



DEPREMİN DEZAVANTAJLI GRUPLARDAN BİRİ OLAN DEPREMZEDE KADINLAR ÜZERİNDEKİ PSİKO-SOSYAL ETKİSİ: NİTEL BİR ARAŞTIRMA

THE PSYCHO-SOCIAL EFFECT OF THE EARTHQUAKE ON WOMEN IN THE EARTHQUAKE, ONE OF THE DISADVANTAGED GROUPS: A QUALITATIVE RESEARCH

Gülşen ÇETİN AYDIN¹, Serpil AYTAÇ²



1. Dr. Öğr. Üyesi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, gulsenaydin@kmu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-8371-2251>
2. Prof. Dr., Fenerbahçe Üniversitesi, İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, serpil.aytac@fbu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0001-6659-4639>

Makale Türü Article Type
Araştırma Makalesi Research Article

Başvuru Tarihi Application Date
12.04.2023 04.12.2023

Yayına Kabul Tarihi Admission Date
21.08.2023 08.21.2023

DOI
<https://doi.org/10.30798/makuiibf.1281904>

Öz

Afetler, şiddeti ve etkisi bulunulan yere göre değişen doğa olaylarıdır. Afetler, binalara, ürünlere, mahsullere, çevreye, insanlara, hayvanlara, kısacası canlı ve cansız her şeye zarar vermekte ve zaman ve mekân fark etmeksizin canlıların yaşamlarını kaybetmesine sebep olmaktadır. Bireyler deprem gibi afetlerden ruhsal açıdan olumsuz etkilenmektedir. Bu çalışmanın amacı, 6 Şubat 2023 tarihinde Türkiye'nin güneydoğusunda Kahramanmaraş merkezli meydana gelen depremin, dezavantajlı gruplardan biri olan kadınlar üzerindeki psiko-sosyal etkisini Türkiye özelinde değerlendirmektir. Araştırma sonucunda, Türkiye'de yaşanan son deprem felaketinin kadınları özellikle önemli ölçüde etkileyebileceği, ayrıca afetlere hazırlıklı olmada psikolojik sağlamlığın ne denli önemli olduğu anlaşılmıştır. Bu amaçla, araştırmada yarı yapılandırılmış görüşme yöntemi kullanılarak 20 deprezede kadın ile görüşme gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre kadınların, deprem sırasında ve sonrasında karşı karşıya kaldığı sorunlarla baş etmede zorluklar yaşadığı, stres/depresyon/kaygı, tükenmişlik ile karşılaştıkları ve bölge koşullarının bu süreçte önemli bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu doğrultuda, depremin araştırmaya katılan kadınları olumsuz etkileyerek onların psikolojik sağlıklarının bozukluklarına yol açtığı, depresyon belirtilerinin oluşmasına neden olduğu gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Kadınlar, Afet, Deprem, Psikolojik Sağlamlık, Türkiye.

Abstract

Disasters are natural events that vary in severity and impact depending on the location. Disasters damage buildings, products, crops, the environment, people, animals, in short, everything animate and inanimate, and cause living beings to lose their lives regardless of time and place. Individuals are psychologically affected negatively by disasters such as earthquakes. The aim of this study is to evaluate the psycho-social impact of the earthquake that occurred in Kahramanmaraş in southeast Turkey on February 6, 2023, on women, one of the disadvantaged groups, in Turkey. As a result of the research, it was understood that the last earthquake disaster in Turkey had a significant impact on women, and how important psychological resilience is in being prepared for disasters. According to the results of the research, it was seen that women had difficulties in coping with the problems they faced during and after the earthquake, they faced stress/depression/anxiety, burnout and the regional conditions had a significant impact on this process. In this direction, it was observed that the earthquake negatively affected the women participating in the research, causing their psychological health disorders and causing depression symptoms.

Keywords: Women, Disaster, Earthquake, Psychological Resilience, Turkey.

EXTENDED SUMMARY

Research Problem

In this study, it is aimed to determine the psychosocial status of women during the earthquake, the perception of this devastating disaster by women and how they try to provide their psychological well-being and resilience in this process.

Research Questions

In this direction, “What were the emotions you felt during the earthquake? How was your stress level during this process? What did you feel at that moment? How was your anxiety level when you evaluated your general mood? Has your anxiety level changed after the earthquake? During this process, did you receive any help or psycho-social support from your environment? Did you feel burnout during and after the earthquake? In which area was your biggest challenge? What did you do to cope with these negative situations?” With similar questions, it was tried to collect data for the purpose of the research.

Literature Review

Disasters are natural events that vary in severity and impact depending on the location. Disasters damage buildings, products, crops, the environment, people, animals, in short, everything animate and inanimate, and cause living beings to lose their lives regardless of time and place. Individuals are psychologically affected negatively by disasters such as earthquakes. The aim of this study is to evaluate the psycho-social impact of the earthquake that occurred in Kahramanmaraş in southeast Turkey on February 6, 2023, on women, one of the disadvantaged groups, in Turkey. As a result of the research, it was understood that the last earthquake disaster in Turkey had a significant impact on women, and how important psychological resilience is in being prepared for disasters. According to the results of the research, it was seen that women had difficulties in coping with the problems they faced during and after the earthquake, they faced stress/depression/anxiety, burnout and the regional conditions had a significant impact on this process. In this direction, it was observed that the earthquake negatively affected the women participating in the research, causing their psychological health disorders and causing depression symptoms.

Methodology

This study was carried out by using face-to-face interview technique with women selected by random sampling method from disadvantaged people who experienced the Kahramanmaraş-centered earthquake dated February 6, 2023. Qualitative research method was used in the study. The present research is descriptive, focusing on the what, why, and how questions. The research provides an opportunity for a phenomenological approach within the scope of qualitative research, since it examines the ideas of earthquake survivors about the psychological reflections of their living conditions during the disaster period. In this context, the phenomenological design, which is one of the qualitative research methods, was used in the research. Phenomenological pattern is also expressed as phenomenology. The phenomenological design focuses on making a common description of the subject based on personal experiences (Yıldırım and Şimşek, 2021: 67). It is associated with events that we are aware of but do

not have a deep understanding of. It is seen in the form of perceptions, experiences, orientations. It appears as a model that helps us make sense of the situations we frequently encounter in daily life (Tıkman et al., 2017: 108; Göçer, 2013: 28-29, Ergün and Dönmez, 2023: 2).

Results and Conclusions

In the study, the psycho-social effect of the earthquake disaster on women was tried to be measured. The findings obtained in the study are similar to the results stated in the discussion. First, it was observed that the earthquake victims had high levels of stress, fear, anxiety, and anxiety. It is stated that the constantly increasing and chronic stress situation causes negative feelings towards life in people, as well as an increase in the levels of depression and anxiety in these people. It shows that high level of anxiety has an effect on the life expectancy of individuals and their life satisfaction is low. Secondly, as can be seen from the answers given by the participants, it is stated that their anxiety levels and accordingly their uneasiness increase. It is seen that their expectations about life have decreased. It is possible to say that the attachment to the close and social environment has increased, and the level of religious feelings and belief has increased. Feeling better and happier alone is also a psychological finding. This situation increases the tendency to depression. On the other hand, it is seen that their anxiety and uncertainty about their children is high. The disappearance of their memories and sharing with other people overnight leads them to think how empty life is. For this reason, it is stated that recovery will take a long time. Thirdly, it is possible to say that after the earthquake, the hope of the participants to return to their old lives has been exhausted. Their burnout levels reached their highest level with the existence of an environment where they could not even meet their basic needs. Therefore, as their vulnerability increases, they feel powerless and helpless. It is quite possible to say that they are in deep despair in the long run, although they are happy that they have found a solution in the short term and have the opportunity to continue their lives. Since the social structure gives the patriarchal system the duty of care to women, taking care of children and the elderly increases their burden one more time. Finally, the material and moral losses experienced reveal the magnitude of the trauma experienced. Despite this, the great endurance of being a woman wears them down psychologically. For this reason, it is emphasized in the study that the burden on women should be alleviated.

1. GİRİŞ

Türkiye topraklarının %95'inin deprem kuşağında, %44'ünün ise birinci derece deprem kuşağında olması (AFAD, 2023) deprem öncesi ve sonrası kaçınılmaz riskin altını çizmektedir. Bu oranlar afet yönetimine olan ihtiyacı göstermektedir.

Afetler, bir toplumun işleyişinde kendi kaynaklarını kullanarak başa çıkma kapasitesini aşan ciddi aksamalar olarak ifade edilmektedir. Afet kavramı, Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (AFAD, 2023) sözlüğüne göre “toplumun tamamı veya belli kesimleri için fiziksel, ekonomik ve sosyal kayıplar doğuran, normal hayatı ve insan faaliyetlerini durduran veya kesintiye uğratan, etkilenen toplumun baş etme kapasitesinin yeterli olmadığı doğa, teknoloji, virüs veya insan kaynaklı olaylardır.” Afet bir olayın kendisi değil, doğurduğu sonuçtur (IFRC, 2023).

Afet, aniden meydana gelen, doğa ve bina teknolojisi kaynaklı ekonomik ve toplumsal kayıpları olan insan yaşamını tehdit eden yıkıcı nitelikteki olaylardır (Şahin ve Üçgül, 2019). Toplumun tümünü olumsuz etkilemektedir (Bozkurt vd., 2023). Diğer bir tanıma göre afet, “toplulukların ve ulusların nüfuslarını ve altyapılarını etkin bir şekilde koruma, can ve mal kaybını azaltma ve hızla iyileşme yeteneklerini test eden büyük ve zorlu sorunlardır” (Çiftçi ve Sakallı, 2023).

Afetler, binalara, ürünlere, mahsullere, çevreye, insanlara, hayvanlara, kısacası canlı ve cansız her şeye zarar vermekte ve zaman ve mekân fark etmeksizin canlıların yaşamlarını kaybetmesine sebep olmaktadır. Yol açtığı zararların boyutu dikkate alındığında ivedi çözüm gerektiren sorunlar arasında değerlendirilmektedir. Afet yönetiminin amacı, mağdur durumda olan kişilerin savunmasızlığının azaltılması ve kurtarılmayı bekleyen kişilerin yaşamlarının kurtarılmasıdır. Nüfus artış hızı, çarpık kentleşme ve düzensiz yerleşim afetlerin etkisinin artmasına yol açmaktadır (Şimşek ve Karaca, 2022; Kart vd., 2023; Yücel, 2020; Demiröz, 2020).

