

Afet Bilinci ve Stresli Durumlarla Başa Çıkma Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi

Özgür Güldü¹

Öz

Toplumların ve bireylerin yaşamında derin etkiler yaratan afetler bireysel, toplumsal, ekonomik ve çevresel birçok kayıplara ve zararlara neden olurlar. Bir afetin gerçekleşme olasılığı bile kişinin yoğun stres ve kaygı yaşamasına neden olabilir. Böyle bir durumda bireyin yaşamı ve geleceği üzerindeki kontrolü, güvenlik hissi, umutları ve benlik saygısı azalabilir. Dolayısıyla afetlerin doğrudan ya da dolaylı olumsuz etkileriyle mücadele edilebilmesi için kişinin afetlere ilişkin bilgi düzeyinin ve farkındalığının artırılması gereklidir. Bu çalışmanın amacı bireylerin afetlere yönelik bilgi ve farkındalık düzeyini ifade eden afet bilinci algısı ile stresli durumlarla karşılaştıklarında üstesinden gelebilmek için geliştirdikleri ve/veya sergiledikleri bilişsel ve davranışsal çabalar arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Araştırmanın örneklemini 250'si kadın ve 168'i erkek olmak üzere toplam 418 kişi oluşturmaktadır. Çalışmada Kişisel Bilgi Formu, Afet Bilinci Algı Ölçeği ve Stresle Başa Çıkma Ölçeği kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre afet bilinci algısı düzeyleri ve stresle başa çıkma tarzları arasında anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Afet bilinci algısı düzeyleri, stresle başa çıkma tarzlarını anlamlı düzeyde yordamaktadır. Katılımcıların afet bilinci algı düzeyleri ve stresle başa çıkma tarzları cinsiyet, yaş ve eğitim durumu sosyodemografik özelliklerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Benzer şekilde katılımcıların afet bilinci algı düzeyleri ve stresle başa çıkma tarzları da afetlere ilişkin yaşanmışlık, eğitim ve hazırlık durumlarına göre farklılaşmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Afet, Afet Bilinci Algısı, Afet Eğitimi, Stresle Başa Çıkma

Determining the Relationship Between Disaster Awareness and Coping with Stressful Situations

Abstract

Disasters, which have profound effects on the lives of societies and individuals, cause many individual, social, economic, and environmental losses and damages. The mere possibility of a disaster occurring can lead to intense stress and anxiety for individuals. In such a case, one's control over life and the future, a sense security, hopes, and self-esteem may decrease. Therefore, in order to cope with the direct or indirect negative effects of disasters, it is necessary to increase individuals' knowledge and awareness about disasters. The current study examines the relationships between the perception of disaster awareness, which expresses individuals' knowledge and awareness level about disasters, and the cognitive and behavioral efforts they develop and/or exhibit to overcome stressful situations. The sample of the research consists of a total of 418 individuals, 250 of whom are women and 168 are men. A Personal Information Form, Disaster Awareness Scale and Coping with Stress Scale were used in the data collection phase. According to the results of the analysis, it was determined that there were significant relationships

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Ankara Üniversitesi, Beypazarı Meslek Yüksekokulu, Seyahat Turizm ve Eğlence Hizmetleri Bölümü, Ankara
e-posta / e-mail: guldu@ankara.edu.tr ORCID No: 0000-0002-7503-4251

between the levels of perception of disaster awareness and coping styles with stress. Disaster awareness perception levels significantly predict coping styles with stress. Disaster awareness perception levels and coping styles of the participants differ significantly according to their gender, age, and sociodemographic characteristics. Similarly, the disaster awareness perception levels of the participants and their styles of coping with stress also differ according to their experiences of disasters, education, and preparedness.

Keywords: Coping with Stress, Disaster, Disaster Awareness Perception, Disaster Training

1. GİRİŞ

06 Şubat 2023 tarihinde yerel saat ile 04:17'de merkez üssü Sofalaca-Şehitkamil-Gaziantep olan ve 7.7 büyüklüğünde gerçekleşen ilk depremden sonra, aynı gün saat 13:24'de bu kez merkez üssü Ekinözü- Kahramanmaraş olan ve 7.6 büyüklüğünde gerçekleşen ikinci bir deprem daha meydana gelmiştir. Çok şiddetli olarak nitelendirilen bu iki deprem Güneydoğu Anadolu, Doğu Anadolu, İç Anadolu ve Akdeniz Bölgelerini kapsayan geniş bir alanda hissedilmiş; Kahramanmaraş, Gaziantep, Malatya, Elazığ, Diyarbakır, Kilis, Şanlıurfa, Adıyaman, Hatay, Osmaniye ve Adana illerinde büyük can kayıplarına ve yerleşim yerlerinde ağır hasarlara neden olmuşlardır (Kandilli Rasathanesi ve Deprem Araştırma Enstitüsü, 2023). 20 Mart 2023 tarihli AFAD açıklamasına göre depremde 50 bin 96 kişi hayatını kaybederken, 107 bin 204 kişi yaralanmıştır.

Geçmişten günümüze ülkemizde büyük yıkımlara neden olan 6 ve üzeri büyüklükte çok sayıda deprem meydana gelmiştir: 1930'da 7.6 büyüklüğünde Hakkari, 1939'da 7.9 büyüklüğünde Erzincan, 1944'te 7.5 büyüklüğünde Bolu-Gerede, 1976'da 7.5 büyüklüğünde Van-Çaldıran, 17 Ağustos 1999'da 7.4 büyüklüğünde Kocaeli-Gölcük, 12 Kasım 1999'da 7.2 büyüklüğünde Bolu-Düzce, 2011'de 7.2 büyüklüğünde Van, 24 Ocak 2020'de 6.8 büyüklüğünde Elazığ ve 30 Ekim 2020'de 6.6 büyüklüğünde İzmir depremleri gibi. Görüldüğü üzere depremler Türkiye'nin kaçınılmaz bir gerçeğidir. Çünkü deprem üreten genç ve aktif fayların sıklığı nedeniyle ülkemiz topraklarının %93'ü deprem riski ve nüfusunun %98'i belirli derecelerde deprem etkisi altındadır (Aydınbaş, 2023). Ancak sadece depremler değil, tarihi boyunca Türkiye birçok afete maruz kalmış ve günümüzde de hem iklimsel özellikleri hem de jeolojik konumu nedeniyle sıklıkla doğa kaynaklı afetlere, zaman zaman da insan kaynaklı afetlere maruz kalma riski ile karşı karşıyadır (Altun, 2018).

Afetler toplumların yaşamında derin etkiler yaratan, normal hayatı ve insan faaliyetlerini durduran ya da kesintiye uğratan, fiziksel, toplumsal, ekonomik ve çevresel düzeylerde ciddi kayıpları beraberinde getiren ve toplumların kendi başlarına üstesinden gelebilmelerinin oldukça zor olduğu olay ya da durumlar olarak nitelendirilmektedir (Karancı ve İkizer, 2017). Afetler çok farklı şekillerde ortaya çıkabilmektedir. EM-DAT Uluslararası Afet Veritabanı'nda (2022) afetler, doğa kaynaklı ve teknolojik olmak üzere iki temel kategoride ele alınmıştır. Doğa kaynaklı afetler 6 kategoride (jeofiziksel, meteorolojik, hidrolojik, klimatolojik, biyolojik, uzay kaynaklı) 17 afet türünü, teknolojik afetler de 3 kategoride (endüstriyel kazalar, ulaşım kazaları ve çeşitli kazalar) 16 afet türünü kapsamaktadır. DeWolfe (2000) ise öngörülemez bir şekilde ortaya çıkan afetlerin büyüklüğü ve kapsamı, ne zaman sona ereceği, tekrarlanma olasılığı, afetin gerçekleştiği bölgenin kültürel özellikleri, kaynakları, afet yönetim uygulamaları, afet sonrası sunulan hizmetler ve insanlar üzerinde yarattığı etkiler bakımından da farklılaşacağını ifade etmiştir. Afetleri ortaya çıkaran nedenler farklılık gösterse de afetlerle karşı karşıya kalan kişiler ölümle yüz yüze gelme, ölüme şahit olma, yakınlarına ulaşamama, yerinden edilme ve ekonomik çöküntü gibi çoklu travmatik durumlara maruz kalmaktadırlar. Dolayısıyla afetler, yaratmış oldukları bu sıra dışı etkilerle kişilerin gündelik hayat deneyimlerinin çok ötesinde yani alışagelmışin dışında olaylardır. Tıpkı toksik bir yiyeceğin bedende yarattığı olumsuz etki gibi, afetler de bireylerin ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkilere neden olmakta ve aynı zamanda ulusal ve toplumsal dengeler üzerinde yaygın ve uzun süreli olumsuz etkileri de beraberinde getirmektedirler (Işıklı ve Tüzün, 2017). Herman (2019) aşırı ve normal yaşamın dışında olarak nitelendirilen felaketlerin, dünya

genelinde sıklıkla yaşandığını ifade etmiştir. Ona göre bireyin mevcut davranış sistemini alt üst eden, olağan uyumunu bozan ve aşırı derecede tehdit içeren yaşantılar, gittikçe daha fazla günümüz dünyasının ve bireysel yaşamın bileşenleri haline gelmektedirler. Yazıcı ve ark. (2022) göre kişi birebir maruz kalmasa da afetlere ve felaketlere tanıklık etmesi, yakınlarının bu durumlarla karşılaşması, mesleği gereği bu olaylara müdahale etmesi ve hatta bunlara ilişkin haberleri izlemesi ya da okuması bile onun üzerinde travmatik etkilere neden olabilmektedir. Diğer bir değişle bireyin yaşamının olağan akışında bir afetle karşılaşma olasılığı düşük olduğunda bile tehlike altında olabileceğine yani herhangi bir afet sonucunda zarar görebileceğine ilişkin değerlendirmesi onun mevcut davranış sisteminin alt üst olmasına ve yaşamla olan uyumunun bozulmasına yol açmaktadır. Roudini ve ark. (2017) afetlerin bu olumsuz psikolojik etkilerden kişileri koruyabilmek ya da en az düzeyde etkilenmelerini sağlayabilmek için afetlere psikolojik olarak hazırlıklı olmanın önemini vurgulamışlardır. Nitekim Ulaş Kadioğlu ve Uncu (2018) da afetlerle etkili bir biçimde mücadele edebilmek ya da neden olacakları kayıpları ve zararları azaltabilmek için afetler gerçekleşmeden önce hazırlık çalışmaları yürütülmesinin gerekli olduğunu belirtmişlerdir. Onlara göre bu süreçte toplum genelinde afetlere yönelik farkındalığın artırılması, bireylerin afet bilinç ve bilgi düzeylerinin yükseltilmesi ve afetlerle hazırlıklı olma ve başa çıkma yönündeki davranışların geliştirilmesi hedeflenmelidir. Karancı ve İkizer (2017) de kişilerin bir afetle karşılaştıktan sonra onların iyilik hallerinin desteklenmesi için gerekli psikososyal müdahalelerin geliştirilmesi ve bunların etkin bir şekilde uygulanmasının önemini vurgulamışlardır. Onlara göre bu süreci öncelikle gerçekleştirebilmek için afetlerin psikososyal etkilerini incelenmesi ve afetlere hazırlık olunması için risk algısı, öz ve toplumsal yeterlilik düzeylerinin belirlenmesi önemlidir. Benzer şekilde McLennan ve ark. (2020) da bir afette hayatta kalma olasılığının artırılması, afetlerin neden olduğu yaşam koşullarındaki değişiklikler ile ekonomik düzeydeki kayıplarla başa çıkabilmesi için koruyucu bir planlamanın yapılmasının (örn. ev içinde güvenli bir yerin ya da evin dışında bir buluşma yerinin belirlenmesi gibi) gerekliliğini vurgulamışlardır. Bu planın gerçekleştirilmesinde ihtiyaç duyulan alt yapının oluşturulması için öncelikle psikolojik olarak afetlere hazırlıklı olunmalıdır. Ancak Roudini ve ark. (2017) çoğu kişinin afetlerin insan sağlığı üzerindeki olumsuz psikolojik etkilerinin yeterince farkında olmadıklarını ifade etmişlerdir. Onlara göre bir afete hazırlık aşamasında çoğunlukla daha acil ve temel fiziksel ihtiyaçlara odaklanılmakta, bireyleri afetlere psikolojik olarak hazırlamanın önemi göz ardı edilmekte ve bu yöndeki hazırlık çalışmaları genellikle ihmal edilmektedir. Aksine bir afet olası bile olsa bireylerin ve toplumların bu afete karşı psikolojik olarak hazırlanması, afet gerçekleştiğinde kişilerin daha mantıklı ve akıllıca düşünmelerine ve ciddi yaralanma ve can kaybı riskinin azalmasına yardımcı olacaktır. Boylan (2016) afete psikolojik hazırlığı kişinin bir afet karşısında duygusal ve psikolojik tepkilerini yönetme becerisini kazanma süreci olarak tanımlamıştır. Agarwal ve ark. (2020) göre de psikolojik hazırlık, afetlere ilişkin bilişsel farkındalık ile neden olduğu olumsuzluklarla duygusal yönden başa çıkabilme becerisinin kazanılması sürecidir. Morrissey ve Reser (2003) bu süreci kişinin bilgi edinme, ilgi duyma, beklenti oluşturma, tanıma, uyarılma, düşünme, hissetme, niyet etme ve karar vermeyi içerecek şekilde düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını yönetmesi olarak değerlendirmişlerdir. Boylan (2016) ise psikolojik hazırlığın bir afet durumunun birey tarafından yeterli düzeyde değerlendirilmesi ve yaratmış olduğu stresle başa çıkabilme becerisinin kazanılmasını kapsadığını belirtmiştir. Ona göre afete psikolojik hazırlık, fiziksel hazırlıklarla birlikte (afete ilişkin gerekli ekipmanın temin edilmesi, ev içinde düzenlemelerin yapılması, yiyecek-ıçecek, deprem çantası ve ilk yardım çantasının hazırlanması vb.), afetlerin neden olabileceği olası psikolojik olumsuzlukların (stres, korku, öfke, kaygı ile depresyon ve travma sonrası stres bozukluğu vb.) azaltılması için alınabilecek önlemlerin belirlenmesinde ve uygulanmasından etkili olacaktır.

