

Toplu Kayıpların Ardından Ruminasyon ve Suçluluk Duygusunun İkincil Travmatik Stres Üzerindeki Etkisi

The Effect of Rumination and Guilt on Secondary Traumatic Stress Following Mass Disappearances

Gönderilme Tarihi: 17 Ağustos 2023

Kabul Tarihi: 29 Temmuz 2025

Sevgi KÖROĞLU¹
Orcid: 0000-0002-8060-9216
Gülğün DURAT²
Orcid: 0000-0002-9889-3622

¹Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi,
Hemşirelik Bölümü, Sakarya, Türkiye.

²Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi,
Hemşirelik Bölümü, Sakarya, Türkiye.

Sorumlu Yazar (Corresponding Author):

Sevgi KÖROĞLU
sevgikoroglu@sakarya.edu.tr

Anahtar Sözcükler:

Travma sonrası stres bozuklukları;
suçluluk; depremler; sosyal
medya.

Keywords:

Posttraumatic stress disorders;
guilt; earthquakes; social media.

ÖZ

Amaç: Deprem, fiziksel hasara ve can kaybına yol açan büyük ölçekli bir felakettir ve deprem sonrası travma sonrası stres bozukluğu sıklıkla görülmektedir. Travmatik bir olayı doğrudan deneyimlememiş olsa da, sosyal medya aracılığıyla travmatik haber içeriklerini deneyimleyen bireyler ikincil travmatik stres geliştirebilmektedir. İkincil travmatik stres, şiddetli stres, kaygı, öfke, depresyon ve diğer duygusal bozukluklara yol açarak afetten doğrudan etkilenmeyen bireylerin genel iyilik halini olumsuz etkilemektedir. Bu çalışmanın amacı, ruminasyon ve suçluluk duygusunun ikincil travmatik stres üzerindeki etkisini incelemektir.

Yöntem: Kesitsel tipteki bu çalışmaya Kahramanmaraş depremi sonrası 20 Nisan-20 Haziran 2023 tarihleri arasında internet üzerinden ulaşılabilen 18 yaş ve üzeri 152 gönüllü dahil edilmiştir. Araştırmanın güç analizi, G*POWER 3.1.9.7 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Etki büyüklüğü 0.50 ve anlamlılık düzeyi (alfa) 0.05 olarak alındığında, örneklem büyüklüğüne ilişkin test gücü 0.92 olarak hesaplanmıştır. Veri toplama sürecinde Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Medya Kullanıcıları İçin İkincil Travmatik Stres Ölçeği, Sürekli Utanç ve Suçluluk Ölçeği ile Kısa Form-Ruminasyon Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel değerlendirmesi IBM SPSS Statistics 25 yazılımı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Bu süreçte, bağımsız örneklem t testi, tek yönlü ANOVA, korelasyon ve regresyon analizleri uygulanmış; analizlerde anlamlılık sınırı $p < 0.05$ olarak esas alınmıştır.

Bulgular: Katılımcıların %17.8'i (n=27) psikiyatrik tanı almıştır ve %47.4'ü geçmişte en az bir deprem geçirmiştir. Örneklem %57.2'si Kahramanmaraş merkezli depremden kendilerinin veya sevdiklerinin etkilendiğini bildirmiştir. Geçmişinde en az bir depremden etkilenen, Kahramanmaraş merkezli depremden ailesi ve sosyal çevresi aracılığıyla etkilendiğini bildiren, psikiyatrik tanısı olan ve sosyal medyada geçirdiği süre fazla olan katılımcıların daha yüksek ikincil travmatik stres skorları gösterdiği bulunmuştur. Ortak değişkenler kontrol edildikten (geçmiş deprem travması, depremden etkilenme, psikiyatrik tanı, sosyal medyada geçirilen süre) sonra bile ruminatif düşünce ve suçluluğun, ikincil travmatik stresi yordadığını göstermiştir.

Sonuç: Sosyal medya kullanımının ruh sağlığı üzerindeki etkilerinin keşfedilmesi, travmayı önleme ve müdahale stratejilerinin geliştirilmesine rehberlik etmektedir. Özellikle sosyal medya aracılığıyla ikincil travmaya maruz kalan bireyler için, içerik tüketiminin sınırlandırılması ve olumsuz duyguların yönetilmesine yönelik duygu düzenleme stratejileri geliştirilmelidir.

ABSTRACT

Objective: Earthquake is a large-scale disaster that causes physical damage and loss of life, and post-traumatic stress disorder is frequently observed after earthquakes. Individuals who do not directly experience a traumatic event but experience traumatic news content through social media may develop secondary traumatic stress. Secondary traumatic stress leads to severe stress, anxiety, anger, depression, and other emotional disorders and negatively affects the general well-being of individuals who are not directly affected by the disaster. This study aims to examine the effect of rumination and guilt on secondary traumatic stress.

Methods: This cross-sectional study included 152 volunteers aged 18 years and over who could be reached via the Internet between 20 April and 5 May 2023 after the Kahramanmaraş earthquake. The power analysis of the study was conducted using the G*POWER 3.1.9.7 program. When the effect size was taken as 0.50 and the significance level (alpha) was taken as 0.05, the test power for the sample size was calculated as 0.92. Personal Information Form, Secondary Traumatic Stress Scale for Social Media Users, Trait Shame and Guilt Scale, and Short Form Rumination Scale were used in the data collection process. Statistical evaluation of the data was carried out through IBM SPSS Statistics 25 software. In this process, independent samples t-test, one-way ANOVA, correlation, and regression analyses were applied and the significance limit was based on $p < 0.05$.

Results: 17.8% (n=27) of the participants had a psychiatric diagnosis and 47.4% had experienced at least one earthquake in the past. Of the sample 57.2% reported that the Kahramanmaraş earthquake affected them or their loved ones. It was found that participants who were affected by at least one earthquake in the past, who reported that they were affected by the Kahramanmaraş-centred earthquake through their family and social environment, who had a psychiatric diagnosis, and who spent more time on social media showed higher secondary traumatic stress scores. Even after controlling for covariates (past earthquake trauma, being affected by the earthquake, psychiatric diagnosis, time spent on social media), ruminative thinking and guilt predicted secondary traumatic stress.

Conclusion: Exploring the effects of social media use on mental health guides the development of trauma prevention and intervention strategies. Strategies should be developed to limit the consumption of social media content and learn emotion regulation methods to reduce negative emotions in those exposed to vicarious trauma through social media.