Deprem afeti, yerkürenin bir gerçekliği olarak üst katmanında meydana gelen ani kırılmaları ve yüzeyin sürekli sallanmasını ifade eden doğa olayıdır. Deprem, yalnızca doğanın fiziksel etkileri ile açıklanması mümkün olmayan, aynı zamanda bireylerin yaşamlarını derinden etkileyen bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Fay hattının hareketleri doğrultusunda meydana gelen yıkımın canlı ve cansız varlıklara zarar vermesi bireylerde psikolojik etkiler yaratmaktadır. Bireyler, yaşadıklarını anlamlandırmaya çalışmakta ve bunu bir nedene dayandırmak istemektedir. Kimilerine göre yaptığı yanlış davranışlar sonucu kendisine verilen ceza olarak, kimileri de ilahi adalet (kader) şeklinde yorumlamaktadır (Bayhan, 2012; Taşçı ve Özsoy, 2021; Çalışkan ve Kaya, 2021; Çiftçi ve Sakallı, 2023).

Literatür incelendiğinde can kaybının en yüksek olduğu deprem 1556'da Çin'in Shaanxi eyaletindeki deprem olup 830 binden fazla kişinin öldüğü belirtilmektedir. 1999'da yaşanan Marmara depreminde ise 17.480 kaybin olduğu ifade edilmektedir. 2011'de 15.900 kaybin olduğu Japonya

depremi yaşamıştır. Son olarak, Nepal’de 2015 yılında 8.000 kişi vefat etmiştir (Taşçı ve Özsoy, 2021). Türkiye Afet Bilgi Bankası verilerine göre 1990-2018 yılları arasında Türkiye’de meydana gelen afetlerde 27.119 kişi vefat etmiştir. En çok vefat eden kişi sayısına bakıldığında 24.348 kişi ile depremler olmuştur (CSB, 2023).

Tablo1. Türkiye’de Son 50 Yılda Yaşanan Büyük Depremler

Yıl	Yer	Şiddet	Ölen Kişi Sayısı
1975	Diyarbakır-Lice	6.2	2.385 kişi
1976	Van- Çaldıran	7.5	3.840 kişi
1992	Erzincan	6.8	653 kişi
1999	Kocaeli-Gölcük	7.5	18.373 kişi
1999	Düzce	7.2	845 kişi
2003	Bingöl	6.4	176 kişi
2011	Van-Tabanlı	7.2	604 kişi
2020	Elâzığ	6.8	1607 kişi
2020	İzmir-Seferihisar	6.6	116 kişi
2023	K.maraş, Pazarcık, Elbistan ve Hatay	7.7 7.6 6.4	50.399 kişi

Kaynak: Boğaziçi Üniversitesi Kandilli Rasathanesi Deprem Araştırma Enstitüsü Bölgesel Deprem-Tsunami İzleme ve Değerlendirme Merkezi, (Nisan-2023). Erişim adresi: <http://www.koeri.boun.edu.tr/sismo/2/deprem-bilgileri/buyuk-depremler/>

Tablo-1’de de görüldüğü gibi, Türkiye’de en son yaşanan Kahramanmaraş ili Pazarcık ve Elbistan ilçeleri merkezli 7,7 ve 7,6 şiddetindeki iki büyük depremin son 50 yılda meydana gelen depremler içinde en fazla ölüme neden olduğu görülmektedir.

Deprem, meydana geldikten sonra birçok alana zarar veren ya da birçok şeyi yok eden bir olgudur. Deprem sonrası ise oldukça karmaşık bir süreç yaşanmaktadır. Başta barınma ve gıda ihtiyacının yanı sıra, ekipman ve yardımcı ekibe ihtiyaç duyulmaktadır (Çiftçi ve Sakallı, 2023). Depremler, meydana gelen bölge ve depremin şiddeti doğrultusunda toplumları da etkilemektedir. Her ülkenin ya da her toplumun depremi karşılayışı o zamana kadar yapmış olduğu hazırlıklara, oluşturduğu politika ve stratejilere göre değişiklik göstermektedir.

Yapılan araştırmalar, doğal afetlerle karşı karşıya kalan bireylerin psikolojik olarak etkilendikleri ve travma sonrası stres bozuklukları gösterdiği (Rubanis ve Bickman, 1991), zaman içerisinde bir kısmı normal yaşantılarına dönerken, bir kısmının ise psikolojik sorunlar yaşamaya devam

ettikleri görülmektedir (Cai vd., 2010). Yapılan birçok araştırmada; yaş, cinsiyet, eğitim gibi demografik faktörlerin ve bireyin başa çıkma mekanizmalarının afet sonrası yaşanan travmanın psikolojik etkilerinin süresini ve şiddetini arttırdığı ifade edilmektedir. Ayrıca tüm bu faktörler bireylerin psikolojik sorunlar yaşamasına neden olmaktadır (Bucci vd., 2023; Karancı vd., 1999; Karancı vd., 1995; Berkay vd., 2003).

Bu doğrultuda bu çalışmanın amacı, 6 Şubat 2023 tarihinde Türkiye'nin güneydoğusunda Kahramanmaraş merkezli meydana gelen depremin, dezavantajlı gruplardan biri olan kadınlar üzerindeki psiko-sosyal etkisini yaşadıkları duyguları üzerinden değerlendirmektir. Bu nedenle bu çalışma, depremlerin, özellikle dezavantajlı gruplardan biri olan kadınlar üzerindeki psikolojik etkilerinin yanı sıra psikolojik sağlık ve dayanıklılığın önemine odaklanmaktadır. Çalışmanın özellikle depremzede kadınlar ile yapılmasının nedeni, doğal afetlerin cinsiyet etkisini ortaya koymak ve kırılgan bir grup olarak kadınların toplumsal cinsiyet faktörü nedeni ile üzerlerine yüklenen sorumluluğa ve psikolojik olarak etkilenmelerine yönelik dikkat çekmektir. Kadınların erkeklerle hormonal farklılığı, duygusal ve mental yapı farklılığı, olaylar karşısında farklı tepkiler veriyor olmaları, depremden etkilenme ve psikolojik olarak depresyon, kaygı, korku ve stres semptomlarının da farklılaşmasına yol açmaktadır. Bu çalışmada önce depremin etkisi ve kırılgan bir grup olarak kadınlar üzerinde bıraktığı psiko-sosyal etki incelenecek, ardından depremzede kadınlar üzerinde yapılan nitel bir çalışmanın bulguları aktarılacaktır.

2. DEPREMİN PSİKO-SOSYAL ETKİSİ VE KADIN

Deprem gibi afetlerin fiziksel ve ruhsal etkileri, ömür boyu kişilerin zihinlerinde yer almakta ve tazeliğini korumaktadır (Hortaçsu, 1989; Goenijan vd., 1994; Avdar ve Avdar, 2022). Şiddeti ve etkisi büyük, ani ve beklenilmeyen deprem felaketleri yalnızca depremden birinci derece etkilenenlerin değil aynı zamanda toplumun genelinin travma yaşamasına neden olmaktadır. Travmatik ve hayati risk yaratan bir depremin ortasında kalan insanlarda geçici ya da kalıcı psikolojik rahatsızlıklar ortaya çıkabilmekte, kısa ve uzun vadede 1, 3 ve 8 yıl gibi uzun dönemde psikolojik etkiler yaratmaktadır. Bunlar, depresyon, kaygı bozukluğu, akut stres bozukluğu, fobi, psikosomatik hastalıklar, majör depresif bozukluk ve travma sonrası stres bozukluğu şeklinde kendini göstermektedir (Berkay vd., 2003; Yöndem ve Eren, 2008; Taşçı ve Özsoy, 2021). En sık görülen rahatsızlıklar ise akut ve travma sonrası stres bozukluğudur (Nakajima, 2012).

Travma sonrası stres bozukluğu, stres ya da travma faktörü sonucu ortaya çıkan psikiyatrik bir rahatsızlıktır. Travma sonrası stres bozukluğunun temelinde “dünyanın sonu” her şey yok olacak anlayışı bulunmaktadır. Bu durum, bireylerin yaşamın her alanında eski performansını yerine getirememesine yol açan ciddi bir psikolojik durum olarak adlandırılmaktadır. Yaşanan travmatik olaydan haftalar ya da aylar sonra bile etkisi hissedilebilmektedir. Deprem sonrası ortaya çıkan travma sonrası stres bozukluğunun en belirgin özellikleri, deprem anında ve sonrasında yaşadıklarını zihninde

tekrar etmesi, çevreye duyarsızlık, yalnızlık hissi, uyku problemleri, sinirli olma hali, öfke nöbetleri ve konsantrasyon bozukluğudur. Bireyde meydana gelen bu tepkilerin bir ay süre ile devam ediyor olması tanının konulması için yeterli bir kriter olarak değerlendirilmektedir (Rubanis ve Bickman, 1991; Bayhan, 2012; Taşçı ve Özsoy, 2021).

Tüm toplumlar homojen gruplardan oluşmamaktadır. Sosyal, ekonomik ve kültürel eşitsizliklerden kaynaklanan dağılımın etkileri afetlerde daha fazla hissedilmektedir. Toplum içinde yer alan kadınlar, çocuklar, engelliler, yaşlılar gibi korunmaya ihtiyaç duyan dezavantajlı grupların depremden etkilenme düzeylerinin çok daha fazla olduğu bazı çalışmalarda ortaya konulmuştur. (Berkay vd., 2003; Kılıç ve Ulusoy, 2003; Aksaray vd., 2006; Seplaki vd., 2006; Chen vd., 2007; Altun, 2016; Armaş vd., 2017; Yıldırım, 2023; Arıca, 2023; Bradley ve Martin, 2023). Toplumsal cinsiyet ayrımcılığına bağlı olarak yaşanan bazı durumların, afet anında kadınlar için risk teşkil etmesi kaçınılmaz olmaktadır. Bu nedendir ki dezavantajlı gruplar içinde yer alan kadınlar, afetlerde kurban/mağdur olarak risk taşımaktadırlar. Ancak araştırmalarda, organizasyon becerilerinden kaynaklı olarak kadınların yaşam mücadelesi ve iyileşme oranının erkeklere nazaran daha fazla olduğu ifade edilmektedir. (Karancı ve Rüstemli, 1995; Krishnaraj, 1997; Karancı vd., 1999; Berkay vd., 2003; Okay ve İlkaracan, 2018, Çakmak vd., 2018).

