

Araştırma Makalesi

Afet Sonrası Konteyner Kentte Yaşayan Depremzede Bireylerde Okupasyonel Denge ve Psikolojik Tutum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Investigation of the Relationship Between Occupational Balance and Psychological Attitudes in Earthquake Survivors Living in a Post-Disaster Container City

Özge Buket ARSLAN ¹, **Özlem EVRAN** ²¹Dr. Öğr. Görevlisi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ergoterapi Bölümü, Ankara, Türkiye²Ergoterapist, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ergoterapi Bölümü, Ankara, Türkiye**ÖZ**

Amaç: Bu çalışmanın amacı, 6 Şubat 2023 depremlerinden etkilenerek Malatya ilindeki bir konteyner kentte yaşamını sürdüren depremzede bireylerin okupasyonel dengeleri ile depreme yönelik psikolojik tutumları arasındaki ilişkiyi incelemektir. **Gereç ve Yöntem:** Çalışma, kesitsel tasarımda yürütülmüş olup, Malatya Samanköy Konteyner Kent'te yaşayan, yaş ortalaması 31,54±10,20 (min 18, maks 53) olan 53 depremzede birey ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların okupasyonel dengeleri Aktivite-Rol Dengesi Anketi 11 Türkçe Versiyonu (ARDA11-T) ile, psikolojik tutumları ise Deprem Psikolojik Maruziyet Etkisi Ölçeği (DPME) ile değerlendirilmiştir. Veriler, Spearman korelasyon testi ile analiz edilmiş ve anlamlılık düzeyi Bonferroni düzeltmesi sonrası $p < 0,007$ olarak kabul edilmiştir. **Sonuçlar:** Çalışma bulgularına göre, ARDA11-T ve DPME toplam puanları arasında negatif yönde, mükemmel düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r = -0,778$, $p < 0,007$). Ayrıca, DPME'nin tüm alt boyutları ile ARDA11-T puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif korelasyonlar belirlenmiştir. Bu sonuçlar, depremedelerin psikolojik etkilenim düzeyleri arttıkça okupasyonel dengelerinin azaldığını göstermektedir. **Tartışma:** Elde edilen bulgular, afet sonrası psikolojik iyilik hali ile okupasyonel dengenin yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Özellikle yaşamdan kopuş, kaçınma, sosyal sağlık, travma kaygısı, olgunlaşma ve ruhsal değişim gibi boyutlardaki olumsuz etkilenim, bireylerin günlük yaşam aktivitelerine katılımını ve okupasyonel dengelerini azaltmaktadır. Bu durum, afet sonrası psikososyal müdahalelerde ergoterapi temelli yaklaşımların önemini vurgulamaktadır. **Anahtar Kelimeler:** Afetler; Depremler; Tutum; Psikolojik Travma.

ABSTRACT

Purpose: This study aimed to investigate the relationship between occupational balance and psychological attitudes in earthquake survivors living in a container city in Malatya, Turkey, following the February 6, 2023, earthquakes. **Material and Methods:** This cross-sectional study was conducted with 53 earthquake victims, with a mean age of 31.54±10.20 (min 18, max 53) living in Malatya Samanköy Container City. Occupational balance was assessed using the Turkish version of the Occupational Balance Questionnaire (OBQ11-T), and psychological attitudes were evaluated with the Psychological Impact of Earthquake Exposure Scale (PIEES). Spearman correlation analysis was used, with a Bonferroni-corrected significance level set at $p < 0.007$. **Results:** There was a strong and statistically significant negative correlation between OBQ11-T and PIEES total scores ($r = -0.778$, $p < 0.007$). Significant negative correlations were also found between OBQ11-T scores and all subdimensions of PIEES. These findings suggest that increased psychological impact is associated with decreased occupational balance. **Conclusion:** The results highlight a close relationship between occupational balance and post-disaster psychological well-being. Specifically, high levels of disconnection from life, avoidance, poor social health, trauma-related anxiety, spiritual change, and maladaptive growth were associated with reduced engagement in daily activities and lower occupational balance. These findings underscore the importance of occupation-centered interventions in post-disaster psychosocial rehabilitation.

Keywords: Disasters; Earthquakes; Attitude; Psychological Trauma.**Sorumlu Yazar (Corresponding Author):** Dr. Öğr. Görevlisi Özge Buket ARSLAN, E-mail: obuket.cesim@hacettepe.edu.tr

ORCID ID: 0000-0001-5127-4181

Geliş Tarihi (Received): 01.05.2025; Kabul Tarihi 12.06.2025

© Bu makale, Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı altında dağıtılmaktadır.