Tekin ve Dikmenli'ye (2021) göre afetlere yönelik psikolojik hazırlık çalışmalarında etkin bir afet bilincine sahip olunması oldukça önemlidir. Uygun Seven (2022) afet bilinci algısını bireyin afet olasılığında bile durumu duyularıyla doğru bir şekilde algılama ve yönetebilme becerisi olarak tanımlamıştır. Ona göre bu süreç bir afet tehdidinin fark edilmesi, önlenmesi ya da etkilerinin

hafifletilmesi için yapılabileceklerle ilişkin mevcut bilgilerin kullanılması ve yıkıcı etkileriyle de duygusal düzeyde başa çıkılabilemesini içerir. Böylece afet bilinci algı düzeyi yüksek olan bir kişi olası kayıplarını en az düzeye indirebilmek için afetler öncesinde, gerçekleştiği sırada ve sona erdikten sonra yapılması gerekenleri bilecek ve hayati önem taşıyan afet sürecini yönetmekte çok daha etkin olacaktır. Benzer şekilde Dikmenli ve Yakar (2019) ile İnal ve ark. (2012) da bireylerin afetlerin üstesinden gelebilmelerinin psikolojik olarak hazırlıklı olmaları ve gerekli bilgi ile bilinç düzeyine ulaşmalarıyla mümkün olabileceğini ifade etmişlerdir. Onlara göre afetlerin olumsuz etkilerinin azaltılabilemesi ancak bir afet gerçekleşmeden ya da afetin gerçekleşme olasılığı belirlediği andan itibaren yapılan ön çalışmalar ve hazırlıklar ile mümkündür. Böylece afet bilinci gelişmiş olan toplumların afetlerin olumsuz etkilerini sınırlandırmaları ve üstesinden gelebilmeleri daha hızlı ve kolay olacaktır. Ancak bu sürecin gerçekleştirilebilmesi için nitelikli bir afet eğitiminde de planlanması ve uygulanması gereklidir. Bunun içinde bireylerin bir afet gerçekleşmeden önce ne gibi önlemler alabileceklerini ve hangi davranışları geliştirebileceklerine ilişkin planlı ve programlı bir eğitim içeriğinin oluşturulması ve bunun toplumun her kesimine sunulması gerekmektedir. Bu gerçekleştiği taktirde bir toplum, afetlere karşı yeterli bilgi düzeyine ve yüksek düzeyde afet bilincine sahip olacaktır. Ancak Türkiye gibi gelişmekte olan ya da az gelişmiş birçok ülkede afetlere psikolojik ve fiziksel olarak hazırlıklı olunmasına yönelik farkındalık düzeyinin sağlanmasının yanı sıra afet eğitiminin planlanması ve uygulanmasına ilişkin çalışmalar yeterli düzeyde değildir. Ne yazık ki bu hususlar afetlerin yüksek düzeyde can kayıplarına ve ciddi yıkımlara neden olmasını da beraberinde getirmektedir. Ayrıca hayatta kalan ya da şahit olan kişilerde afetlerin yıkıcı doğasına bağlı olarak çeşitli psikolojik sorunların ortaya çıkması da oldukça olasıdır (Özkan ve Kutun, 2021). Afetler ve ruh sağlığı alanındaki çalışmaları bireylerin afetlerden farklı şekillerde etkilendiklerini belirlemişlerdir. Genel olarak afetler bireylerin kontrol hislerinde ve benlik saygılarında azalmaya neden olurlar. Ayrıca afet kurbanlarında travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), akut stres bozukluğu, majör depresif bozukluk ve anksiyete bozukluklarının yaygın olarak görülmektedir. Özellikle de bir afetin ilk aşamalarında yani afet olacağına yönelik ilk uyarıların hissedildiği ve hemen sonrasında da afetin yaşanmaya başladığı anlarda kişiler, stres, korku, kaygı, endişe gibi yoğun duygusal tepkiler göstermekte ve bu tepkiler onların afet sırasındaki davranışlarını olumsuz yönde etkilemektedir (Aras ve Demirci, 2020; Corr, 2019, Karancı, 2008; Lee ve Lee, 2019; Makwana, 2019). Boylan (2016) da afetin neden olduğu yüksek düzeydeki stresin, mağdurun afetle ve etkileriyle baş edebilmesi için sergilemesi gereken bilişsel ve davranışsal performansın olumsuz yönde etkilendiğini ifade etmiştir. Bununla birlikte Mishra ve Mazumdar (2015) afetlere ilişkin bilgi ve bilinç düzeyi arttığında ve psikolojik olarak da afetlere hazırlıklı hale gelindiğinde afetlerin neden olduğu bu olumsuz duygusal tepkilerin yönetilebileceğini ve kişilerin afet sürecine dair daha mantıklı ve doğru kararlar vereceğini belirtmişlerdir. Ayrıca afetlerle ve neden oldukları olumsuz duygusal tepkilerle baş etme becerisinin kazanılmasının, afet uyarılarının alındığı ve gerçekleştiği ilk aşamalarda ortaya çıkabilecek travmatik etkileri de azaltacağını, hızlı bir iyileşme sürecini beraberinde getireceğini ve uzun süreli çeşitli psikopatolojik bozuklukları yaşama olasılığını da azaltacağını ileri sürmüşlerdir. Diğer bir deyişle bireyin afetlere psikolojik olarak hazırlıklı hale gelmesi ve afetlere yönelik bilinçlilik düzeyinin artması, bireyin bir afet tehdidine yönelik psikolojik uyumunu kolaylaştıracak ve afetin neden olduğu stresle başa çıkma becerisini de arttıracaktır. Witruk (2014) başa çıkmayı kişiyi stres yaratan olayların olumsuz psikolojik etkilerinden korumayı amaçlayan davranışlar olarak tanımlamıştır. Bireylerin travmatik bir olayı nasıl değerlendirdikleri ve tepki verdikleri onların olayları algılayış biçimlerine ve düşünme tarzlarına göre farklılık göstermektedir. Bazı kişiler bu olaydan olumsuz olarak etkilenip ciddi psikolojik sorunlarla karşı karşıya kalırken, diğerleri stres yaratan bu duruma karşı daha dayanıklıdır ve yaşadıklarının üstesinden gelerek afet öncesi durumlarına dönmeleri daha hızlı olabilmektedir. Ancak etkilenmenin şiddeti afetin özellikleri, kişilerin demografik özellikleri (yaş, eğitim ve gelir düzeyi vb.), afet öncesi durumları, afet sonrası yaşanan zorluklar ve bunlarla nasıl başa çıktığıyla ilişkilidir. Bu kapsamda psikolojik dayanıklılık ve stresle başa çıkma kavramları son yıllarda araştırmalarda sıklıkla yer alınmaktadır (Cüceloğlu, 2016; İkizer ve Gül, 2017; Malkina-Pykh ve Pykh, 2013; Witruk, 2014).

Psikolojik dayanıklılık, bireyin yaşamında alışlagelmişin dışında olumsuz sonuçlar doğurabilecek bir olayla karşılaştığında kendisini kolaylıkla toparlayıp yeni duruma uyum sağlayabilmesini ve psikopatolojik bir bozukluk geliştirmeme kapasitesini ifade eder. Bu olgu bireyin travmatik etkileri yüksek olan bir olay sonrasında travma sonrası stres belirtileriyle başa çıkmasında ve günlük yaşama uyum sağlayabilmesinde önemli rol oynar (Erdener, 2019). Bu kavramla yakından bağlantılı olan diğer bir kavramda stresle başa çıkabilme becerisidir. Stresle başa çıkma, bireylerin stresli durumlarla karşılaştıklarında etkilerini azaltabilmek, üstesinden gelebilmek ya da tolere edebilmek için geliştirdikleri bilişsel ve davranışsal çabalarıdır. Bu çabalar problem odaklı (aktif başa çıkma) ve duygu odaklı (pasif başa çıkma) olmak üzere iki temel strateji içerir. Problem odaklı başa çıkma tehdit edici ve stres yaratıcı bir olayın etkisini hafifletebilmek ya da ortadan kaldırabilmek için aktif, mantıklı, serinkanlı ve bilinçli çabaları kapsar. Duygu odaklı başa çıkma ise stres yaratıcı bir durumla doğrudan mücadele ederek etkisini azaltmak yerine, bu durumdan uzak durma, gerçekliğini yadsıma, kaçınma ve çevresiyle paylaşarak destek arama gibi yaklaşımları içerir (Folkman ve ark., 1986). Kodakoğlu ve Akyön'e (2021) göre stresle başa çıkmanın amacı, stresi tamamen ortadan kaldırmak değildir. Aksine bireyin yaşamını ve verimliliğini olumsuz yönden etkileyen stres miktarını azaltabilmeyi ve bu seviyede tutabilmeyi öğrenmektir. Böylece stres faktörlerinin oluşturduğu duygusal gerilimin azalması ya da yok edilmesi mümkün olacaktır. Ayrıca stresle başa çıkma adına gösterilen duygusal ya da davranışsal tepkiler, bireyin gelecekte karşılaşılabileceği tehdit edici ya da stres yaratıcı olaylarla ya da durumlarla başa çıkabilmesi için onu daha donanımlı hale getirecektir. Doğan ve Mümin (2013) ise stresle baş edebilmenin herkes için geçerli olabilecek tek bir yolu olmadığını ileri sürmüşlerdir. Çünkü stres ve yarattığı etki kişiye özgüdür. Her bireyin stres yaratan bir durumla karşılaştığında açık veren zayıf bir yönü bulunmaktadır. Dolayısıyla birey stresle başa çıkabilmek için kişilik özelliklerine ve hayat tarzına uygun bir yöntemi bulmalı ve bunu stresini yönetebilmek için kullanmalıdır.