Diğer taraftan özellikle yaşlı kadınlar, afet gerekçesiyle oluşturulan geçici barınma ortamından en fazla etkilenen grup olmaktadır. Yakınlarının kaybı ve sevdiklerinden uzakta olmak yaşlı kadınlar için ikinci bir travma haline gelmektedir. Ayrıca yaşlı bireyler, fiziksel olarak daha savunmasız olmaları, birden fazla hastalığa sahip olmaları ve işitme/görme gibi yetersizlikleri sebebiyle, buldukları yerden ayrıldıklarında, diğer bir ifade ile yer değiştirdiklerinde daha fazla sıkıntı yaşamaktadır. Öte yandan afet sonrası sağlık sorunlarının artması, sağlık kontrollerinin gecikmesi sebebiyle kronik rahatsızlıkları kötüleşebilmektedir (Çakmak vd., 2018).

Kadınlar bu süreçte ihmal ve istismara en açık gruptur (Çakmak vd., 2018). Bu nedenle daha fazla desteğe ihtiyaç duymaktadır. Afetler sırasında emziren kadınların süt üretimi azalabilmekte veya hayatlarını kaybederek hem fizyolojik hem de psikolojik nedenlerle bebek sağlığını riske atabilmektedir. Anne sütünün içeriği, bebek sağlığında hastalıklarla mücadelede önemli bir koruyucu kalkandır. Ayrıca afetler sırasındaki beslenme yetersizlikleri uzun vadede çocukların gelişimini olumsuz etkileyebilmektedir (Güden ve Borlu, 2023).

Berkay ve arkadaşları (2003) 123'ü kadın olmak üzere 258 kişi üzerinde yaptıkları çalışmada, depremin yarattığı zararlardan en çok etkilenen kesimin kadınlar olduğuna vurgu yapmaktadır. Çalışmada, kadınların psikopatolojik semptomları daha yüksek seviyede gerçekleşmektedir. Erkeklere göre kadınların depremin sonuçlarından daha fazla etkilendiği ifade edilmektedir. Geleneksel aile yapısına sahip Türk toplumunda kadınların daha çok etkilenmesi bakım sorumluluğunu üstlenmelerinden kaynaklı olarak çocukların da aynı oranda etkilenmesine yol açmaktadır. Bu doğrultuda çalışmada,

toplumsal ve bireysel ruh sağlığı açısından destek çalışmalarının sürdürülmesi gerekliliği ifade edilmektedir.

Demir ve Gerçek Öter (2023) afet zamanlarında her bireyin toplumda birbirinden farklı ölçüde etkilendiğini ifade etmektedir. En yüksek risk grubunda ise kadınlar ve kız çocukları olduğunu belirtmektedirler. Özellikle kadınların sağlık hizmetlerine erişiminde sıkıntılar yaşandığı ortaya konulmaktadır. Öte yandan şiddet, iş yükünün artması, ekonomik yetersizlik, psiko-sosyal etkiler kadınların yaşadığı olumsuzluğu bir derece daha arttırmaktadır. Kadınlar, travma sonrası stres bozukluğu, uykusuzluk, depresyon, kaygı, adaptasyon sorunu gibi psiko-sosyal sorunlar yaşamaktadır. Tüm bu olumsuzluklar kadınların yaşam kalitesinin azalmasına da sebep olmaktadır.

Afetlerde kadınlar erkeklere kıyasla ev ile ilgili sorumlulukları daha fazla üstlenmekte, afet öncesi farkındalık eğitimlerine daha fazla katılmakta ve afetlerin etkisinin azaltılması konusunda daha keskin roller üstlenmektedir (Düzkan, 2016; Ünür, 2021; İmamoğlu, 1991). Bu gerekçeden hareketle kadınlar erkeklere göre daha aktif ve sosyal oldukları için afet yönetimine ilişkin daha fazla aktif görev alabilmektedir. Bu nedenle kadınların sosyo-ekonomik gücünün yüksek olması kadın ölüm oranlarını da azaltmaktadır. Tersine durumda ise, yani kadının sosyo-ekonomik gücünün zayıf olduğu yerlerde afetlerden etkilenme oranları oldukça yüksektir. Öte yandan, kadınların gücü, çocukların bakım ve korunmasına da yansımaktadır (Çelebi Boz ve Şengün, 2017). Bunun en büyük sebebi olarak kadınların evde geçirdikleri sürenin daha uzun olması ve deprem bilincinin yerleşmesinde ve pratiğe dönüşmesinde etkili olmaları ifade edilmektedir (Akpolat vd., 2021).

Yaşanan afetler sonrasında çeşitli duygusal, bilişsel, fiziksel ve davranışsal tepkiler gösteren kadınlar, bu tepkiler ile akut dönemden sonra dahi baş etmede zorlanabilirler (Erdur ve Doğan, 2020). Afetlerin sebep olduğu travmatik stres, felaket sırasında ve sonrasında özellikle maruz kalanları önemli ölçüde etkileyen, üzerinde durulması gereken önemli bir konudur. Bu nedenle afetlere hazırlık durumları ve psikolojik sağlamlıklarının önemi daha da artmaktadır (Demirbilek ve Gökkaya, 2022). Bunun nedeni ise yeterli psikolojik sağlamlığa sahip olmayan bireylerin afet anında yaşayacakları şok ve diğer zorlu şartlarda diğer insanlara hizmet ve yardım etme gücünü kaybedecek olmasındandır (Boran ve Ulutaşdemir, 2023).

Deprem, fiziksel yıkım ve ölüme yol açmanın yanı sıra yaşamda kalanlar için ciddi psikolojik sorunlar yaratabilen doğal bir felakettir (Nakajima, 2012). Bu nedenle psikolojik sağlamlık konusu bireylerin psiko-sosyal sıkıntılarla baş edebilmesinde oldukça önemlidir.

Psikolojik sağlamlık, kişilerin karşılaşmış olduğu olumsuzluklar, zorluklar karşısında baş etme ve uyum yeteneğini ifade etmektedir (Faraji ve Gençay, 2022). Psikolojik sağlamlık, zaman ve çaba gerektiren, süreklilik arz eden dirençlilik ve adım atma süreci olarak tanımlanmaktadır. Bireyi zorlayan hayat şartlarına karşı esnek davranabilmeyi ve yeni duruma uyum sağlayabilmeyi kolaylaştıran bir faktördür. Bireyler bu sayede yaşadıkları durumdan daha az etkilenecek ve daha az zarar görebilecektir.

Psikolojik dayanıklılığa sahip olamayan kişilerin travma ile baş edemedikleri ve psikiyatrik hastalıklara zemin hazırladıkları, psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek bireylerde kaygı bozukluğunun daha az görüldüğü ifade edilmektedir (Arslan, 2015; Bozdağ, 2020; Kaval vd., 2020; Yazıcı Çelebi, 2020; Kasapoğlu, 2020; Faraji ve Gençay, 2022; Yeşil ve Mavi, 2023). Tüm koşullar uygun ve yerinde değilse psikolojik sağlamlık kavramından bahsetmek mümkün değildir. Aksine, bir yakını kaybetme, önemli bir hastalık sürecini yönetme, ilişki durumunu sonlandırma, salgın hastalık tehdidi ve doğal bir afet yaşama gibi aniden gelişen süreçler bu durumu tetiklemektedir.

Psikolojik sağlamlık, aile ve ilişki problemleri, ciddi sağlık sorunları veya iş yeri ve finansal stres gibi olumsuzluklar, travma, trajedi, tehdit ve bunlar gibi bazı stres kaynaklarıyla karşılaştığımızda iyi uyum sağlama sürecidir. Bireylerin hayatlarını yeniden inşa etme çabalarıdır. Araştırmalar, psikolojik sağlamlığın öğrenilebilen bir özellik olduğunu ve burada ebeveyn davranışlarının da etkisi olduğunu göstermektedir (Faraji ve Gençay, 2022, Öz ve Bahadır Yılmaz, 2009; Masten ve Reed, 2002). Psikolojik sağlamlık, iyi olmayı da beraberinde getirmektedir. Bu nedenlerle kadınların psikolojik olarak sağlam durmaları, dayanıklılıklarını yüksek tutmaları, kadınların güçlü olmaları toplum için oldukça önem taşımaktadır.

İnan (2019), deprem kaynaklı travma sonrası stres bozukluğu teşhisi konulan 25 hasta ile yaptığı çalışmada, deprem sonrası psiko-sosyal boyutta yapılacak destek çalışmalarıyla depremin etkilerinin azaltılabileceği sonucuna ulaşmıştır. Kamusal güç olarak ifade edilen çalışmalar devlet, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşları aracılığı ile gerçekleşmektedir. Bireysel boyutunu ise, bireylerin farkındalıkları ve bilinç düzeyleri, psikolojik dayanıklılıkları, iş birliği halinde olmaları ve içinde buldukları gönüllü çalışmalar oluşturmaktadır (Çalışkan ve Kaya, 2021). Sakarya ve Güneş (2013), Türkiye’de 34 depremzedenin psikolojik dayanıklılık düzeylerini ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) belirtilerini ölçmüştür. Psikolojik dayanıklılıktaki azalmanın TSSB belirtileri ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Taşçı ve Özsoy (2021), 360 kişi ile yaptığı çalışmada benzer sonuçlar elde etmiştir. Bireylerin deprem sonrası kaygı ve travma skorlarının arttığı sonucuna ulaşmıştır.

Bu çalışmada da, dezavantajlı gruplardan biri olan kadın depremzedelerin içinde buldukları süreçte yaşadıkları, hissettiği duyguları gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış nitelikte olan derinlemesine görüşmeler aracılığıyla anlaşılmaya çalışılmıştır.

3. ARAŞTIRMANIN METODOLOJİSİ

3.1. Amaç

Bu çalışmada, kadınların deprem sürecindeki kaygı, korku deneyimlemeleri ve yaşadıkları zorlukların psiko-sosyal yansımalarının tespiti, kadınlar tarafından bu yıkıcı afetin algılanışı ve de bu süreçte psikolojik iyi oluşlarını ve dayanıklılıklarını nasıl sağlamaya çalıştıklarının belirlenmesi

amaçlanmıştır. Araştırmanın temel sorunsalı, kadınların bu süreçte yaşamış oldukları deneyimlerin neler olduğudur. Bu doğrultuda araştırmada aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

Araştırma sorusu-1: Depremzede kadınların deprem sırasında yaşadıkları olumsuz duygular nelerdir?

Araştırma sorusu-2: Depremzede kadınların deprem sonrasında hissettikleri nelerdir?

