilerinin daha fazla hissedilmesine sebep olmaktadır (Demirli Yıldız vd., 2021). Kitlesel travmaya maruz kaldıktan sonra etkilenme riskini arttıran faktörlerin yanında ruhsal hastalık gelişmesini azaltan koruyucu faktörler de vardır. Bireyin, sosyal sermayesinin ve buna bağlı sosyal destek sistemlerinin çalışır durumda olması (Kawachi & Subramanian, 2006), yüksek gelir ve eğitim düzeyi, daha önce yaşadığı afet ve travmatik deneyimlerin üstesinden gelmiş olması, tedavi ve destek sistemlerine ulaşabilir olma koruyucu, destekleyici faktörlerdir (Briere & Scott, 2021).

3. Kitlesel Travmalar Sonrası Toparlanma Süreci

Topluma etki eden afetler sonrasında afetzedelerin çoğunlukla aynı deneyimi paylaşması, yaşanan olaya ilişkin duygu ve düşünceleri normalleştirmekte, bireylerin aidiyet duygularına katkı sağlamaktadır (Erdur Baker, 2017). Kitlesel etki yaratan travmatik olay yaşayan insanlar, olayın yıkıcılığı bağlamında yoğun stres, güvensizlik ve çaresizlik içerisinde olurlar. Bu duygularla kendilerini tehdit altında hisseden bireyler için aidiyet, güvenli ilişkiler eskisine göre daha fazla önem kazanmakta ve kendilerini ait hissettikleri gruplara, insanlara yaklaşma eğiliminde olmaktadır (Türel vd., 2018).

Alan yazında toparlanma sürecine işaret eden, 18-36 aylık süreyi kapsayan dört aşamalı model afetzedelerin tepkilerini anlamak açısından oldukça önemlidir. Kitlesel travmaya maruz kalan afetzedelerin gösterdikleri tepkiler süre ve yoğunluk bakımından farklılıklar göstermekle birlikte ilk aşama “kahramanlık dönemidir”. Bu dönem afet sırasında veya hemen sonrasında hayatta kalanların yardım çalışmalarına katıldığı (Erdur Baker, 2017), fiziksel ve psikolojik ilk yardımın önceliklendirildiği, sağlık, barınma, yiyecek, su gibi temel yaşamsal ihtiyaçlara odaklanıldığı dönemdir (Başterzi, 2021). Kahramanlık döneminin sonrasında ulusal ve

uluslararası yardım kuruluşlarının yardım malzemelerini bolca gönderdiği, afetzedelerin kendilerini özel hissettikleri “balayı dönemi” gelmektedir. Bu döneme iyimserlik havası hakimdir ve toplumda ön planda olan, tanınmış kişilerin afet bölgesini ziyaret etmesi, toparlanma konusunda yoğun desteğin verildiği dönemdir.

Balayı dönemindeki yoğun ilgi afetin türüne ve etkisine göre değişmekle beraber yaklaşık üç ile altı ay sonrasında sona ermekte ve üçüncü aşama olan “hayal kırıklığı” dönemi başlamaktadır. Önceki dönemde gösterilen yoğun ilgi ve alakanın azaldığı, afetin sebep olduğu yıkım ve zararın belirginleştiği (Erdur Baker, 2017), kayıpların keskin bir şekilde hissedildiği (Başterzi, 2021), yardımların dağıtımında adaletsizliklerin yaşandığı dönemdir. Afetzedelerin yorgun düştüğü, yetkililerin sözlerini tutmamalarından kaynaklı öfke ve kızgınlığın hâkim olduğu bu dönemi “yeniden yapılanma ve kabul” aşaması takip etmektedir. Bu dönem yaşananların kabul edildiği, yeni duruma uyum sağlandığı dönemdir. Afetzedeler kendi hayatları için planlar yapmaya, toparlanmak için daha fazla sorumluluk almaya başlarlar. Afetzedeler bu dönemleri farklı yoğunluk ve sürede geçirebilirler. Afetin yıl dönümleri bazı afetzedeler için tetikleyici olabilir (Erdur Baker, 2017).

3.1. Toparlanma Sürecini Etkileyen Faktörler

Doğal afetler, savaş, terör gibi kitlesel etki oluşturan tüm olaylar travma sonrası en çok ihtiyaç duyulan sosyal bağları, toplumsal destek sistemlerini, sağlık ve güvenlik altyapılarını bozar niteliktedir (Aksu Tanık & Davas, 2021). Sosyal bağların güçlü olması, bireylerin eylemlerini kolaylaştıran, toplumun verimliliğini arttıran (Kawachi ve Subramanian, 2006), sosyal ilişki ağlarına sahip olmak ve bu sosyal ağların desteğini almak anlamına gelen sosyal sermaye (Atilla Demir & Yazgan, 2019) kavramı ile açıklanmaktadır. Sosyal sermaye, travmatik olay sonrası toparlanmaya destek sağlamasının yanında afetlere hazırlıklı olmak konusunda da önleyici bir nitelik taşımaktadır. Afet öncesi yüksek sosyal sermayeye sahip toplumların afet sonrası güvende hissetmeleri toparlanma süreci açısından olumlu bir seyir göstermekte, psikososyal müdahalelerin bireysel ve toplumsal düzeyde sunulmasını kolaylaştırıcı niteliğe sahiptir (Kawachi & Subramanian, 2006).

Kitlesel travmalardan sonra toparlanma sürecine olumlu katkı sağlayan unsurlardan bir tanesi travma sonrası büyüme kavramıyla açıklanmaktadır. Travma sonrası büyüme yaşayan bireyin kendilik algısında, yaşam felsefesinde ve kişilerarası ilişkilerindeki değişim belirgin olmakta ve yaşamının kalan kısmında hayatı daha kolaylaştırıcı bir etki yaratmaktadır (İzgüden & Erdem, 2020). Travmatik olay bireyin hayatta kalmasını, yeni duruma uyum sağlama becerilerini geliştirerek güçlenmelerini, daha dayanıklı olmalarını sağlayabilmektedir (Saakvitne et. al., 1998). Benzer şekilde travmatik olay sonrası hayatın anlamına yönelik olumlu bakış açısı geliştirmek, diğer insanlarla ilişkilerin derin ve güçlü bağlarla kurulması travma sonrası büyüme kavramı ile açıklanmaktadır (Tedeschi & Calhoun, 1996). Travma sonrası büyüme yaşayan birey artık travma öncesindeki kişi değildir. Yeniden yapılandığı hayatı travmatik olay öncesinden çok daha ileri düzeydedir. Geçmiş ve gelecekteki ziyade sahip olduğu anın önemini fark etmiş ve buna göre yaşamını şekillendirmiştir. Toparlanmaya katkı sağlayan travma sonrası büyüme kavramı her bireyin başarması gereken bir durum, ulaşması gereken bir sonuç olarak görülmemelidir (Turan, 2022).