Bu çalışmada bireylerin afetlere yönelik bilgi ve farkındalık düzeyini ifade eden afet bilinci algısı ile stresli durumlarla karşılaştıklarında üstesinden gelebilmek için geliştirdikleri ve/veya sergiledikleri bilişsel ve davranışsal çabalar arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu genel amaç çerçevesinde belirlenen araştırma hipotezleri şunlardır:

- H₁. Katılımcıların afet bilinci algı düzeyleri ile stresle başa çıkma tarzları arasında anlamlı ilişkiler vardır.
- H₂. Afet bilinci algı düzeyleri, stresle başa çıkma tarzlarını anlamlı düzeylerde yordayacaktır.
- H₃. Katılımcıların afet bilinci algı düzeyleri cinsiyet, yaş ve eğitim durumu sosyodemografik özelliklerine göre anlamlı düzeyde farklılaşacaktır.
- H₄. Katılımcıların stresle başa çıkma tarzları cinsiyet, yaş ve eğitim durumu sosyodemografik özelliklerine göre anlamlı düzeyde farklılaşacaktır.
- H₅. Katılımcıların afet bilinci algı düzeyleri, afetlere ilişkin yaşanmışlık durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşacaktır.
- H₆. Katılımcıların afet bilinci algı düzeyleri, afetlere hazırlık durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşacaktır.
- H₇. Katılımcıların stresle başa çıkma tarzları, afetlere ilişkin yaşanmışlık durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşacaktır.
- H₈. Katılımcıların stresle başa çıkma düzeyleri, afetlere hazırlık durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşacaktır.

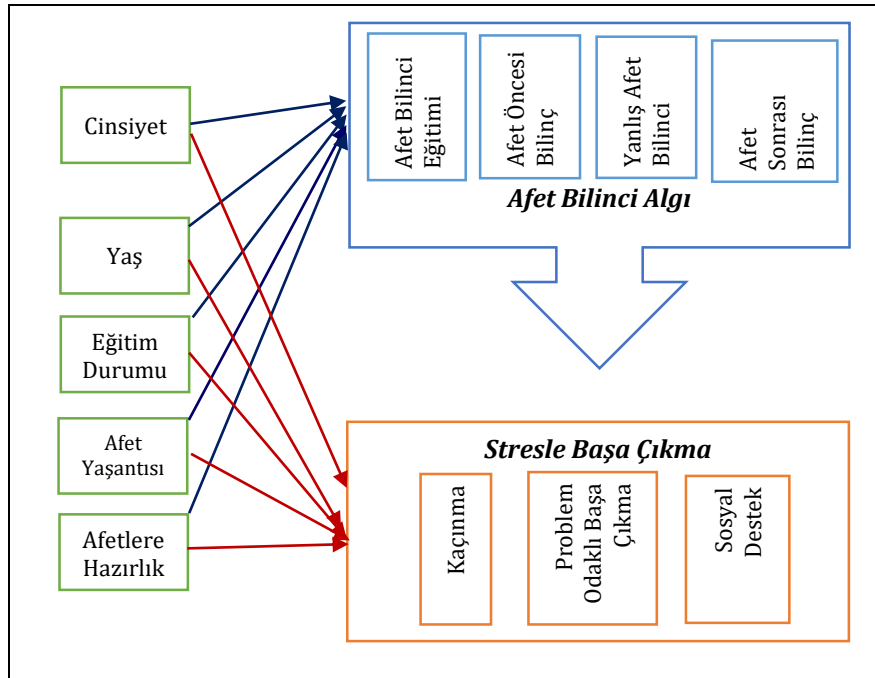
2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmanın amacını gerçekleştirmek için tarama araştırmalarından ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama araştırmaları "bir konuya ya da olaya ilişkin katılımcıların görüşlerinin ya

da ilgi, beceri, yetenek, tutum vb. özelliklerinin belirlendiği, genellikle diğer araştırmalara göre görece daha büyük örneklemeler üzerinde yapılan araştırmalardır” (Büyüköztürk ve ark., 2014, s.177). Bu araştırma türünde amaç, araştırma konusunun halihazırdaki durumuna ilişkin bir betimleme yapmak; katılımcıların görüşlerini ya da özelliklerini belirlemektir (Büyüköztürk ve ark., 2014). Tarama araştırmalarından biri olan ilişkisel tarama modeli “iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan” araştırmalardır (Karasar, 2020, s.114). Bu araştırma modeli ile değişkenler arasındaki ilişkiler açığa çıkarılır ve bu ilişkilerin düzeyleri belirlenir. Ancak bu araştırma modeli ile ortaya konan ilişkiler gerçek bir neden-sonuç ilişkisi olarak yorumlanamaz. Bununla birlikte bu yönde çeşitli ipuçları veren, bir değişkendeki durumun bilinmesi halinde diğer değişkendeki durumun tahmin edilmesinde faydalı olabilecek sonuçlar ortaya koyar (Büyüköztürk ve ark., 2014; Karasar, 2020).

Bu çerçevede araştırmada afet bilinci algı düzeyleri ile stresli durumlarla başa çıkma tarzları arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amaçlandığı için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma kavramsal modeli Şekil.1’de sunulmuştur.



Şekil 1. Afet bilinci algısı ile stresle başa çıkma arasındaki ilişkileri ele alan araştırma kavramsal modeli

2.2. Katılımcılar

Türkiye geçmişten günümüze geniş bir afet çeşitliliğiyle örneğin deprem, sel, heyelan, çığ, kaya düşmesi, fırtına ve kuraklık gibi doğa kaynaklı afetler; ulaşım kazaları, yangın, endüstriyel kazalar, terör saldırıları ve göç gibi insan kaynaklı afetler ve son yıllarda tüm dünyada olduğu gibi ülkemizi de derinden etkileyen COVID-19 salgınıyla yani afetiyle mücadele etmiştir. Ne yazık ki 06 Şubat 2023 tarihinde Güneydoğu Anadolu, Doğu Anadolu, İç Anadolu ve Akdeniz Bölgelerini kapsayan geniş bir alanda çok şiddetli iki deprem meydana gelmiştir. Tüm bu afetlerin sonucunda çok sayıda insanımız hayatını kaybetmiş, yaralanmış ya da ciddi ekonomik sonuçlarla karşılaşmıştır. Depremler meydana geldikleri bölgelerin dışında yaşayanlarda da ciddi olumsuz etkilere neden olmuşlardır. Bireyler hem bu etkilerle mücadele ederken hem de afet mağdurlarına yardım edebilmek için çalışmışlardır. Nitekim Ankara Çankaya ilçesinde ikamet eden çok sayıda kişi de ülkemiz genelindeki diğer vatandaşlarımız gibi depremzedelere çeşitli konularda yardım edebilmek ve yardımlarını şahsen onlara ulaştırabilmek için deprem bölgesine gitmişler ya da

çeşitli devlet kurumlarının yardım kampanyalarına destek olabilmek için yoğun bir çaba harcamışlardır. Bu sürecin birebir gözlenmesi ve hedef kitleye kısa sürede ulaşılabilmesi için araştırma evreni olarak Ankara ili merkez ilçesi Çankaya’da ikamet edenler seçilmiştir. Araştırmaya dahil edilme ölçütleri Çankaya ilçesi sınırları içerisinde ikamet etme, 18-65 yaş aralığında ve okur-yazar olma olarak belirlenmiştir. Belirlenen ölçütlere uygun bir örneklem oluşturmak için olasılığa dayalı örnekleme yöntemlerinden biri olan basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılmış ve 418 kişi çalışmanın örneklemini oluşturmuştur. Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri Tablo 1.’de sunulmuştur. Katılımcıların 250’si kadın (%59,8) ve 168’i erkektir (%40,2). 20-30 yaş grubu (%46,4) ve 31-40 yaş grubunda (%42,1) yer alan katılımcılar örneklemin büyük çoğunluğunu oluştururken, bu grupları sırasıyla %8,4 ile 41-50 yaş grubu ve %3.1 ile 51-65 yaş grubu izlemiştir. Görüldüğü üzere araştırma örneklemini nispeten gençlerden ve genç yetişkinlerden oluşmaktadır. Katılımcıların çoğunluğu lise mezunu (%45,2) iken, diğer katılımcıların %25,1’i lisans, %20.6’sı önlisans, %4.8’i ilkököl ve %4.3’ü ortaokul düzeylerinde eğitim almışlardır.

Tablo 1. Katılımcıların Sosyodemografik Profili

Sosyodemografik Özellikler	n	%
<i>Cinsiyet</i>		
Kadın	250	59.8
Erkek	168	40.2
<i>Yaş</i>		
20-30	194	46.4
31-40	176	42.1
41-50	35	8.4
51-65	13	3.1
<i>Eğitim Durumu</i>		
İlkokul	20	4.8
Ortaokul	18	4.3
Lise	189	45.2
Ön lisans	86	20.6
Lisans	105	25.1

N = 418

2.3. Örneklem Büyüklüğü ve İstatistiksel Güç Değerlendirmesi

Araştırma örneklemini Ankara ili merkez ilçesi Çankaya ilçesi sınırları içerisinde ikamet eden, 18-65 yaş aralığında ve okur-yazar olan 418 kişi oluşturmuştur. Örneklemin gücünü belirlemek için “G. Power-3.1.9.2” programı ile anlamlılık seviyesi 0.05 ve güven aralığı %95 alınarak geriye dönük güç analizi (post-doc power analysis) gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın temel hipotezi olan, afet bilinci algı düzeylerinin stresle başa çıkma tarzlarını anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığının belirlenmesi için çoklu doğrusal regresyon analizi (standart yaklaşım) gerçekleştirilmiştir. Araştırmadaki regresyon modellerinin etki büyüklüklerinin belirlenmesi için Cohen’s f^2 (Cohen, 1988) hesaplanmıştır. Cohen (1988) regresyon modelleri için etki büyüklüklerini (f^2) .02 (küçük), .15 (orta) ve .35 (yüksek) olarak önermiştir (akt. Aguinis ve ark., 2005). Geriye dönük güç analizlerinde ilk olarak Tablo 3’te verilen afet bilinci algı düzeylerinin kaçınma üzerindeki etkisi değerlendirilmiş, determinasyon katsayısı 0,038 olarak alındığında; %95 güven ($1-\alpha$), $f^2=0,040$ etki büyüklüğü ve 418 kişi ile testin gücü ($1-\beta$) %91,8 olarak elde edilmiştir. İkinci olarak afet bilinci algı düzeylerinin problem odaklı başa çıkma üzerindeki etkisinde determinasyon katsayısı 0,123 olarak alındığında; %95 güven ($1-\alpha$), $f^2=0,140$ etki büyüklüğü ve 418 kişi ile testin gücü ($1-\beta$) %99,9 olarak hesaplanmıştır. Son aşamada ise afet bilinci algı düzeylerinin sosyal destek üzerindeki etkisinde determinasyon katsayısı 0,022 olarak alındığında; %95 güven ($1-\alpha$), $f^2=0,023$ etki büyüklüğü ve 418 kişi ile testin gücü ($1-\beta$) %68 olarak belirlenmiştir. Sosyal destek değişkeninde testin gücü nispeten düşük olmakla birlikte hem

kaçınma hem de problem odaklı başa çıkma değişkeni için testin gücü oldukça yüksektir. Genel olarak değerlendirildiğinde örneklem büyüklüğünü çalışma için yeterli düzeydedir.

2.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Afet Bilinci Algı Ölçeği ve Stresle Başa Çıkma Ölçeği kullanılarak veri toplanmıştır.