GİRİŞ

Türkiye'nin güneydoğusunu etkileyen 6 Şubat 2023 sabahında meydana gelen depremde can kaybının, 4 Mart 2023 tarihi itibarıyla 45.968 olduğu açıklanmıştır (Erkoyun, 2023). Deprem, yalnızca fiziksel hasara yol açmakla kalmamış, aynı zamanda travma, kayıp ve zorunlu göç gibi etkenler nedeniyle depremzedelerin psikolojisini olumsuz etkilemiştir (Cinar, Abbara ve Yılmaz, 2023). Hayatta kalanlar da travmaya maruz kalmış olup, bu felaket, anksiyete, depresyon ve travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) gibi ciddi psikolojik sonuçlara neden olmaktadır (Fu ve diğerleri, 2013). Deprem sonrası yaygın olarak görülen TSSB'nin prevalansı, yetişkinlerde %4.1-67.07 ve çocuklarda %2.50-60.00 arasında değişiklik göstermektedir (Tang, Deng, Glik, Dong ve Zhang, 2017). Travmatik olayı doğrudan deneyimlemese de aile üyesine veya arkadaşının başına travmatik bir olay geldiğini öğrenen, meslek gereği travmatik olayların detaylarıyla tekrarlayıcı bir biçimde karşılaşan bireyler, doğrudan karşılaşmış bir bireye benzer stres semptomları gösterebilmektedir. İkincil travmatik stres olarak bilinen bu durumda kişiler, travmatik olayı yeniden yaşama, hatırlatıcılardan kaçınma ve uyuşukluk, uyarılmışlık belirtilerini göstermektedir (Kahil ve Palabıyıkoglu, 2018).

Son yıllarda artan çalışma sonuçları ikincil travmatik stresin, travmatik bilginin elektronik medya aracılığıyla yayılması ile açığa çıkabildiğini göstermektedir (Kavak, Karaköse ve Koçak, 2023; Rackham ve Lau-Zhu, 2021). İkincil travmatik strese etkileyen faktörlerden biri olarak hayatta kalanların suçluluk duygusudur (Bemak ve Chung, 2017). Hayatta kalanın suçluluğu, bireyin travmatik bir olaydan sağ çıkması ancak başkalarının hayatı kaybetmesi nedeniyle hissettiği duygudur (Bistas ve Grewal, 2023). Bireyler, kendi durumlarını tehlike altındaki aile üyeleri ve arkadaşlarıyla kıyasladıklarında suçluluk duygusu artış göstermektedir (Bemak ve Chung, 2017). Suçluluk duygusunun, travma sonrası stres yaşama ile güçlü bir ilişkisi olduğu bilinmektedir. Bu doğrultuda, hayatta kalanların suçluluk hissinin ikincil travmatik stres üzerindeki etkisini araştırmak önemli hale gelmektedir (Pugh, Taylor ve Berry, 2015). İkincil travmatik stresi etkileyen diğer bir faktör olarak ruminasyon, travmatik yaşantı sonrası travmaya tepki olarak istenmeyen düşüncelerin zihne giriştir. Kişinin travmatik olayla ilgili olumsuz değerlendirmelerini arttırarak olumsuz bilişleri sürdürmekte ve geliştirmektedir (Wang, Wu ve Lan, 2020).

Travmanın olumsuz sonuçları göz önüne alındığında, deprem sonrası genel nüfusta görülen ikincil travmatik stres ve etkili olabilecek faktörlerin tanımlanması, toplum ruh sağlığının korunması açısından büyük önem taşımaktadır (Kahil ve Palabıyıkoglu, 2018). Toplum ruh sağlığı alanında önemli bir işlev üstlenen psikiyatri hemşireleri, travmaya maruz kalan bireylerle terapötik etkileşimleri nedeniyle ikincil travmatik stresi deneyimlemektedir (Güler, Uzun ve Emirza, 2024). Bununla birlikte, literatürde travmaya doğrudan maruz kalmayan ancak dolaylı olarak etkilenip ikincil travmatik stres geliştiren bireylere bakım sunabilecek psikiyatri hemşirelerine ilişkin çalışma bulunmamaktadır. Bu bağlamda, ikincil travmatik stresi etkileyebilecek suçluluk duygusu ve ruminatif düşünceleri anlamak, psikiyatri hemşirelerinin bireylerin başa çıkma becerilerini desteklemeye yönelik iyileştirici müdahaleler geliştirmesi bağlamında büyük önem taşımaktadır. Ayrıca, ikincil travmatik strese etki eden faktörlerin anlaşılması, toplum temelli ve önleyici ruh sağlığı müdahaleleri için de yol gösterici olabilir (Ayhan, Aydar ve Aktaş, 2024; Wampole ve Bressi, 2019). Psikiyatri hemşirelerinin ikincil travmatik stresi yönetme ve önleme konusundaki rolü düşünüldüğünde, bu çalışma yalnızca bireysel değil, toplumsal düzeyde de psikiyatri hemşireliği uygulamalarına katkı sunacaktır. Bu doğrultuda, çalışma; ruminasyon ve suçluluk duygusunun ikincil travmatik stres üzerindeki etkisini incelemeyi amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Bu araştırma, ruminasyon ve suçluluk duygusunun ikincil travmatik stres üzerindeki etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilen tanımlayıcı ve kesitsel bir çalışmadır.

Evren ve Örneklem

Bu çalışma, çevrim içi yürütülmüştür. Araştırmanın evreni, ulaşılabilir çevrim içi kaynaklara erişim sağlayan 18 yaş ve üzeri bireylerdir. 20 Nisan-20 Haziran 2023 tarihlerinde Google Forms ile 196 bireye ulaşılmıştır, ulaşılabilen bireylerden 152 birey çalışmaya katılmayı kabul etmiştir. Araştırmanın istatistiksel güç analizi, G*POWER 3.1.9.7 adlı yazılım aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Etki büyüklüğü 0.50 ve alfa 0.05 alındığında, 152 katılımcıdan oluşan örneklem büyüklüğünün gücü 0.92 olarak saptanmıştır ve örneklem büyüklüğünün yeterli olduğu görülmüştür (Kalaycıoğlu ve Akhanlı, 2020).

Veri Toplama

Bu araştırma, Türkiye’yi etkileyen Kahramanmaraş depremi sonrası, 20 Nisan - 20 Haziran 2023 tarihleri arasında Google Forms aracılığıyla ulaşılan bireylerle yürütülmüştür. Katılımcılara ulaşmak amacıyla Instagram ve Twitter gibi sosyal ağlar kullanılmış, bu platformlarda araştırmanın amacı, dahil edilme kriterleri ve yazarların iletişim bilgilerini içeren bir duyuru metni yayımlanmıştır.