Travmatik olayı değerlendirme, yorumlama ve anlamlandırma sürecinde etkili olan kültür, olay sonrası toparlanma sürecinde de aktif bir rol oynamakta, yaşanan olayın yarattığı etkiye karşı direnç oluşturarak koruyucu bir mekanizma görevi görmektedir. Kültürün katkı sunduğu önemli mekanizmalardan bir tanesi sosyal destektir (Erdur Baker & Aksöz Efe, 2022). Travmatik olay sonrası çevreden alınan destek, travma sonrası stres açısından patolojik sürece evrilme eğiliminde olan bireyler için koruyucu, önleyici ve tedavi edici yapıdadır (Carvalho et. al., 2011). Travmatik olaya ve travma sonrası psikolojik rahatsızlıklara yüklenen anlamlar kültürden kültüre farklılık

gösterebilir. Toparlanmaya destek olan müdahale çalışmalarının kültüre duyarlı bir şekilde planlanması ve uygulanması verimlilik açısından oldukça önemlidir (Schnyder et. al., 2016).

Travma sonrası ortak ve evrensel tepkilerin olması her bireyin aynı düzeyde etkilendiğini ve aynı şekilde sağaltım sürecine dahil edilmesi gerektiğini göstermez. Kitlesel travmaya maruz kalan insanlar etnik köken, yaşam tecrübesi, değer sistemi, sosyal ve ekonomik düzeyleri, kültürel altyapıları gibi birçok faktörden etkilenecek travma sonrası tepki göstermektedir. Bu bağlamda kitlesel travmalar sonrası toparlanma sürecine önemli katkı sağlayacak unsurlardan bir tanesi kırılgan birey ve gruplara yönelik çalışmalardır. Toplumdaki bazı bireyler ve gruplar, yaşamsal zorluklar ve afetler karşısında zarar görmeye daha açıktır. Panday ve arkadaşlarının (2021) Nepal’de 2015’de meydana gelen depremin etkilerini üç farklı bölgede inceledikleri güncel çalışmalarında da ortaya koymuş oldukları gibi önceden var olan sosyo-kültürel eşitsizler toplumların afet sonrası dayanıklılığını zayıflatmaktadır. Genel olarak olası tehlike ve olumsuzluklardan zarar görmeye daha açık olmak (Goodin, 1985) şeklinde tanımlanan kırılganlık; savunmasızlık, dezavantajlı olmak şeklinde de karşılık bulmaktadır. İnsan hakları temelli bakış açısıyla yaklaşılması gereken kırılganlık kavramı yardıma muhtaç olma durumu değildir. Kitlesel afetler sonrasında oluşturulacak eşit ve adil sistem toplumun tüm bireylerini kapsayan, kimseyi geride bırakmayan yapısıyla kırılganlığı sorun olarak görmekten uzaklaşan bir yapıyı beraberinde getirecektir (Arıca vd., 2023).

Afetlerle ilgili çalışmalarda kırılganlığın zıttı olan dirençlilik kavramı ön plana çıkmaktadır. Birleşmiş Milletler Uluslararası Stratejisi’ne (UNISDR, United Nations International Strategy for Disaster Reduction, 2009) göre dirençlilik, tehlikelere maruz kalan bir sistem, topluluk veya toplumun, bir tehlikenin etkilerine zamanında ve etkili bir şekilde direnme, absorbe etme, uyum sağlama ve bu tehlikelerden kurtulma yeteneğidir. Dirençlilik, süregelen bir sistemin, aniden ortaya çıkan veya var olan sorunlar karşısında oluşan strese ters yönde tepki vererek denge durumunda kalma çabası olarak da tanımlanmaktadır (Harrison & Williams , 2016). Dirençlilik, bireyin veya toplumun fiziksel kapasite, sosyal, kültürel ve psikolojik olarak afetlere hazırlıklı olma ve afetlerin üstesinden gelme, ülkelerin sürdürülebilir kalkınma hedeflerine ulaşmaları noktasında destek sağlamaktadır.

Toplumların dirençlilik düzeylerinin göstergelerini çok boyutlu irdelemek gerekmektedir. Varol ve Kaya’nın (2018) da altını çizdiği üzere çok disiplinli yaklaşımdan yoksun afet risk yönetimi başarılı olamayacaktır. Bu bağlamda fiziksel (barınma, elektrik, su, ulaşım, erken uyarı sistemleri vb), sağlık (yardım kuruluşlarına erişim, gıda garantisi, aşılama programları, ilaca erişim vb), ekonomik (gelir düzeyi, istihdam, malvarlığı, sigorta, cinsiyet temelli gelir eşitliği vb), çevresel (ekosistem hizmetleri, biyoçeşitlilik vb), sosyal (eğitim, sosyal sermaye, farkındalık, otoriteye güven, önceki deneyimler, inanç vb) ve hükümet (afet politikası, yönetim, yardım deneyimi, eğitimler vb) boyutlarında göstergeleri çok disiplinli bir bakış açısı ile incelemek ve bu göstergeler ışığında düzenlemeler yapmak elzemdir (Tariq, Pathirage & Fernando, 2021). Bireyin veya toplumun afetlere karşı dirençliliği yüksek ve kırılganlığı düşük olursa afetlerle baş etme kapasitesi yüksek olmaktadır. Nitekim dirençlilik kitlesel afetler sonrası toplumsal olarak iyileşme sürecine, afetin olumsuz etkilerinden daha az etkilenmeye, toplumsal sistemin fiziksel, sosyolojik ve psikolojik olarak denge durumuna tekrar ulaşmasına katkı sunmaktadır (Varol & Buluş Kırıkkaya, 2017).

Yardım hizmeti sunan kişilerin de, travmatik olaya maruz kalan kitlenin kültürel atmosferini tanınması, kişisel olarak farklı kültürlerle ilişkin bakış açısını değerlendirmesi, kültüre duyarlı bir yaklaşım sergilemesi hizmetin kalitesi ve sürdürülebilirliği açısından oldukça önemlidir (Erdur Baker & Aksöz Efe, 2022). Kitlesel travmalara müdahale konusunda henüz ortak bir yapı olmamakla birlikte bu durum afetlerin niteliği, kültürel farklılıklar, birey ve toplum açısından baş etme becerilerinin farklı olmasından dolayı normal karşılanmaktadır. Temel olarak müdahale sürecini kolaylaştıracak, müdahalenin temel unsurlarını ifade eden ve daha sonraki süreçte kitlesel travmalara karşı politika belirlemeye yardımcı olacak beş maddelik öneri sunan Hobfoll ve

