

ŞUBAT 2023 DEPREMZEDELERİNDE TRAVMA SONRASI BÜYÜME: SOSYODEMOGRAFIK ÖZELLİKLER VE DEPREMDEN ETKİLENMENİN İNCELENMESİ

Yasemin KAYGAS¹
Meryem Berrin BULUT²

Öz

Depremler, yeri ve zamanı fark etmeksizin, insanlar üzerinde ciddi psikolojik, sosyal ve ekonomik etkilere neden olabilmektedir. Sadece gerçekleşme anında değil sonrasında da bu etkiler devam edebilmektedir. Bu çalışmada 6 Şubat 2023 depremlerinin travma sonrası büyüme (TSB) puan ortalamaları cinsiyet, eğitim durumu, gelir algısı, göçük altında kalıp kalmama ve yakınıni kaybetme değişkenlerine göre incelenmiştir. Araştırmaya 169 kadın, 103 erkek ve cinsiyetini belirtmeyen 4 kişi olmak üzere 276 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Kesitsel nitelikteki bu çalışmada veri toplama araçları olarak Travma Sonrası Büyüme Ölçeği ve Sosyodemografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Veriler kağıt-kalem yöntemi kullanılarak toplandıktan sonra SPSS programına aktarılmıştır. Verilerin analizinde t-testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. Araştırmanın bulguları TSB'nin cinsiyet ve göçük altında kalıp kalmama değişkenleri açısından farklılaştığını göstermektedir. Kadınların TSB puan ortalamalarının erkeklerden, göçük altında kalanların TSB puan ortalamalarının ise göçük altında kalmayanlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. TSB puan ortalamalarının eğitim durumu, gelir algısı ve depremde yakınıni kaybedip kaybetmeme değişkenlerine göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Bulgular, ilgili literatür temelinde tartışılmış, araştırma sonuçlarından hareketle uygulayıcı ve araştırmacılara önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Deprem, travma, travma sonrası büyüme, sosyodemografik özellikler.

¹Dr. Öğr. Üyesi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, E-posta: yasemin.kaygas@hku.edu.tr, ORCID: 0000-0002-9264-2486
Doç. Dr., Çukurova Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, E-posta: tekemeryemberrin@gmail.com, ORCID: 0000-0001-8476-8700
KAYGAS,Y., BULUT, M.B.(2025) Şubat 2023 Depremzedelerinde Travma Sonrası Büyüme: Sosyodemografik Özellikler ve Depremden Etkilenmenin İncelenmesi. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 25(67), 254-279. DOI:10.21560/spcd.vi 1515529

POST-TRAUMATIC GROWTH IN FEBRUARY 2023 EARTHQUAKE SURVIVORS: INVESTIGATION OF SOCIODEMOGRAPHIC CHARACTERISTICS

Abstract

Earthquakes, regardless of location and time, can cause serious psychological, social, and economic effects on people. This effect can continue, not only at the moment of realization but also afterward. In this research, the differences in the post-traumatic growth (PTB) score averages of the earthquake victims of February 6, 2023, were examined according to the variables of gender, educational status, income perception, whether they were trapped under a collapsed rubble or not, and the loss of a relative. A total of 276 people, including 169 women, 103 men, and 4 people who did not specify their gender, participated in the research voluntarily. This research was cross-sectional. Posttraumatic Growth Scale and Sociodemographic Information Form were used as data collection tools. After the data was collected using the paper-pencil method, it was transferred to the SPSS program. The data was analyzed by T-test and One-Way Analysis of Variance. The findings show that TSB differs in gender and variables of whether or not they have been trapped under a landslide. It was determined that the average TSB score of women was higher than that of men, and the average TSB score of those trapped under the collapse was higher than that of those not trapped under the collapse. It was found that TSB score averages did not differ according to the variables of education level, income perception, and whether or not they lost a relative in the earthquake. The findings were discussed based on the relevant literature, and suggestions were made to practitioners and researchers.