Katılımcılar, çevrim içi kaynaklara erişimi olan 18 yaş ve üzeri bireyler arasından seçilmiştir. Araştırmaya katılmaya uygun bireylerle mesaj veya e-posta yoluyla iletişime geçilmiş, kendilerine araştırmanın amacı ve hedeflerini içeren bir bilgi paketi, e-imzalamaları için onay formu ve Google Forms bağlantısı e-posta ile iletilmiştir. Veri toplama süreci, katılımcıların çevrim içi olarak erişebildiği Google Forms platformu kullanılarak gerçekleştirilmiş, katılmak isteyen bireylerin araştırmanın amacı hakkında bilgilendirilmesi sağlanarak gönüllülükleri teyit edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Katılımcılardan demografik bilgileri, önceki deprem yaşantıları ve Kahramanmaraş depremine ilişkin soruları içeren “Kişisel Bilgi Formu” nu doldurmaları istenmiştir. İkincil travmatik stres düzeyini belirlemek için “Sosyal Medya Kullanıcıları İçin İkincil Travmatik Stres Ölçeği (SM-İTSÖ)”, hayatta kalanların suçluluğunu ölçmek için “Sürekli Utanç ve Suçluluk Ölçeği (SUSÖ)” nin suçluluk alt boyutu, ruminasyonu değerlendirmek için “Kısa Form-Ruminasyon Ölçeği (KF-RÖ)” kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Katılımcıların demografik bilgilerini (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim ve gelir durumu), psikiyatrik tanı geçmişlerini, geçmişte deprem yaşama deneyimlerini, Kahramanmaraş merkezli depremden etkilenme durumlarını ve bu depreme dair sosyal medyada geçirdikleri süreyi içermektedir (Çınaroğlu, Yılmaz ve Sayar, 2025).

Sosyal Medya Kullanıcıları İçin İkincil Travmatik Stres Ölçeği (SM-İTSÖ): Ölçek, sosyal medya kullanıcılarında ikincil travmatik stresin şiddetini değerlendirmek için kullanılmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması, 2021 yılında yapılmıştır. 17 maddeden ve tek bir faktörden oluşan bu ölçek, beşli Likert tipiyle derecelendirilmiştir. Katılımcılar her maddeye 1 (Hiçbir zaman) ile 5 (Çok sık) arasında değişen seçeneklerle yanıt vermektedir. Ölçekten alınabilecek puan en az 17 ve en fazla 85’tir. Ölçekten alınan puanın artması, ikincil travmatik stres düzeyinin de arttığını göstermektedir (Balcı Çelik ve Altınışık, 2021).

Kısa Form-Ruminasyon Ölçeği (KF-RÖ): Ruminatif eğilimi değerlendiren ölçek, saplantılı düşünme ve derinlemesine düşünme alt boyutlarını içeren 10 maddelik dördümlü Likert tiptedir. Yanıtlar 1=Hiçbir zaman ile 4=Her zaman arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlanması Erdur Baker ve Bugay tarafından 2012 yılında yapılmıştır. Ölçekten alınabilecek puan en az 10 ve en fazla 40’tır. Ölçekten alınan puanın artması, ruminatif eğilimin de arttığını göstermektedir (Erdur-Baker ve Bugay, 2012).

Sürekli Utanç ve Suçluluk Ölçeği (SUSÖ): Türkçe’ye uyarlaması 2011 yılında Bugay ve Demir tarafından yapılan ölçek, 15 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan her beş madde utanç, gurur ve suçluluk duygularını değerlendirmeye yöneliktir. Ölçek beşli Likert tipi bir ölçektir. Katılımcılar maddelere, 1 (Bu şekilde hissetmedim) ile 5 (Bunu çok güçlü bir şekilde hissettim) arasında değişen bir ölçekle yanıt vermektedir. Ölçekten toplam puan hesaplanmamakta, her bir alt ölçek (utanç, gurur, suçluluk) ayrı ayrı analiz edilmektedir. Alt ölçeklerden alınan yüksek puanlar suçluluk, gurur veya utancın arttığını, alınan düşük puanlar ise azaldığını göstermektedir (Bugay ve Demir, 2011).

Verilerin Değerlendirilmesi

Çalışma verileri IBM SPSS Statistics 25 yazılımı kullanılarak analiz edilmiştir. Çalışmada verilerin normal dağılıma uyup uymadığı basıklık ve çarpıklık değerleri incelenerek değerlendirilmiştir. Elde edilen değerlerin ± 1.96 aralığında yer aldığı ve bu doğrultuda verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Bu nedenle analizlerde parametrik testler tercih edilmiştir. İki bağımsız grubun ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla bağımsız örneklem için t testi uygulanmış; ikiden fazla bağımsız grubun ortalamalarının karşılaştırılmasında ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Ayrıca, ölçekler ile sayısal değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek üzere korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Tanımlayıcı özelliklerin ikincil travmatik stres üzerindeki doğrudan etkileri basit doğrusal regresyon analizi ile incelenmiştir. Veri analizinin bu aşamasında ikincil travmatik stresi etkileyen değişkenler, sonraki analizlerde ortak değişkenler olarak atanmıştır. Ruminasyon ve suçluluğun ikincil travmatik stres üzerindeki etkisini belirlemek için sıralı regresyon analizi kullanılmıştır. Analiz öncesinde normallik ve çoklu bağlantı gibi çok değişkenli istatistiklere ilişkin varsayımlar değerlendirilmiştir. Veriler analiz edilirken anlamlılık değeri $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Araştırmanın Etik Yönü

Bu çalışmaya Sakarya Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu tarafından (Tarih: 12/04/2023) (Karar no: 71522473/050.01.04/156) onay verilmiştir. Tüm prosedürler, Helsinki Bildirgesi'ne uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR

Katılımcıların %81.6'sı kadın, %58.6'sı evli, % 40.8'i lise mezunu ve %49.3'ünün geliri giderine eşitti. Örneklemin yaş ortalaması 29.71 ± 7.89 ' idi. Katılımcıların %17.8'inin bir psikiyatrik tanısı vardı, % 47.4'ü geçmişte en az bir deprem yaşamıştı. Örneklemin %57.2'si Kahramanmaraş merkezli depremden aile ve sosyal çevresi aracılığıyla etkilendiğini bildirdi, sosyal medyadan Kahramanmaraş merkezli depremle ilgili güncel gelişmeleri takip etme ortalaması ise 4.45 ± 3.03 saatti (Tablo 1).