arkadaşları (2007) ilk olarak güvenliğin sağlanması ve insanların güvende olduklarına dair inançlarının desteklenmesinin önemini vurgulamaktadır. İkinci olarak travmatik olayın hemen ardından gösterilen yoğun duygusal ve fiziksel semptomların hafiflemesiyle sakinliğin teşvik edilmesi, nefes ve kas gevşetme egzersizlerinin öğretilmesi, kültürel olarak kabul gören, sakinliğe katkı sağlayacak etkinliklerin yaygınlaştırılması, travmatik olay sonrası yoğun olarak hissedilen kaygı üzerinde kontrol sahibi olmaya katkı sağlamaktadır. Kitlesel travma sonrası müdahaleye katkı sağlayan bir diğer unsur afet sonrası bireysel ve kolektif olarak yeterli hissetmektir. Yaşanan olayın üstesinden gelinebileceğine dair inanç, olay sonrası kontrol duygusunun bireyde ve toplumda hakim olması, travmatik olaya ilişkin uzun vadede ortaya çıkabilecek ruhsal bozuklukların önüne geçmektedir (Luszczynska et. al., 2009). Kontrol duygusunun hakim kılınması, hayat kalitesine olumlu katkı sağlayan, psikolojik işlevselliği kolaylaştıran önemli bir unsurdur (Skinner, 1996).

Dördüncü olarak sosyal destek sisteminin önemine vurgu yapılmakta ve kitlesel travma sonrası müdahale çalışmalarına sosyal desteği pekiştiren uygulamaların eklenmesinin önemi üzerinde durulmaktadır. Müdahale ile birleşen sosyal destek sistemi travmayla ilişkili ileride ortaya çıkabilecek ruhsal bozuklukların önüne geçmektedir. 1998 Ceyhan depremi sonrası depremezdelemlerle yapılan çalışmada sosyal destek sistemine dahil olan bireylerin iyileşmelerinin hızlandığı tespit edilmiştir (Altındağ vd., 2005). Beşinci olarak müdahale sisteminin önemli araçlarından bir tanesi umuttur. Kitlesel travmalar dünyada yaygın olmakla beraber genellikle insanların bilgi sahibi olmadıkları bir deneyimdir, daha önceden öğrenilen baş etme repertuarının işe yaramadığı durumlarda her şeyin daha kötüye gideceğine dair ortaya çıkan yaygın inanç müdahaleyi etkisiz kılabilir. Afetin ilk zamanlarında kritik önem taşıyan, güvenlik, barınma, sağlık, beslenme, yer değişikliği gibi ihtiyaçların karşılanması ve eksiklerin tamamlanması için topluma umut verilmesi var olan durumu hafifletmekte ve müdahale sürecine katkı sağlamaktadır (Hobfoll et. al., 2007).

Kitlesel travmalar sonrasında toparlanmaya katkı sağlayan, önemli kavramlardan bir tanesi de adalettir. Travmatik olay sonrası hızlı bir şekilde birincil derecede etkilenen bölge halkına eşit, ulaşılabilir, adil bir müdahale mekanizmasının kurulması, afetten kaynaklanan can ve mal kayıplarına ilişkin sorumluların tespit edilmesi ve hukuki olarak sürecin başlatılması büyük önem taşımaktadır. Travmatik olay sonrası yaraların sarılması, ilişkilerin yeniden inşa edilmesi, dağılan yaşamların tekrar yeşertilmesi için bireylerin içinde yaşadıkları toplumun onarıcı adaletine, mağdur olanın ihtiyaçlarının önceliklendirildiğini görmelerine ihtiyacı vardır (Zara, 2018). Yaraların sarılmadığı, adaletin sağlanmadığı durumlarda insan zihni uzlaşma yoluna gitmek için travmatik bellekte anıların devamlı hatırlanması yoluna gitmektedir. Ancak travmatik belleğin hakikate kendiliğinden varması mümkün olmamakla birlikte, zihinde canlanan kötü anılar hayatı daha da zorlaştırmaktadır.

Uzlaşma, adaletin sağlanması için ön koşuldur. Kitlesel afetler sonrası uzlaşının dayanağını devlet kavramıyla ifade edilen hükümet ve kamu kurumları oluşturmaktadır (Akgüngör, 2010). Devletin afet sonrası yaşananları yok saymaması, unutturmaya çalışmaması, afetle ilgili faaliyetlerde bulunmaya hazır olması ve bu konuda kapsayıcı, güçlü bir irade sergilemesi önemlidir. Aynı durum geçmişte yaşanan ve kapanmamış kitlesel travmatik olaylar için de geçerliliğini korumaktadır. Devletin atacağı her adım ve yapacağı her düzenlemenin uzlaşısı ve adalet aracılığıyla yapılması gerekmektedir (Gökçe, 2016). 1970 yılında Batı Almanya Başbakanı Willy Brandt'ın "Yahudi Anıtı" önünde diz çökmesi ve özür dilemesi bağışlanmak ve uzlaşısı adına tarihi örneklerden bir tanesidir (Karakülhancı, 2017).

Kitlesel travmalar sonrası toparlanmaya katkı sağlayan önemli unsurlardan bir tanesi de yas sürecidir. Bireysel ve toplumsal yaşamda, insan ilişkileri açısından ağır tahribatlar oluşturan kitlesel travmalar toplu bir şekilde yas süreci yaşanmasına sebep olmaktadır. Bireyler gibi toplumlar da yas tutar. Toplumun yas süreci, yaşanan travmatik olay ve olay sonrası gelişen grup kimliği ile yakından ilgilidir (İlhan & Çevik, 2017). Özellikle insan eliyle gerçekleştirilen kitlesel

travmatik olaylar sonrası yaşanan kayıplar için tutulan toplu yas, insana dair ağır yara almış inançların onarılabilmesi açısından önem taşımaktadır (Zara, 2018). Büyük kitlelerin dahil olduğu, toplu yas sürecinde kültürel yas tutma ritüelleri, insanın insana iyi geldiği yapıların, sosyal destek sisteminin aktif hale getirilmesi oldukça önem taşımaktadır (Silove, 2013).

Kitlesel etki yaratan travmatik olaylardan sonra toparlanmaya katkı sağlayan önemli unsurlardan bir tanesi olayın hemen sonrasında sağlanan psikolojik ilk yardım sürecidir. Psikolojik ilk yardım çerçevesinde yapılan psikososyal müdahalede beslenme, barınma, güvenlik, sağlık hizmetleri gibi temel ihtiyaçların önceliklendirilmesi ve bu ihtiyaçlara ilişkin yönlendirmenin yapılması gerekmektedir. Psikolojik ilk yardım sürecinde afetzedelerin yakınları ile iletişimlerinin sağlanması, kendilerinin ve yakınlarının güvende olduklarını bilmeleri, süreçteki belirsizliği ortadan kaldırarak güvende hissetmeyi sağlamaktadır (Bıçakçı & Okumuş, 2023).