Key Words: *Earthquake, trauma, post-traumatic growth, sociodemographic characteristics.*

GİRİŞ

6 Şubat 2023 tarihinde merkez üssü Kahramanmaraş'ın Pazarcık ve Elbistan ilçeleri olan ve büyüklükleri 7.7 ile 7.6 olan iki deprem, bölgedeki 11 ilde büyük bir yıkıma neden olmuştur. Bu depremler sadece deprem bölgesindeki bireylerde değil ülkemizdeki pek çok bireyde ciddi etkilere neden olmuştur. Şiddeti yüksek olarak ifade edilebilecek bu depremlerin bireyler üzerindeki ekonomik, psikolojik ve sosyal etkilerini halen gözlemlemek mümkündür.

Doğal afet olan ve ne zaman gerçekleşeceği belli olmayan depremlerin pek çok bireyde travmatik deneyimlere neden olduğu belirtilebilir. Travma, bireyin veya başkalarının hayatını tehdit eden ya da ciddi yaralanmalara neden olabilecek bir olay sonucunda ortaya çıkan zararlı etki olarak ele alınmaktadır (Dünya Sağlık Örgütü [DSÖ], 2018). Travmatik deneyimler, bireyleri psikolojik, sosyal, ekonomik ve fizyolojik açıdan olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Aykut ve Soner-Aykut, 2020). Travma sonrasında bireyler genellikle korku ve kaygı hissedebilmekte, uyku bozuklukları ve duygu durum bozuklukları yaşayabilmektedirler (DSM-V, 2013; DSÖ, 2018; NIMH, 2021). Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB), travmatik olayların en yaygın olumsuz sonucu olarak kabul edilmektedir (Wang vd., 2012). Nitekim depremler sonrasında travma sonrası stres ve anksiyete belirtilerinin diğer afetlere göre daha yüksek oranda ve daha uzun süreli görüldüğü saptanmıştır (Newnham vd., 2022). Deprem sonrasında yaşanan evsiz kalma, göç gibi durumlar da travmayı süregelenleştiren etkenlerdir (Riffle vd., 2020). Aynı zamanda travmaya maruz kalmanın ve bu travmatik olay sonucunda gelişen TSSB'nin artması durumunda bireylerin yaşam kalitelerinin azaldığı bilinmektedir (Carlsson vd., 2006). Ancak travmatik olay sonrasında olumlu değişiklikler yaşadığını belirten bireyler de bulunmaktadır. Çeşitli travmatik deneyimler yaşayan kişiler, hayatlarında olumlu değişiklikler olduğunu, ruh sağlıklarında ve iyilik hallerinde artışlar deneyimlediklerini belirtmektedirler (Helgeson vd., 2006; Yin vd., 2019). Travmatik olaylar acıya ve TSSB'ye neden olabildiği gibi birçok kişi bu olaylarla başa çıkma sürecinde büyüme deneyimi yaşadığını bildirmiştir (Schulenberg, 2020). Örneğin, Vázquez ve diğerleri (2005) tarafından 2001 yılında gerçekleşen El Salvador depreminden sağ kalanlar üzerinde yürütülen bir çalışmada, hayatta kalanların çoğunun dinlenme zamanlarından keyif aldıkları, yaşananlardan anlam çıkarabildikleri

ve kendilerini gelecekteki olumsuz olaylara karşı daha hazırlıklı buldukları ve genel olarak olumlu duygulara sahip oldukları raporlanmıştır.