Tablo 1. Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerine Dair Bilgiler

Özellikler	Örneklem (n=152)	
	Katılımcı sayısı (%)	Ortalama (SS)
Yaş (yıl)		29.71 (7.89)
Cinsiyet	Kadın	124 (81.6)
	Erkek	28 (18.4)
Medeni durum	Evli	89 (58.6)
	Bekar	63 (41.4)
Eğitim durumu	İlkokul-ortaokul mezunu	15 (9.9)
	Lise mezunu	62 (40.8)
	Lisans mezunu	52 (34.2)
	Lisansüstü mezun	23 (15.1)
Algılanan gelir düzeyi	Gelirim giderimden az	54 (35.5)
	Gelirim giderime denk	75 (49.3)
	Gelirim giderimden fazla	23 (15.1)
Psikiyatrik tanı varlığı	Evet	27 (17.8)
	Hayır	125 (82.2)
Geçmiş deprem travması	Evet	72 (47.4)
	Hayır	80 (52.6)
Aile ve sosyal çevre aracılığıyla depremden etkilenme	Evet	87 (57.2)
	Hayır	65 (42.8)
Sosyal medya ile deprem haberlerini takip etme (günlük saat)		4.45 (3.03)

Katılımcıların cinsiyet, medeni durum ve eğitim düzeyine göre ikincil travmatik stres, ruminasyon ve suçluluk değişkenlerinin puanları arasında anlamlı düzeyde bir fark gözlenmemiştir ($p>0.05$). Algılanan gelir düzeyine göre ise ikincil travmatik stres ve ruminatif düşünce puanlarında anlamlı bir farklılık saptanmamış ($p>0.05$), ancak suçluluk puanları yönünden istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$). Gruplar arasındaki farklılıkları belirlemek için yapılan post hoc analiz sonuçlarında, gelirini giderine eşit olarak algılayan katılımcıların suçluluk puanları, geliri giderimden az olan katılımcılara göre daha yüksektir. Psikiyatrik tanı varlığı, katılımcıların suçluluk puanları üzerinde anlamlı bir fark yaratmazken ($p>0.05$), ikincil travmatik stres ve ruminasyon düzeyleri, psikiyatrik tanıya sahip katılımcılarda, tanısı olmayanlara göre anlamlı şekilde daha yüksek tespit edilmiştir ($p<0.05$). Suçluluk ve ikincil travmatik stres düzeyleri, geçmişte deprem yaşamış bireylerde, bu tür bir deneyimi olmayanlara göre anlamlı biçimde daha yüksek bulunmuştur ($p<0.05$). Ancak ruminasyonla ilgili puanların ise istatistiksel olarak daha düşük seviyede olduğu saptanmıştır ($p<0.05$). Kahramanmaraş merkezli depremde aile ve sosyal çevresi aracılığıyla etkilendiğini bildiren katılımcıların suçluluk ve ikincil travmatik stres puanları, etkilenmeyenlere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı biçimde yüksek saptanmıştır ($p<0.05$). Ancak, Kahramanmaraş merkezli depremde etkilenme durumuna göre ruminasyon puanları yönünden gruplar arasında anlamlı düzeyde bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$) (Tablo 2).

Katılımcıların yaşı ile ikincil travmatik stres, ruminasyon ve suçluluk değişkenleri arasında anlamlı bir korelasyon saptanmamıştır ($p>0.05$). Ancak, Kahramanmaraş merkezli depremle ilgili güncel gelişmeleri takip etmek amacıyla sosyal medyada geçirilen süre ile ikincil travmatik stres ($r=0.27$, $p<0.005$) ve suçluluk ($r=0.36$, $p<0.001$) puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır ($p<0.05$) (Tablo 3).

Tablo 2. SUSÖ, KF-RÖ ve SM-İTSÖ Ölçek Puanlarının Tanımlayıcı Özelliklere Göre Karşılaştırılması

	Sosyal Medya Kullanıcıları İçin İkincil Travmatik Stres Ölçeği (SM-İTSÖ)		Kısa Form-Ruminasyon Ölçeği (KF-RÖ)		Sürekli Utanç ve Suçluluk Ölçeği (SUSÖ)	
	Ortalama	SS	Ortalama	SS	Ortalama	SS
Cinsiyet						
Kadın	56.51	14.7	23.52	4.89	18.52	5.74
Erkek	58.68	13.36	22.82	3.98	19.86	5.9
	t: -0.72, p: 0.47		t: 0.70, p: 0.48		t: -1.10, p: 0.27	
Medeni Durum						
Evli	56.22	15.21	23.46	4.75	18.28	6.07
Bekar	57.87	13.37	23.28	4.72	19.46	5.29
	t: -0.69, p: 0.49		t: 0.22, p: 0.82		t: -1.24, p: 0.21	
Eğitim durumu						
İlkokul-ortaokul mezunu	57.06	17.51	23.86	5.82	18.66	5.52
Lise mezunu	57.88	13.28	23.46	4.60	18.82	5.71
Lisans mezunu	57.48	12.72	23.51	4.62	19.26	5.56
Lisansüstü mezun	52.86	18.77	22.56	4.75	17.56	6.72
	F: 0.71, p: 0.54		F: 0.29, p: 0.82		F: 0.46, p: 0.71	
Algılanan gelir düzeyi						
Gelirim giderimden az	55.03	15.12	23.90	4.42	17.09	6.15
Gelirim giderime denk	59.00	14.48	23.20	5.26	19.96	4.96
Gelirim giderimden fazla	54.47	12.12	22.78	3.46	18.82	6.55
	F: 1.57, p: 0.21		F: 0.57, p: 0.56		F: 4.02, p: 0.02*	
Psikiyatrik tanı varlığı						
Evet	70.11	8.76	28.03	2.59	19.59	5.90
Hayır	54.06	13.8	22.38	4.48	18.59	5.75
	t: 7.67, p: 0.000*		t: 8.83, p: 0.000*		t: 0.81, p: 0.41	
Geçmiş deprem travması						
Evet	62.78	12.48	22.5	4.67	21.45	3.36
Hayır	51.62	14.12	24.18	4.66	16.35	6.41
	t: 5.17, p: 0.000*		t: -2.22, p: 0.028*		t: 6.23, p: 0.000*	
Aile ve sosyal çevre aracılığıyla depremden etkilenme						
Evet	61.63	14.71	23.91	5.00	20.08	5.42
Hayır	50.58	11.42	22.67	4.27	17.01	5.80
	t: 5.02, p: 0.000*		t: 1.61, p: 0.11		t: 3.34, p: 0.001*	

SM-İTSÖ: Sosyal Medya Kullanıcıları İçin İkincil Travmatik Stres Ölçeği; KF-RÖ: Kısa Form-Ruminasyon Ölçeği; SUSÖ: Sürekli Utanç ve Suçluluk Ölçeği; SS: Standart sapma; t: Bağımsız gruplarda t testi; F: Tek yönlü varyans analizi; *p<0.05

Tablo 3. Katılımcıların Yaş, Sosyal Medya Süresi ile SUSÖ, KF-RÖ ve SM-İTSÖ Ölçek Puanları Arasındaki İlişki

		Yaş (yıl)	Sosyal medya süresi (saat)
Sosyal Medya Kullanıcıları İçin İkincil Travmatik Stres Ölçeği (SM-İTSÖ)	r	-0.10	0.27
	p	0.21	0.001*
Kısa Form-Ruminasyon Ölçeği (KF-RÖ)	r	-0.26	-0.08
	p	0.75	0.33
Sürekli Utanç ve Suçluluk Ölçeği (SUSÖ)	r	-0.11	0.36
	p	0.19	0.000*