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Travmatik olaylar kaçınılmaz bir şekilde hayatın içerisinde olmaya, insanları etkilemeye, birtakım sonuçlar oluşturmaya devam etmektedir. Çoğu zaman bireysel olarak değerlendirilen travmatik olay süreci son yıllarda artarak devam eden, kitleleri olumsuz etkileyen olaylar sebebiyle farklı bir bakış açısına ihtiyaç duymuştur. Kitlesel travmaların verdiği zararlar göz önüne alındığında önemli bir halk sağlığı sorunu olduğu görülmektedir. Doğal veya insan eliyle gerçekleşen afetlere temel yaklaşım öncelikle afetin oluşmasını engellemeye yöneliktir. Engellenemez bir afet durumu söz konusu ise hazırlıklı olmak, afetin gerçekleşmesiyle erken ve hızlı bir şekilde müdahale etmek, afet sürecinde yapılan çalışmaları kayıt altına almak ve belgelemek, ruh sağlığı hizmetlerinin entegrasyonunu sağlamak ve afetlere ilişkin ulusal, uluslararası düzeyde politikalar geliştirmek kitlesel travma potansiyeline sahip olaylara yaklaşım ve müdahale açısından önemlidir (Aksu Tanık & Davas, 2021).

Afet öncesi yapılan plan ve hazırlıklar olumsuz sonuçları tamamen ortadan kaldırmaya yetmemekle beraber hazırlık yapılmasının önemli olduğu bilinen bir gerçektir. Afetlere hazırlıklı olma toplumun her kesimi için önemli olmakla beraber kırılgan gruplar açısından daha büyük önem teşkil etmektedir. Yaşlı, kadın ve çocuklar, süregelen hastalığı olanlar, yoksul, bakıma muhtaç, ötekileştirilen etnik kimliğe sahip olanlar ve diğer kırılgan gruplar için önceden planlamaların yapılması ve afetten hemen sonra bu planların devreye sokulması büyük önem taşımaktadır. Kitlesel travma sonrası çalışmaların belgelenmesi ve yapılan çalışmaların kayıt altına alınması daha sonra oluşabilecek travmatik olaylara ilişkin ön hazırlık olarak değerlendirilebilir. Olayın hemen sonrasında yapılan çalışmalar akut döneme ilişkin bilgi verirken, uzun süreli çalışmalar olayın travma sonrası stres bozukluğu ve travmayla ilişkili diğer bozukluklara dönüşme durumu ile ilgili bilgileri içermektedir (Aksu Tanık & Davas, 2021). Kitlesel travmalar sonrası yapılacak çalışmaların geliştirilmesi deneyimlerin aktarılması sürecine bağlıdır. Bu amaçla ileriye dönük yapılan çalışmalarda bilimsel açıdan veri oluşturabilecek ve kültüre duyarlı çalışmaların yapılması oldukça önemlidir (Werner, 2012).

Kitlesel travmalar sonrası yapılan ilk psikososyal destek çalışmalarının ilerleyen süreçte ulusal ekiplerle entegrasyonunun sağlanması, çalışmaların sistemli bir şekilde devam etmesi açısından önem teşkil etmektedir (Aksu Tanık & Davas, 2021). Entegrasyon, uluslararası çalışmalarda koordine sağlayan Kuruluşlararası Daimi Komite (IASC) tarafından yayımlanan afet ve acil durumlara müdahale piramidinin sağlıklı bir şekilde yürütülmesine katkı sunmaktadır. Hükümetler afete müdahale ve afet sonucu oluşabilecek travmatik yaşantılar konusunda travma bilinçli politikalar geliştirmeye, afet ve travma konusunda oluşturulan politikaların öncelikle travmatik olayın önlenmesine yönelik olmasına odaklanmalıdır (Magruder et. al., 2017). Afetler sonucu ortaya çıkan sosyal ve insani krizlerin oluşturduğu koşullarda devlet politikalarının

olabildiğince çok sayıda insana (Aksu Tanık & Davas, 2021) adil, güvenilir ve şeffaf bir şekilde ulaşması esas alınmalı ve çalışmalarda bu noktalara dikkat edilmelidir (Bowen & Murshid, 2016).

Afet sonrası yaşananlarla ilgili siyaset devşiren, afetin üzerinden zaman geçmesine rağmen insanların yaşadığı zorlukları hatırlamamayı seçen devlet anlayışı travmatik olayın etkilerinin birikerek devam etmesine, kuşaklar arası aktarılmasına sebep olmaktadır. Hatırlamak, uzlaşmanın, barışın ve adaletin sağlanmasına, kitlesel afetlerdeki faillerin hesap vermesine, yaşananların zihinde anlamlandırılarak toplumsal hafızanın sağlıklı işlemesine sebep olmaktadır. Toplumlar geçmişin maddi ve manevi mirasını bilmek ister, belirsizlik karşısında ne olup bittiğine dair doğru bilgi bugünün daha iyi yaşanmasını sağlamaktadır. Toplumsal bellek, baskıcı yönetimlerin uzak durduğu ancak hiçbir zaman tamamen silinmez bir şekilde yerini korumaktadır. Geçmiş hatırlamayı uzlaşma adına, adalet adına bir seçenek olarak değerlendiren toplumlar dramatik anıları mimari olarak somutlaştırıp hayatın içerisine dahil etmişlerdir. Almanya'nın başkenti Berlin'de yapılan Katledilen Avrupalı Yahudiler Anıtı, 11 Eylül saldırıları sonrası Amerika'da yapılan Ulusal 11 Eylül Anıtı, Ruanda soykırımını sembolize eden Ulusal Soykırım Anıtı bunlardan bazılarıdır.

Kitlesel travmalar sonrası oluşan psikolojik yaralara müdahale afetzedelerle tek tek görüşülerek yapılabilecek bir süreç değildir. İnsanların yaşadığı zorlukların anlaşılması, temel ihtiyaçların şeffaf ve adil bir şekilde karşılanması, güvenliğin sağlanması, duygusal ihtiyaçların belirlenerek giderilmesine yönelik çalışmalar yapılması, kırılğan kişi ve grupların belirlenmesi, olay ve sonuçlarıyla ilgili doğru bilginin paylaşılması, belirsizliğin ortadan kaldırılması, sorumlularla ilgili işlem yapılması başlangıç için önemli adımlar olacaktır. Tüm bu adımların insan haklarına saygılı, evrensel değerleri ölçüt alan, hiçbir afetzedenin ötekileştirilmediği bir sistemde yapılması, ilk müdahale ve sonrasında yapılacaklarla ilgili koordineli bir çalışma ortamının oluşturulması, devlet mekanizmasının sivil toplum iş birliğine açık olması ve kaynakların afetzedelerin ihtiyacını karşılamak için kullanılması paydasında birleşilmesi müdahalenin etkililiğini büyük ölçüde arttıracaktır.