© This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Depremler, ani gerçekleştirmeleri, öngörülemez olmaları ve geniş bir coğrafyada yıkıcı sonuçlar doğurmaları nedeniyle, doğal afetler arasında en yüksek risk taşıyan olaylar arasında yer almaktadır. Bu afetler, yalnızca fiziksel yıkımla sınırlı kalmayıp aynı zamanda bireylerin psikolojik bütünlüklerini ve toplumsal yapıyı da derinden sarsmaktadır (Yıldız ve ark., 2023). Türkiye, aktif fay hatları üzerinde konumlanmış olması nedeniyle tarih boyunca birçok yıkıcı depremle karşı karşıya kalmış; bu afetler büyük can kayıplarına, kitlesel göçlere ve uzun süreli sosyoekonomik problemlere yol açmıştır (Nemutlu ve ark., 2023). 6 Şubat 2023 tarihinde Kahramanmaraş merkezli olarak meydana gelen ve yaklaşık dokuz saat arayla gerçekleşen iki büyük deprem hem büyüklük hem de etkilediği nüfus bakımından Cumhuriyet tarihinin en büyük afetlerinden biri olarak kayıtlara geçmiştir. Bu felaket sonucunda 11 ilde büyük çaplı yıkımlar meydana gelmiş, yaklaşık 14 milyon insanın yaşamı doğrudan etkilenmiş ve çok sayıda birey barınma, sağlık, güvenlik ve psikolojik destek gibi temel yaşam ihtiyaçlarından yoksun kalmıştır (Bozkurt, 2023). Toplumsal hafızada derin izler bırakan bu depremler, yalnızca fiziki altyapının değil, bireylerin yaşam dengelerinin ve psikososyal uyumlarının da ciddi biçimde zarar gördüğü olaylar olarak tanımlanmıştır (Duruel, 2023).

Depremin ardından yürütülen iyileştirme çalışmaları içinde barınma, temel bir öncelik olarak öne çıkmıştır. Özellikle çok sayıda yapının yıkıldığı ya da oturulamayacak derecede hasar gördüğü bölgelerde, hızlı ve pratik bir çözüm olarak konteyner kent uygulamaları hayata geçirilmiştir (Bozkurt, 2023). Bu yapılar, afetin hemen sonrasında geçici barınma sağlama işlevi görse de zamanla uzun süreli yaşam alanlarına dönüşmeleriyle birlikte bireylerin psikolojik iyi oluşlarını desteklemede yetersiz kalabilmektedir (Ayanoglu & Erbaş, 2023). Yapılan araştırmalar, konteyner kentlerde yaşayan bireylerin yalnızca fiziksel çevre koşullarından değil; aynı zamanda belirsizlik, güvende hissetmeme, toplumsal rollerin sekteye uğraması ve yaşam rutinlerinin bozulması gibi psikolojik açıdan zorlayıcı etkenlerden de olumsuz biçimde etkilendiğini göstermektedir. Örneğin Van depremi sonrasında yapılan incelemelerde, iyileştirme sürecinin yalnızca barınma gibi temel ihtiyaçların karşılanmasıyla sınırlı kalmaması, afetzedelerin yaşadıkları travmanın psikolojik etkilerinin de kapsamlı şekilde ele alınması gerektiği vurgulanmıştır (Özel, 2013). Bu bağlamda, afet sonrası yaşam kalitesinin sürdürülebilmesi yalnızca fiziksel değil; bireylerin olaylara yönelik tutumlarını, duygusal tepkilerini ve psikolojik uyum süreçlerini de içeren bütüncül bir yaklaşımla mümkün hale gelebilmektedir (Altamore ve ark., 2020).

Bu noktada okupasyonel denge kavramı, afet sonrası

bireysel uyum süreçlerini anlamada önemli bir çerçeve sunmaktadır (Cemali ve ark., 2024). Okupasyonel denge, bireyin günlük yaşam aktiviteleri ve sosyal roller arasında kişisel anlam ve tatmin içeren, sağlık ve refahı destekleyen bir denge kurma ve bu dengeyi sürdürebilme kapasitesini ifade eder (Wagman & Håkansson, 2014). Bu kavram yalnızca aktivite yoğunluğunu değil; aynı zamanda aktivite çeşitliliği, bireyin aktivitelere yüklediği anlam, kontrol hissi ve yaşam doyumu gibi çok boyutlu unsurları da içermektedir. Okupasyonel dengenin bozulması, bireyde stres, anksiyete, tükenmişlik ve işlev kaybı gibi olumsuz psikolojik sonuçlar doğurabilmektedir (Wagman ve ark., 2012; Wagman & Håkansson, 2014). Afet gibi yaşamı köklü biçimde değiştiren olaylar sonrasında ise bireyin yaşam düzeninde, rollerinde ve günlük aktivitelerinde ani ve zorlayıcı değişiklikler meydana geldiğinden, okupasyonel dengenin sarsılması kaçınılmaz olabilmektedir. Bu durum, bireyin hem bireysel iyilik halini hem de toplumsal işlevselliğini olumsuz etkileyebilmektedir (Çağatay, 2024).