Araştırma sorusu-3: Depremzede kadınların deprem sonrasında karşılaştıkları zorluklar nelerdir?

Araştırma sorusu-4: Depremzede kadınlar yaşadıkları sorunlarla nasıl başa çıkabiliyorlar?

3.2. Yöntem

Bu çalışma, 6 Şubat 2023 tarihli ve Kahramanmaraş merkezli depremi yaşayan ve dezavantajlı konumda bulunan kadın depremezdelelerden “amaçlı örneklem” yöntemiyle seçilen kadınlarla yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Çalışmada nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Mevcut araştırma tanımlayıcı bir nitelikte olup, ne, neden ve nasıl sorularına odaklanılmıştır. Araştırma depremezde kadınların afet döneminde içinde buldukları yaşam koşullarının psikolojik yansımalarına ilişkin fikirlerinin inceleniyor olması sebebiyle, nitel araştırma kapsamında fenomenolojik yaklaşıma imkân sağlamaktadır. Bu çerçevede araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden olan fenomenolojik desenden faydalanılmıştır. Fenomenolojik desen, olgubilim olarak da ifade edilmektedir. Fenomenolojik desen konuya ilişkin olarak kişisel deneyimlerden hareketle ortak bir betimleme yapma üzerinde durmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2021). Yaşanan olaylar karşısında farkında olduğumuz ancak derinlemesine bir anlayışımızın olmadığı olaylar ile ilişkilendirilmektedir. Algılar, deneyimler, yönelimler şeklinde görülmektedir. Günlük yaşamda sıklıkla karşılaştığımız durumları anlamlandırılmamıza yardımcı olan bir model olarak karşımıza çıkmaktadır (Göçer, 2013; Tıkman vd., 2017; Ergün ve Dönmez, 2023).

Araştırmada, maksimum çeşitlilik örneklem yöntemi kullanılmıştır. Bu örneklem amaçlı örnekleme yöntemlerinden biri olup araştırmacının bireysel gözlemleri sonucu araştırmanın sorunsalına uygun yapıda olduğu düşünülen belirli özellikleri taşıyan katılımcıların seçilmesi üzerine yapılan bir değerlendirmedir (Gürbüz ve Şahin, 2018). Amaçlı örneklemede kaynakların sınırlı olduğu çalışmalarda etkinliğin artırılması için içerik ve bilgi açısından güçlü cevaplar seçilmektedir (Yağar ve Dökme, 2018). Maksimum çeşitlilik örneklemede temel amaç, farklı paydaşların deneyimlerini çeşitli boyutlarda vermektir. Diğer bir ifade ile çeşitlilik gösteren durumlar arasında benzerlik ya da farklılıkları göstermektir. Bu şekilde farklılıklar saptanacak ve önemli ortak örüntüler belirlenebilecektir (Baltacı, 2018; Yağar ve Dökme, 2018).

3.3. Katılımcılar

Kahramanmaraş merkezli deprem 11 ilde yaşanmıştır (Kahramanmaraş, Malatya, Adıyaman, Adana, Diyarbakır, Elâzığ, Hatay, Şanlıurfa, Gaziantep) kapsamaktadır. Ancak araştırma depremin merkez üssü olan Kahramanmaraş ilinde gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın çalışma grubu Kahramanmaraş deprem bölgesinde yaşayan farklı yaş ve meslek gruplarındaki 32 kadın depremededen oluşmaktadır. Ancak bu çalışmada, görüşme sonucu anlamlı olduğu düşünülen toplam 20 kişinin verilerine yer verilmiştir. Bu kapsamda görüşülen kişilere ait demografik bulgular aşağıda sunulmuştur.

Araştırmaya katılan kadınlar 6 öğretmen, 5 ev hanımı, 3 öğrenci, 4 hemşire ve 2 özel sektör çalışanından oluşmakta olup, yaş ortalaması 29,2'dir (min:21, max: 42).

Tablo2. Katılımcıların demografik bilgileri

Katılımcı Kodu	Yaş	Meslek/iş	Katılımcı Kodu	Yaş	Meslek/iş
K1	35	Öğretmen	K11	22	Özel sektör
K2	27	Ev hanımı	K12	34	Öğretmen
K3	24	Öğrenci	K13	38	Ev hanımı
K4	38	Hemşire	K14	32	Ev hanımı
K5	21	Öğretmen	K15	42	Öğretmen
K6	23	Ev hanımı	K16	22	Öğretmen
K7	32	Özel sektör	K17	36	Hemşire
K8	40	Ev hanımı	K18	20	Öğrenci
K9	21	Öğrenci	K19	25	Öğretmen
K10	29	Hemşire	K20	23	Hemşire

3.4. Etik İzin ve Verilerin Toplanması

Araştırma için, Fenerbahçe Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 2023/4-2 sayılı ve 05/04/2023 tarihli etik kurul onayı alınmıştır.

Araştırmada verilerin toplanması aşamasında derinlemesine görüşme yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemdeki temel amaç, “grubun her üyesinin kendi görüşleri üzerine konuşmalarını sağlayarak derin bilgi elde etmek, (Özdemir, 2010, Kümbetoğlu, 2015) ve bu yöntemle bireylerin duygu, düşünce, tutum ve davranışlarını gözlemlemek mümkün olabilmektedir” (Dursun, Yıldız Bağdoğan ve Aytaç, 2021).

Bu yöntemde, daha verimli sonuçlar alabilmek için görüşmelerin açık uçlu sorular barındırması uygun olmaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2018). Bu çerçevede araştırmada yarı-yapılandırılmış görüşme yöntemi tercih edilmiştir.

Kadınların karşılaştıkları psiko-sosyal sorunların tespiti için literatürdeki bilgilerden yola çıkılarak görüşme soruları hazırlanmıştır. Ayrıca tüm soruların katılımcılar tarafından anlaşılabilir olması adına, ön test gerçekleştirilmiştir. Bu doğrultuda, “deprem sırasında hissettiğiniz duygular nelerdi? Bu süreçte stres seviyenizin nasıldı? Neler hissettiniz o anda? Genel ruh halinizi değerlendirdiğiniz zaman kaygı düzeyiniz nasıldı? Deprem sonrasında bir tükenmişlik hissettiniz mi? Kadın olarak yaşadığınız en büyük zorluk hangi alanda oldu? Bu olumsuz durumlarla baş edebilmek için neler yaptınız? Deprem sonrası hissettikleriniz şu an kaygı düzeyinizde bir değişiklik oldu mu? Bu süreçte gerek gelen yardımlar gerekse de çevrenizden psiko-sosyal destek gördünüz mü?” ve benzeri sorularla araştırmanın amacına yönelik veriler toplanılmaya çalışılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler, 2023 Nisan ayında Deprem bölgesinden Kahramanmaraş il merkezinde tesadüfen seçilen 32 kadın ile gönüllülük esaslı çerçevesinde, yüz yüze görüşülerek gerçekleştirilmiştir. Ancak katılımcılar önce görüşme için onay vermelerine karşın, 12 katılımcının bir kısmı yanındaki kişilerin sorulara müdahalesi nedeniyle, diğer bir kısmının da çeşitli gerekçelerle soruların cevaplarını tamamlamadıkları için bu kişilerle yapılan görüşmeler sonlandırılmıştır. Görüşme, psikoloji eğitimi almış yüksek lisans öğrencisi aracılığı ile gerçekleştirilmiştir. Her bir görüşme yaklaşık olarak 25-40 dakika arasında sürmüştür. Öncelikle, katılımcılardan gönüllü onay formu alınarak, her bir görüşme esnasında çeşitli notlar alınmıştır.

Araştırmada elde edilen bulgular, görüşme sonucu elde edilen verilerinin betimsel olarak analiz edilmesi aracılığıyla değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular belirli başlıklar/konular altında gruplandırılarak (ana temalar çerçevesinde) aktırılmıştır. Bu doğrultuda, yapılan görüşmeler aracılığıyla elde edilen kayıtlardan hareketle, her bir konuşma incelenmiş olup, verilen cevaplar gruplandırılarak tasnif edilmiştir. Çalışma içerisinde her bir konu ile ilgili tespit ve değerlendirmeler, katılımcıların ifadelerinden doğrudan alıntı yapılarak betimsel bir şekilde aktarılmıştır

4. BULGULAR

Araştırmada elde edilen bulgular, görüşme verilerinin betimsel olarak analiz edilmesi suretiyle değerlendirilmiştir. Depremzedelerle afet sürecinin psiko-sosyal yansımaları, gerçekleştirilen görüşmelerden elde edilen bulgular doğrultusunda belirli başlıklar/konular altında gruplandırılarak ana temalar çerçevesinde aktırılmıştır. Gruplama ise, depremin kadınlarda oluşturduğu deprem sırasında hissedilen duygular (stres, depresyon kaygı); deprem sonrası psiko-sosyal sorunların oluşmasına yol açan ortam ve koşulları (tükenmişlik), deprem sonrası kadın olarak yaşadığı zorluklar ve de oluşan olumsuz durumla başa çıkma yöntemleri (dayanıklılıkları) şeklinde bir gruplandırılmayla tasnif edilmiştir.

Oluşturulan konular kapsamında, metin içinde yapılan doğrudan alıntılarda “K1” depremzede, “K2” depremzede olarak tanımlanmaktadır. Bu çerçevede, görüşme yapılan katılımcıların ifadeleri aşağıdaki gibidir:

İlk başlık/konu çerçevesinde “deprem sırasında hissedilen duygular, stres, kaygı, depresyon,” olarak ele alınmıştır. İlk olarak “depreme yakalandığınız anda ne hissettiniz? yaşadığınız korku, kaygı, stres hakkında neler söyleyebilirsiniz” sorusuna verilen cevaplar incelenmiştir. Verilen cevaplar depremedelerin duygu durumuna ilişkin bilgiler içermektedir. Görüşmecilere ilişkin cevaplar aşağıdaki gibidir:

K1, “Ne olacak düşüncesine kapıldım. Evin yıkılacağını hissettim. Bundan sonra ne yaparız diye düşünmeye başladım. Nerede yaşarız, kimden yardım isteriz. Her şeyimizi kaybediyoruz diye düşündüm. Çok korktum. Öleceğimi sandım. Saniyeler bir türlü geçmedi. Kalbim fırlayacak gibi atıyordu. Kendimi kaybettim biran. Kaderimiz böyleymiş. Allah’ın takdiri. Yapılacak bir şey yok.