Psikoloji tarih kesişiminde kitlesel travma okuması, kolektif hafıza kavramını da ortaya çıkartmaktadır. Kolektif hafıza sadece başarıların değil, travmatik anıların da kaydedilerek gelecek nesillere aktarıldığı bir sistemle çalışmaktadır. Türkiye, coğrafi konumu itibarıyla kitlesel etki oluşturabilecek doğal afetlerin sıklıkla yaşandığı, sosyal ve ekonomik açıdan gelişmekte olan yapısıyla insan eliyle gerçekleşen travmaların gündemden düşmediği bir ülkedir. Kitlesel afet yaşayan ülkelerde müdahalede ilk sırada yer alan devlet mekanizmasının yaşananları görmezden gelmesi, afetzedelerin yaşadığı travmatik olayı kader, fitrat gibi bilim dışı açıklamalarla tanımlaması, zorlayıcı koşulların normalleştirilmesi travmanın etkilerinin uzamasına ve nesiller boyu aktarılmasına yol açtığı bilinmektedir. Travmaya duyarlı devlet anlayışının sadece belirli gün ve haftalarda veya afet yaşandıktan hemen sonra değil her zaman gündemde tutulması, afetzedelerin huzurunu ve refahını önceliklendiren çalışmaların planlanarak sosyal hayata entegre edilmesi, öğretim kademelerinde afet güvenliği ile ilgili derslerin okutulması hazırlıklı olmak adına önemlidir. Geçmişle gelecek arasındaki bağı koparan, toplumsal kimliğin yara almasına sebep olan kitlesel travmalar adil, eşit, şeffaf ve uzlaşmacı bir yaklaşımla baş edilir bir noktaya gelmektedir.

Geleneksel travma tanımında geçen ani beklenmedik olay vurgusu, kitlesel travmalar için bazen beklenen bir durum olabilmektedir. 1999 Marmara depreminden 24 yıl sonra, Kahramanmaraş merkezli 6 Şubat depremlerinde yaşanan felaket, deprem kuşağında olan bölge için depreme dayanıklılık ve güçlendirme anlamında yenileme çalışmalarının yetersizliğini ortaya koymuştur. Dünyada ve Türkiye'de afetler her zaman varlığını sürdürmeye devam edecektir. Afet sonrası ruh sağlığı çalışmalarının önemi her geçen gün artmakla beraber, ruh sağlığı uzmanlarının afetzedelerin psikolojik ihtiyaçlarına dair olan bilgi birikimi de artmaktadır. Bireysel deneyimler üzerinden ele alınan travma kavramının, kitlesel travma başlığında değerlendirilmesi, psikoloji dışında farklı disiplinlerle bakış açısı geliştirilmesi kitlesel travmaların anlaşılması için önemlidir.

Kitlesel etki yaratan, can kaybı ve yıkımın büyük olduğu travmatik olaylara destek ve müdahale ekiplerinde yer alacak ruh sağlığı uzmanlarının psikolojik ilk yardım, travma ve travma sonrası tepkiler hakkında eğitilmiş olması büyük önem taşımaktadır. Kitlesel etki oluşturan afet sonrası sahada çalışma konusunda gönüllü olan ruh sağlığı uzmanlarının sahaya gitmeden önce bilgilendirilmeleri, nasıl bir ortam ve hangi şartlarda çalışacaklarını bilmeleri destek sistemine olumlu katkı sunmaktadır. Bilgi sahibi olmadan olayın ilk şoku ve yardım etmek gibi güçlü bir motivasyon ile afetin merkezine giden ruh sağlığı uzmanları kısa sürede tükenerek yardım alma ihtiyacı hissedebilirler. Sahada halihazırda çalışanlarla, sahaya gidecek ekiplerin iletişimlerinin sağlanması bu ihtiyacı karşılamak adına ilk adım olacaktır. Afetin etkisine göre yerelde çalışan ve destek çalışmalarında yer almak isteyen ruh sağlığı uzmanlarının sürece dahil edilmesi, afetin gerçekleştiği yer hakkında bilgi sahibi olmak ve kültüre duyarlı bir yaklaşım sergilemek açısından önemlidir. Ancak yerelde çalışan ruh sağlığı uzmanlarının destek olamayacakları bir afet durumu söz konusu olduğunda, çalışamayacak durumda olanlara yasal prosedürleri hatırlatıp tehdit unsuru olarak öne sürmek, çalışmalarını zorlamak yardım çalışmalarının doğasına aykırı hareket etmek anlamına gelmektedir. Bilindiği üzere psikososyal destek sürecinin temel ilkesi zarar vermemek ve afetzedenin ihtiyacı doğrultusunda yardım sunmaktır. Bu amaçla ruh sağlığı uzmanının kişisel tatmin duygusu ve psikolojik ihtiyaçları çerçevesinde hareket etmemesi sürece olumlu katkı sağlayacaktır. Benzer şekilde psikososyal destek ekibi içerisinde uyumlu bir çalışma ortamının olması, güven ve saygı çerçevesinde ilişki kurulması çalışmaların verimliliğini arttıracaktır.

Sonuç olarak, kitlesel travmalar sonrası kurumsal ve bireysel çalışmaların sürdürülebilir şekilde planlanması, uygulamaya konulması, farklı disiplinleri içine alan, kültüre duyarlı müdahale yöntemlerinin belirlenmesi, afetzedelerin ihtiyaçlarının önceliklendirilerek giderilmeye çalışılması, çözüm için yasa koyucunun politika üretmesi, afet öncesi rutine dönüş için önemli bir etken olacaktır.

KAYNAKÇA

- Akgüngör, Ç. (2010). Toplumbilim perspektifinden afeti düşünmek. *Lefke Avrupa Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(1), s. 3-22.
- Aksu Tanık, F., & Davas, A. (2021). Kitlesel travmalarda halk sağlığı yaklaşımı. Ş. Yüksel, & A. D. Başterzi (Eds.), *Kitlesel travmalar ve afetlerde ruhsal hastalıkları önleme, müdahale ve sağıltım kılavuzu* içinde (s. 31-47). Bayt Yayın.
- Alexander, J. (2012). Trauma a social theory. Polity Press.
- Altındağ, A., Şakir , Ö., & Sır, A. (2005). One year follow up study of posttraumatic stress disorder among earthquake survivors in Turkey. *Comprehensive Psychiatry*, 46, s. 328–333. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2005.01.005>
- Altunay Yılmaz, H., & Özel, D. (2022). Mülteciler ve travmatik deneyimleri. Ö. Erdur Baker, İ. Aksöz Efe, & T. Doğan (Eds.), *Travma psikolojisi* içinde (s. 277-311). Pegem Akademi.
- Arıca, F., Çakır, C., & Kağnıcı, D. Y. (2023). Kırılgan gruplar özelinde afetlerde psikososyal hizmetler. *Afet ve Risk Dergisi*, 6(1), s. 176-187. <https://doi.org/10.35341/afet.1173165>
- Atilla Demir, S., & Yazgan, P. (2019). Göç çatışma modeli temelinde hedef ülkedeki güvensizlik algısına yönelik analitik bir çerçeve: Göçmen destek grupları, pozitif psikolojik ve sosyal sermaye. *Göç Dergisi*, 6(2), s. 229–248. <https://doi.org/doi.org/10.33182/gd.v6i2.655>
- Audergon, A. (2004). Collective trauma: the nightmare of history. *Psychotherapy and Politics International*, 2(1), s. 16-31. <https://doi.org/10.1002/ppi.67>