Bu çalışma, 6 Şubat 2023 depremlerinden etkilenecek Malatya ilinde bir konteyner kentte yaşamını sürdüren bireylerin okupasyonel dengeleri ile depreme yönelik psikolojik tutumları arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın etik açıdan uygunluğu, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Araştırma Etik Kurulu tarafından 2024/04-37 karar sayısı ile onaylandı. Çalışmaya dahil olan tüm bireylere Veri Kullanımı Onam Formu imzalatıldı ve araştırma Helsinki Deklarasyonu yönergelerine uygun olarak gerçekleştirildi.

Çalışmaya dahil edilme kriterleri; deprem bölgesindeki konteyner kentte en az 3 aydır yaşıyor olmak, 18 yaş üstü olmak, okur-yazar olmak ve depremde olmaktı. Hariç tutulma kriterleri; psikiyatrik bir hastalık tanısına sahip olmak, araştırmaya gönüllü katılım göstermemek, konteyner kentte çalışan olarak bulunmaktı. Yapılan değerlendirmeler sonucunda 57 kişi değerlendirildi ve 2 kişi psikiyatrik bir hastalığa sahip olduğu için, 2 kişi ise 3 aydan kısa süreli konteyner kentte yaşadığı için çalışmadan hariç tutuldu. Çalışma 53 katılımcı ile tamamlandı.

Değerlendirme Yöntemleri

Katılımcıların yaş, cinsiyet ve eğitim durumu bilgilerinin alınmasından sonra okupasyonel dengeyi değerlendirmek için Aktivite-Rol Dengesi Anketi 11 Türkçe Versiyonu (ARDA11-T), psikolojik tutumu değerlendirmek için ise Depreme Maruz Kalan Bireylerin Psikolojik Durumlarını Belirlemeye Yönelik Tutum Ölçeği kullanıldı. Tüm değerlendirmeler tutarlılığı korumak

amacıyla aynı araştırmacı tarafından ve katılımcı ismi belirtilmeden yapıldı.

Aktivite-Rol Dengesi Anketi (ARDA11-T)

Wagman ve Hakansson (2014) tarafından geliştirilen Aktivite-Rol Dengesi Anketi, kişinin okupasyonel dengesini farklı boyutlarda değerlendiren bir öz-bildirim ölçeğidir. Bireyin günlük aktivitelerinin sayısı ve çeşitliliğinden aldığı tatmini ölçmek ve alınan sonuçlara göre okupasyonel dengesini tespit etmek amacıyla uygulanır (Wagman & Håkansson, 2014). Ölçeğin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması, Günel ve ark. (2020) tarafından yapılmıştır. Ölçek, 0 (kesinlikle katılmıyorum) ile 3 (kesinlikle katılıyorum) arasında değişen 4'lü puan aralığında değerlendirilen 11 maddeden oluşur. Ölçeğin toplam puanı, sorulara verilen bireysel puanlarının toplamından oluşur ve 0-33 aralığında değişir. Yüksek puanlar daha iyi bir okupasyonel denge göstergesidir. Ölçeğin Türkçe versiyonunun test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 0,922, Cronbach alfa değeri 0,785 olarak bulunmuştur (Günel ve ark., 2020).

Deprem Psikolojik Maruziyet Etkisi Ölçeği (DPME)