2.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Bu bölümde katılımcılara 11 soru yöneltilmiştir. Formda öncelikle katılımcıların bireysel özelliklerinin belirlenmesi için cinsiyet, yaş ve eğitim durumlarına ilişkin demografik sorulara yer verilmiştir. Bu soruları katılımcıların kendilerinin ve yakınlarının afetlere maruz kalıp kalmadıklarının ve varsa kayıplarının belirlenmesine yönelik “afetlere ilişkin yaşanmışlığa” dair sorular (4 soru) izlemiştir. Son olarak formda katılımcıların afetlere yönelik eğitim ve hazırlıklarının belirlenmesi için “afetlere hazırlık durumlarına” ilişkin 3 soru yer almıştır.

2.4.2. Afet Bilinci Algı Ölçeği

Ölçek, afetlerden korunmak ya da onlardan gelebilecek zararı azaltmak için gerekli olan afet bilinçlilik düzeyini ölçmek amacıyla Dikmenli ve ark. (2018) tarafından geliştirilmiştir. 36 maddeden ve dört alt boyuttan oluşmaktadır: Afet eğitimi bilinci (13 madde), afet öncesi bilinç (8 madde), yanlış afet bilinci (8 madde) ve afet sonrası bilinç (7 madde). Ölçeğe “kesinlikle katılmıyorum (1 puan) ile “kesinlikle katılıyorum (5 puan)” arasında değişen beş basamaklı likert tipi bir ölçek üzerinden cevap verilmektedir. Ölçekten alınabilecek puanlar 36-180 arasında değişmektedir. Ölçekten yüksek puan alınması kişinin afet bilinci algısı düzeylerinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin tamamı için Cronbach alfa içtutarlılık katsayısı .72; alt boyutlarının Cronbach alfa içtutarlılık katsayıları ise afet eğitimi bilinci için .75, afet öncesi bilinç için .77, yanlış afet bilinci için .70 ve afet sonrası bilinç için de .67 olarak belirlenmiştir (Dikmenli vd., 2018). Bu çalışmada da ölçeğin bütünü için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .91, alt boyutlarının Cronbach alfa içtutarlılık katsayıları ise afet eğitimi bilinci için .85, afet öncesi bilinç için .88, yanlış afet bilinci için .81 ve afet sonrası bilinç için de .77’dir.

2.4.3. Stresle Başa Çıkma Ölçeği

Ölçek bireyin karşılaştığı stresli bir durumun üstesinden gelebilmek için geliştirdiği ve/veya sergilediği bilişsel ve davranışsal çabaları ölçmek amacıyla Türküm (2002) tarafından geliştirilmiştir. 23 maddeden ve üç alt boyuttan oluşmaktadır: Kaçınma (8 madde), problem odaklı başa çıkma (8 madde) ve sosyal destek (7 madde). Ölçeğe “hiç uygun değil (1 puan) ile tamamen uygun (5 puan)” arasında değişen beş basamaklı likert tipi bir ölçek üzerinden cevap verilmektedir. Ölçekten alınabilecek puanlar 23-115 arasında değişmektedir. Ölçeğin tamamı için Cronbach alfa içtutarlılık katsayısı .78, alt ölçeklerin Cronbach Alfa Katsayıları ise kaçınma alt boyutu için .65, problem odaklı başa çıkma alt boyutu için .80 ve sosyal destek alt boyutu için .85 olarak belirlenmiştir (Türküm, 2002). Bu çalışmada da ölçeğin bütünü için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .80, alt boyutların Cronbach Alfa Katsayıları ise kaçınma alt boyutu için .58, problem odaklı başa çıkma alt boyutu için .85 ve sosyal destek alt boyutu için .82’dir.

2.5. İşlem

Araştırmanın yürütülebilmesi için Ankara Üniversitesi Etik Kurulu’ndan etik kurul izni alınmıştır (15.12.2022 tarih ve 24/77 sayılı karar). Araştırma örnekleminde yer alacak gönüllülere Çankaya ilçesi sınırları içerisinde yer alan ve bu bölgede ikamet edenlerin sıklıkla kullandığı kamusal alanlarda (parklar, spor alanları, alışveriş merkezleri vb.) ulaşılmıştır. Katılımcılara, anket formu verilmeden önce araştırmanın amacı hakkında bilgi verilmiş, katılımın gönüllülük esasına dayandığı, kimlik bilgilerini istenmediği ve anketteki soruların cevaplanmasının yaklaşık 15 dakika sürdüğü ifade edilmiştir. Bu bilgilendirmeler, araştırmaya katılmayı kabul edenlere soruları cevaplanmadan önce imzalamaları için sunulan Aydınlatılmış Onam Formu aracılığıyla da iletilmiştir.

3. VERİLERİN ANALİZİ

Verilerin analizine geçilmeden önce veri girişinin doğruluğu kontrol edilmiş ve uçdeğer olup olmadığı incelenmiştir. Veri setinde 10 uçdeğer belirlenmiştir. Uçdeğerleri veri setinden çıkararak örneklem büyüklüğünü zarar vermemek için uç değerlerin uyumunu sağlama tekniklerinden biri olan ucunu kesme tekniği kullanılmıştır. Bu teknikte uç değerler, mantıksal bir çerçevede en yüksek ya da en düşük puanlar olarak tekrar veri setine girilmektedir. Böylece verilerin göreceli sırası aynı kalmakta, en yüksek ve en düşük değerler korunmakta ve dağılımsal problemler en aza indirgenmektedir (Akbaş ve Koğar, 2020; Yılmaz ve Koğar, 2015). Bu analizden sonra, değişkenlerin dağılımının normalliğe uygunluğu test edilmiştir. Öncelikle ölçek puanların çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiş ve bu katsayıların ± 1 standart sapma değerinden küçük olup olmadığı incelenmiştir. Çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde hepsinin ± 1 standart sapma değerinden küçük olması nedeniyle dağılımın normalliği karşıladığı kabul edilmiştir (Şencan, 2005). Ölçek puanlarının normallik varsayımının karşılayıp karşılamadığının incelenmesinde bir diğer ölçüt olarak da çarpıklık katsayısının -1 ve +1 arasında olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma ölçeklerinden alınan puanların çarpıklık katsayılarının -1 ve +1 aralığı içerisinde olduğu görülmüştür. Bu sonuç da ölçek puanlarının normal dağıldığının diğer bir göstergesi olarak kabul edilmiştir (Morgan vd., 2013).

Araştırma denencelerinin sınanmasında öncelikle afet bilinci algı düzeyleri ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişki düzeylerinin belirlenmesi için korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. İkinci aşamada afet bilinci algı düzeylerinin, stresle başa çıkma tarzlarını yordayıp yordamadıkları regresyon analizi ile incelenmiştir. Üçüncü aşamada katılımcıların afet bilinci algı düzeylerinin ve stresli durumlarla başa çıkma tarzlarının cinsiyet, yaş ve eğitim durumu bakımından anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadıkları belirlenmiştir. Son aşamada ise katılımcıların afet bilinci algı düzeyleri ve stresle başa çıkma tarzlarının afetlere ilişkin yaşanmışlık ile afetlere hazırlık düzeylerine ilişkin sorulara verilen cevaplara göre (evet-hayır) anlamlı bir fark gösterip göstermediği incelenmiştir. Analizlerde IBM SPSS 25.0 programı kullanılmıştır.

3.1. Bulgular

3.1.1. Değişkenler Arası İlişkiler

Afet bilinci algı düzeyleri ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkilerin düzeyleri Pearson Korelasyon Katsayısı (Pearson r) Analizi kullanılarak belirlenmiştir. Ölçek puanları arasındaki korelasyonlar ile katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların ortalama ve standart sapmaları Tablo 2.'de sunulmuştur.

Tablo 2. Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyonlar Katsayıları ile Ortalama ve Standart Sapmalar

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7
1. Afet Eğitimi Bilinci	-						
2. Afet Öncesi Bilinç	.54**	-					
3. Yanlış Afet Bilinci	.36**	.32**	-				
4. Afet Sonrası Bilinç	.34**	.41**	.20**	-			
5. Kaçınma	-.04	-.06	.11*	-.15**	-		
6. Problem Odaklı Başa Çıkma	.22**	.30**	-.19**	.24**	.38**	-	
7. Sosyal Destek	.04	.05	-.12*	.09	.10*	.20**	-
Ort.	52.22	31.78	31.60	24.21	26.04	31.05	23.20
S	8.30	6.28	6.19	5.55	5.35	6.46	6.60

N = 418, * $p < .05$, ** $p < .01$

Tablo 2.'de görüldüğü üzere, afet bilinci algı düzeylerinden afet eğitimi bilinci, afet öncesi bilinç ve afet sonrası bilinç ile stresle başa tarzlarından olan problem odaklı başa çıkma arasında pozitif

yönde anlamlı ilişkiler belirlenmiştir (sırasıyla $r = .22, p < .01$; $r = .30, p < .01$; $r = .24, p < .01$). Yanlış afet bilinci ile kaçınma arasında da pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır ($r = .11, p < .05$). Yanlış afet bilinci ile problem odaklı başa çıkma ve sosyal destek tarzları arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkiler belirlenmiştir (sırasıyla $r = -.19, p < .01$; $r = -.12, p < .05$). Benzer şekilde afet sonrası bilinç ve kaçınma arasındaki ilişkide negatif yönde ve anlamlıdır ($r = -.15, p < .01$). Bu sonuçlara göre H_1 hipotezi desteklenmiştir.

3.1.2. Regresyon Analizi

Stresle başa çıkma tarzlarının, afet bilinci algı düzeyleri tarafından yordanıp yordanmadığının belirlemesi için Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi (standart yaklaşım) gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 3.'de verilmiştir.

Tablo 3. Stresle Başa Çıkma Alt Boyutlarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	B	SE	β	t	p		
<i>Kaçınma</i>	<i>Sabit</i>	25.067	1.978		12.68	.000	
	AEB	-.012	.059	-.019	-.210	.834	R = .196
	AÖB	-.026	.079	-.030	-.323	.747	R ² = .038
	YAB	.116	.045	.135	2.59	.010	F(4,413) = 4.11, p < .01
	ASB	-.132	.051	-.137	-2.57	.011	
<i>Problem Odaklı Başa Çıkma</i>	<i>Sabit</i>	17.570	2.281		7.70	.000	
	AEB	.099	.068	.127	1.45	.148	R = .351
	AÖB	.303	.092	.295	3.31	.001	R ² = .123
	YAB	-.144	.052	-.138	-2.79	.006	F(4,413) = 14.54,
	ASB	.183	.059	.158	3.10	.002	p < .001
<i>Sosyal Destek</i>	<i>Sabit</i>	17.589	2.460		7.15	.000	
	AEB	.026	.073	.033	.358	.721	R = .147
	AÖB	.001	.099	.001	.013	.990	R ² = .022
	YAB	-.130	.056	-.122	-2.33	.020	F(4,413) = 2.29, p < .05
	ASB	.117	.064	.098	1.83	.067	

N = 418, Afet Eğitimi Bilinci (AEB), Afet Öncesi Bilinç (AÖB), Yanlış Afet Bilinci (YAB), Afet Sonrası Bilinç (ASB)

Tablo 2.'de görüldüğü gibi afet bilinci algı düzeyleri, katılımcıların kaçınma tarzı puanları ile anlamlı ilişki göstermektedir ($R = .196, R^2 = .038, F(4,413) = 4.11, p < .001$). Afet bilinci algı düzeyleri birlikte kaçınmadaki toplam varyansın yaklaşık %4'ünü açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayılarına (β) göre yordayıcı değişkenlerin kaçınma üzerindeki görece önem sırası afet sonrası bilinç, yanlış afet bilinci, afet öncesi bilinç ve afet eğitimi bilinci şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise yanlış afet bilincinin ($B = .116, SH = .045, t = 2.59, p < .05$) ve afet sonrası bilincin ($B = -.132, SH = .051, t = -2.57, p < .05$) kaçınmayı anlamlı düzeyde yordadıkları görülmektedir. Benzer şekilde afet bilinci algı düzeyleri problem odaklı başa çıkma tarzı puanları ile de anlamlı ilişki göstermektedir ($R = .351, R^2 = .123, F(4,413) = 14.54, p < .001$). Alt boyutlar birlikte kaçınmadaki toplam varyansın yaklaşık %12'sini açıklamaktadır. Yordayıcı değişkenlerin (β) katsayılarına göre problem odaklı başa çıkma üzerindeki görece önem sırası afet öncesi bilinç, afet sonrası bilinç, yanlış afet bilinci ve afet eğitimi bilinci şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise afet öncesi bilincin ($B = .303, SH = .092, t = 3.31, p < .01$), afet sonrası bilincin ($B = .183, SH = .059, t = 3.10, p < .01$) ve yanlış afet bilincinin ($B = -.144, SH = .052, t = -2.79, p < .05$) problem odaklı başa çıkmayı anlamlı düzeyde yordadıkları görülmektedir. Son olarak afet bilinci algı düzeylerinin sosyal destek tarzı ile anlamlı bir ilişki gösterdiği de belirlenmiştir ($R = .147, R^2 = .022, F(4,413) = 2.29, p < .05$). Alt boyutlar birlikte kaçınmadaki toplam varyansın yaklaşık %2'sini açıklamaktadır. Yordayıcı değişkenlerin (β) katsayılarına göre sosyal destek üzerindeki görece önem sırası da şöyledir: Yanlış afet bilinci, afet sonrası bilinç, afet eğitimi bilinci ve afet öncesi bilinç. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise sadece yanlış afet bilincinin ($B = -.130, SH = .056, t = -2.33, p < .05$) sosyal desteği anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre H_2 hipotezi desteklenmiştir.