Psikoloji alanındaki araştırmalar 80'lerin sonlarından itibaren travmanın yalnızca olumsuz etkilerine odaklanan bir anlayıştan, çeşitli travmatik olaylardan sonra yaşanan olumlu değişimlerin araştırılmasına yönelik bir anlayışa evrilmiştir (Eve ve Kangas, 2015). Alan yazında bu olumlu değişim “fayda bulma”, “strese bağlı büyüme” veya “travma sonrası büyüme” gibi farklı terimlerle tanımlanmıştır (Johnson ve Boals, 2015). Bu kavramların içinde en sık olarak kullanılanı ise Tedeschi ve Calhoun (2004) tarafından ortaya atılan travma sonrası büyüme (TSB) kavramıdır. Tedeschi ve Calhoun, TSB'yi stres dolu ya da travma olarak tanımlanabilecek yaşam koşullarıyla mücadele sonucunda yaşanan olumlu psikolojik değişim olarak tanımlamışlardır. TSB, son derece olumsuz deneyimlere (örn., askeri savaş, yaşamı tehdit eden tıbbi koşullar, kamplarda yaşama ve mülteci statüsünde olmak gibi) bir tepki olarak ortaya çıkan, benliği, kişiler arası ilişkileri ve yaşam felsefesini içeren alanlarda belirli bir olumlu değişiklik süreci olarak tanımlanır (Tedeschi ve Calhoun, 1996). TSB, kişinin kendisinin ve yaşamının değerini anlamasına yardımcı olabilmekte ve daha anlamlı kişilerarası ilişkiler kurmasına, kişisel güçlenme duygusunun artmasına katkı sağlayabilmektedir (Shakespeare-Finch vd., 2003). TSB'nin daha iyi bir hayat yaşamak için hayata yeni bir anlam kazandırılan aktif bir süreç olduğu belirtilebilir (Kashyap ve Hussain, 2018; Salawali vd., 2020). Çeşitli kayıpların ardından kederle başa çıkarken sürecin bir parçası, kaybı mevcut dünya görüşlerine göre özümsemeye çalışmak veya bu dünya görüşlerini yeni gerçekliğe uygun olarak değiştirmek olabilir. Bu durum inanç ve anlam kaybına yol açabileceği gibi büyümeye yol açan bir mücadeleyi de sağlayabilir (Tedeschi ve Calhoun, 2006). Deprem sonrası kişinin evini kaybetmesi veya uzun süreli yer değiştirmesi gibi nesnel faktörlerin yanı sıra olayın doğrudan yol açtığı yaşamdaki altüst oluşların ruhsal sağlık üzerinde önemli etkisi vardır (Dewaraja ve Kawamura, 2006; Irmansyah vd., 2010). Yakınlarını kaybetmek ise yaşamına devam etmeye çalışan kişinin hayatındaki insanların önemini artırabilir veya kişiyi kendisine benzer travmatik bir olay yaşayan başkalarına daha yakın hissettirebilir. Tüm bunlar da yaşanan kaybın ardından bireyin kendisinin de ölümlü bir birey olduğunun farkına varmasını sağlayabilir (Calhoun vd., 2010).

TSB, travmatik bir olayın ardından bireyin benlik algısında, başkalarıyla ilişkilerinde ve varoluşsal inançlarında meydana gelen bir dizi olumlu değişiklik ve gelişme olarak da ifade edilebilir (Tedeschi ve Calhoun, 2004). Başka bir deyişle, kişi travmatik olayları daha iyi anlamlandırdığında ve hayatından umutlu olmaya başladığında ruh sağlığında önemli bir iyileşme meydana gelebilir (Bernstein ve Pfefferbaum, 2018). TSB süreci, kişinin yaşamdaki önceliklerini yeniden düşünmesini, daha zengin bir varoluşsal ve manevi yaşama sahip olmasını, kendisini ve etrafındakileri daha fazla takdir etmesini ve başkalarıyla ilişkilerin önemini farkına varmasını sağlayabilir (Tominaga vd., 2019). İnsanlar hayatlarını tehdit eden olaylarla yüzleşirken bir yandan da hedeflerini ve önceliklerini yeniden değerlendirebilmekte, sosyal ilişkilerini geliştirebilmekte ve hayata daha fazla değer biçebilmektedirler (Aflakseir ve Mahdiyar, 2016; Yalom, 1999).

Alanyazın incelendiğinde TSB'nin pek çok değişkenle ilişkisinin raporlandığı görülmektedir. TSB, umutsuzluk ve travma sonrası stres (Kardaş ve Tanhan, 2013), stres (Kira vd., 2013), başa çıkma tarzları (Farhadi vd., 2022; Peters vd., 2021), bütünlük duygusu (Wu vd., 2021), kasıtlı ruminasyon diğer bir ifadeyle travmanın tekrar yorumlanması (Wu vd., 2019) ve dini başa çıkmadan (Prati ve Pietrantonio, 2009) etkilenmektedir. Ek olarak, TSB'nin artan yaşam memnuniyeti (Calhoun vd., 2010; Davis ve Nolen-Hoeksema, 2009; Triplett vd., 2012), iyimserlik, benlik saygısı ve psikolojik sıkıntı ile kaygıda azalma (Davis ve Nolen-Hoeksema, 2009; Triplett vd., 2012), umut ve sosyal destek (Wu vd., 2019) gibi çeşitli olumlu sonuçlarla ilişkilendirildiği görülmüştür.