Filiz ve ark. (2023) tarafından geliştirilen depreme maruz kalan bireylerin psikolojik durumlarını belirlemeye yönelik ölçek, kişide depremin yarattığı psikolojik etkileri ortaya çıkarmak için tasarlanmıştır. "Yaşamdan Kopuş, Sosyal Sağlık, Ruhsal Değişim, Travma Kaygısı, Olgunlaşma, Kaçınma" şeklinde ifade edilen 6 faktör ve 41 maddeden oluşan bir ölçektir. Yaşamdan kopuş boyutu, bireylerin deprem sonrası günlük işlerine dikkat vermekte zorlanması, yaşam olaylarını anlamlandırmakta güçlük çekmesi ve ölüm düşüncelerine sık sık odaklanması gibi belirtileri kapsamaktadır. Toplam 5 maddeden oluşmaktadır. Sosyal sağlık boyutu, bireylerin yeme alışkanlıklarında bozulmalar ve sosyal ilişkilerinde sorunlara yönelik davranışsal değişimlere dair ifadelerden oluşmaktadır. Toplam 6 madde içermektedir. Ruhsal değişim boyutu, bireylerin afet sonrasında dini inançlara yönelmesi, yaşamı daha anlamlı veya geçici bir süreç olarak değerlendirmesi gibi içsel ve manevi değişimleri tanımlamaktadır. Ruhsal alandaki bu dönüşümlerin yer aldığı boyut, 7 maddeden oluşmaktadır. Travma kaygısı boyutu, deprem anının zihinde sürekli yeniden canlanması, unutulmaması ve benzer bir olayın yeniden yaşanacağına dair yoğun endişeleri içeren 12 maddeden oluşmaktadır. Olgunlaşma boyutu, bireyin günlük yaşamda karşılaştığı stresleri daha doğal karşılaması, zorluklar karşısında daha yapıcı ve olgun tepkiler geliştirmesini ifade etmektedir. 6 maddeden oluşur. Depremle ilişkili konuşmalar, görüntüler veya anılar bireyde rahatsızlık yaratarak bunlardan bilinçli şekilde uzak durma eğilimini doğurabilir. Bu tür kaçınma

davranışlarını içeren ifadeler, "kaçınma" boyutu altında sınıflandırılmıştır. Toplam 6 maddeden oluşmaktadır. Geliştirilen ölçek 5'li likert (1: Kesinlikle katılmıyorum, 2: Katılmıyorum, 3: Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum, 4: Katılıyorum, 5: Kesinlikle katılıyorum) şeklinde oluşturulmuştur. Ölçeğin toplam puanı, sorulara verilen bireysel puanların toplamından oluşur ve 41-205 puan aralığında değişir. Puan arttıkça psikolojik tutum kötüleşir. Filiz ve ark. (2023) geliştirilen ölçeğin depreme maruz kalan bireylerin psikolojik etkilerini ölçmede kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğu sonucuna ulaşmıştır (Filiz ve ark., 2023).

Verilerin Analizi

Çalışmanın birincil sonuç noktası olan depremin psikolojik maruziyet etkisi ve okupasyonel denge arasındaki ilişkinin incelenmesinde en az 0,4' lük bir korelasyon katsayısına karşılık gelen boyutta bir ilişkinin %80 güç ve %5 tip-1 hata düzeyi ile istatistiksel anlamlı olarak gösterilebilmesi için güç analizi sonucu en az 46 kişinin çalışmaya dahil edilmesi planlandı. Çalışmada elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 istatistik programı kullanıldı. Verilerin tanımlayıcı istatistikleri ortanca, çeyrekler arası aralık ve yüzde olarak hesaplandı. Değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu görsel (histogram ve olasılık grafikleri) ve analitik yöntemlerle (Kolmogorov-Smirnov testi) incelendi ve değişkenlerin normal dağılmadığı görüldü. Deprem psikolojik maruziyet etkisi ve aktivite rol dengesi arasındaki ilişkiyi belirlemek için Spearman Korelasyon testi kullanıldı. Korelasyonun derecelendirmesi; korelasyon katsayısı 0,05-0,30 düşük, 0,30-0,40 düşük-orta, 0,40-0,60 orta derece, 0,60-0,70 iyi derece, 0,70-0,75 çok iyi derece ve 0,75-1,00 mükemmel korelasyon olarak tanımlandı (Hayran, 2011). Eş zamanlı hata oranını düzeltmek ve korelasyonlarda anlamlılık sınırını α/n olarak belirlemek için Bonferroni düzeltmesi yapıldı. Buna göre, 7 korelasyon ve $\alpha=0,05$ ile istatistiksel anlamlılık için p değeri 0,007 olarak belirlendi.

BULGULAR

Çalışmaya yaş ortalaması $31,54 \pm 10,20$ (min 18, maks 53) yıl olan 53 depremzede (40 kadın, 13 erkek) katıldı. Katılımcıların 14'ü ilkökul mezunu, 29'u lise mezunu ve 10'u üniversite mezunu idi.

Katılımcıların DPME ölçeği toplam puanları ortanca ve 25-75. çeyrekler arası aralık değerleri 156 (128,5, 166) ve ARDA11-T anketi ortanca ve 25-75. çeyrekler arası aralık değerleri 26 (22, 28,5) idi (Tablo 1).