K3, “İnanılmaz bir gürültü ile uyandık, şu an düşünmek bile istemiyorum. Ölüm geldi ilk aklıma. Annem, babam, kardeşimin çığlıkları hala kulaklarımda. Tarif etmem imkânsız. Yaşadıklarım bir film şeridi gibi geçti biran gözümün önünden. Büyük bir gürültü ile eşyalar yıkılmaya başladı. Kendimizi zor attık dışarıya. Her yerim titriyordu. Anneme, babama, kardeşime sıkıca sarıldım. Şimdi duracak, şimdi duracak derken bitmek bilmedi o dakikalar. Çok uzun sürdü.”

K5: “Anlatması o kadar zor ki. Kıyamet koptu zannettim. Kurtulamayacağımızı düşündüm. O an öleceğimizi düşündüm. Çünkü aynı gün iki kere aynı korkuyu yaşadık. Hiç bitmeyecek sandım. Korkunçtu. Yapabileceğim bir şey yoktu. Takdiri ilahi diye düşündüm. Bir taraftan dua ediyordum. Hayatım boyunca hiç bu kadar çaresiz kalmadım”

K15: “O kadar şiddetliydi ki sarsıntı. Büyük bir gürültüyle evin yıkılacağını hissettim ve evden sağ çıkamayacağımızı düşündüm. Çok kötüydü. Ailemi, çocuğumu kaybetme korkusu yaşadım. Ailem olmadan nasıl yaşarım?”. Ölmekten korktum. Bana bir şey olursa eşim ve oğlum ne yapar. Ya da onlara bir şey olursa ben ne yaparım. Korkunç bir stres altında olduğumu hissettim.

K9: “Kardeşime ve anneme bir şey olacak sandım. Bu korku başka bir şey hissettirmede bana. Bir daha yaşamayacağım korkusu yaşadım. Felaket bir an önce bitsin istedim. Korkumdan nasıl çığlık attım bilemiyorum. Alnımıza ne yazdıysa o olur. Allah’ın bir lütfü bu deprem.”

K19: “Hayatın ne kadar kısa olduğunu anladım. Korktum ve panikledim. Şok halindeydim, sadece ölümü bekledim. Koruyucu dualar ettim, şehadet getirdim. Bu

Allah'ın bir cezası mı diye düşünmeye başladım. Sevdiklerimi düşündüm. O anı hissetmek çok ama çok kötüydü.”

İlk grupta yer alan deprem sırasında yaşanan duygulara ilişkin olarak katılımcılara yöneltilen sorular sonucunda, katılımcıların stres düzeylerinin yüksek olduğu, özellikle ölümden korku, endişe duydukları, olayları aktarırken bile gerilim altında oldukları gözlemlenmiştir. Hissedilen korkunun kişilerde olumsuz hisler oluşturduğu, özellikle ölüm korkusunun aşırı strese yol açtığı ve kaygı düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir. Depremin kaderlerinde var olduğuna, alın yazılarına yazılmış olduklarına yönelik dini inançları yüksektir.

İkinci soru “deprem sonrasında hissedilenler” kategorisinde yer alan “Bu süreç sizi nasıl etkiledi? Yılgınlık, tükenme hissettiniz mi” sorusuna verilen cevaplar incelenmiştir. Verilen cevaplar depremedelerin içinde buldukları duruma ilişkin bilgiler içermektedir. Görüşmecilere ilişkin cevaplar aşağıdaki gibidir:

K2: “Çok kötü bir süreçti. Yaşanan acılar, komşularımız, akrabalarımızın ölümleri derinden yıprattı bizi. En ufak sestten dahi irkilen birine dönüştürdü. Evlerimizde bile güvende hissedemezken kendimizi hele bir kadın olarak çadırda yaşam sürdürmek çok zor. Güvenlik endişesi oldukça fazla. Gelecek kaygısı içindeyiz. Geleceğe umutla bakamıyoruz. Bu durumun üstesinden nasıl kalkacağız. Çaresiz durumdayız.

K8: “Devam eden artçılar sebebiyle tedirginiz. Uzun süreli plan kurmak yerine anı değerlendirmeye yönelik bir hayat sürmeye niyetliyim. Ve tabi her gün tövbe ederek uyumak. Sanki bir sonraki gün hayat devam etmeyecek gibi hissediyoruz. Yaşamın anlamı yok artık. Zira yaşamı sorgulamaya başladım. Bende ve ailemde bir şey yok ama çevremizde olanlar, tanıdıklarımız ve durumlar çok kötü.”

K11: “Sevdiklerimize daha çok sahip çıkmamız gerektiğini, hayatta başımıza gelebileceklere şükretmemiz gerektiğini ve en önemlisi her an ölüme hazırlıklı olmamız gerektiğini anladım. Bu süreç bizi çok yıprattı. Kendimi boşlukta hissediyorum şu an. Ciddi olarak tükendik. Nasıl üstesinden geleceğiz bilemiyorum.”

K10: “Psikolojimi çok kötü etkiledi. Uyku sorunu ve panik atak yaşadım, hala yaşıyorum. Sürekli yalnız kalma isteği içindeyim ve geçmeyen şiddetli baş ağrısı çekiyorum. Her feryatta ve yaşanan ağlama krizlerinde acılar tazeleniyor. Hepimiz savunmasız bir haldeyiz. Kaderimiz böyleymiş.”

K12: “Evimize uzun süre giremedik diğer evlere nazaran sağlam olmasına rağmen. Çünkü sürekli sarsıntılar devam ediyordu. Tüm düzenim altüst oldu. Geleceğim hakkında endişelerim çoğaldı. Şehrimiz hayalet şehre dönüştü, bu çok üzücü. Anılarla dolu sokaklar harabeye döndü. Zor günler bizi bekliyor. Hiçbir şeyin, yaşamının tadı yok.”

İkinci grupta yer alan deprem sonrasında hissedilenlere ilişkin olarak katılımcılara yöneltilen sorular sonucunda, katılımcıların kaygı düzeylerinin arttığı, tedirginlik seviyelerinin yükseldiği ve tükenmişlik yaşamaya başladıkları gözlemlenmiştir. Yaşadıkları onları yalnızlaştıran bir grafik çizmektedir. Eskiden yaşamlarını sürdürdükleri yerin bir beton yığını haline gelmesi bireylerde çaresizlik, umutsuzluk ve tükenmişlik yaratmaktadır. Yaşama ilişkin beklentilerinin azaldığı ve yaşam tatminlerinin düşük seviyelerde olduğu ifade edilmiştir.

Üçüncü soru “deprem sonrasında bir kadın olarak yaşanan zorluklar” kategorisinde yer alan “Bu süreçte bir kadın olarak en çok zorlandığınız alan/konu ne oldu? “Bu olumsuz durumlarla baş edebilmek için neler yaptınız ve de, yapıyorsunuz?” sorusuna verilen cevaplar incelenmiştir. Verilen cevaplar depremedelerin mevcut ve giderilen ihtiyaçlarına ilişkin bilgiler içermektedir. Görüşmecilere ilişkin cevaplar aşağıdaki gibidir:

K1: “Sevdiklerimizi kaybetme korkusu yaşadık ve yaşıyoruz. Bunun yanı sıra korktuğumu göstermemeye çalışıp yanımdaki insanları sakinleştirmek konusunda oldukça zorlandım. Sürekli güçlü olmak da belli bir süre sonra yıpratıcı hale getiriyor. Bu kez duygularımı bastırmak zorunda kalıyorum. Ayrıca bir kadın olarak ihtiyaçlarımızı karşılamakta zorluk çekiyoruz. Birkaç aile bir çadırda yaşamak zorunda olmak, hijyenle ilgili sıkıntıya sokuyor bizi.”

K7: “Ailedeki yaşlıları ve çocukları soğuktan ve depremden koruma mücadelesi verdim. Barınma konusunda çok fazla sorun yaşadım. En temel ihtiyaçlarımızı dahi karşılamak oldukça zor. Bir de desteğe ihtiyacı olan aile bireyleri ile ilgilenmek zorundayım. Bana ihtiyaçları var. Çocuklar kendilerini güvende hissetmek istiyorlar. Evimize ne zaman gideceğiz diye soruyorlar. Sürekli geçiştirmek ile de artık ikna olmuyorlar. Yerleşik düzene geçmek oldukça zaman alacak. Marketler filan da yıkıldı sadece evler değil. Kadın olarak bazı ihtiyaçlarımızın nasıl karşılanacağı noktasında sorun var.”

K8: “Normal hayata dönmek çok zor tekrardan aynı şeyleri yaşayacağımız korkusuyla uyuyoruz. Ne yapacağımız bilmiyorduk. Köye taşınmak zorunda kaldık. Düzenimiz bir anda değişti. Ayrıca diğer insanlara, akrabalarımıza nasıl yardımcı olabileceğimizi düşündük. Hem maddi hem manevi desteğe ihtiyaç duyuyoruz. Günü birlik değil uzun dönemli yardımlar ve düzenlemeler bizi daha mutlu edecektir. Öncelikle barınma sorunlarımızın çözülmesi gerek. Çünkü kadın olarak çadırlarda soyunup giyinmemiz çok zor. Mahremiyet sorunumuz var.”

K4: “Depremi aklımdan çıkaramıyorum normal hayata adapte olamıyorum. Nerede kalacağız düşüncesi inanılmaz yıpratıcıydı. Bunun yanı sıra internet, hijyen, yeme-içme

sıkıntısı, barınma telaşı. Memleketi terk edip etmemek düşüncesi gidip geliyordu. Babamla bu konuda anlaşamıyoruz bir türlü.”

K15: “Çocuklarım ve çalışmak. Onları kime bırakıp da işe gideceğim düşüncesi. İlk şok geçip gittikten sonra, bir kadın olarak yüklediğimiz çocuk bakım sorumluluğumuz daha da arttı ve bu durum kadın olarak psikolojimi de olumsuz etkiledi.

K17: “En büyük sorunumuz tuvalet ihtiyacımızı gidermek. Hijyen sorunu ile karşı karşıyayız, Aynı çadırda birkaç kişi ile bir arada yaşamak mahremiyeti de etkiledi. Yaşadığımız olumsuzlukları yok etmemiz şu süreçte mümkün değil. Yapabileceğiniz hiçbir şey yok. Yaşadıklarımızı az çok tahmin edebiliyorsunuzdur.”