3. 1.3. Gruplar Arası Karşılaştırmalar

Kadın ve erkek katılımcılar arasında afet bilinci algı düzeyleri ve stresli durumlarla başa çıkma tarzları bakımından anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek için Bağımsız Örneklemeler T-Testi uygulanmıştır. Analiz sonucunda kadın ve erkek katılımcıların anlamlı fark gösterdiği değişkenler Tablo 4.'de sunulmuştur.

Tablo 4. Kadınların ve Erkeklerin Afet Bilinci Algı Düzeyleri ve Stresli Durumlarla Başa Çıkma Tarzları Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Değişkenler	Kadın (n = 250)		Erkek (n = 168)		t
	Ort.	S	Ort.	S	
Afet Eğitimi Bilinci	53.33	7.69	50.55	8.91	3.30**
Afet Öncesi Bilinç	32.36	5.64	30.93	7.06	2.29*
Yanlış Afet Bilinci	29.64	6.37	32.91	5.72	-5.37**
Problem Odaklı Başa Çıkma	32.06	5.95	29.55	6.91	3.96**

N = 418, * $p < .05$, ** $p < .01$

Analiz sonuçlarına göre kadın katılımcıların afet eğitimi bilinci ($t = 3.30$, $p < .01$), afet öncesi bilinç ($t = 2.29$, $p < .05$) ve problem odaklı başa çıkma ($t = 3.96$, $p < .01$) puan ortalamaları erkek katılımcılardan daha yüksektir. Erkeklerin yanlış afet bilinci puan ortalamalarının ise kadınlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur ($t = -5.37$, $p < .01$).

Afet bilinci algı düzeyleri ile stresli durumlarla başa çıkma tarzlarının yaşa ve eğitim durumlarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi amacıyla da ilişkisiz Örneklemeler için Tek Faktörlü Varyans Analizi (One-Way Anova) uygulanmıştır. Analiz sonucunda göre yaş ve eğitim durumu bakımından anlamlı farklılık gösteren değişkenler Tablo 5.'de sunulmuştur.

Tablo 5.'de görüldüğü üzere farklı yaş gruplarında yer alan katılımcıların yanlış afet bilinci puanları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($F(3,414) = 3.34$, $p < .05$). Analiz sonuçlarına göre yanlış afet bilincine en yüksek düzeyde sahip olan yaş grubu 51-65 yaş iken, bu grubu sırasıyla 20-30, 31-40 ve 41-50 yaş grupları izlemiştir. Benzer şekilde analiz sonuçları kaçınma tarzı puanları arasında da yaşa göre anlamlı fark olduğunu göstermiştir ($F(3,414) = 2.72$, $p < .05$). Bir sorunla uğraşmaktan kaçınma tarzını en fazla sergileyen yaş grubu 41-50 yaş iken, en düşük düzeyde kaçınma sergileyen ise 51-65 yaş grubudur. Eğitim durumu demografik değişkeni bakımından ise sadece sosyal destek tarzı puanları arasında anlamlı fark belirlenmiştir ($F(4,413) = 2.46$, $p < .05$). Buna göre sosyal destek algısına en fazla sahip olan grup ortaokul eğitimi alan katılımcılarken, bu grubu sırasıyla önlisans, lise, lisans ve ilkököl düzeyinde eğitim görenler izlemiştir. Bu sonuçlar H_3 ve H_4 hipotezlerinin sadece bazı değişkenleri kapsayacak düzeyde de olsa kısmen desteklendiğini göstermektedir.

Katılımcıların afet bilinci algıları ve stresli durumlarla başa çıkma tarzlarının, afetlere ilişkin yaşanmışlık, eğitim ve hazırlık durumlarına ilişkin sorulara verdikleri cevaplara göre farklılaşım farklılaşmadıkları analiz edilmeden önce sorulara verilen cevapların dağılımları incelenmiş ve sonuçlar Tablo 6.'da sunulmuştur.

Tablo 5. Katılımcıların Yaş Grubuna ve Eğitim Durumuna Göre Afet Bilinci Algı Düzeyleri ile Stresli Durumlarla Başa Tazları Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Değişkenler	Demografik Özellikler			S	F(3,414)	Gruplararası Karşılaştırma Testi			
	Yaş	n	Ort.						
Yanlış Afet Bilinci	1. 20-30	194	32.49	5.84	3.34*	3<1, 3<4 2<1, 2<4			
	2. 31-40	176	30.67	6.45					
	3. 41-50	35	30.63	6.84					
	4. 51-65	13	33.34	3.74					
Kaçınma	1. 20-30	194	26.04	5.09	2.72*	4<1, 4<2, 4<3			
	2. 31-40	176	26.05	5.58					
	3. 41-50	35	27.31	5.16					
	4. 51-65	13	22.38	5.41					
Sosyal Destek	Eğitim Durumu			S	F(4,413)	Gruplararası Karşılaştırma Testi			
	1. İlkokul	20	19.11				6.29		
	2. Ortaokul	18	24.06				6.91	2.46*	1<5, 1<3, 1<4, 1<2 5<3, 5<4, 5<2 3<4, 3<2
	3. Lise	189	23.36				6.92		
	4. Ön lisans	86	24.02				6.27		
5. Lisans	105	22.87	6.07						

N = 418, *p<.05, **p<.01

Tablo 6. Afetlere İlişkin Yaşanmışlık, Eğitim ve Hazırlık Durumlarıyla İlgili Soruların Cevap Dağılımları

Sorular	Evet		Hayır	
	n	%	n	%
Bir afete maruz kaldınız mı?	211	50.5	207	49.5
Ailenizden herhangi biri afete maruz kaldı mı?	212	50.7	206	49.3
Afet sonucunda bir yakınınızı kaybettiniz mi?	6	1.4	412	98.6
Herhangi bir afette maddi kaybınız oldu mu? (Ev, iş yeri araba vb.)	30	7.2	388	92.8
Afet ve ilgili konularda herhangi bir eğitim aldınız mı?	202	48.3	216	51.7
Kişisel ya da aile afet planınız var mı?	89	21.3	329	78.7
Evinizde afet-acil durum çantanız var mı?	91	21.8	327	78.2

N = 418

Tablo 6.'de verilen cevap dağılımları incelendiğinde, katılımcıların %50.5'i kendisinin ve %50.7'si ise aile bireylerinin bir afete maruz kalmadıklarını belirtmişlerdir. Büyük çoğunlukla katılımcılar herhangi bir afette yakınını kaybetmediğini (%98.6) ve afetlerde ev, iş yeri, araba gibi maddi düzeyde bir kayıp yaşamadığını (%92.8) ifade etmişlerdir. Dolayısıyla araştırma örneklemini herhangi bir afete maruz kalmamış, yakınlarını kaybetmemiş ve maddi bir kayba uğramamış kişilerden oluşmaktadır. Benzer şekilde afetlere ilişkin eğitim ve hazırlık durumlarını belirlemeye yönelik sorulara verilen cevaplar değerlendirildiğinde, çoğunluğun afet ve ilgili konularda

herhangi bir eğitim almadığı (%51.7) görülmüştür. Ayrıca katılımcıların büyük çoğunluğu bireysel ve aile düzeyinde bir aile afet planlarının (%78.7) ve afet-acil durumlarda kullanılmak üzere ihtiyaç duyulacak malzemeleri içeren afet-acil durum çantalarının (%78.2) olmadığını ifade etmişlerdir. Görüldüğü üzere katılımcıların afetlere ilişkin eğitim ve hazırlık durumları düşük düzeydedir.

Bu genel değerlendirmeden sonra katılımcıların sorulara verdikleri “Evet” ve “Hayır” cevaplarına göre, afet bilinci algı düzeyleri ve stresli durumlarla başa çıkma tarzları arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığının belirlenmesi için Bağımsız Örneklem T-Testi Analizi gerçekleştirilmiştir. Analizler sonucunda anlamlı fark bulunan değişkenler Tablo 7. ve Tablo 8.’de sunulmuştur.

Tablo 7. Katılımcıların Afetlere İlişkin Yaşanmışlık Sorularına Verdikleri “Evet” ve “Hayır” Cevaplarının Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Sorular	Değişkenler	Evet		Hayır		t
		n	Ort. (S)	n	Ort. (S)	
<i>Bir afete maruz kaldınız mı?</i>						
	Problem Odaklı Başa Çıkma	211	31.70(6.04)	207	30.39(6.82)	2.08*
<i>Ailenizden herhangi biri afete maruz kaldı mı?</i>						
	Afet Sonrası Bilinç	212	24.89(4.87)	206	23.51(6.11)	2.55*
<i>Afet sonucunda bir yakınınızı kaybettiniz mi?</i>						
	Problem Odaklı Başa Çıkma	6	34.67(3.14)	412	30.99(6.49)	2.78*
<i>Herhangi bir afette maddi kaybınız oldu mu? (Ev, iş yeri araba vb.)</i>						
	Afet Eğitimi Bilinci	30	48.89(10.74)	388	52.47(8.04)	-2.28*
	Afet Sonrası Bilinç	30	22.17(7.42)	388	24.37(5.36)	-2.10*
	Problem Odaklı Başa Çıkma	30	34.24(5.23)	388	30.80(6.49)	2.84**
	Sosyal Destek	30	18.50(6.75)	388	23.56(6.45)	-3.97**

N = 418 *p<.05, **p<.01

Tablo 7.’ye göre “Bir afete maruz kaldınız mı?” sorusunda sadece problem odaklı başa çıkma tarzında “evet” cevabı veren katılımcıların puan ortalamaları, “hayır” cevabı verenlerin puan ortalamalarından daha yüksektir ($t = 2.08, p < .05$). “Ailenizden herhangi biri afete maruz kaldı mı?” sorusunda sadece afet sonrası bilinç düzeyinde anlamlı farklılıklar belirlenmiştir ($t = 2.55, p < .05$). “Evet” cevabı veren katılımcıların yaşadıkları afet sonrası bilinç düzeylerinin “hayır” diyenlerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Benzer şekilde “Afet sonucunda bir yakınınızı kaybettiniz mi?” sorusunda da problem odaklı başa çıkma tarzında “evet” cevabı veren katılımcıların puan ortalamaları, “hayır” cevabı verenlerin puan ortalamalarından daha yüksektir ($t = 2.78, p < .05$). “Herhangi bir afette maddi kaybınız oldu mu? (Ev, iş yeri araba vb.)” sorusunda ise afet eğitimi bilinci ($t = -2.28, p < .05$) ve afet sonrası bilinç düzeyleri ($t = -2.10, p < .05$) ile sosyal destek tarzında ($t = -3.97, p < .01$) “hayır” cevabı puan ortalamalarının, “evet” cevabı puan ortalamalarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bununla beraber problem odaklı başa çıkma tarzında “evet” cevabı veren katılımcıların puan ortalamaları, “hayır” cevabı verenlerin puan ortalamalarından daha yüksektir ($t = 2.84, p < .01$). Sonuçlar H_5 ve H_7 hipotezlerinin bazı değişkenleri içerecek biçimde kısmen desteklendiğini göstermektedir.