Tablo 2'de DPME toplam puan ve alt parametreleriyle ARDA11-T puanları arasındaki ilişki gösterilmiştir. Buna göre ARDA11-T puanı ile DPME toplam puanı arasında negatif yönde, mükemmel derecede istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,778$, $p<0,007$).

Tablo 1. DPME Ölçeği ve ARDA11-T Anketi Ortanca ve Çeyrekler Arası Aralık Değerleri (n=53)

	Ortanca	Çeyrekler arası aralık	
		25	75
ARDA11-T	26	22	28,5
DPME Toplam	156	128,5	166
DPME Sosyal Sağlık	22	16	25
DPME Yaşamdan Kopuş	16	13,5	17
DPME Travma Kaygısı	49	36,5	56
DPME Ruhsal Değişim	24	21	28,5
DPME Olgunlaşma	23	18,5	25
DPME Kaçınma	22	16	15

DPME: Deprem Psikolojik Maruziyet Etkisi Ölçeği, n: Kişi Sayısı.

Tablo 2. DPME Ölçeği ve ARDA11-T Anketi Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5	6	7	8
1	r:1							
2	r:-0,778*	r:1						
3	r:-0,372*	r:0,432*	r:1					
4	r:-0,506*	r:0,683*	r:0,386*	r:1				
5	r:-0,584*	r:0,814*	r:0,08	r:0,493*	r:1			
6	r:-0,568*	r:0,718*	r:0,27	r:0,307	r:0,538*	r:1		
7	r:-0,367*	r:0,381*	r:0,08	r:0,012	r:0,810**	r:0,217	r:1	
8	r:-0,459*	r:0,576*	r:0,04	r:0,494*	r:-0,172	r:0,184	r:0,073	r:1

(1: Aktivite Rol Dengesi Anketi, 2: DPME Toplam, 3: DPME Sosyal Sağlık, 4: DPME Yaşamdan Kopuş, 5: DPME Travma Kaygısı, 6: DPME Ruhsal Değişim, 7: DPME Olgunlaşma, 8: DPME Kaçınma).

*p < 0.007

TARTIŞMA

Bu çalışmada, 6 Şubat 2023 tarihinde meydana gelen Kahramanmaraş merkezli depremlerden etkilenen ve Malatya ilindeki konteyner kentte yaşayan bireylerin okupasyonel denge düzeyleri ile depreme yönelik psikolojik tutumları arasındaki ilişkileri inceledik. Çalışmamız sonucu bu bireylerin depreme yönelik psikolojik tutumları ile okupasyonel dengeleri arasında ilişki olduğunu tespit ettik. Dolayısıyla konteynerlerde yaşayan depremzedelerde okupasyonel denge ile depreme yönelik psikolojik tutumun birbirleriyle ilişkili şekilde ilerlediği söylenebilir.

Araştırma sonuçları, depremzedelerin okupasyonel denge düzeylerinin, depremin psikolojik maruziyet etkisi ile anlamlı bir ilişki içinde olduğunu göstermiştir. Literatürde, okupasyonel dengenin, bireylerin yaşam

doyumunu, stres düzeyleri ve genel sağlık durumları ile yakından ilişkili olduğu belirtilmektedir (Wagman & Håkansson, 2014). Ayrıca, okupasyonel dengenin bozulmasının, depresyon, anksiyete ve tükenmişlik gibi psikolojik sorunlarla ilişkili olduğu da vurgulanmaktadır (Eklund & Argentzell, 2016). Dolayısıyla bu durum, depremzedelerin günlük yaşamlarında anlamlı ve tatmin edici aktiviteleri sürdürebilme kapasitelerinin, deprem sonrası psikolojik etkilenmelerini azaltabileceğini düşündürmektedir.

Deprem Psikolojik Maruziyet Etkisi Ölçeği'nin alt boyutları incelendiğinde, "yaşamdan kopuş" ve "kaçınma" boyutları ile okupasyonel denge arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yaşamdan kopuş, bireyin günlük işlevlerinde bozulma, anlam arayışında zorluk ve ölüm düşüncelerine yoğunlaşma gibi