Literatürde depremin ardından travma sonrası büyümeyi inceleyen araştırmalar (Garcia vd., 2014; Jung ve Han, 2023; Karancı ve Acartürk, 2005; Kardaş ve Tanhan, 2018; Kawashima vd., 2023; Şakiroğlu, 2019) da bulunmaktadır. Bu çalışmalarda TSB ile başa çıkma (Karancı ve Acartürk, 2005) ve sosyal destek (Şakiroğlu, 2019) değişkenlerinin ilişkisi araştırılmıştır. 6 Şubat depremlerinin çocuklar üzerindeki psikolojik etkilerini (Khan vd., 2023) ve TSSB yaygınlığını (Alfuqaha vd., 2023; Han Alpay vd., 2024; İlhan vd., 2023) belirlemek amacıyla araştırmalar gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmalar

deprem sonrası, bölgedeki insanların travmadan etkilenme düzeylerini tespit etmeye yönelik planlanmıştır.

Yukarıda TSB değişkeninin farklı psikolojik ve sosyal değişkenler açısından ele alındığı görülmektedir. Yas sürecinde hem sosyoekonomik hem de sosyodemografik özellikler etkili olabilmektedir (Stroebe vd., 2007; Tedeschi ve Calhoun, 2004). TSB'nin sosyodemografik değişkenler açısından ele alındığı çalışmalar da mevcuttur. Wu ve diğerleri (2019) cinsiyetin TSB'nin belirleyicileri arasında olduğunu belirtmektedir. Bağcaz (2017) kadınların eğitim ve gelir açısından daha düşük seviyede olanlarının yas süreçlerinin daha uzun ve TSB'nin daha az olduğunu belirlemiştir. Köroğlu (2021) son iki yıl içerisinde bir yakını kaybetmiş bireylerde kayıp sonrasında TSB düzeylerini incelemiş ve erkeklerin kadınlara oranla daha az TSB gösterdiklerini raporlamıştır. Depremzedelerle yapılan çalışmalarda (Güven, 2010; Orçan ve Karaaziz, 2024) kadınların TSB düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Cinsiyet açısından TSB değişkeninde alınan puanların farklılık göstermediği yönünde raporlanan bulgular da (Şener ve Açar, 2023) mevcuttur. Bu bulgular temelinde çalışmanın ilk hipotezi şu şekilde oluşturulmuştur:

Hipotez 1: Depremzedelerde TSB puanları cinsiyete göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir.

Eğitim düzeyi TSB'nin önemli belirleyicilerinden biridir (Wu vd., 2019). Daha yüksek eğitim düzeylerinin TSB ile pozitif yönde ilişkili (Grace vd., 2015) olduğunu raporlayan çalışmaların yanı sıra TSB'nin daha düşük eğitim düzeyi ile ilişkili olduğunu tespit eden araştırma bulguları da (Tang vd., 2015) mevcuttur. Literatürde elde edilen bu bulgular temelinde araştırmanın ikinci hipotezi şu şekildedir:

Hipotez 2: Depremzedelerde TSB puanları eğitim düzeyine göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir.

Alanyazınındaki pek çok çalışma (örn., Heidarzadeh vd., 2014; Linley ve Joseph, 2004) TSB'nin yüksek gelir düzeyi ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Gökahmetoğlu (2021) ise gelir düzeyine göre TSB değişkeninde anlamlı bir farklılık tespit edememiştir. Bu çalışmada incelenmek üzere aşağıdaki hipotez oluşturulmuştur:

Hipotez 3: Depremzedelerde TSB puanları gelir algısına göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir.