SM-İTSÖ: Sosyal Medya Kullanıcıları İçin İkincil Travmatik Stres Ölçeği; KF-RÖ: Kısa Form-Ruminasyon Ölçeği; SUSÖ: Sürekli Utanç ve Suçluluk Ölçeği; r: Pearson korelasyon katsayısı; *p<0.05

Katılımcıların tanımlayıcı özelliklerinin, ikincil travmatik stres üzerindeki etkisini inceleyebilmek için yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, algılanan gelir düzeyi, psikiyatrik tanı varlığı, geçmiş deprem travması, Kahramanmaraş merkezli depremde aile ve sosyal çevre aracılığıyla etkilenme ve sosyal medyada geçirilen süre bağımsız olarak incelenmiştir. Psikiyatrik tanının varlığı, ikincil travmatik stresli olumlu ve anlamlı yordamaktadır ($\beta=0.43$, $t(150)=5.77$, $p=0.000$). Geçmiş deprem travması, ikincil travmatik stresli olumlu ve anlamlı yordamaktadır ($\beta=0.39$, $t(150)=5.13$, $p=0.000$). Kahramanmaraş merkezli depremde aile ve sosyal çevre aracılığıyla etkilenme, ikincil travmatik stresli olumlu ve anlamlı yordamaktadır ($\beta=0.38$, $t(150)=5.02$, $p=0.000$). Sosyal medyada geçirilen sürenin artması, ikincil travmatik stresin artışını yordamaktadır ($\beta=0.27$, $t(150)=3.40$, $p=0.001$).

İkincil travmatik stres üzerinde doğrudan etkisi bulunan iki değişkenin dört değişkenin kontrolü, ruminatif düşünce ve suçluluğun etkisinin değerlendirilmesi için önemlidir. Bu sebeple, dört değişken sonraki analizlerde ortak değişken olarak atanmıştır. İkincil travmatik stres ile ruminatif düşünce, suçluluk ve kontrol edilen dört ortak değişken arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla hiyerarşik çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Psikiyatrik tanı varlığı, geçmiş deprem travması, Kahramanmaraş merkezli depremde aile ve sosyal çevre aracılığıyla etkilenme, sosyal medyada geçirilen süre kontrol edildikten sonra ruminatif düşünce ve suçluluğun ikincil travmatik stres ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($F(6,145)=104.99$, $p=0.000$). Daha fazla ruminatif düşünce bildiren katılımcılar, daha çok ikincil travmatik stres göstermiştir ($B=1.32$, $t(145)= 9.32$, $p=0.000$). Suçluluğu daha çok hisseden katılımcılar, daha çok ikincil travmatik stres göstermiştir ($B=1.20$, $t(145)= 10.43$, $p=0.000$) (Tablo 4).

Tablo 4. Suçluluk ve Ruminatif Düşüncenin İkincil Travmatik Stres Üzerindeki Etkisine İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

		B	Standart Hata	Beta	t	p	F	R	R²_{adj}
Model 1	Sabit	42.92	1.96		21.91	.000*	25.24*	0.64	0.39
	Psikiyatrik tanı varlığı	14.14	2.42	0.38	5.83	.000*			
	Geçmiş deprem travması	6.55	1.98	0.23	3.30	.001**			
	Aile ve sosyal çevre aracılığıyla depremden etkilenme	9.25	1.91	0.32	4.86	.000*			
	Sosyal medya süresi (saat)	0.69	0.32	0.15	2.17	0.03**			
Model 2	Sabit	-3.70	3.23		-1.15	0.25	157.22*	0.90	0.81
	Psikiyatrik tanı varlığı	6.25	1.62	0.17	3.85	.000*			
	Geçmiş deprem travması	5.27	1.29	0.18	4.08	.000*			
	Aile ve sosyal çevre aracılığıyla depremden etkilenme	4.38	1.11	0.15	3.94	.000*			
	Sosyal medya süresi (saat)	0.25	0.19	0.05	1.29	0.20			
	Ruminatif düşünce	1.32	0.14	0.43	9.32	.000*			
	Suçluluk	1.20	0.12	0.48	10.43	.000*			

* $p=0.000$, ** $p<0.05$

TARTIŞMA

Çalışmamızda ikincil travmatik stres düzeyi, katılımcılarımızın yaş, eğitim, medeni durum ve cinsiyetine göre değişiklik göstermemekteydi. Travma mağdurları ile çalışan sağlık profesyonellerinde ikincil travmatik stres semptomlarının yaş, eğitim, medeni durum (Von Rueden ve diğerleri, 2010) ve cinsiyete (Ogińska-Bulik, Gurowiec, Michalska ve Kędra, 2021; Von Rueden ve diğerleri, 2010) göre değişiklik göstermemesi, çalışma bulgumuzu desteklemektedir. Kadın ruh sağlığı uzmanlarının ikincil travmatik stres geliştirmeye daha savunmasız olduğu (Baum, 2015), erkek ruh sağlığı uzmanlarının kadınlara göre ikincil travma bildirme olasılığının daha yüksek olduğu (Johansen, Kristiansen, Bjelland ve Tavakoli, 2019) bulunmuştur. 11 Eylül 2001 olaylarının afet çalışanları üzerindeki etkisine yönelik yapılan bir çalışmada daha genç ve bekar olanların stres bozukluğu geliştirme olasılığı daha yüksek bulunmuştur (Fullerton, Ursano ve Wang, 2004). Ancak, bu çalışma bulguları araştırmamızın sonuçlarıyla çelişmektedir. Bu çelişki, algılanan sosyal desteğin travmatik deneyimlerle başa çıkma sürecindeki rolüyle açıklanabilir (Yıldırım ve diğerleri, 2025). Evli ve yaşlı bireyler genellikle daha güçlü sosyal destek ağlarına sahip olduğundan, felaket senaryolarında strese karşı daha dayanıklı olabilirler (Crowe, 2009; Vaingankar ve diğerleri, 2020). Ancak, Türkiye gibi kolektivist toplumlarda, toplum odaklı destek ağları bireylere yaş veya medeni durum fark etmeksizin güçlü bir sosyal dayanışma sağlayarak bu etkileri dengelemektedir (Yıldırım ve diğerleri, 2025). Çalışmamızda ikincil travmatik stres geliştirme; geçmiş deprem travmaları, Kahramanmaraş merkezli depremde aile ve sosyal çevre aracılığıyla etkilenme, psikiyatrik tanının varlığı ile artmaktadır. Kişisel travma öyküsünün ikincil travmatik stres gelişimiyle (Ehring, Razik ve Emmelkamp, 2011); fiziksel hasar, can kaybı veya yaralanma gibi faktörlerin etkilediği deprem deneyiminin şiddeti ve depreme maruz kalmanın ise travmatik stres semptomlarının düzeyinin artması ile ilişkisi olduğu bildirilmiştir (Fan, Zhang, Yang, Mo ve Liu, 2011; Liang, Cheng, Ruzek ve Liu, 2019). Ruhsal hastalıklarda travma sonrası stres semptomlarının % 25 ile % 48 arasında değişmesi ve genel popülasyondan daha yaygın olması çalışma sonuçlarımızı desteklemektedir. Ruhsal hastalık varlığının travma sonrası stres ile ilişkisinin olması, ruhsal hastalığı olan bireylerin çevresel faktörlerden güçlü bir şekilde etkilenmesi ile açıklanabilmektedir (Grubaugh, Zinzow, Paul, Egede ve Frueh, 2011).