psikolojik durumları ifade etmektedir. Günlük rutinlerin bozulması ve anlamlı aktivitelerden uzak kalma, yaşamdan kopuş duygusunu güçlendirebilir. Kaçınma stratejileri, bireyin travmatik olayla ilişkili düşünce, duygu ve çevresel uyarıcılardan bilinçli olarak uzak durmasıyla karakterizedir (Filiz ve ark., 2023). Bu stratejiler, başlangıçta koruyucu gibi görünse de uzun vadede bireyin aktivitelerden çekilmesine ve izolasyona neden olabilir (Farooqui ve ark., 2017). Çalışmamızın bulguları, bireylerin anlamlı aktivitelerle meşgul olmalarının, yaşamdan kopma hissini ve travmatik anılardan kaçınma eğilimlerini azaltabileceğini göstermektedir. Afet sonrası rutinelere geri dönüşün, bireylerin hayata yeniden tutunmalarını kolaylaştırdığı birçok çalışmada vurgulanmıştır (Carr ve ark., 1995; Farooqui ve ark., 2017). Benzer olarak Brooks ve arkadaşları (2016), afet sonrası sosyal destek ve anlamlı aktivitelerin, psikolojik iyilik halini korumada önemli olduğunu vurgulamaktadır (Brooks ve ark., 2016). Ayrıca "travma kaygısı" alt boyutu ile okupasyonel denge arasındaki negatif ilişki, bireylerin günlük yaşamlarında anlamlı aktivitelerle meşgul olmalarının, travma sonrası stres belirtilerini azaltabileceğini göstermektedir. Bu bulgu, Ramos ve arkadaşlarının (2022) COVID-19 pandemisi sırasında yaptıkları çalışmada, okupasyonel dengenin depresif semptomlarla ilişkili olduğunu ortaya koyan sonuçlarla paralellik göstermektedir (Ramos ve ark., 2022).

Sosyal sağlık boyutu da okupasyonel denge ile negatif ilişkili bulunmuştur. Yeme düzeni, uyku kalitesi ve kişilerarası ilişkilerdeki bozulmalar, sosyal sağlığın zayıflamasına yol açarken, bireylerin sosyal rollerini sürdürmekte zorlandıkları görülmüştür. Okupasyonel dengenin sosyal bileşenleri, kişinin çevresiyle kurduğu ilişkilerden aldığı doyumunu da içerdiğinden, sosyal sağlık alanındaki düşüşler dengeyi bozabilir. Benzer olarak Carr ve arkadaşları (1995), deprem sonrası sosyal ilişkilerde zayıflamanın, bireylerin mesleki ve günlük rollerine katılımını olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur (Carr ve ark., 1995).

Araştırmanın bir diğer önemli bulgusu, literatürde genellikle olumlu bir sonuç olarak yorumlanan "olgunlaşma" ve "ruhsal değişim" alt boyutlarının da okupasyonel denge ile negatif ilişki göstermesidir. Bu durum, söz konusu değişimlerin bireyde olumlu adaptif süreçler oluşturmak yerine, içe dönüklüğü artırdığı ve günlük aktiviteleri sekteye uğrattığı şeklinde yorumlanabilir. Travma sonrası olgunlaşma, bireyin stresli bir yaşam olayından sonra gelişimsel kazanımlar elde etmesi anlamına gelse de bu süreç, her zaman dış dünyaya açık, işlevsel bir uyumla sonuçlanmayabilir. Özellikle afet sonrasında içe yönelim, sorgulama, yalnızlaşma ve manevi dönüşüm süreçlerinin günlük

yaşam rollerini geri plana atabildiği gözlenmektedir (Ramos ve ark., 2022; Hashemi & Mahmoudzadeh, 2025). Ruhsal değişim puanı yüksek bireyler, dini ya da felsefi arayışlara yönelerek içsel bir iyileşme çabası gösterebilirler. Ancak bu çaba, günlük yaşama katılımı sınırlayan bir yönelim haline geldiğinde, okupasyonel dengenin azalmasına neden olabilir. Bu bulgular, afet sonrası psikolojik olgunlaşma ve ruhsal değişim süreçlerinin dikkatli değerlendirilmesi gerektiğini, her pozitif içerikli dönüşümün işlevsel bir adaptasyonla sonuçlanmadığını göstermektedir.