Literatür incelendiğinde önceki çalışmalar (Jin vd., 2014; Smith vd., 2016) depreme özgü daha fazla olaya maruz kalan kişilerin daha yüksek TSB geliştirme olasılıkları olduğunu belirtmektedir. Bir bireyin travmatik bir olaydan olumlu sonuçlar elde etmesi için, travmatik olayla doğrudan yüzleşmesi gerekir (Janoff-Bulman, 2004). TSB’de travmanın anlamlandırılması için travmayla ilgili olumsuz düşüncelere, duygulara ve imgelere maruz kalmak gerekmektedir (Batten vd., 2005). Bu nedenle, travmatik olayla aşırı temas halinde olma travmadan sonra fayda bulmada bir katalizör görevi görebilir. TSB’nin gelişimine dair kuramlar, başlangıçta ve belki de benlik sisteminin yeniden düzenlenmesi sürecinin tamamı boyunca belli bir düzeyde sıkıntının gerekli olduğunu öne sürmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004). Ancak travmatik olayın büyüklüğünün ve düzeyinin TSB’yi etkilemede farklı sonuçları olabileceği de bilinmektedir. Örneğin, daha şiddetli travmaların bireyde daha uzun süreli bir etki bırakabileceğinden TSB’nin gecikebileceği ifade edilmektedir (Boerner vd., 2017; Dekel vd., 2014). TSB’nin göçük altında kalma ve yakınıni kaybetme durumlarına göre incelendiği herhangi bir çalışmaya ulaşılamamasına rağmen Van depreminde enkaz altında kalanların ve yakınıni kaybedenlerin travmatik stres belirtilerinin kalmayanlara ve kaybetmeyenlere göre daha yüksek olduğu raporlanmıştır (Kurt ve Gülbahçe, 2019). Bu araştırmanın diğer hipotezleri şu şekilde oluşturulmuştur:

Hipotez 4: Depremzedelerde TSB puanları göçük altında kalma durumuna göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir.

Hipotez 5: Depremzedelerde TSB puanları yakınıni kaybetme durumuna göre anlamlı olarak farklılık göstermektedir.

Bu çalışmada 6 Şubat depremlerinin TSB düzeyinin sosyodemografik değişkenlere (cinsiyet, eğitim durumu, gelir algısı, göçük altında kalıp kalmama ve yakınıni kaybedip kaybetmeme) göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırma verilerinin doğrudan depremlerden toplanmasının, çalışmanın özgünlüğünü ve bilimsel katkısını artıran önemli bir unsur olduğu değerlendirilmektedir. Deprem gibi travmatik olaylar sonrası bireylerin psikolojik süreçlerini anlamaya yönelik sınırlı

sayıda çalışma bulunduğundan, bu araştırmanın bulguları TSB literatürüne önemli katkılar sunacaktır. Ayrıca, elde edilen verilerin, TSB konusunda yapılacak gelecekteki araştırmalara yol gösterici olması ve travmaya yönelik müdahale programlarının geliştirilmesine bilimsel bir temel sağlaması açısından büyük bir öneme sahip olduğu düşünülmektedir. Depremzedeler üzerinde gerçekleştirilen bu çalışmanın bulgularının hem akademisyenler hem de alanda görev alan ruh sağlığı çalışanlarına önemli çıktılarının olması beklenmektedir. Akademisyenlerin, TSB kapsamında yürüttükleri araştırmalarda sosyodemografik değişkenleri kontrol değişkeni olarak ele almaları; alanda çalışan uzmanların ise TSB odaklı müdahale programlarında bireylerin sosyodemografik özelliklerini dikkate almaları, araştırma bulgularının geçerliliği ve uygulamaların etkinliği açısından önemli görülmektedir. Alan yazında travmatik olaydan ne kadar süre sonra TSB'nin oluşacağına dair çalışmaların farklı sonuçları olduğu görülmektedir. Örneğin; Kelly ve diğerleri (2018) tarafından yapılan bir çalışmanın sonuçları TSB'nin travmatik olaydan 4-5 ay sonra ölçülmesinin uygun olduğunu belirtmektedir. Amiri ve diğerlerinin (2021) derleme çalışmalarında deprem sonrası TSB üzerine yürütülen 21 çalışmadan 19'undan TSB verilerini olayın üzerinden 1 yıl geçtikten sonra topladığını göstermektedir. Bu çalışmada da veriler 6 Şubat depremlerinin üstünden bir yıl geçtikten sonra toplanmıştır.