Üçüncü grupta yer alan deprem sonrasında yaşanan zorluklara ilişkin olarak katılımcılara yöneltilen sorular sonucunda, katılımcıların eski yaşamlarına geri dönebilme ümitlerinin tükendiğini söylemek mümkündür. Kadın olarak temel ihtiyaçlarını bile karşılayamama duygusu kendilerini güçsüz ve çaresiz hissetmelerine neden olmuştur. Kısa süreli çözümlerin onları mutlu etmediği bir ortamdan söz etmek mümkündür. Karşı karşıya kaldığı zorluklarla baş etmede sıkıntı yaşadıkları, bu durumun da onları tükenmişliğe sevk ettiği söylenebilir. Ayrıca bakmakla yükümlü oldukları çocuk ve ebeveynlerin bakımı onların yükünü bir kat daha arttırmaktadır. Kadınların hijyen ve mahremiyet sorunu önemli bir sorun alanı olarak dikkat çekmektedir.

Dördüncü soru “deprem sonrasında yaşanan sorunlarla başa çıkabildiniz mi? Dayanıklılığınızı bir kadın olarak nasıl arttırmaya çalışıyorsunuz?” sorusuna verilen cevaplar incelenmiştir. Verilen cevaplar depremedelerin sorunlarla nasıl başa çıktıklarına yönelik bazı bilgiler içermektedir. Görüşmecilere ilişkin cevaplar aşağıdaki gibidir:

K13: “Evlerimiz ağır hasarlı. Maddi kaybımız yüksek. Bunun yanında çok sayıda arkadaşımı/komşumu kaybettim. Anılarımız yok oldu. İçinde bulunduğumuz durumu henüz atlatamadık. Burada resmi makamlar psikolojik destek veriyorlar. Ama bu travmayı atlatabilmem çok zor görünüyor.”

K18, “Akrabalarımın vefat edenler var. Onların acısı içindeyiz. Hala inanmak istemiyorum. Ailemin kıymetini daha iyi anladım. Onlara sıkı sıkı sarılmak, çevremdeki arkadaşlarımdan desteğini almak beni rahatlatıyor.

K6, “Deprem esnasında öyle bir sallandık ki evin duvarlarından çatır çutur sesler gelmeye başladı. Her şey buraya kadarmış diye düşündüm. Ölümle yüz yüze geldim. Allah’ım hepimize dayanma gücü versin. Ben dayanıklı olduğumu düşünmüyorum. Belki, zaman en iyi ilaç olacak bizim için.

K5: “Evimiz ağır hasarlı ve yıkılacak. Eşyalarımızın bir kısmı içinde kaldı. Arabamızın üzerine balkon düştü ve ağır hasarlı. Çok şükür ailemden bir kayıp yok. Ama apartman

çökmesi sonucu yakın olduğumuz bir aileden 3 kişiyi sağ kurtardılar 3 kişinin de cansız bedenlerine ulaşıldı ne yazık ki. Bütün bunlar gözümün önünden bir türlü gitmiyor. Çevremdeki arkadaşlarımız, komşularımızla birbirimize destek olmaya çalışıyoruz. Belki böyle acımızı hafifleteceğiz.”

K16: “Geçmiş sorguladığımda, küsmek, kin tutmanın ne kadar anlamsız olduğunu düşündüm. Hayat çok kısa. Birkaç saat sonramızın garantisi yok. Unutmaya çalışıyorum ama başa çıkmak çok zor. Olayı kabullenmek belki rahatlatır. “

K20: Keşke bu afeti yaşamamış olsaydık. Âmâ en zor olanı ne biliyor musunuz? Bir kadın olarak ayaklarımın üstünde düşmeden durmaya çalışmak. Çok zor, anlatması bile çok zor. Başa çıkmak mı? Mümkün mü acaba? Geceleri uyku yok. Çığlıklar, gürültü, yıkımlar bir mahşer gününü andırıyordu. Unutmak mümkün mü?

K14: Çadırlarımıza bazı psikologlar geliyor ve konuşmalar yapıyorlar. Çocuklarımızın yaşadıkları acıyı hafifletmek için uğraşıyorlar. Çocuklar oyunlarla daha kolay başa çıkar ama biz kadınlar belki annelik duygularımız nedeniyle bu süreci kolay kolay atlayamayacağımız sanırım.

Dördüncü grupta yer alan deprem sonrasında yaşanan sorunlara karşılık nasıl başa çıkmaya çalıştıklarına ilişkin olarak katılımcılara yöneltilen sorular sonucunda, katılımcıların can ve mal kayıpları doğrultusunda yaşadıkları travmayı ortaya koymaktadır. Her iki duygu durumu içerisinde olmaları onları ikileme itmektedir. Bir yandan ölümlü kaybı olmayanların mevcut durumuna şükrettiği ama maddi kayıplarına üzüldüğü görülmektedir. Öte yandan yakınlarının kaybı ile nasıl mücadele edeceğini bilememektedirler. Psikolojik olarak bu süreci kısa sürede atlatabilecekleri düşünülmektedir. Depremde kadınlar çevrelerinden, yakın dost ve arkadaşlarından gördükleri sosyal destek ile ayakta durmaya çalışmaktadırlar. Psikolojik olarak dirençleri düşüktür.

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Afetler sonrasında can ve mal kayıplarının önlenmesi ancak etkin ve verimli bir afet yönetim sistemi ile mümkündür. Ancak böyle bir sistemin varlığı yeterli değildir, aktif işleyişi ve denetimi de olmalıdır. Depremlerin sebebi bazen kadere atfedilse de depreme dayanıklı olmayan binaların yapılmasının temel sebeplerinden biri insanların yanlış karar ve davranışlarından kaynaklanmaktadır. Doğal afetler toplumu bir bütün olarak etkilese de araştırmalar kadınlar, çocuklar, engelliler ve yaşlılar gibi dezavantajlı grupların bu dönemlerde daha fazla etkilendiğini göstermiştir. Güneydoğu Türkiye'de son zamanlarda meydana gelen büyük deprem felaketi, on binlerce ölüm, yaralanma ve uzvun kesilmesiyle sonuçlandı. Sadece enkaz altından kurtarılanlar değil, olaya tanık olan ikincil kişiler de şok, travma, travma sonrası stres bozukluğu, inkâr ve depresyon yaşadı. Yaşanan bu afet süreci, depremin etkilerinin kolay atlatılamayacağını göstermektedir.

Deprem gibi afetler sonrasında bireylerde oluşan psikolojik rahatsızlıkların azaltılması ancak duygu, düşünce ve deneyimlerini paylaşabilecekleri bir ortamın yaratılmasıyla mümkün olabilir. Yani bu bireylere sosyal destek sağlamak, onların yaşadıkları olayları anlamlandırmalarına ve bu konuda yalnız olmadıklarını hissetmelerine yardımcı olabilir.

Yaşanan afet sonrası her bireyin aynı ölçüde tepki vermesini beklemek mümkün değildir. Yaşadığı şokun etkisinden kurtulamayan, anlamlandırmaya çalışan, yakınlarını kaybetmenin acısını sindiremeyen bireylerin mücadelesi daha yoğun gerçekleşmektedir. Dolayısıyla, her bireyin birbirinden farklı kişilik özelliklerine sahip olması ve uyum yeteneği, baş etme davranışlarını etkilemekte, diğer yandan bireylerin kendini ağır stres altında hissetmesi psikolojik sorunların şiddetini arttırmaktadır. Psikolojik açıdan iyi olmayı sürdürebilenlerin daha az sayıda olduğunu söylemek mümkündür. Bireylerin olumlu bakabilme durumları; bilişsel çabalara, dini baş etme öğelerine, sosyal desteğe ve bireylerin psikolojik sağlamlıklarına göre değişiklik göstermektedir (Yöndem ve Eren, 2008).

Diğer taraftan depremin psiko-sosyal etkisi ve cinsiyet ilişkisine yönelik yapılan çalışmalar incelendiğinde, depremin kadınlar üzerindeki etkisinin fazla olduğu tespit edilmekte ve bu çalışmadan elde ettiğimiz sonuçlarla benzerlik gösterdiği anlaşılmaktadır.

Neumayer ve Plümer (2007) 1981-2002 yılları arasında 141 ülkede yaptıkları araştırmada afetlerin cinsiyet üzerindeki etkisini incelemiştir. Aksaray ve arkadaşları (2006) benzer bir çalışmayı yapmıştır. Toplamda 185 kişi (79 erkek ve 105 kadın) ile yaptıkları çalışmada depremin yetişkinler üzerindeki psikolojik etkisinde cinsiyet farklılıklarının rolü incelenmiştir. Çalışmada, kadınların deprem felaketinde erkeklerden daha savunmasız olduğu ifade edilmiştir. Fatema ve arkadaşları (2022) kadınların afet sonrasındaki fiziksel ve ruhsal savunmasızlığını ele almıştır. Özellikle afetlerin kadınların sosyo-ekonomik durumuyla etkileşimini ve ortalama yaşam süresindeki değişimin cinsiyet farkı üzerindeki etkisini ele almıştır. Afetler, kadınların yaşam beklentisinin erkeklere oranla daha az olduğunu göstermektedir. Diğer bir ifade ile kadınların erkeklere oranla afet ölüm oranları daha yüksektir. Çakmak ve diğerlerinin (2018) çalışması da bu durumu destekler niteliktedir. Kadınların fiziksel güçlerinin erkeklere kıyasla daha az olması ve kültürel engellerle karşılaşmaları hayatta kalma şanslarını azaltmaktadır. Kadınların kültür kaynaklı giydikleri kıyafetlerin afet esnasında hareketlerini kısıtladıkları sonucuna ulaşılmaktadır.