Bu çalışmanın bazı limitasyonları bulunmaktadır. Öncelikle, araştırma kesitsel tasarıma sahip olduğu için elde edilen bulgular neden-sonuç ilişkisi kurmaya olanak tanımamaktadır. Katılımcıların yalnızca Malatya ilindeki belirli bir konteyner kentten seçilmesi, örneklemin homojenliğini artırmakla birlikte, sonuçları genellemeyi kısıtlamaktadır. Ayrıca, veri toplama araçlarının öz-bildirim esaslı olması, yanıtların sosyal beğenililik etkisiyle çarpıtılma riskini doğurabilir. Psikolojik durumun yalnızca belirli bir zaman diliminde değerlendirilmiş olması, değişken ruhsal süreçleri tam olarak yansıtmayabilir. Çalışmada psikolojik durumu ve okupasyonel dengeyi etkileyebilecek birinci derece yakın kaybı, engellilik durumu ya da bakım veren kaybı gibi bireysel farklılıklar detaylı olarak değerlendirilmemiştir. Bu tür değişkenler kontrol altına alınamadığından, sonuçlar bu bağlamda dikkatle yorumlanmalıdır. Son olarak, çalışmada yalnızca okupasyonel denge ve psikolojik tutumlar arasındaki ilişki incelenmiş; sosyoekonomik durum, sosyal destek düzeyi gibi diğer olası etkileyici değişkenler kontrol edilmemiştir. Bu faktörler ilerleyen çalışmalarda dikkate alınarak daha kapsamlı analizler yapılabilir.

Bu çalışmada, konteyner kentte yaşayan depremzede bireylerin psikolojik etkilenim düzeylerinin artmasıyla birlikte okupasyonel dengelerinin belirgin şekilde azaldığı görülmüştür. Psikolojik etkilenmenin yalnızca duygusal boyutta değil, aynı zamanda bireylerin günlük rollerine ve aktivitelerine katılımı da etkileyerek çok yönlü bir işlev kaybına neden olduğu anlaşılmaktadır. Özellikle "yaşamdan kopuş", "travma kaygısı", "sosyal sağlık" ve "kaçınma" gibi alt boyutlar okupasyonel dengeyi zayıflatmakta; "olgunlaşma" ve "ruhsal değişim" gibi içsel yönelimlerin ise işlevsel günlük yaşam katılımını her zaman desteklemediği görülmektedir. Bu bulgular, afet sonrası iyileştirme süreçlerinde okupasyonel bakış açısının ne denli önemli olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda, psikososyal destek planlamalarında ergoterapi temelli müdahalelere yer verilmesi, bireylerin anlamlı ve amaçlı aktivitelerle yeniden bağ kurmalarını sağlamak açısından büyük önem taşımaktadır. Gelecekte

yapılacak çalışmaların, bu müdahalelerin uzun vadeli etkilerini değerlendirmesi ve farklı demografik gruplarda tekrarlanması, alandaki bilgi birikimini daha da güçlendirecektir.

Etik Onay

Çalışma, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Araştırma Etik Kurulu tarafından 20.02.2024 tarih, 2024/04-37 karar sayısı ile onaylanmıştır.

Araştırmacıların Katkı Oranı

ÖBA: Araştırmanın sorumlusudur. Çalışmanın planlanması, verilerin analizi, sonuçların yorumlanması ve çalışmanın makale haline getirilmesinde rol almıştır.

ÖE: Çalışmanın planlanması, literatür taramasının yapılması, verilerin toplanması, verilerin analizi ve çalışmanın makale haline getirilmesinde rol almıştır.

Çıkar Çatışması Beyanı

Yazarlar çıkar çatışması beyan etmemektedir.

Destek/Teşekkür

Bu çalışma için herhangi bir finansal destek alınmamıştır. Çalışmaya gönüllü olarak katılan tüm katılımcılara teşekkür ederiz.

KAYNAKLAR

- Altamore, F., Grappasonni, I., Laxhman, N., Scuri, S., Petrelli, F., Grifantini, G., et al. (2020). Psychological symptoms and quality of life after repeated exposure to earthquake: a cohort study in Italy. *PLoS One*, 15(5), e0233172. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233172>
- Bozkurt, V. (2023). Deprem toplumsal boyutu. *Avrasya Dosyası*, 14(1), 77-99. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/avrasyadosyasi/issue/78803/1303147>
- Brooks, S. K., Dunn, R., Amlôt, R., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2016). Social and occupational factors associated with psychological distress and disorder among disaster responders: a systematic review. *BMC Psychology*, 4, 1-13. <https://doi.org/10.1186/s40359-016-0120-9>
- Carr, V. J., Lewin, T. J., Webster, R. A., Hazell, P. L., Kenardy, J. A., & Carter, G. L. (1995). Psychosocial sequelae of the 1989 Newcastle earthquake: I. Community disaster experiences and psychological morbidity 6 months post-disaster. *Psychological Medicine*, 25(3), 539-555.