- Bailey, R. (2008). Global Issues: Immigration and migration. Infobase Publishing.
- Başterzi, A. (2021). Kitlemel travmalar sonrası akut dönemde ilk ruhsal değerlendirme ve müdahale. Ş. Yüksel, & A. Başterzi (Eds.), *Kitlemel travmalar ve afetlerde ruhsal hastalıkları önleme, müdahale ve sağaltım kılavuzu* içinde (s. 61-76). Bayt Yayın.
- Başterzi, A. (2021). Kitlemel travmayı anlamak, anlamlandırmak. Ş. Yüksel, & A. D. Başterzi (Eds.), *Kitlemel travmalar ve afetlerde ruhsal hastalıkları önleme, müdahale ve sağaltım kılavuzu* içinde (s. 9). Bayt Yayın.
- Bıçakcı, A. B., & Ergüney Okumuş, F. E. (2023). Depremın psikolojik etkileri ve yardım çalışanları. *Avrasya Dosyası Dergisi*, 14(1), 206-236.
- Bowen, E. A., & Murshid, N. S. (2016). Trauma informed social policy a conceptual framework for policy analysis and advocacy. *American Journal of Public Health*, 102(2), s. 223-229. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2015.302970>
- Briere, J. N., Scott, C., & Jones, J. (2021). Travmanın etkileri. J. N. Briere, & C. Scott içinde, *Travma terapisinin ilkeleri belirtiler, değerlendirme ve tedavi için bir kılavuz* (Çev. B. D. Genç, s. 17-52). İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Briere, J., & Scott, C. (2021). *Travma terapisinin ilkeleri belirtiler, değerlendirme ve tedavi için bir kılavuz*. (Çev. B. D. Genç) İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Carvalho, J. P., Trent, L. R., & Hopko, D. R. (2011). The impact of decreased environmental reward in predicting depression severity: Support for behavioral theories of depression. *Psychopathology*, 44(4), s. 242-252. <https://doi.org/10.1159/000322799>
- Demirli Yıldız, A., Sevil Gülen, Ö., & Erdur Baker, Ö. (2021). Kriz, kriz tepkileri ve kriz danışmanlığı. Ö. Erdur Baker, & T. Doğan (Eds.), *Kriz danışmanlığı* içinde (s. 10). Pegem Akademi.
- Dölek, İ. (2021). *Afetler ve afet yönetimi*. Pegem Akademi.
- Erdur Baker, Ö., & Aksöz Efe, İ. (2022). Travmatik stresin kültürel boyutu. Ö. Erdur Baker, İ. Aksöz Efe, & T. Doğan (Eds.), *Travma psikolojisi* içinde (s. 57-72). Pegem Akademi.
- Erdur Baker, Ö., Aksöz Efe, İ., & Doğan, T. (2022). Travma psikolojisi. Ö. Erdur Baker, İ. Aksöz Efe, & T. Doğan (Eds.), *Travma psikolojisi* içinde (s. 1). Pegem Akademi.
- Erdur Baker, Ö. (2017). Afetler, travmalar, krizler ve travmatik stres tepkileri. Ö. Baker, & T. Doğan (Eds.), *Afetler, krizler, travmalar ve psikolojik yardım* içinde (s. 8). Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği.
- Eriänen, L., & Liebkınd, K. (1993). Coping with disaster the helping behavior of communities and individuals. In J. Wilson, & B. Raphael (Eds.), *International handbook of traumatic stress syndromes* (s. 957-964). Springer Science+Business Media.
- Gampel, Y. (2020). The pain of the social. *The International Journal of Psychoanalysis*, 101(6), s. 1219-1235. <https://doi.org/10.1080/00207578.2020.1821578>
- Goodin, R. E. (1985). *Protecting the vulnerable: A re-analysis of our social responsibilities*. University of Chicago Press.
- Gökçe, A. F. (2016). Adalet kavramı kapsamında geçmişle hesaplaşma ve uzlaşma: Türkiye. *Bilge Strateji*, 8(15), s. 113-142.
- Gökyar, M., & Erdur Baker, Ö. (2022). Terör travması. Ö. Erdur Baker, İ. Aksöz Efe, & T. Doğan (Eds.), *Travma psikolojisi* içinde (s. 323-343). Pegem Akademi.

- Harrison, C. G., & Williams, P. R. (2016). A systems approach to natural disaster resilience. *Simulation Modelling Practice and Theory*, 65, s. 11-31. <https://doi.org/10.1016/j.simpat.2016.02.008>.
- Herbert, D. (2007). *Travma sonrası psikolojik tepkileri anlamak*. (Çev. N. Azizlerli, R. Güneş) Psikonet Yayınları.
- Herman, J. (2019). *Travma ve İyileşme*. (Çev. T. Tosun) Literatür Yayınları.
- Hobfoll, S. (2002). Social and psychological resources and adaptation. *Review of General Psychology*, 6(4), s. 307-324. <https://doi.org/10.1037//1089-2680.6.4.307>
- Hobfoll, S., Watson, P., Bell, C., Bryant, R., Brymer, M., Friedman, M., Friedman, M., Gersons, B., Jonng, J., Layne, C., Maguen, S., Neria, Y., Norwood, A., Pynoos, R., Reismann, D., Ruzek, J., Shalev, A., Solomon, Z., Steinberg, A., Ursano, R. (2007). Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma intervention: Empirical evidence. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 70(4), s. 283-315. <https://doi.org/10.1521/psyc.2007.70.4.283>
- Holloway, H., & Ursano, R. (1984). The Vietnam veteran: Memory, social context, and metaphor. *Psychiatry Interpersonal and Biological Processes*, s. 103-108. <https://doi.org/10.1080/00332747.1984.11024232>
- İlhan, R. S., & Çevik, A. (2017). Geniş gruplarda yas ve kimlik. E. T. Özel Kızıl (Eds.), *Yürekta kırk mum içinde* (s. 105-138). Pinhan Yayıncılık.
- İzgüden, D., & Erdem, R. (2020). Travmaların dönüştürücü rolü: Olumlu değişimler. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), s. 191-200. <https://doi.org/10.46971/ausbid.796425>
- Karabulut, D., & Bekler, T. (2019). Doğal afetlerin çocuklar ve ergenler üzerindeki etkileri. *Doğal Afetler ve Çevre Dergisi*, 5(2), s. 368-376. <https://doi.org/10.21324/dacd.500356>
- Karakülhancı, A. (2017, 8 Mayıs), *Yüzleşmenin ilk adımı özür dilemek*. <https://www.gazeteduvar.com.tr/dunya/2017/05/08/yuzlesmenin-ilk-adimi-ozur-dilemek>
- Kawachi, I., & Subramanian, S. V. (2006). Measuring and modeling the social and geographic context of trauma: a multilevel modeling approach. *Journal of Traumatic Stress*, 19(2), s. 195-203. <https://doi.org/10.1002/jts.20108>
- Kaya, Z. (2019). Travma psikolojik danışmanlığında kavramsal çerçeve. F. Savi Çakar (Eds.), *Travma psikolojik danışmanlığı içinde* (s. 15). Pegem Akademi.
- Luszczynska, A., Benight, C. C., & Cieslak, R. (2009). Self-efficacy and health-related outcomes of collective trauma a systematic review. *European Psychologist*, 14(1), s. 51-62. <https://doi.org/10.1027/1016-9040.14.1.51>
- Magruder, K. M., McLaughlin, K. A., & Elmore Borbon, D. L. (2017). Trauma is a public health issue. *European Journal of Psychotraumatology*, 8(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2017.1375338>
- Norris, F., Friedman, M., Watson, P., Byrne, C., Diaz, E., & Kaniasty, K. (2002). 60.000 disaster victims speak: part I. an empirical review of the empirical literature, 1981-2001. *Psychiatry*, 65(3), s. 207-239. <https://doi.org/10.1521/psyc.65.3.207.20173>
- Numan, T., & Tanacıoğlu Aydın, B. (2022). Travma ve travmatik tepkiler. Ö. Erdur Baker, İ. Aksöz Efe, & T. Doğan (Eds.), *Travma psikolojisi içinde* (s. 1-18). Pegem Akademi.