Çalışmamızda, suçluluk duygusunun geçmişte yaşanan deprem travmaları ile Kahramanmaraş merkezli depremde bireylerin aile ya da sosyal çevreleri aracılığıyla dolaylı olarak etkilenmeleri sonucunda arttığı saptanmıştır. Çalışmamıza benzer şekilde yapılan araştırmalar, afet ve savaşlardan kurtulanlar arasında hayatta kalma suçluluğunun yaygın olduğunu göstermekte olup, bu bulgu çalışmamızı desteklemektedir (Hartman, 2014; Hull, Alexander ve Klein, 2002; Wang, Wu ve Tian, 2018). Bu durum; sosyal medyayı kullanan katılımcıların deprem bölgesinde bulunan bireylerin videolarına, yardım ihbarlarına çok fazla maruz kalması, üzüntü, keder, merhamet, şok ve hissizlik gibi olumsuz duyguların internet yolu ile yayılmasından kaynaklandığı düşünülmektedir (Zhao ve Zhou, 2020).

Katılımcılarımız, deprem bölgesi ile ilgili gelişmeleri takip etmek için sosyal medya hesaplarında günde ortalama 4 saat 45 dakika vakit geçirdiklerini bildirmişlerdir. Yüksek kullanım oranları, afetle ilgili belirsizliği azaltmak ve yardım etkinliklerini, diğerlerinin düşüncelerini ve hikayelerini öğrenme motivasyonu ile açıklanabilmektedir (Lachlan, Spence ve Seeger, 2009). Çalışmamızda sosyal medyada geçirilen süre arttıkça ikincil travmatik stres ve suçluluk düzeyinde artış görülmektedir. Bu bulgu, COVID-19 ile ilişkili sosyal medya kullanımının ikincil travmatik stres, depresyon ve kaygı gibi daha kötü ruh sağlığı sonuçlarıyla ilişkili olduğu çalışma tarafından desteklenmektedir (Zhao ve Zhou, 2020). Deprem sonrası sosyal medya, yardım ihbarlarının, ihtiyaç listelerinin de bulunduğu bir platform olarak görülmüştür. Katılımcılarımız, deprem bölgesine daha fazla yardım yapabileceklerine dair düşünceleri ve eylemsiz kaldıklarına dair inançları sebebiyle suçlu hissettikleri düşünülmektedir (Wang, Wu ve Tian, 2018).

Çalışmamız, ikincil travmatik stresin gelişimini yordayan faktörlerin ruminatif düşünce ve suçluluk olduğunu göstermektedir. Ruminasyonun, travma sonrası gelişen stres semptomlarıyla ilişkili olduğuna dair çalışma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir (Hu, Koucky, Brown, Bruce ve Sheline, 2014; LoSavio, Dillon ve Resick, 2017; Turluc, Măirean ve Turluc, 2015). Yakın tarihli bir meta analiz çalışmasında da travma sonrası stres semptomları ile ruminasyon arasında orta düzeyde, pozitif ilişki bulunmuştur (Szabo, Warnecke, Newton ve Valentine, 2017). Travmatik yaşantıya dair tehdit edici yönler, afetin boyutlarının büyümesine sebep olan faktörler ve sonuçları hakkında tekrar tekrar düşünmek, travmaya yönelik stres gelişmesine yol açabilmektedir. Sosyal medyada yer alan videolar, hikayeler ise travmanın ayrıntıları üzerine düşünmeyi şiddetlendirebilmektedir (Zhao ve Zhou, 2020). Suçluluk duygusunun TSSB gelişiminde önemli rol oynadığına dair çalışma sonuçları, suçluluk ve ikincil travmatik stres ilişkisine dair sonucumuzu desteklemektedir (Bub ve Lommen, 2017; Wang, Wu ve Tian, 2018). Afetin boyutlarının büyümesini engelleyebileceğine dair çarpıtılmış bilişler suçluluğa yol açmış olabilir. Yine hayatta kalanın suçluluğu, yardım etme davranışlarını arttırmaktadır (Murray, Pethania ve Medin, 2021) fakat birey istediği düzeyde yardım edemediğinde suçluluk duygusu yoğunlaşabilir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları vardır. İkincil travmatik stresi değerlendirmek için kullanılan “Sosyal Medya Kullanıcıları İçin İkincil Travmatik Stres Ölçeği” kişinin öz bildirimidir ve veriler, çevrim içi toplanmıştır. Bireylerin bilinçli olarak gerçek dışı bilgi verme olasılığı, örneklemimizin ikincil travmatik stres puanlarını olumsuz yönde etkilemiş olabilir. Çalışmamızın bir diğer kısıtlılığı, örneklemimizin küçük ve heterojen olması sebebiyle genel popülasyonu yansıtmayabilir. Çalışmamızın kesitsel doğası sebebiyle ikincil travmatik stres, suçluluk ve ruminatif düşünce arasında bağlantı kurmayı zorlaştırmaktadır. Gelecekteki çalışmalar için uzunlamasına planlama ve büyük örneklemelerin kullanılması önerilebilir.