Tablo 8. Katılımcıların Afetlere İlişkin Eğitim ve Hazırlık Sorularına Verdikleri “Evet” ve “Hayır” Cevaplarının Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

Sorular	Değişkenler	Evet		Hayır		t
		n	Ort. (S)	n	Ort. (S)	
<i>Afet ve ilgili konularda herhangi bir eğitim aldınız mı?</i>						
	Afet Sonrası Bilinç	202	25.56(4.98)	216	22.94(5.77)	4.98**
<i>Kişisel ya da aile afet planınız var mı?</i>						
	Afet Eğitimi Bilinci	89	54.49(6.66)	329	51.60(8.60)	2.94**
	Afet Öncesi Bilinç	89	33.97(4.92)	329	31.19(6.48)	3.76**
	Yanlış Afet Bilinci	89	33.35(4.51)	329	31.12(6.50)	3.05**
	Afet Sonrası Bilinç	89	27.68(3.82)	329	23.27(5.58)	7.02**
	Problem Odaklı Başa Çıkma	89	34.40(4.04)	329	30.14(6.70)	5.73**
<i>Evinizde afet-acil durum çantanız var mı?</i>						
	Afet Sonrası Bilinç	91	25.57(6.33)	327	23.83(5.26)	2.68*
	Kaçınma	91	26.94(4.32)	327	25.79(5.58)	2.11*
	Sosyal Destek	91	25.36(5.35)	327	22.60(6.79)	3.59**

N = 418 *p<.05, **p<.01

Tablo 8.'deki afetlere ilişkin eğitim ve hazırlık sorularına verilen cevaplar incelendiğinde “Afet ve ilgili konularda herhangi bir eğitim aldınız mı?” sorusunda sadece afet sonrası bilinç düzeyinde “evet” cevabı veren katılımcıların puan ortalamalarının, “hayır” cevabı verenlerin puan ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmüştür ($t = 4.98, p < .01$). “Kişisel ya da aile afet planınız var mı?” sorusunda ise afet eğitimi bilinci ($t = 2.94, p < .01$), afet öncesi bilinç ($t = 3.76, p < .01$), yanlış afet bilinci ($t = 3.05, p < .01$) ve afet sonrası bilinç ($t = 7.02, p < .01$) düzeyleri ile problem odaklı başa çıkma tarzının ($t = 5.73, p < .01$) “evet” cevabı puan ortalamalarının, “hayır” cevabı puan ortalamalarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde “Evinizde afet-acil durum çantanız var mı?” sorusunda da afet sonrası bilinç düzeyi ($t = 2.68, p < .05$) ile kaçınma ($t = 2.11, p < .05$) ve sosyal destek tarzlarının ($t = 3.59, p < .01$) “evet” cevapları puan ortalamaları “hayır” cevapları puan ortalamalarından daha yüksektir. Bu sonuçlara göre de H_6 ve H_8 hipotezleri sadece bazı değişkenleri kapsayacak biçimde kısmen desteklenmiştir.

4. TARTIŞMA

Afetler bireysel, toplumsal, ekonomik, kültürel ve çevresel düzeylerde ciddi kayıplara neden olan, normal hayatı ve insan faaliyetlerini durduran ya da kesintiye uğratan ve toplumların mevcut kaynaklarını kullanarak üstesinden gelebilmelerinin oldukça zor olduğu doğa ya da insan kaynaklı olay ya da durumlardır (Kadioğlu, 2011; Mayner ve Arbon, 2015; UNISDR, 2009). Shimoyama (2003) göre afetler sosyal olaylardır. Gerçekleşme nedenleri farklılık gösterse de kişilerin bireysel ve toplumsal yaşamları üzerinde ciddi olumsuz etkilere neden olurlar ve bu etkilerin ortadan kaldırılabilmesi için de maddi ve manevi büyük çaba ve emek gereklidir. Afetlerin doğrudan kişiler üzerinde yaratmış oldukları bu yıkıcı etkilere ek olarak, günümüzün iletişim teknolojileri sayesinde de afetlere ve felaketselere ilişkin haberler hızlı bir şekilde geniş kitlelere yayılmaktadır. Bu da bireyin yaşamında bir afetle karşılaşma olasılığı düşük olduğunda bile herhangi bir afet sonucunda zarar görebileceğine ilişkin yoğun stres ve kaygı yaşamasına neden olabilmektedir. Böyle bir durum kişinin hayat ve gelecek üzerindeki kontrolünü, güvenlik hissini, umutlarını ve benlik saygısını azaltabilmektedir. Dolayısıyla afetlerin doğrudan ya da dolaylı olumsuz etkileriyle

mücadele edilebilmeleri için bireylerin afetlere ilişkin bilgi düzeyleri ve farkındalıklarının artırılması gereklidir. Aynı zamanda en az zararla atlatabilmeleri sağlamak için de afet öncesi ve sonrasında yapabileceklerine dair becerilerinin ve yetkinliklerinin de geliştirilmesi oldukça önemlidir. Bu araştırmada bireylerin afetlere yönelik bilgi ve farkındalık düzeyini ifade eden afet bilici algısı ile stresli durumlarla karşılaştıklarında üstesinden gelebilmek için geliştirdikleri ve/veya sergiledikleri bilişsel ve davranışsal çabalar arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç çerçevesinde öncelikle afet bilinci algı düzeyleri ile stresle başa çıkma tarzları arasında ilişkilerin düzeyleri incelenmiştir. Kaçınma tarzı, bireyin stresli ve travmatik bir olayın üstesinden gelebilmek için mücadele etmek yerine, bu durumu görmezden gelme ya da yok sayma yönündeki yaklaşımını ifade eder. Genel olarak travmatik etkiler yaratan afetlerin ilk zamanlarında sıklıkla kullanılmakta ancak zaman ilerledikçe işlevini yitirmektedir (Bacharach ve Bamberger, 2007; Kashdan ve Kane, 2011). Analiz sonuçları bir afet karşısında mücadele ederek yaratacağı olumsuzlukları engellenmesi ya da mümkün olduğunca azaltılması için tedbir almanın ve çaba göstermenin fayda sağlamayacağı yönündeki değerlendirmeyi içeren yanlış afet bilinci ile kaçınma tarzı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu göstermiştir. Buna göre kaçınma tarzını benimseyen kişilerin, afetler sonrasında hayatta kalma ve yaşamlarını yeniden kurma sürecinde yeterli düzeyde hazırlığa ve mücadele edebilme yetisine sahip olmamaları olasıdır. Aynı zamanda kaçınma ve afet sonrası bilinç düzeyi arasındaki negatif ilişki de bu değerlendirmeyi desteklemektedir. Bu bulguya göre de bireylerin afet sonrası bilinç düzeyi arttıkça, afetlerden kaçınmak ve görmezden gelmek yerine, mücadele etmeyi tercih etme tercihleri artmaktadır. Analiz sonuçları problem odaklı başa çıkma tarzı ile afet eğitimi bilinci, afet öncesi bilinç ve afet sonrası bilinç düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Problem odaklı başa çıkma, travmatik olayın yaratmış olduğu stresin etkisinin azaltılabilmesi için bilginin ve mantıksal analizin kullanılmasını içerir. Bu başa çıkma tarzında stres yaratan durumun hedef alınması ve onunla yüzleşilmesi söz konusudur. Problem odaklı başa çıkmayı kullanmayı tercih edenler stresin azaltılması için beceriler geliştirmeyi, planlar yapmayı ya da çevrelerinden öneri ve tavsiyeler almayı tercih edeceklerdir. Nitekim yeterli kaynağa sahipse bireyin bu başa çıkma tarzını kullanması ve başarılı olması oldukça olasıdır. Ancak kaynakların yetersizliği durumunda bu çaba işe yaramayacak, bireyin kaygı ve stresi düzeyi artacak, duygusal olarak problemlili hale gelecektir (Aslan ve Güzel, 2018; Folkman vd., 1986). Afet eğitimi bilinci, afet öncesi bilinç ve afet sonrası bilinç düzeyleri, afetlerin öncesi ve sonrasını kapsayacak şekilde tüm sürece ilişkin yüksek düzeyde farkındalık içeren algı düzeyleridir. Dolayısıyla nedeni ne olursa olsun birey, bir afetin gerçekleşme olasılığına karşı yeterli düzeyde fiziksel hazırlık yapabilmeleri için öncelikle afete psikolojik olarak hazırlanmalıdır. Yani bir afet karşısında duygusal ve psikolojik tepkilerini yönetme becerisini kazanmalı ve yıkıcı etkileriyle duygusal yönden başa çıkabilme yetisine ulaşabilmelidir. Bu amaçla hem kendisini hem de ailesini afetin olumsuz etkilerden koruyabilmek adına afetlere ilişkin bilgisini; mücadele edebilme gücünü arttırabilmek için de eğitim almayı, planlar oluşturmayı ve hazırlık yapmayı tercih etmelidir. Böylece afet gerçekleştikten sonra da barınma, sağlık, beslenme, güvenlik ve ulaşım gibi ihtiyaç duyacağı birçok alanda hangi mecradan yardım isteyeceğini bilerek afetin olumsuz etkilerini daha hızlı ve daha kolay üstesinden gelecektir (Mishra ve Mazumdar, 2015). Analiz sonuçları stresle başa çıkma sürecinde sosyal destek arama arttıkça, yanlış afet bilinci düzeyinin azaldığını da göstermiştir. Sosyal destek tarzını benimseyen kişiler, travmatik durumun yaratmış olduğu stresle aktif olarak mücadele edebilmek için diğer kişilerin desteğini almayı tercih etmektedirler. Böylece travmatik durumun olumsuz etkisi azaltılabilecek ya da yok edilebilecek, dayanma gücünü arttırılabilecek ve diğer kişilerin varlığı sayesinde iyi oluş haline ulaşılacaktır. Görüldüğü üzere diğer kişilerin desteği, olumsuzluklarla mücadele edebilme amacıyla olumlu başa çıkma davranışlarının sergilenmesini kolaylaştırmakta ve böylece bireylerin yaşadıkları duygusal gerginliğin üstesinden gelebilmelerini sağlamaktadır (Yıldız ve Dirik, 2019). Bireylerin, diğerlerinin sosyal desteğine sahip olduklarına yönelik algıları arttıkça da afetlerin neden olabileceği yıkıcı etkileri azaltılabileceğine ya da engelleyebileceğine yönelik inancı da artacaktır.