YÖNTEM

Katılımcılar

Araştırmaya 276 depremzede (nkadın= 169, erkek= 103, 4 kişi cinsiyetini belirtmemiştir) gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmacılar, depremzedelere kendi imkânlarıyla ulaşmıştır. Örneklem yöntemi olarak amaçlı örneklem kullanılmıştır. Amaçlı örneklem ile belirli bir amaca yönelik belirli özelliklere sahip olan bireylerden örneklem oluşturulur (Patton, 2002, s. 45). Farklı eğitim düzeylerine sahip olan katılımcıların büyük bir çoğunluğu lise (n= 93) ve üniversite (n= 102) mezunudur. Katılımcılar farklı meslek gruplarına mensup olmakla birlikte en yüksek sayı sırasıyla şu şekildedir: Ev hanımı (n=42), öğretmen (n= 39), memur (n=38) ve esnaf (n= 15). Gelir durumları açısından incelendiğinde ise katılımcıların büyük bir çoğunluğu (n= 209) gelirin giderinden az ya da gelirin giderine eşit olduğunu belirtmektedir. Sınırlı

sayıda (n= 65) katılımcı ise gelirinin giderinden fazla olduğunu ifade etmiştir. Katılımcıların 97'sinin aile üyelerinden en az biri göçük altında kalmışken, 177'sinin herhangi bir aile üyesi göçük altında kalmamıştır. Depremde yakınıni kaybetme durumu incelendiğinde ise katılımcıların büyük bir kısmının (n= 183) depremde herhangi bir yakınıni kaybettiği belirtilebilir.

Veri Toplama Araçları

Travma Sonrası Büyüme Ölçeği: Tedeschi ve Calhoun (1996) tarafından geliştirilen, Kağan ve diğerleri (2012) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek 21 madde ve 3 faktörden (benlik algısındaki değişim-10 madde [örn., “Zorluklarla karşılaşabileceğimi daha iyi anladım.”], yaşam felsefesindeki değişim-6 madde [örn., “Yeni ilgi alanları keşfettim.”] ve başkalarıyla ilişkilerdeki değişim-5 madde [örn., “Duygularımı ifade etmeye daha istekliyim.”]) oluşmaktadır. Benlik algısındaki değişim zorluklarla başa çıkma deneyiminin ardından daha güçlü bir benlik hissinin gelişmesi, kişinin kendine olan güveninin artması ve daha önce deneyimlemediği yeni rolleri denemeye başlaması olarak açıklanabilir. Yaşam felsefesindeki değişim hayatın kıymetini anlamak, önceliklerin yeniden değerlendirilmesi ve günlük, basit anların da ne kadar önemli olduğunun farkına varılması süreci olarak düşünülebilir. Başkalarıyla olan ilişkilerdeki değişim ise kişilerarası bağlarda daha fazla yakınlık, kendini daha kolay ifade etme ve duygularını paylaşma, empatik tepkilerde artış olarak ifade edilebilir (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Ölçeğin değerlendirilmesinde 6'lı Likert tipi (0 - Bu değişimi hiç yaşamadım - 6 - Bu değişimi çok iyi yaşadım) bir derecelendirme kullanılmıştır. Ölçekten alınabilecek toplam puan 0 ile 105 arasında değişmektedir. Her alt ölçek ayrı ayrı veya birlikte kullanılabilir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, travma sonrası büyümenin olduğunu göstermektedir. Kağan ve diğerleri (2012) ölçeğin iç tutarlılık katsayılarını şu şekilde raporlamışlardır: benlik algısındaki değişiklikler (0,88); yaşam felsefesindeki değişiklikler (0,78) ve ilişkilerdeki değişiklikler (0,77); ölçeğin geneli için ise (0,92). Mevcut çalışmada hem Cronbach alfa hem de McDonald omega değerleri incelenmiştir. Benlik algısındaki değişim (0,87/0,87); yaşam felsefesindeki değişim (0,81/0,82); başkalarıyla ilişkilerde değişim (0,83/0,83); ölçeğin geneli (0,93/0,93).

Sosyodemografik Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlanan bu formda katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir durumu, göçük altında kalıp kalmama durumu, yakınlarını kaybetme durumu gibi veriler hakkında bilgi sahibi olunması amaçlanmıştır.

Verilerin Analizi

Çalışmanın verilerinin analizinde nicel analiz teknikleri kullanılmıştır. İlk olarak, veri setinin parametrik test varsayımlarını karşılayıp karşılamadığı incelenmiştir. Bu bağlamda normallik için çarpıklık ve basıklık değerleri; varyansların homojenliği için Levene homojenlik testi uygulanmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerleri -1 ile +1 arasındadır (Trochim ve Donnelly, 2006), bu da normallik varsayımının karşılandığı anlamına gelmektedir. Levene homojenlik testi sonuçları ($p>0,05$) varyansların homojen olduğunu göstermiştir. Bu nedenle, ortalamalar arası farkın incelenmesinde iki bağımsız ortalama arasındaki fark için bağımsız gruplar t-testi; 2'den fazla bağımsız ortalama arasındaki fark için ise ANOVA kullanılmıştır. Veriler SPSS25 ile çözümlenmiştir.