SONUÇ

Sonuç olarak, bu bulgular sosyal medya kullanımı aracılığıyla travmatik olaylara doğrudan maruz kalanlar ile etkileşime geçmenin, travmatik stres geliştirebileceğini göstermektedir. Hayatta kalan suçluluğu ve ruminatif düşüncelerin ikincil travmatik stresi önemli ölçüde etkilediği görülmektedir. Bu bağlamda, hemşireler psikososyal destek sağlamak, ikincil travmatik stres riskini değerlendirmek, insanlara rehberlik etmek ve etkili başa çıkma stratejileri geliştirmek için daha bilinçli hale gelmelidir. Özellikle afet hemşireliği ve ruh sağlığı hemşireliği alanlarında, bireylerin sosyal medya kullanımına bağlı olarak yaşadıkları psikolojik etkileri gözlemlemek ve önleyici müdahaleler geliştirmek önem arz etmektedir. Bu yaklaşım, hemşirelik uygulamalarının güçlendirilmesine ve zihinsel sağlığın korunmasına önemli bir katkı sağlamaktadır. Ayrıca, sosyal medya kullanımının ruh sağlığı üzerindeki etkilerini daha iyi anlamak, travma önleme ve müdahale stratejilerinin geliştirilmesine yönelik gelecekteki çalışmalara rehberlik edebilir. Özellikle sosyal medya aracılığıyla ikincil travmaya maruz kalanlar için, içerik tüketimini sınırlamak ve olumsuz duyguları yönetmek için duygusal düzenleyici stratejiler geliştirmek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır. Gelecekteki çalışmalar, bu stratejilerin etkinliğini değerlendirmeli ve hem bireysel hem de toplumsal düzeyde psikososyal destek mekanizmalarının güçlendirilmesine katkıda bulunmalıdır.

Yazar Katkıları:

Fikir ve tasarım: S.K. Veri toplama: S.K. Veri analizi ve yorumlama: S.K., G.D. Makale yazımı: S.K. Eleştirel inceleme: G.D.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması beyan etmemişlerdir.

Finansman: Yazarlar çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmemişlerdir.

KAYNAKLAR

- Ayhan, C., Aydar, R., & Aktaş, M. (2024). Trauma-informed care and its use in psychiatric nursing: a review. *Journal of Nursing Care Research*, 1(3), 79-84. doi: 10.51271/jncr-0014
- Balcı Çelik, S., Altınışık, M. S. (2021). Adaptation of secondary traumatic stress scale to Turkish for social media users: Reliability and validity study. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 11(60), 1-12. Retrieved October 23, 2023, from <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1671897>
- Baum, N. (2015). Secondary traumatization in mental health professionals. *Trauma, Violence, & Abuse*, 17(2), 221-235. doi: 10.1177/1524838015584357
- Bemak, F., Chung, R. C.-Y. (2017). Refugee trauma: Culturally responsive counseling interventions. *Journal of Counseling & Development*, 95, 299-308. doi: [10.1002/jcad.12144](https://doi.org/10.1002/jcad.12144)
- Bistas, K., Grewal, R. (2023). The intricacies of survivor's guilt: exploring its phenomenon across contexts. *Cureus*, 15(9), e45703. doi: 10.7759/cureus.45703
- Bub, K., Lommen, M. J. (2017). The role of guilt in posttraumatic stress disorder. *European Journal of Psychotraumatology*, 8(1), 1407202. doi: 10.1080/20008198.2017.1407202
- Bugay, A., Demir, A. (2011). Psychometric properties of the Turkish Version of Trait Shame and Guilt Scale. *The Eurasian Journal of Educational Research*, 11(45), 17-30. Retrieved March 3, 2023, from <https://ejer.com.tr/wp-content/uploads/2021/01/ejer.2011.45.2.pdf>
- Cinar, E. N., Abbata, A., Yilmaz, E. (2023). Earthquakes in Turkey and Syria-collaboration is needed to mitigate longer terms risks to health. *BMJ (Clinical research ed.)*, 380, p559. doi: [10.1136/bmj.p559](https://doi.org/10.1136/bmj.p559)
- Çınaroğlu, M., Yılmaz, E. Sayar, G.H. (2025). Psychological impact of the 2023 Kahramanmaraş earthquakes on non-victims: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 25, 597. doi: 10.1186/s12889-025-21901-6
- Crowe, L. (2009). Social support in later life : the influence of retirement and marital status : a thesis presented in partial fulfilment for the requirements for the degree of Master of Science in Psychology at Massey University, Palmerston North, New Zealand.
- Ehring, T., Razik, S., Emmelkamp, P. M. (2011). Prevalence and predictors of posttraumatic stress disorder, anxiety, depression, and burnout in Pakistani earthquake recovery workers. *Psychiatry Research*, 185(1-2), 161-166. doi: [10.1016/j.psychres.2009.10.018](https://doi.org/10.1016/j.psychres.2009.10.018)
- Erdur-Baker, O., Bugay, A. (2012). The Turkish version of the Ruminative Response Scale: An examination of its reliability and validity. *The International Journal of Educational and Psychological Assessment*, 10(2), 1-16. Retrieved October 20, 2023, from <https://hdl.handle.net/11511/74901>
- Erkoyun, E. (2023, 4 March). Turkey's earthquake death toll rose to 45,968 -interior minister. Reuters. <https://www.reuters.com/world/middle-east/turkeys-earthquake-death-toll-rose-45968-interior-minister-2023-03-04/>
- Fan, F., Zhang, Y., Yang, Y., Mo, L., Liu, X. (2011). Symptoms of posttraumatic stress disorder, depression, and anxiety among adolescents following the 2008 Wenchuan earthquake in China. *Journal of Traumatic Stress*, 24(1), 44-53. doi: [10.1002/jts.20599](https://doi.org/10.1002/jts.20599)
- Fu, Y., Chen, Y., Wang, J., Tang, X., He, J., Jiao, M., Yu, C., You, G., Li, J. (2013). Analysis of prevalence of PTSD and its influencing factors among college students after the Wenchuan earthquake. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 7, 1-6. doi: [10.1186/1753-2000-7-1](https://doi.org/10.1186/1753-2000-7-1)
- Fullerton, C. S., Ursano, R. J., Wang, L. (2004). Acute stress disorder, posttraumatic stress disorder, and depression in disaster or rescue workers. *The American Journal of Psychiatry*, 161(8), 1370-1376. doi: [10.1176/appi.ajp.161.8.1370](https://doi.org/10.1176/appi.ajp.161.8.1370)
- Grubaugh, A. L., Zinzow, H. M., Paul, L., Egede, L. E., Frueh, B. C. (2011). Trauma exposure and posttraumatic stress disorder in adults with severe mental illness: A critical review. *Clinical Psychology Review*, 31(6), 883-899. doi: [10.1016/j.cpr.2011.04.003](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.04.003)
- Güler, K., Uzun, S., & Emirza, E. (2024). Secondary traumatic stress and coping experiences in psychiatric nurses caring for trauma victims: A phenomenological study. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 32(2), 402-413. doi: 10.1111/jpm.13121
- Johansen, A. B., Kristiansen, E., Bjelland, I., Tavakoli, S. (2019). Secondary traumatic stress in Norwegian SUD-therapists: Symptoms and related factors. *Nordisk Alkohol & Narkotikadiskrift: NAT*, 36(6), 522-531. doi: [10.1177/1455072519847014](https://doi.org/10.1177/1455072519847014)
- Hartman, J. J. (2014). Anna Freud and the Holocaust: Mourning and survival guilt. *The International Journal of Psychoanalysis*, 95(6), 1183-1210. doi: [10.1111/1745-8315.12250](https://doi.org/10.1111/1745-8315.12250)
- Hu, E., Koucky, E. M., Brown, W. J., Bruce, S. E., Sheline, Y. I. (2014). The role of rumination in elevating perceived stress in posttraumatic stress disorder. *Journal of Interpersonal Violence*, 29(10), 1953-1962. doi: [10.1177/0886260513511697](https://doi.org/10.1177/0886260513511697)
- Hull, A. M., Alexander, D. A., Klein, S. (2002). Survivors of the Piper Alpha oil platform disaster: long-term follow-up study. *The British Journal of Psychiatry*, 181(5), 433-438. doi: 10.1192/bjp.181.5.433
- Kahil, A., Palabıykoğlu, N. R. (2018). İkincil travmatik stres. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 10(1), 59-70. doi: 10.18863/pgy.336495
- Kalaycıoğlu, O., Akhanlı, S. E. (2020). Sağlık araştırmalarında güç analizinin önemi ve temel prensipleri: Tıbbi çalışmalar üzerinde uygulamalı örnekler. *Turkish Journal of Public Health*, 18(1), 103-112. doi: 10.20518/tjph.602400
- Kavak, G., Karaköse, Ş., Koçak, O. (2023). Psikolojik sağlamlık ve ikincil travmatik stres ilişkisi: sosyal medya kullanımının aracı rolü. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 7(2), 92-111. Retrieved October 24, 2023, from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/scd/issue/82328/1312463>