Afet bilinci algı düzeylerinin, stresle başa çıkma tarzlarını yordayıp yordamadığını belirleme amacıyla gerçekleştirilen regresyon analizi sonuçları da korelasyon analizi sonuçlarıyla tutarlıdır. Analiz sonuçlarına göre kaçınma tarzı yanlış afet bilinci düzeyince pozitif yönde, afet sonrası bilinç düzeyi tarafından ise negatif yönde yordandığı görülmektedir. Problem odaklı başa çıkma tarzı da afet öncesi bilinç ve afet sonrası bilinç düzeyleri tarafından pozitif yönde ve yanlış afet bilinci tarafından da negatif yönde yordandığı görülmektedir. Sosyal destek tarzı ise sadece yanlış afet bilinci düzeyi tarafından negatif yönde yordandığı görülmektedir. Görüldüğü üzere bireylerin stresle başa çıkma tarzları farklılaştıkça afet ilişkin farkındalık düzeyleri ve yaklaşımları da birbirinden farklılık göstermektedir. Kaçınma ve sosyal destek tarzlarından farklı olarak problem odaklı başa çıkma tarzına sahip olan kişilerin afetlere ilişkin farkındalık düzeyleri daha yüksektir. Bu kişiler alacakları eğitim sayesinde afetlere yönelik bilgi ve beceri düzeylerini arttıracaklarına ve böylece afetlerin yıkıcı etkilerini sınırlandıracaklarına inanırlar. Yani sahip oldukları yüksek afet bilinciyle kişiler, öncesini ve sonrasını kapsayacak şekilde tüm afet sürecini hem kendilerinin hem de ailelerinin en az zararlarla atlatabilmelerini sağlayacak becerileri geliştirecekler, planlar yapabilecekler, gerekli olduğunda diğerlerinden yardım alabileceklerdir. Böylece afetin neden olabileceği tüm kayıpları mümkün olduğunca en düşük düzeye indirmeleri mümkün olacaktır.

Afet bilinci algı düzeylerinin cinsiyet, yaş ve eğitim durumu sosyodemografik özelliklerine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla gruplar arası karşılaştırmalar gerçekleştirilmiştir. Analizlerde kadın katılımcıların afet eğitimi bilinci ve afet öncesi bilinç düzeylerinin erkek katılımcılardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Kadınların yanlış afet bilinci düzeyleri ise erkeklerden daha düşük düzeydedir. Bu bulgular alan yazın ile tutarlıdır. Dikmenli ve Yakar (2019) kadın ve erkeklerin afet bilinci algı düzeylerini inceledikleri çalışmalarında da kadınlar ve erkeklerin afet bilinci algı düzeyleri bakımından farklılaştıklarını belirlemişlerdir. Kadınların afetlerin neden ve nasıl gerçekleştiğine ilişkin bilgi düzeyleri ile bir afet gerçekleşmeden önce bireysel ve toplumsal düzeyde yapılması gerekenlere dair farkındalık ve hazırlık düzeyleri erkeklerden daha yüksektir. Ayrıca afetlere ilişkin sahip oldukları yüksek farkındalık düzeyiyle de kadınlar, bir afet sonrasında da hayatta kalabilmek için yapılması gerekenlere, hangi kurumlara müracaat edileceğine, sağlık, barınma ve beslenme gibi çeşitli alanlarda ihtiyaç duyulan yardımlara nasıl ulaşılacağına ilişkin yapılması gerekenleri de daha hızlı ve kolay gerçekleştirmektedirler. Gündüz'e (2022) göre kadınlar ve erkekler afetlerden farklı şekilde etkilenirler ve bu etkilerle de farklı şekillerde başa çıkarlar. Çünkü kadınlar erkeklerle karşılaştırıldığında eğitim ve ekonomik seviyeleri daha düşüktür. Ayrıca yetiştirilme tarzlarına bağlı olarak da geliştirdikleri ve yaşamları süresince edindikleri beceriler de afetlerde sergileyecekleri davranışları etkilemektedir. Okay ve İlkaracan'a (2018) göre de toplumsal cinsiyet rol dağılımı kaynaklı olarak kadınlar erkekler farklı rollere ve sorumluluklara sahip olacak şekilde yetiştirilirler. Bu süreçte onları afetler karşısında daha kırılgan hale getirebilmekte ve afet sürecini yönetmekte zorlanmalarına neden olabilmektedir. Ancak kadınların bu geleneksel rol dağılımı temelli olarak şekillenen sosyokültürel özellikleri, bakım becerileri ve sosyal ağları, afet sonrası süreçte onların hayatta kalma mücadelesine ve iyileşme sürecine daha hızlı uyum sağlamalarını ve daha çabuk organize olmalarını sağlamaları da oldukça olasıdır. Nitekim bu araştırmada da kadınların kaçınma ve sosyal destek arama başa çıkma tarzlarından ziyade problem odaklı başa çıkma tarzını erkeklerden daha fazla kullandıkları belirlenmiştir. Dolayısıyla kadınların kendilerini afetler karşısında savunmasız, çaresiz ve bir kurban olarak nitelendirmek yerine, afeti ve yıkıcı etkilerini bir an önce atlatabilme ve normale ulaşabilme amacıyla, güçlü yönlerini ve mevcut becerilerini afetlerle başa çıkma sürecinde kullanmaları oldukça olasıdır. Aynı zamanda bu süreçte yetersiz kaldıklarını düşündüklerinde ihtiyaç duydukları becerileri geliştirme hedefiyle eğitim alma, ayrıntılı planlar oluşturma ya da yeri geldiğinde çevrelerinden destek almaktan da çekinmeyeceklerdir.

Daha önce de ifade edildiği gibi araştırma örneklemini nispeten gençlerden ve genç yetişkinlerden oluşmaktadır. Bu husus çerçevesinde bulgular değerlendirildiğinde, 20-30 yaş grubunda yer alan katılımcıların yanlış afet bilinci düzeylerinin diğer yaş gruplarından daha yüksek olduğu

görülmektedir. Benzer şekilde genç katılımcılar afetlerle ya da felaketlerle başa çıkmada kaçınma tarzını kullanmayı tercih etmektedirler. Yanlış afet bilinci düzeyinde afetlere kadercı bir bakış açısıyla yaklaşmaktadır. Afetlere yönelik eğitim alınmasından ve yıkıcı etkilerinin azaltılması için tedbirler geliştirilmesinden ziyade afetlerin sonuçlarına odaklanılmaktadır. Dolayısıyla bu afet bilincine sahip olan kişilerin afetlerle ve etkileriyle de başa çıkabilmek için kaçınma tarzının tercih etmeleri şaşırtıcı değildir. Bu sonuç alan yazın ile de tutarlıdır (Boran ve Ulutaşdemir, 2023; İnal vd., 2012; Şahin vd., 2018). Görüldüğü üzere, afetlere daha bilinçli yaklaşabilmek için afetlerin nedenlerine, olası etkilerine ve nasıl başa çıkılabileceğine ilişkin ayrıntılı bir eğitim süreci gereklidir.

Araştırmada katılımcılara yöneltilen afetlere ilişkin yaşanmışlık sorularına verilen cevaplar incelendiğinde, çoğunluk kendilerinin ve ailelerinden kişilerin herhangi bir afete maruz kaldığını ifade etmişlerdir. Yakınlarını kaybedenlerin ya da maddi olarak kayıp yaşayanların sayısı ise oldukça düşük düzeydedir. Bu sorulara verilen cevapların afet bilinci algı düzeyleri ve stresle başa çıkma tarzlarıyla anlamlı düzeyde farklılaşmış farklılaşmadıklarının belirlenmesi için gerçekleştirilen analiz sonuçlarına göre, katılımcıların afet bilinci algı düzeylerinden olan afet eğitimi bilinci ile afet sonrası bilinç düzeyleri bakımından farklılaştıkları görülmüştür. Bu da katılımcıların afetlere ilişkin farkındalık düzeylerinin yüksek olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda öncesi ve sonrasıyla tüm afet sürecini içerecek şekilde gerekli kuramsal ve uygulamaya yönelik bilgi düzeylerini artırma ve becerilerini geliştirme hedefleriyle gerekli eğitimlerin alınmasına ilişkin görüşlerinin de güçlü olduğu belirlenmiştir. Ayrıca katılımcıların hem kendilerinin hem de aile bireylerinin afete maruz kalma sürecinde problem odaklı başa çıkma tarzını kullanmayı tercih ettikleri belirlenmiştir. Yani bu kişiler afetlerle mücadele edebilmek için başlangıçta yeterli düzeyde bilgi ve eğitim düzeyine sahip olmasalar da afetlerin neden olduğu travmatik etkileri ve yarattıkları maddi zararları en aza indirebilmek için süreçle yüzleşmeyi başka bir deyişle birebir mücadele etmeyi tercih etmeleri onların afetlere psikolojik olarak hazır olduklarının bir göstergesi olarak kabul edilebilir. Bu çerçevede başarıya ulaşabilmek için gerekiyorsa bilgi düzeylerini arttırabilmek ve becerilerini geliştirebilmek için eğitim görmekten ya da çevrelerinde bulunan kişilerden ve devletin ilgili kurumlarından yardım ve destek almayı tercih ediyor olabilirler. Böylece kendi mevcut kaynakları dışında diğer kaynaklara da ulaşmaları olası hale gelecektir. Aynı zamanda bu süreç onlarda afetin yaratmış olduğu stres ve kaygının düzeylerinin azalmasını da beraberinde getirecek ve onların iyilik haline geri dönüşlerini kolaylaştıracaktır. Katılımcıların afetlere ilişkin eğitim ve hazırlık sorularına verdikleri cevaplarda bu değerlendirmeyi destekler niteliktedir. Afetlerle ilgili eğitim alınıp alınmadığını belirlemeye yönelik soru ile afet-acil durum çantasının olup olmadığına ilişkin soruya verilen cevaplar katılımcıların hem afetlere psikolojik olarak hazır olduklarını hem de yeterli bilinç düzeyine sahip olduklarını düşündürmüştür. Benzer şekilde afet planı olup olmadığına ilişkin soruya verilen cevaplarda da katılımcıların afet eğitimi bilinci, afet öncesi bilinç ile afet sonrası bilinç düzeylerinin yüksek olduğu ve aynı zamanda bu kişilerin problem odaklı başa çıkma tarzına sahip oldukları görülmüştür. Daha önce de belirtildiği gibi katılımcıların afetlere ilişkin farkındalık düzeyleri yüksektir. Yani afetlerle mücadele edebilmek için yeterli bilgi düzeyine ve gerekli becerileri geliştirmelerini sağlayacak bilinç düzeylerine sahip oldukları görülmektedir. Aynı zamanda bu da onların afetlere ilişkin psikolojik olarak hazırlıklı olduklarını düşündürmektedir.

Bu araştırma afet bilinci algısı düzeyleri ile stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkileri belirleme amacıyla gerçekleştirilmiştir. Alan yazın incelendiğinde her iki kavramı bir arada ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çerçevede değerlendirildiğinde çalışmanın alana önemli bir katkı sağladığı düşünülmektedir. Ancak araştırmanın örnekleminde yaş ve eğitim sosyodemografik özellikleri ile afetlere ilişkin yaşanmışlık, eğitim ve hazırlık durumlarıyla ilgili sorular bakımından katılımcıların dağılımının dengeli olmadığı ve sınırlı düzeyde kaldığı görülmüştür. Gelecekte afet bilinci algısı ile afetlerin yarattığı stresle mücadele etme tarzlarını ele alacak bir çalışma planlandığında bu özellikler açısından daha dengeli bir örneklemin oluşturulması uygun olacaktır. Benzer şekilde katılımcılar herhangi bir afete maruz kalmamış,

yakınlarını kaybetmemiş ve maddi bir kayba uğramamış kişilerdir. Gelecekte bu çalışmanın afetlere doğrudan maruz kalan, yakınlarını kaybeden ve maddi kayıplara uğrayan kişilerden oluşan bir örneklem üzerinde yenilenmesi önerilmektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde afetler ülkemizin gerçeklerinden birisidir. Afetlerin gerçekleşmesini engellemek çok mümkün değilse de neden oldukları zararları olabildiğince azaltılabilmesi için toplumumuzun her kesiminde afetlerle baş etme mekanizmalarının geliştirilmesi gerekmektedir. İnsanlarımızı afetlerin olumsuz psikolojik etkilerden mümkün olduğunca koruyabilmek için onların afetlere psikolojik olarak hazırlıklı hale gelmeleri sağlanmalıdır. Aynı zamanda onlarda afet bilincinin oluşturulması ve afetlerle mücadele etmelerine yardımcı olacak davranışlar da kazandırılmalıdır. Böylece afetlerin yaratacağı bireysel, toplumsal, ekonomik ve çevresel etkiler mümkün olduğunca azaltılabilecek, örgütsel ve sistematik çözümler üretilebilecektir. Ancak unutulmamalıdır ki afetlerle mücadele sürecinin başarılı olunabilmesi için ülkemizde mümkün olduğunca çok sayıda kişinin bu sürece aktif katılımı gereklidir. Bunu sağlamanın en etkili yolu ise eğitimidir. Afetlerin nedenleri ve neden olduğu yıkıcı etkileri ile onlarla etkili bir mücadele etme sürecine ilişkin ayrıntılı olarak planlanan bir afet eğitiminin toplumun geneline sunulmasıyla, afet ve felaketlerle daha meydana gelmeden mücadele edilmeye başlanması ve gerçekleştikten sonra da ez az kayıpla atlatılabilmesi mümkün olabilecektir.