Demirci ve Avcu (2021) Türkiye’de İzmir/Seferihisar’da meydana gelen deprem sonucunda, evleri zarar gören 18 yaş üstü 30 kadınla mülakat gerçekleştirmişlerdir. Bu çalışmada, kadınların maddi ve manevi zorluk yaşadığı, barınma ve güvenlik problemi ile karşılaştığı ifade edilmektedir. Bunun yanı sıra kadınlar, uykusuzluk, karamsarlık, travma, stres, endişe gibi bilişsel sorunlar yaşadıklarını belirtmiştir. Toplumsal cinsiyet rolleri gereği aileyi bir arada tutan ve her daim güçlü olmak zorunda olduğu düşünülen kadınların, yaşadıkları karşısında psikolojik açıdan dirençsiz kaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

İlgın ve Karagül (2022), Çanakkale ilinde sivil toplum kuruluşlarında görev yapan 20 çalışan ile yaptıkları nitel çalışmada, arama kurtarma personelinin afetten etkilenen kadınlara yönelik tecrübeleri incelenmiştir. Çalışmanın bulgularına göre, kadınların afet süreçlerinde yalnızca toplumsal cinsiyet eşitsizliği ile değil, biyolojik faktörler nedeniyle de dezavantajlı konumda olduğu sonucu elde edilmiştir. Kadınlar afet durumunda hem kurtarılan ve hem de kurtaran görevi üstlenmektedir. Kadınların anne rollerinden kopamayarak koruma içgüdüğü ile çocuklarına kendisini siper aldığı, buna karşın erkeklerin daha benmerkezci bir yaklaşımla kurtulabildikleri ifade edilmiştir. Ayrıca bu çalışmada, kadınların eğitim ve iş hayatından kısıtlanmasının da afetlerde kadınları dezavantajlı konuma getirdiği vurgulanmaktadır.

Çalışmada, yaşanan deprem felaketinin kadınlar üzerindeki psiko-sosyal etkisi ölçülmeye çalışılmıştır. Çalışmada elde edilen bulgular, tartışmada belirtilen sonuçlarla benzerlik göstermektedir. İlk olarak depremedelerin stres, korku, endişe, kaygı düzeylerinin yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Sürekli artan ve kronik hale gelen stres durumunun kişilerde hayata karşı olumsuz hisler oluşturduğu gibi, bu kişilerde depresyon ve kaygı düzeylerinin de yükselmesine sebep olduğu ifade edilmektedir. Yüksek kaygı düzeyinin bireylerin yaşama beklentileri üzerinde etkili olduğu ve yaşam tatminlerinin düşük olduğunu göstermektedir (Bucci vd., 2023; Arıca, Çakır ve Kağnıcı, 2023; Armaş, Cretu ve Ionescu, 2017; Cai, Ventimiglia, ve Maass, 2010; Aksaray vd., 2006; Berkay vd., 2003).

İkincisi, katılımcıların verdikleri cevaplardan da anlaşılacağı üzere kaygı düzeylerinin ve buna bağlı olarak tedirginliklerinin yükseldiği ifade edilmektedir. Hayata dair beklentilerinin azaldığı görülmektedir. Yakın ve sosyal çevreye bağlılığın arttığı, dini duyguların ve inanç düzeylerinin yükseldiğini söylemek mümkündür. Kendilerini yalnız daha iyi, mutlu hissetmeleri aynı zamanda psikolojik bir bulgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu durum, depresyon eğilimlerini yükseltmektedir. Diğer taraftan çocuklarıyla ilgili kaygılarının, belirsizliklerinin yüksek olduğu görülmektedir. Anılarının ve diğer insanlarla paylaşımlarının bir gecede yok olması onları yaşamın ne kadar boş olduğu düşüncesine sürüklemektedir. Bu gerekçe ile yeniden toparlanmanın uzun zaman alacağı ifade edilmektedir.

Üçüncü olarak, deprem sonrasında katılımcıların eski yaşamlarına geri dönebilme ümitlerinin tükendiğini söylemek mümkündür. Tükenmişlik düzeyleri temel ihtiyaçlarını dahi karşılayamayacakları bir ortamın varlığı ile en yüksek düzeye ulaşmıştır. Bu nedenle savunmasızlıkları arttıkça kendilerini güçsüz ve çaresiz hissetmektedirler. Kısa vadede çözüm buldukları ve yaşamlarını devam ettirebilme imkânı elde ettikleri için mutlu olsalar da uzun vadede derin bir umutsuzluk içinde olduklarını söylemek oldukça mümkündür. Toplumsal yapı ataerkil sistem bakım görevini kadına verdiği için çocuk ve yaşlı bakımını üstlenmeleri yüklerini bir kat daha arttırmaktadır.

Son olarak, yaşanan maddi ve manevi kayıplar yaşanan travmanın büyüklüğünü ortaya koymaktadır. Buna rağmen kadın olmanın verdiği büyük dayanma gücü onları psikolojik açıdan oldukça

yıpratmaktadır. Bu nedenle çalışmada kadınların üzerindeki yükün hafifletilmesi gerektiğine vurgu yapılmaktadır. Ancak bu araştırma bazı sınırlılıklar içermektedir. Çalışma sadece depremin büyük yıkım yarattığı toplam 11 ilden sadece Kahramanmaraş merkezde sınırlı sayıda kadınla gerçekleştirilmiştir. Depremin korku ve kaygısı nedeniyle kişilerin huzursuz olmaları görüşmeyi de etkilemiştir. Bu çalışmanın sadece kadınlarla değil erkeklerle de yapılması ve her iki cinsiyet açısından karşılaştırılarak farklılıklara yönelik akademik çalışmalarla da desteklenmesi önerilir.

Türkiye'de son zamanlarda yaşanan büyük deprem felaketi, büyük afetlerde uygulamalı eğitimin önemini vurgulayarak bilinç, doğru yönlendirme ve hazırlıklı olma ihtiyacını vurgulamıştır. İnsanların deprem konusunda bilinçlendirilmesi, bedensel ve psikolojik etkilere yönelik kendi kendine ve yakınlarına yardım konusunda eğitilmesi, gerekli durumlarda profesyonel psiko-sosyal destek olanaklarından yararlanabilmesi, toplum sağlığı açısından, önem taşımaktadır. Bireylerin ve toplumun psikolojik sağlığını korumak için güvenilir bilgi kaynakları kullanılmalı, bireyler yanlış bilgilendirilmeden kaçınmalıdır. Bireylerin ruh sağlığının korunması ve depremin ekonomik, sosyal ve psikolojik yaralarının sarılması için gerekli önlemlerin alınması Türkiye'nin şu anda ihtiyacı olan şeydir.

KAYNAKÇA

- AFAD (2023). *Açıklamalı Afet Yönetimi Terimleri Sözlüğü*. Erişim adresi: <https://www.afad.gov.tr/aciklamali-afet-yonetimi-terimleri-sozlugu>
- Akpolat, Y., Kaya, G., Çalışkan, A. ve Karaağaç, Ş. (2021). İzmir deprem afetinden etkilenenler üzerine sosyolojik bir araştırma: depremlerle ilgili toplumsal bilincin analizi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(2), 723-753.
- Aksaray, G., Kortan, G., Erkaya, H., Yenilmez, C. ve Kaptanoğlu, C. (2006). Gender differences in psychological effect of the August 1999 earthquake in Turkey. *Nord J Psychiatry* 60: 387-391. Oslo
- Altun, F. (2016). Afetlerde psiko-sosyal hizmetler: Marmara ve Van depremleri karşılaştırmalı analizi. *Çekmece İzü Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(8-9), 183-197.
- Arıca, F., Çakır, C. ve Kağnıcı, D. Y. (2023). Kırılgan gruplar özelinde afetlerde psikososyal hizmetler. *Afet ve Risk Dergisi*, 6(1), 176-187.
- Armaş, J., Cretu, R. Z. and Ionescu, R. (2017). Self-efficacy, stress, and locus of control: The psychology of earthquake risk perception in Bucharest, Romania. *International Journal of Disaster Risk Reduction* 22, 71–76.
- Arslan, G. (2015). Ergenlerde psikolojik sağlamlık: bireysel koruyucu faktörlerin rolü. *Türk Psikolojik Dayanışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 73-82.
- Avdar, R. ve Avdar, R. (2022). Türkiye’de yaşanan doğa kaynaklı afetlerin sosyo-ekonomik etkileri. *Afet ve Risk Dergisi*, 5(1), 1-12.
- Baltacı, A. (2018). Nitel araştırmalarda örnekleme yöntemleri ve örnek hacmi sorunsalı üzerine kavramsal bir inceleme. *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(1), 231-274.
- Boran, N. ve Ulutaşdemir, N. (2023). Acil yardım ve afet yönetimi öğrencilerinin afet farkındalığı ve afetlere yönelik tutumlarının değerlendirilmesi: Gümüşhane ili örneği. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1), 82-89. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1182379>
- Bayhan, V. (2012). Travmatik kaos ortamında depremi anlamlandırmanın sosyolojik bağlamı, *Sosyologca*, 3, 341-354.
- Berkay, F., Çelen, N., Kuşdil, M. E., Tekok-Kılıç A., Kayaoğlu, A., Mermutlu, B., Demir, G. Y., Güngörmez, B., Yorulmaz, O. ve Tosun, P. (2003). 1999 Marmara depreminin Mudanya halkı üzerindeki psiko-sosyal etkileri. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(4), 1-24.
- Boğaziçi Üniversitesi Kandilli Rasathanesi Deprem Araştırma Enstitüsü Bölgesel Deprem-Tsunami İzleme ve Değerlendirme Merkezi (2023). <http://www.koeri.boun.edu.tr/sismo/2/deprem-bilgileri/buyuk-depremler>
- Bradley, T. ve Martin, Z. (2023). Gender and disaster: the impact of natural disasters on violence against women in Nepal. *Journal of Asian and African Studies*, 58(3), 354-371.
- Bucci, D. D., Missier, D.F., Dolce, M., Galvagni, A., Giordano, F., Patacca, A., Pezzi, E., Scurci, G. and Savadori, L. (2023) Life satisfaction during temporary housing after an earthquake: Comparing three cases in Italy. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 91(1). <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2023.103697>
- Bozdağ, F. (2020). Pandemi sürecinde psikolojik sağlamlık. *Turkish Studies*, 15(6), 247-257.