- Olff, M., Amstadter, A., Armour, C., Birkeland, M., Bui, E., Cloitre, M., Ehlers, A., Ford, J., Greene, T., Hansen, M., Lanius, R., Roberts, N., Rosner, R., Thoresen, S. (2019). A decennial review of psychotraumatology: What did we learn and where are we going. *European Journal of Psychotraumatology*, 10, s. 1-24. <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1672948>
- Özen, Y. (2017). Psychological trauma is the old history of mankind. *The Journal of Social Science*, 1(2), 104-117. <https://doi.org/10.30520/tjsosci.350160>
- Panday, S., Rushton, S. Karki, J., Balen, J. & Barnes, A. (2021). The role of social capital in disaster resilience in remote communities after the 2015 Nepal earthquake. *International Journal of Disaster Risk Reduction* 55, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2021.102112>
- Reissman, D. (2004). Exploring psychological resilience in the face of terrorism. *Psychiatric Annals*, 34(8), s. 626-632. <https://doi.org/10.3928/0048-5713-20040801-16>
- Saakvitne, K. W., Tennen, H., & Affleck, G. (1998). Exploring thriving in the context of clinical trauma theory: constructivist self development theory. *Journal of Social*, 54(2), s. 279-299. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1998.tb01219.x>
- Sargın, N., & Akdan, M. F. (2016). Sonsuz acı: Psikolojik travma. N. Sargın, S. Avşaroğlu, & A. Ünal (Eds.), *Eğitim ve psikolojiden yansımalar içinde* (s. 5-16). Çizgi Kitabevi.
- Schnyder, U., Bryant, R. A., Ehlers, A., Foa, E. B., Hasan, A., Mwit, G., Kristensen C.H., Neuner, F., Oe, M., Yule, W. (2016). Culture-sensitive psychotraumatology. *European Journal of Psychotraumatology*, 7(1), s. 1-10. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v7.31179>
- Serim Yıldız, B., Onaylı, S., & Erdur Baker, Ö. (2022). Afetler ve travma. Ö. Erdur Baker, İ. Aksöz Efe, & T. Doğan (Eds.), *Travma psikolojisi içinde* (s. 378-403). Pegem Akademi.
- Silove, D. (2013). The ADAPT model: a conceptual framework for mental health and psychosocial programming in post conflict settings. *Intervention Journal of Mental Health and Psychosocial Support in Conflict Affected Areas*, 11(3), 237-248. <https://doi.org/10.1097/WTF.0000000000000005>
- Skinner, E. A. (1996). A guide to constructs of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(3), s. 549-570. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.71.3.549>
- Şar, V. (2017). Savaş ve terör yaşantılarında travma sonrası stres. *Okmeydanı Tıp Dergisi* (33), s. 114-120. <https://doi.org/10.5222/otd.2017.114>
- Tariq, H., Pathirage, C. & Fernando (2021). Measuring community disaster resilience at local levels: An adaptable resilience framework. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 62, 1-14. <https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2021.102358>
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), s. 455-471. <https://doi.org/10.1002/jts.2490090305>
- Tuncay, T., & Akçay, S. (2018). Terörizmin psikososyal etkileri ve sosyal hizmet uzmanının rolleri. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 29(2), s. 307-334.
- Turan, N. (2022). Travma sonrası büyüme (TSB): Tanımı, doğası, yaklaşımlar ve ilişkili diğer değişkenler. Ö. Erdur Baker, İ. Aksöz Efe, & T. Doğan (Eds.), *Travma psikolojisi içinde* (s. 107-136). Pegem Akademi.
- Turan, N., & Tanacioğlu Aydın, B. (2022). Travma ve travmatik tepkiler. Ö. Erdur Baker, İ. Aksöz Efe, & T. Doğan (Eds.), *Travma psikolojisi içinde* (s. 1-18). Pegem Akademi.

- Türel, F. İ., Öztürk, E., & Çalıcı, C. (2018). Bireyden topluma travma ve şiddet: Bireysel ve toplumsal şiddet olaylarına psikotarihsel bir yaklaşım. *Bartın Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 3(3), s. 3-10.
- UNISDR (2009). Terminology on disaster risk reduction. *United Nations International Strategy for Disaster Reduction*. <https://doi.org/10.1021/cen-v064n005.p003>.
- Varol, N., & Buluş Kırıkkaya, E. (2017). Afetler karşısında toplum dirençliliği. *Dirençlilik Dergisi*, 1(1), s. 1-9. <https://doi.org/10.32569/resilience.344784>
- Varol, N. ve Kaya, C. M. (2018). Afet risk yönetiminde transdisipliner yaklaşım. *Afet ve Risk Dergisi*, 1(1), 1-8.
- Werner, E. E. (2012). Children and war: Risk, resilience and recovery. *Development and Psychopathology* (24), s. 553–558. <https://doi.org/10.1017/S0954579412000156>
- Young, B., Ford, J., Ruzek, J., Freidman, M., & Gusman, F. (1998). *Disaster mental health service a guidebook for clinicians and administrators*. National Center for Post-Traumatic Stress Disorder.
- Zara, A. (2018). Kolektif travma döngüsü: Kolektif travmalarda uzlaşma, bağlamında ve onarıcı adaletin iyileştirici rolü. *Klinik Psikiyatri*, 21, s. 301-311. <https://doi.org/10.5505/kpd.2018.36449>
- Zencir, M. (2015). Savaşlar ve halk sağlığı. A. Başterzi, & A. Aker (Eds.), *Barış kitabı bireyden topluma savaşın ve barışın ruh hali* içinde (s. 121-142). Türkiye Psikiyatri Derneği Yayıncılık.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