İşlem

Veri toplama işlemine geçmeden önce hem üniversitenin Sosyal Bilimler Etik Kurulundan hem de Nurdağı Kaymakamlığından gerekli izinler alınmıştır. Çalışmanın verileri Mart 2024 ile Nisan 2024 tarihleri arasında toplanmıştır. Ölçekler kâğıt-kalem yöntemi kullanılarak yüz yüze uygulanmıştır. Katılımcıların kendilerini rahat hissettikleri bir alanda (iş yerleri, okullar, evleri, vs.) ölçek uygulamaları yapılmıştır. Ölçekleri doldurmadan önce katılımcılara araştırma hakkında bilgi verilmiş, istedikleri zaman ölçekleri doldurmayı bırakabilecekleri, ölçekleri doldurmaya devam etmemeleri nedeniyle kendilerine herhangi bir yaptırım uygulanmayacağı, elde edilen verilerin yalnızca bilimsel amaçla kullanılacağı belirtilmiştir. Araştırmada katılımcılardan herhangi bir kişisel bilgi istenmemiş olup, analizler anonim olarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden kişilere ölçekler uygulanmıştır.

BULGULAR

İlk olarak travma sonrası büyüme ölçeği toplam puanı ve boyutlarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir.

Tablo 1. Cinsiyete Göre Travma Sonrası Büyüme Değişkeni ve Alt Boyutlarında Alınan Puanlar Arasındaki Farklar

Değişkenler	Cinsiyet	N	Ort.	S	t	p
Travma Sonrası Büyüme	Kadın	169	3,23	,92	2,78	,01
	Erkek	103	2,89	1,05		
Benlik Algısındaki Değişim	Kadın	169	3,56	,94	3,26	,00
	Erkek	103	3,15	1,10		
Yaşam Felsefesindeki Değişim	Kadın	169	3,21	1,09	2,36	,02
	Erkek	103	2,87	1,26		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Kadın	169	2,60	1,24	1,18	,24
	Erkek	103	2,40	1,41		

Tablo 1’de görüldüğü gibi hem ölçek toplam puanı hem de boyutları açısından kadınların ortalama puanları erkeklerinkinden daha yüksek iken bu yükseklik sadece başkalarıyla ilişkilerde değişim boyutunda anlamlı değildir.

Tablo 2’de eğitim durumuna göre farklılıklar gösterilmektedir. Buna göre hem ölçek toplam puanı hem de boyutları açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 2. Eğitim Durumuna Göre Travma Sonrası Büyüme Değişkeni ve Alt Boyutlarında Alınan Puanlar Arasındaki Farklar

Değişkenler	Eğitim durumu	N	Ort.	S	t	p
Travma Sonrası Büyüme	Lise ve altı	153	3,03	1,00	-1,31	,18
	Üniversite üstü	122	3,19	,94		
Benlik Algısındaki Değişim	Lise ve altı	153	3,34	1,04	-1,11	,26
	Üniversite üstü	122	3,47	,97		
Yaşam Felsefesindeki Değişim	Lise ve altı	153	2,99	1,20	-1,38	,16
	Üniversite üstü	122	3,19	1,09		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Lise ve altı	153	2,47	1,37	-,86	,38
	Üniversite üstü	122	2,61	1,20		

Gelir algısı açısından yapılan inceleme sonuçları Tablo 3'te verilmektedir.