- Lachlan, K. A., Spence, P. R., Seeger, M. (2009). Terrorist attacks and uncertainty reduction: Media use after September 11. *Behavioral Sciences of Terrorism and Political Aggression*, 1(2), 101–110. doi: 10.1080/19434470902771683
- Liang, Y., Cheng, J., Ruzek, J. I., Liu, Z. (2019). Posttraumatic stress disorder following the 2008 Wenchuan earthquake: A 10-year systematic review among highly exposed populations in China. *Journal of Affective Disorders*, 243, 327–339. doi: 10.1016/j.jad.2018.09.047
- LoSavio, S. T., Dillon, K. H., Resick, P. A. (2017). Cognitive factors in the development, maintenance, and treatment of post-traumatic stress disorder. *Current Opinion in Psychology*, 14, 18–22. doi: 10.1016/j.copsyc.2016.09.006
- Murray, H., Pethania, Y., Medin, E. (2021). Survivor guilt: A cognitive approach. *Cognitive Behaviour Therapist*, 14, e28. doi: 10.1017/S1754470X21000246
- Ogińska-Bulik, N., Gurowiec, P. J., Michalska, P., Kędra, E. (2021). Prevalence and predictors of secondary traumatic stress symptoms in health care professionals working with trauma victims: A cross-sectional study. *PloS One*, 16(2), e0247596. doi: 10.1371/journal.pone.0247596
- Pugh, L. R., Taylor, P. J., Berry, K. (2015). The role of guilt in the development of post-traumatic stress disorder: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 182, 138–150. doi: 10.1016/j.jad.2015.04.026
- Rackham, L. A., Lau-Zhu, A. (2021). Taxing working memory to modulate mental imagery of the 9/11 terrorist attacks following media exposure during childhood: A pilot study in young adult UK residents. *Anxiety, Stress, and Coping*, 34(4), 423–436. doi: 10.1080/10615806.2020.1870107
- Szabo, Y. Z., Warnecke, A. J., Newton, T. L., Valentine, J. C. (2017). Rumination and posttraumatic stress symptoms in trauma-exposed adults: a systematic review and meta-analysis. *Anxiety, Stress, and Coping*, 30(4), 396–414. doi: 10.1080/10615806.2017.1313835
- Tang, B., Deng, Q., Glik, D., Dong, J., Zhang, L. (2017). A meta-analysis of risk factors for post-traumatic stress disorder (PTSD) in adults and children after earthquakes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(12), 1537. doi: 10.3390/ijerph14121537
- Turliuc, M. N., Măirean, C., Turliuc, M. D. (2015). Rumination and suppression as mediators of the relationship between dysfunctional beliefs and traumatic stress. *International Journal of Stress Management*, 22(3), 306–322. doi: 10.1037/a0039272
- Von Rueden, K. T., Hinderer, K. A., McQuillan, K. A., Murray, M., Logan, T., Kramer, B., Gilmore, R., Friedmann, E. (2010). Secondary traumatic stress in trauma nurses: prevalence and exposure, coping, and personal/environmental characteristics. *Journal of Trauma Nursing : The Official Journal of the Society of Trauma Nurses*, 17(4), 191–200. doi: 10.1097/JTN.0b013e3181ff2607
- Wampole, D., & Bressi, S. (2019). Exploring strategies for promoting trauma-informed care and reducing burnout in acute care psychiatric nursing. *Journal of Nursing Education and Practice*, 9(5), 110–117. doi: 10.5430/JNEP.V9N5P110
- Wang, W., Wu, X., Lan, X. (2020). Rumination mediates the relationships of fear and guilt to posttraumatic stress disorder and posttraumatic growth among adolescents after the Ya'an earthquake. *European Journal of Psychotraumatology*, 11(1), 1704993. doi: 10.1080/20008198.2019.1704993
- Wang, W., Wu, X., Tian, Y. (2018). Mediating roles of gratitude and social support in the relation between survivor guilt and posttraumatic stress disorder, posttraumatic growth among adolescents after the Ya'an earthquake. *Frontiers in Psychology*, 9, 2131. doi: 10.3389/fpsyg.2018.02131
- Vaingankar, J., Abidin, E., Chong, S., Shafie, S., Sambasivam, R., Zhang, Y., Chang, S., Chua, B., Shahwan, S., Jeyagurunathan, A., Kwok, K., Subramaniam, M. (2020). The association of mental disorders with perceived social support, and the role of marital status: results from a national cross-sectional survey. *Archives of Public Health=Archives Belges de Sante Publique*, 78, 108. doi: 10.1186/s13690-020-00476-1
- Yıldırım, M., Seyrek, E., Çelik, İ., Aziz, I., Gómez-Salgado, J. (2025). The mediating roles of perceived social support and resilience in the relationship between earthquake anxiety and traumatic experiences among earthquake survivors in Turkey. *Acta Psychologica*, 253, 104714. doi: 10.1016/j.actpsy.2025.104714.
- Zhao, N., Zhou, G. (2020). Social media use and mental health during the COVID-19 pandemic: Moderator role of disaster stressor and mediator role of negative affect. *Applied Psychology. Health and Well-being*, 12(4), 1019–1038. doi: 10.1111/aphw.12226