KAYNAKLAR

Agarwal, V., Sharma, S., Gupta, L., Misra, D. P., Davalbhakta, S., Agarwal, V., ... & Aggarwal, S. (2020). COVID-19 and psychological disaster preparedness—an unmet need. *Disaster Medicine And Public Health Preparedness*, 14(3), 387-390.

Aguinis, H., Beaty, J. C., Boik, R. J., & Pierce, C. A. (2005). Effect size and power in assessing moderating effects of categorical variables using multiple regression: a 30-year review. *Journal of Applied Psychology*, 90(1), 94-107.

Akbaş, U. ve Koğar, H. (2020). *Nicel araştırmalarda kayıp veriler ve uç değerler*. Pegem Akademi Yayıncılık.

Altun, F. (2018). Afetlerin ekonomik ve sosyal etkileri: Türkiye örneği üzerinden bir değerlendirme. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 2(1), 1-15.

Aras, B. B. ve Demirci, K. (2020). İklim değişikliğinin insan sağlığı üzerindeki psikolojik etkileri. *Nazilli İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 1(2), 77-94.

Aslan, Ş. ve Güzel, Ş. (2018). Duygusal zekâ, problem odaklı stresle başa çıkma, iyileşme ve duygusal tükenme ilişkileri. *Yönetim Bilimleri Dergisi*, 16(31), 59-82.

Aydınbaş, G. (2023). Sosyoekonomik Boyutuyla Türkiye’de Depremler Üzerine Bir İnceleme: Kahramanmaraş Depremi Örneği. Girayalp Karakuş, H. Fatih Yakut, Nil Didem Şimşek (Ed), *Sosyal bilimlere çok yönlü yaklaşımlar: Tarih, turizm, eğitim, ekonomi, siyaset ve iletişim* (s. 177-212) içinde. Özgür Yayınları.

Bacharach, S. B., & Bamberger, P. A. (2007). 9/11 and New York City firefighters' post hoc unit support and control climates: A context theory of the consequences of involvement in traumatic work-related events. *Academy of Management Journal*, 50(4), 849-868.

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.

Boylan, J. L. (2016). *The development and validation of the bushfire psychological preparedness scale (BPPS)* [Doctoral dissertation, Faculty of Psychology University of Western Australia].

https://api.research-repository.uwa.edu.au/portals/portals/12256083/THESIS_DOCTOR_OF_PHILOSOPHY_BOYLAN_Jessica_Louis_e_2016.pdf

Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (18. Baskı). Pegem Akademi Yayıncılık.

Corr, C. A. (2019). The 'five stages' in coping with dying and bereavement: Strengths, weaknesses and some alternatives. *Mortality*, 24(4), 405-417.

Cüceloğlu, D. (2016). *İnsan ve davranışı*. Remzi Kitabevi.

Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., ve Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik, SPSS ve LISREL uygulamaları*. Pegem Akademi Yayıncılık.

DeWolfe D.J. (2000). *Training manual for mental health and human service workers in major disasters* (2. Edition). Center for Mental Health Services Publication. Retrieved December, 5, 2022 from <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED459383.pdf>

Dikmenli, Y. ve Yakar, H. (2019). Öğretmen adaylarının afet bilinci algı düzeylerinin incelenmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 386-416.

Dikmenli, Y., Yakar, H. & Konca, A. (2018). Development of Disaster Awareness Scale: A Validity and Reliability Study. *Review of International Geographical Education Online (RIGEO)*, 8(2), 206-220.

Doğan, B. ve Mümin, E. (2013). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri: Nazilli MYO Örneği. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 3(4), 29-39.

Erdener, M. (2019). *Afet alanında çalışan profesyonellerin psikolojik dayanıklılık ve ikincil travmatik stres düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.

Folkman, S., Lazarus, R. S., Gruen, R. J., & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(3), 571.

Gündüz, F. (2022). Afetlerde kadın ve toplumsal cinsiyet perspektifi ile çıkarılması gereken dersler (Haiti ve Japonya depremi örneği). *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 12, 440-461.

Herman, J. (2019). *Travma ve iyileşme: şiddetin sonuçları ev içi istismardan siyasi teröre* (çev. T. Tosun). Literatür Yayınları.

İkizer, G. ve Gül, E. (2017). Afetlerin yetişkinler üzerindeki psikososyal etkileri. *Türkiye Klinikleri (Journal of Psychology- Special Topics)*, 2(3), 172-179.

İnal, E., Kocagoz, S., & Turan, M. (2012). Basic disaster consciousness and preparation levels. *Turkish Journal of Emergency Medicine*, 12(1), 15-20.

Işıklı, S. ve Tüzün, Z. (2017). Afetlerin akut dönem psikolojik etkilerine yönelik psikososyal müdahale yaklaşımları. *Türkiye Klinikleri (Journal of Psychology- Special Topics)*, 2(3), 180-188.

Kadioğlu, M. (2011). *Afet yönetimi: Beklenilmeyeni beklemek, en kötüsünü yönetmek*. T.C. Marmara Belediyeler Birliği Yayını.

Kandilli Rasathanesi ve Deprem Araştırma Enstitüsü (2023, 13 Mart). 6 Şubat 2023 Mw7.7 Gaziantep, 6 Şubat 2023 Mw.7.6 Kahramanmaraş, 20 Şubat 2023 Mw6.4 Hatay Depremleri Ön Değerlendirme Raporu. <http://koeri.boun.edu.tr/new/sites/default/files/KRDAE-2023-Deprem-On-Degerlendirme-Raporu.pdf> adresinden 13 Nisan 2023 tarihinde alınmıştır.

Karancı, A. N. (2008). Afet zararlarını azaltmada psikolojinin önemi. Mikdat Kadioğlu ve Emin Özdamar (Ed), *Afet zararlarını azaltmanın temel ilkeleri* (s. 51-59) içinde. JICA Türkiye Ofisi Yayını.

Karancı, A.N ve İkizer, G. (2017). Afet psikolojisi: Tarihçe, temel ilkeler ve uygulamalar. *Türkiye Klinikleri (Journal of Psychology- Special Topics)*, 2(3), 163-171.

Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler* (36. Basım). Nobel Akademik Yayıncılık.

Kashdan, T. B., & Kane, J. Q. (2011). Post-traumatic distress and the presence of posttraumatic growth and meaning in life: Experiential avoidance as a moderator. *Personality and Individual Differences*, 50(1), 84-89.

Kodakoğlu, Ş. ve Akyön, F.V. (2021). Eleştirel düşünme eğilimi ile stresle başa çıkma tutumu ilişkisi: Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencileri örneği. *Biga İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2(2), 187-210.

Lee, E., & Lee, H. (2019). Disaster awareness and coping: Impact on stress, anxiety, and depression. *Perspectives in Psychiatric Care*, 55(2), 311-318.

Makwana, N. (2019). Disaster and its impact on mental health: A narrative review. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(10), 3090-3095.

Malkina-Pykh, I. G., & Pykh, Y. A. (2013). An integrated model of psychological preparedness for threat and impacts of climate change disasters. *WIT Transactions on the Built Environment*, 133, 121-132.

Mayner, L., & Arbon, P. (2015). Defining disaster: The need for harmonisation of terminology. *Australasian Journal of Disaster & Trauma Studies*, 19(Special Issue), 21-25.

McLennan, J., Marques, M. D., & Every, D. (2020). Conceptualising and measuring psychological preparedness for disaster: The Psychological Preparedness for Disaster Threat Scale. *Natural Hazards*, 101, 297-307.

Mishra, S., & Mazumdar, S. (2015). Psychology of disaster preparedness. *Ecopsychology*, 7(4), 211-223.

Morrissey, S., & Reser, J. (2003). Evaluating the effectiveness of psychological preparedness advice in community cyclone preparedness materials. *The Australian Journal of Emergency Management*, 18(2), 46-61.

Okay, N. ve İlkaracan, İ. (2018). Toplumsal cinsiyete duyarlı afet risk yönetimi. *Resilience*, 2(1), 1-12.

Özkan, B. ve Kutun, F. Ç. (2021). Afet psikolojisi. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 8(3), 249-256.

Roudini, J., Khankeh, H. R., & Witruk, E. (2017). Disaster mental health preparedness in the community: A systematic review study. *Health Psychology Open*, 4(1), 1-12.

Shimoyama, S. (2003). Basic characteristics of disasters. In R. Torrence ve J. Grattan (Ed.), *Natural disasters and cultural change* (pp. 19-27). Routledge.

Şahin, N. H. ve Durak, A. (1995). Stresle başa çıkma tarzları ölçeği: Üniversite öğrencileri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 56-73.

Şahin, Y., Lamba, M. ve Öztıp, S. (2018). Üniversite öğrencilerinin afet bilinci ve afete hazırlık düzeylerinin belirlenmesi. *Medeniyet Araştırmaları Dergisi*, 3(6), 149-159.

Tekin, Ö. ve Dikmenli, Y. (2021). Sınıf öğretmeni adaylarının afet bilinci algısı ve deprem bilgi düzeylerinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(1), 258-271.

The International Disaster Database. (2022). The EM-DAT classification, Retrieved December 5, 2022 from <https://www.emdat.be/classification>

The United Nations International Strategy for Disaster Reduction (2023). 2009 UNISDR Terminology on Disaster Risk Reduction. Retrieved April 13, 2023 from <https://reliefweb.int/report/world/2009-unisdr-terminology-disaster-risk-reduction>

Türkiye İstatistik Kurumu. (2022, 4 Şubat). <https://data.tuik.gov.tr/Kategori/GetKategori?p=Nufus-ve-Demografi-109> adresinden 26 Kasım 2022 tarihinden alınmıştır.

Türküm, A. S. (2002). Stresle başa çıkma ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(8), 19-31.

Ulaş Kadioğlu, B. & Uncu, F. (2018). Disaster awareness research in family health centers: The case of Elazığ. *Journal of Current Researches on Health Sector*, 8(2), 1-10.

Uygun Seven, B. (2022). *Fen bilgisi öğretmen adaylarının doğal afet okuryazarlığı ile afet bilinci algı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi.

Witruk, E., Lee, Y., & Otto, K. (2014). Dealing with earthquake disaster on Java 2006: A comparison of affected and non-affected people. *Indonesian Psychological Journal*, 29(3), 121-135.

Yazıcı, H., Özdemir, M. ve Ardıç Kemer kaya, E.Ö. (2022). Travma sonrası değişim ölçeği: Türkçe uyarlama, geçerlik-güvenirlik çalışması. *Nesne*, 10(23), 32-44.

Yıldız, K. ve Dirik, D. (2019). Algılanan sosyal destek ve stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkide algılanan öz yeterliliğin rolü. *Sportmetre*, 17(2), 132-144

Yılmaz, E., ve Koğar, H. (2015). Uç değerle baş etmede kullanılan farklı tekniklerin bazı istatistiksel analiz sonuçları üzerindeki etkisi. *Başkent University Journal of Education*, 2(1), 61-67.