The concept of trauma was initially defined as a physical equivalent of injuries in the body, however, it was emphasized that its psychological effects could be managed. A healthy individual who experienced a traumatic event was expected to cope with this situation. When an individual could not cope with such an event, it was thought that the individual's psychological state was unhealthy or that the individual had an existing psychological problem. However, pointing to the individual as the source of the problem contradicted the understanding of trauma as a normal reaction to an extraordinary event (Özen, 2017).

People can experience more than one traumatic experience throughout their lives. Not every experience leads to a psychological disorder, and it is not a correct approach to think that a traumatic experience has no effect (Numan & Tanacioğlu Aydın, 2022). Although the reactions shown after trauma are specific to the individual, studies on trauma show that the reactions shown after the event are not random, but predictable (Holloway & Ursano, 1984).

Mass Trauma

Mass trauma, defined as devastating events that affect a large number of people, have devastating consequences, threaten life, may cause emotions such as fear and anger (Olff et. al., 2019), may cause people to experience deep pain and feel helpless. Mass events that spread from the individual to society, from society to humanity (Şar, 2017) have the potential to deeply affect the masses by causing the feelings of trust and connection in society to be shaken and social harmony to be disrupted (Erdur Baker, 2017).

While the concepts of traumatic experience, pain and mourning are experienced individually, they turn into a collective structure within the social structure and become understandable with the roles and values of society (Gampel, 2020). Individual traumatic experiences take shape and take on a collective identity (Alexander, 2012). Disasters affecting masses have negative effects on individuals because they change relationships between individuals, social norms, use of resources, and behavioral patterns (Eriänen & Liebkind, 1993).

Effects Of Mass Trauma

When studies on the effects of disasters are examined, direct effects felt in a short time such as deaths, injuries, loss of life and property, infrastructure, environment, commercial systems, and long-term indirect effects in social structure, economic infrastructure and systems are seen (Dölek, 2021). Although the effects of mass traumatic events are seen at the individual, family, and society level, the magnitude of the destruction, material and moral losses spread rapidly through communication tools and cause national and international effects (Erdur Baker, 2017). In terms of the effects of the traumatic event, it is important to make a subjective assessment in the context of the society and culture in which the person lives, and to know that not all of the effects of the traumatic event on individuals can be listed as psychological symptoms and disorders at the beginning of the studies (Briere et. al., 2021).

Mass traumas cause social changes by changing individuals' emotions, thoughts, behaviors, beliefs and physical conditions (Başterzi, 2021), interpersonal relationships, social organizations, roles and use of resources, and this brings about social impact (Eriänen & Liebkind, 1993).

Recovery Process After Mass Trauma

After disasters affecting society, the fact that disaster victims often share the same experience normalizes the feelings and thoughts related to the event and contributes to the sense of belonging of individuals (Erdur Baker, 2017).

4.1. Factors Affecting the Recovery Process

All events that create mass effects such as natural disasters, war, and terrorism disrupt the most needed social ties, social support systems, and health and security infrastructures after trauma (Aksu Tanık & Davas, 2021). Having strong social ties is explained by the concept of social capital (Atilla Demir & Yazgan, 2019), which facilitates the actions of individuals and increases the efficiency of society (Kawachi & Subramanian, 2006), and means having social networks and receiving the support of these social networks. In addition to supporting recovery after traumatic events, social capital also has a preventive nature in terms of being prepared for disasters.

One of the elements that positively contributes to the recovery process after mass traumas is explained by the concept of post-traumatic growth. The change in the self-perception, philosophy of life and interpersonal relationships of the individual experiencing post-traumatic growth is evident and creates a facilitating effect on the rest of his/her life (İzgüden & Erdem, 2020). Culture, which is effective in the process of evaluating, interpreting and making sense of the traumatic event, also plays an active role in the recovery process after the event and acts as a protective mechanism by creating resistance against the impact of the experienced event. One of the important mechanisms that culture contributes to is social support (Erdur Baker & Aksöz Efe, 2022).

The existence of common and universal reactions after trauma does not indicate that every individual is affected at the same level and should be included in the treatment process in the same way. People exposed to mass trauma react after trauma by being affected by many factors such as ethnicity, life experience, value system, social and economic levels, and cultural

infrastructure. In this context, one of the elements that will make a significant contribution to the recovery process after mass traumas is studies on vulnerable individuals and groups.

The concept of resilience, the opposite of vulnerability, comes to the fore in studies on disasters. Resilience provides support for the physical capacity, social, cultural and psychological preparedness of an individual or society for disasters and overcoming disasters, and for countries to achieve their sustainable development goals. It is necessary to examine the indicators of the resilience levels of societies in a multidimensional manner. As Varol and Kaya (2018) also emphasize, disaster risk management without a multidisciplinary approach will not be successful. One of the important concepts that contribute to recovery after mass traumas is justice. It is of great importance to quickly establish an equal, accessible and fair intervention mechanism for the primarily affected people of the region after the traumatic event, to identify those responsible for the loss of life and property caused by the disaster and to initiate the process legally. Reconciliation is a prerequisite for ensuring justice. The basis of reconciliation after mass disasters is the government and public institutions expressed with the concept of the state (Akgüngör, 2010).

Results and Discussion

Traumatic events inevitably continue to be a part of life, affect people, and create certain results. The traumatic event process, which is often evaluated individually, has required a different perspective due to the events that have continued to increase in recent years and negatively affected the masses. Considering the damage caused by mass traumas, it is seen that it is a significant public health problem. In the conditions created by social and humanitarian crises resulting from disasters, it should be taken as a basis for state policies to reach as many people as possible (Aksu Tanık & Davas, 2021) in a fair, reliable, and transparent manner, and these points should be taken into consideration in studies (Bowen & Murshid, 2016).

Intervention in psychological wounds that occur after mass traumas is not a process that can be done by meeting with disaster victims one by one. Understanding the difficulties people experience, meeting basic needs in a transparent and fair manner, ensuring security, conducting studies to identify and meet emotional needs, identifying vulnerable individuals and groups, sharing accurate information about the event and its consequences, eliminating uncertainty, and taking action against those responsible will be important steps for a start.