- <https://doi.org/10.1017/s0033291700033468>
- Cemali, M., Arslan, B. Ç., Öztürk, D., Sarı, M., Alataş, D. M., Cimilli, E., et al. (2024). Examining the earthquake-related experiences of people who experienced the earthquake in Turkey. *International Journal of Social Psychiatry*. <https://doi.org/10.1177/00207640241306067>
- Çağatay, A. (2024). Deprem sonrası travma, tükenmişlik ve yaşam doyumu üzerine bir araştırma. *Akademik Yaklaşımlar Dergisi*, 15(1-Deprem Özel Sayısı-), 724-745. <https://doi.org/10.54688/ayd.1412823>
- Duruel, M. (2023). Afetlerde göçmen olmak: 6 Şubat depremi Hatay örneği. *Mukaddime*, 14(2), 227-255. <https://doi.org/10.19059/mukaddime.1381750>
- Eklund, M., & Argentzell, E. (2016). Perception of occupational balance by people with mental illness: a new methodology. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 23(4), 304-313. <https://doi.org/10.3109/11038128.2016.1143529>
- Ayanoğlu, G., & Erbaş, İ. (2023). Kinetik mimari elemanlarla afet sonrası barınma birimi tasarımı üzerine bir deneyim. *Afet ve Risk Dergisi*, 6(3), 776-796. <https://doi.org/10.35341/afet.1195209>
- Farooqui, M., Quadri, S. A., Suriya, S. S., Khan, M. A., Ovais, M., Sohail, Z., Shoaib, S., Tohid, H., & Hassan, M. (2017). Posttraumatic stress disorder: a serious post-earthquake complication. *Trends Psychiatry Psychother*, 39(2), 135-143. <https://doi.org/10.1590/2237-6089-2016-0029>
- Filiz, M., Karagöz, Y., & Karaşin, Y. (2023). Depreme maruz kalan bireylerin psikolojik etkilerini belirlemeye yönelik ölçek geliştirme çalışması. *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (33), 236-250. <https://doi.org/10.15182/diclesosbed.1263545>
- Günal, A., Pekçetin, S., Demirtürk, F., Şenol, H., Håkansson, C., & Wagman, P. (2020). Validity and reliability of the Turkish Occupational Balance Questionnaire (OBQ11-T). *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 27(7), 493-499. <https://doi.org/10.1080/11038128.2019.1673479>
- Hashemi, M., & Mahmoudzadeh, M. (2025). The lived experiences of childhood trauma in war: has post-traumatic growth occurred? *European Journal of Psychotraumatology*, 16(1), 2468605. <https://doi.org/10.1080/20008066.2025.2468605>
- Hayran, M. (2011). *Sağlık araştırmaları için temel istatistik*. Omega Araştırma.
- Nemutlu, Ö. F., Sarı, A., & Balun, B. (2023). 06 Şubat 2023 Kahramanmaraş depremlerinde (mw 7.7-mw 7.6) meydana gelen gerçek can kayıpları ve yapısal hasar

- değerlerinin tahmin edilen değerler ile karşılaştırılması. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Fen ve Mühendislik Bilimleri Dergisi*, 23(5), 1222-1234. <https://doi.org/10.35414/akufemubid.1302254>
- Özel, M. (2013). Afet yönetiminin iyileştirme aşaması ve 2011 Van depremi sonrası “konteynır kent” uygulaması. *Türk İdare Dergisi*, 85(477), 11-34.
- Ramos, R., Röschel, A., Crevenna, R., Jordakieva, G., Andrews, M. R., Dür, M., et al. (2022). Occupational balance and depressive symptoms during the COVID-19 pandemic: a four-wave panel study on the role of daily activities in Austria. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 64(8), 694-698. <https://doi.org/10.1097/jom.0000000000002567>
- Wagman, P., & Håkansson, C. (2014). Introducing the Occupational Balance Questionnaire (OBQ). *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 21(3), 227-231. <https://doi.org/10.3109/11038128.2014.900571>
- Wagman, P., Håkansson, C., & Björklund, A. (2012). Occupational balance as used in occupational therapy: a concept analysis. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 19(4), 322-327. <https://doi.org/10.3109/11038128.2011.596219>
- Yıldız, M. İ., Başterzi, A. D., Yıldırım, E. A., Yüksel, Ş., Aker, A. T., Semerci, B., Çakiroğlu, S., Yazgan, Y., Sercan, M., Erim, B. R., Küçükparlak, İ., & Yildirim, M. H. (2023). Preventive and therapeutic mental health care after the earthquake- expert opinion from the psychiatric association of Turkey. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 34(1), 39-49. <https://doi.org/10.5080/u27305>