- Bozkurt, V., Kaya, H., Göka, E. ve Öngen Bilir, K. B. (2023). The mental health of a society in crisis: complaints of depression and anxiety. *İstanbul University Journal of Sociology*, 42(1), 153-170.
- Cai, G., Ventimiglia, F. and Maass, A. (2010). Container vs. dacha: The psychological effects of temporary housing characteristics on earthquake survivors. *Journal of Environmental Psychology*, 30(1), 60-66. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2009.09.005>
- Chen, C.H, Tan, H. K. L, Liao, L. R., Chen, H. H., Chan, C. C., Cheng, J. J. S., Chen, C. Y., Wang, T. N. and Lu, M. L. (2007). Long-term psychological outcome of 1999 Taiwan earthquake survivors: a survey of a high-risk sample with property damage. *Comprehensive Psychiatry*, (48), 269-275.
- Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı. (2022). *Türlerine Göre Afetler, Çevresel Göstergeler*, <https://cevreselgostergeler.csb.gov.tr/turlerine-goreafetler85851#:~:text=Bunu%207616%20adet%20ile%20heyelanlar,toplam%2027.119%20ki%C5%9F>
- Çakmak, H., Ocaktan, M.E. ve Akdur, R. (2018). *Doğal afetler, eşitsizlikler ve sağlık sonuçları*. (Editör: Akın A.) Eşitsizlikler ve sağlık sonuçları. Türkiye Klinikleri.
- Çalışkan, A. ve Kaya, G. (2021). Deprem sonrasında toplumsal dayanışma pratiklerinin sosyolojik görünümü: İzmir depremi örneği. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 12(32), 1052-1077.
- Çelebi Boz, F. ve Şengün, H. (2017). Afet ve kalkınma ilişkisinde kadın. *International Journal of Social Science*, 59, 359-374.
- Çiftçi, S. ve Sakallı, Ü. S. (2023). Deprem sonrası sağlık kaynakları planlanmasına yönelik matematiksel model önerisi: Kırıkkale kent örneği. *Gazi Üniversitesi Mühendislik Mimarlık Fakültesi Dergisi*, 38(2), 1203-1216.
- Demir, E. ve Gerçek Öter, E. (2023). Afet ve acil durumlarda toplumsal cinsiyet ve kadın sağlığına etkileri. 2nd International Conference on Scientific and Academic Research, 14-16 Mart, Konya, 332-341.
- Demirbilek, Ö. ve Gökaya, E. (2022). Acil yardım ve afet yönetimi öğrencilerinde afetlere hazırlık durumları ile psikolojik sağlık durumlarının ilişkisinin incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(2). 617-624. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1001225>.
- Demirci, K. ve Avcu, T. (2021). Afet süreçlerinde kadın bireylerin yaşadığı sorunlar ve çözüm önerileri: İzmir ili örneği. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 11(1), 86-105.
- Demiröz, K. (2020). Afet kriz yönetiminde sosyal medyanın işlevselliği ve zararları üzerine bir inceleme. *Dirençlilik Dergisi*, 4(2), 293-304.
- Dursun, S., Yıldız Bağdoğan, S. ve Aytaç, S. (2021). Sosyal yaşamda birey: sosyal psikolojiye giriş, Bursa: Dora.
- Düzkan, A. (Ed.). (2016). *Afet ve Acil Durumlarda Kadın Çalışmayı Sonuç Kitabı: 16-17 Nisan 2016*. Mavi Kalem Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Derneği.
- Erdur Baker, Ö. ve Doğan, T. (2020). *Afetler Krizler Travmalar ve Psikolojik Yardım*. Ankara: Atalay Matbaacılık.
- Ergün, Ö. R. ve Dönmez, Ö. (2023). COVID-19 pandemisi sürecinde okul öncesi çocukların dış mekân oyunlarının ve teknoloji kullanımının incelenmesi. *Temel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 1-16.

- Faraji, H. ve Gençay, T. (2022). A review on the relationship between psychological strength and secondary traumatic stress level of perceived parent attitudes of police officers. *Turkish Research Journal of Academic Social Science*, 5(2), 76-80.
- Fatema, S. R., Rice, K., Rock, A., Islam, M. S., East, L. and Usher, K. (2023). Physical and mental health status of women in disaster-affected areas in Bangladesh. *Natural Hazards*, (117), 2715–2733.
- Göçer, A. (2013). Türkçe öğretmen adaylarının dil kültür ilişkisi üzerine görüşleri: fenomenolojik bir araştırma. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(2), 25-38.
- Güden, R. A. ve Borlu, A. (2023). Afetlerde toplum beslenmesi ve hassas gruplara yönelik beslenme planı, *Food and Health*, 9(1), 61-68.
- Gürbüz, S. ve Şahin, F. (2018). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri: Felsefe, yöntem-analiz*. Seçkin Yayıncılık.
- Hortaçsu, N. (1989). Targets of communication during adolescence. *Journal of Adolescence*, (12), 253-263.
- IFRC (2023). *What is a disaster?*, <https://www.ifrc.org/our-work/disasters-climate-and-crises/what-disaster>
- Ilgın, H. Ö. ve Karagül, D. (2022). Afet süreçlerinde kadınlara yönelik toplumsal cinsiyet eşitsizliğinde sivil toplum kuruluşu çalışanlarının deneyimleri: Çanakkale ili örneği. *Journal of Emerging Economies and Policy*, 7(2), 85-103.
- İmamoğlu, E. O. (1991). Aile İçinde Kadın-Erkek Rollerini. Türk Aile Ansiklopedisi. Cilt:3. T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu, Türkiye Yazarlar Birliği Vakfı
- İnce, C. (2020). Afetlerde sosyal savunmasız bir grup olarak yaşlılar: covid-19 örneği. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(9), 184-198.
- Karancı, N.A., Alkan, N., Akşit, B., Sucuoğlu, H. ve Balta, E. (1999). Gender differences in psychological distress, coping, social support and related variables following 1995 Dinar (Turkey) earthquake. *North American Journal of Psychology*, 1(2), 189-204.
- Karancı, N. A. ve Rüstemli, A. (1995). Psychological consequences of the 1992 Erzincan (Turkey) earthquake. *Disasters*, 19(1), 8-18.
- Kart, B., Yağcı, C., Gözgörer, B., Avcı, E. ve İşcan, F. (2023). Afet yönetimi için mobil uygulanma tasarımı ve cbs ile acil durum toplanma alanlarının uygunluğunun irdelenmesi: Konya ili örneği. *Doğal Afetler ve Çevre Dergisi*, 9(1), 1-15.
- Kasapoğlu, F. (2020). Covid-19 salgını sürecinde kaygı ile maneviyat, psikolojik sağlamlık ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Turkish Studies*, 15(4), 599-614.
- Kaval, A., Eken, E., Gönültaş, M., Zümbül, S., Tantan Ulu, S. ve Şahin, Z. B. (2022). Covid-19 pandemisinde bağlanmadan psikolojik sağlamlığa giden bir yol: romantik ilişki eğilimleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, (14), 192-202.
- Kılıç, C. ve Ulusoy M. (2003). Psychological effects of the November 1999 earthquake in Turkey: an epidemiological study. *Acta Psychiatr Scand*, (108), 232-238.
- Krishnaraj, M. (1997). Gender issues in disaster management: the latur earthquake. *Gender, Technology and Development*, 1(3), 395-411.
- Kümbetoğlu, B. (2015). *Sosyolojide ve antropolojide niteliksel yöntem ve araştırma*. Bağlam Yayınevi.
- Masten, A.S. and Reed, M. J. (2002). Resilience in Development. In C.R. Snyder, S.J.Lopez (Eds.). *Handbook of Pozitive Psychology*, 117-131.

- Nakajima, Ş. (2012). Deprem ve sonrası psikolojisi. *Okmeydanı Tıp Dergisi* 28(Ek sayı 2): 150-155, <https://doi.org/10.5222/otd.supp2.2012.150>
- Neumayer, E. and Plümper T. (2007). The gendered nature of natural disasters: the impact of catastrophic events on the gender gap in life expectanc. *Annals of the American Association of Geographers*, 97(3), 551-566.
- Okay, N. ve İlkaracan, İ. (2018). Toplumsal cinsiyete duyarlı afet risk yönetimi, *Dirençlilik Dergisi*, 2(1), 1-12.
- Öz, F. ve Bahadır Yılmaz, E. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik Sağlamlık, *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 82-89.
- Özdemir, M. (2010). Nitel veri analizi: sosyal bilimlerde yöntem bilim sorunsalı üzerine bir çalışma. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 323-343.
- Rubanis, A. A. ve Bickman, L. (1991). Psychological impairment in the wake of disaster: the disaster-psychopathology relationship. *Psychological Bulletin*, (109), 384-399.
- Sakarya, D. ve Güneş, C. (2013). Van depremi sonrasında travma sonrası stres bozukluğu belirtilerinin psikolojik dayanıklılık ile ilişkisi. *Kriz Dergisi*, 21(1-2-3), 25-32.
- Seplaki. C. L., Goldman. N., Weinstein. M. and Lin. Y. H. (2006). Before and after the 1999 Chi-Chi earthquake: Traumatic events and depressive symptoms in an older population. *Social Science & Medicine*, (62), 3121-3132.
- Şahin, Ş. ve Üçgül, İ. (2019). Türkiye’de afet yönetimi ve iş sağlığı güvenliği. *Afet ve Risk Dergisi*, 2(1), 43-63.
- Şimşek, M. H. ve Karaca, C. (2022). Davranışsal iktisat politikaları perspektifinden türkiye’de zorunlu deprem sigortası sistemi. *Anemon Muş Alparslan University Journal of Social Science*, 10(3), 1207-1220.
- Taşçı, G. ve Özsoy, F. (2021). Deprem travmasının erken dönem psikolojik etkileri ve olası risk faktörleri. *Cukurova Medical Journal*, 46(2), 488-494.
- Tıkman, F., Yıldırım, E. ve Şentürk, M. (2017). Göç metaforuna yolculuk: bir fenomenolojik çalışma. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(14), 104-126.
- Ünür, E. (2021). Afet yönetiminde toplumsal cinsiyet eşitsizliği: doğal afetlerde cinsiyete dayalı zarar görülebilirlik farkı. *İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(2), 351-381
- Yağar, F. ve Dökme S. (2018). Niteliksel araştırmaların planlanması: araştırma soruları, örneklem seçimi geçerlik ve güvenilirlik. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(3), 1-9.
- Yazıcı Çelebi, G. (2020). Covid-19 salgınına ilişkin tepkilerin psikolojik sağlamlık açısından incelenmesi. *Ibad*, 8, 471-483.
- Yeşil, S. ve Mavi, Y. (2023). Psikolojik dayanıklılığın çalışanlar açısından sonuçları: bir alan araştırması. *Journal of Dogus University*, 24(1), 113-140.
- Yıldırım, S. (2023). 6 Şubat Kahramanmaraş depreminin psiko-sosyal etkisi ve depremedelere yönelik sürdürülebilir müdahalenin önemi üzerine bir gözlem araştırması. *Anasay*, 7(4), 133-153.
- Yöndem, Z. D. ve Eren, A. (2008). Deprem stresi ile baş etme stratejileri ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 60-65.
- Yücel, H. (2020). Afet risk yönetiminde kurumsal sosyal sorumluluk. *International Journal of Management and Administration*, 4(8), 348-359.