Tablo 3. Gelir Algısına Göre Travma Sonrası Büyüme Değişkeni ve Alt Boyutlarında Alınan Puanlar Arasındaki Farklar

					F	p
Değişkenler	Gelir Algısı	N	Ort.	S		
Travma Sonrası Büyüme	Gelir giderden az	105	3,20	,92	,89	,41
	Gelir gidere eşit	104	3,02	1,06		
	Gelir giderden fazla	65	3,11	,92		
	Toplam	274	3,11	,98		
Benlik algısındaki değişim	Gelir giderden az	105	3,56	,92	1,90	,15
	Gelir gidere eşit	104	3,30	1,11		
	Gelir giderden fazla	65	3,33	1,00		
	Toplam	274	3,41	1,02		
Yaşam felsefesindeki değişim	Gelir giderden az	105	3,16	1,12	1,80	,17
	Gelir gidere eşit	104	2,93	1,19		
	Gelir giderden fazla	65	3,25	1,14		
	Toplam	274	3,09	1,16		
Başkalarıyla ilişkilerde değişim	Gelir giderden az	105	2,54	1,33	,02	,98
	Gelir gidere eşit	104	2,57	1,30		
	Gelir giderden fazla	65	2,53	1,27		
	Toplam	274	2,55	1,30		

Tablo 3'te görüldüğü gibi travma sonrası büyüme değişkeni ve alt boyutlarında gelir algısına göre anlamlı herhangi bir farklılık tespit edilememiştir.

Depremde yakınıni kaybetme durumuna göre ortalamalar arasındaki farklılık incelenmiş ve anlamlı bir farklılık Tablo 4'te de görüldüğü gibi tespit edilememiştir.

Tablo 4. Depremde Yakınını Kaybetme Durumuna Göre Travma Sonrası Büyüme Değişkeni ve Alt Boyutlarında Alınan Puanlar Arasındaki Farklar

Değişkenler	Depremde yakını kaybetme	N	Ort.	S	t	p
Travma Sonrası Büyüme	Evet	183	3,11	,96	,02	,98
	Hayır	92	3,11	1,00		
Benlik Algısındaki Değişim	Evet	183	3,42	,99	,28	,77
	Hayır	92	3,38	1,05		
Yaşam Felsefesindeki Değişim	Evet	183	3,12	1,14	,71	,47
	Hayır	92	3,01	1,17		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Evet	183	2,47	1,35	-1,16	,24
	Hayır	92	2,67	1,19		

Göçük altında kalıp kalmama durumuna göre bakıldığında ise ölçek toplam puanında ve benlik algısındaki değişim boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilmişken yaşam felsefesindeki değişim ve başkalarıyla ilişkilerde değişim boyutlarında herhangi bir farklılık saptanamamıştır. Göçük altında kalan bireylerin hem travma sonrası büyüme toplam puanları hem de benlik algısındaki değişim toplam puanları anlamlı olarak daha yüksek tespit edilmiştir (bk. Tablo 5).

Tablo 5. Göçük Altında Kalıp Kalmama Durumuna Göre Travma Sonrası Büyüme Değişkeni ve Alt Boyutlarında Alınan Puanlar Arasındaki Farklar

Değişkenler	Göçük	N	Ort.	S	t	p
Travma Sonrası Büyüme	Evet	97	3,31	,83	2,59	,01
	Hayır	177	2,99	1,03		
Benlik Algısındaki Değişim	Evet	97	3,61	,84	2,55	,01
	Hayır	177	3,29	1,08		
Yaşam Felsefesindeki Değişim	Evet	97	3,32	,98	2,61	,09
	Hayır	177	2,94	1,23		
Başkalarıyla İlişkilerde Değişim	Evet	97	2,69	1,35	1,37	,17
	Hayır	177	2,46	1,27		

TARTIŞMA

Bu çalışmada 2023 yılının Şubat ayında gerçekleşen ve tüm Türkiye'yi derinden etkileyen depremleri Nurdağı ilçesinde deneyimleyen bireylerin TSB puanlarının sosyodemografik özelliklere ve depremde etkilenmeye göre incelenmesi amaçlanmıştır. Elde edilen bulgular kadınların TSB toplam puanları ile benlik algısındaki değişim ve yaşam felsefesindeki değişim puanlarının erkeklerinkinden anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermektedir. Göçük altında kalma durumuna göre incelendiğinde ise TSB ve benlik algısındaki değişim için göçük altında kalanların ortalama puanları anlamlı olarak daha yüksek tespit edilmiştir. Eğitim ve gelir algısı ile depremde yakınına kaybedip kaybetmeme durumu değişkenleri açısından ise anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Cinsiyete göre çalışmanın değişkenleri incelendiğinde kadınların TSB puanları ile benlik algısındaki değişim ve yaşam felsefesindeki değişim puanlarının erkeklerinkinden anlamlı olarak daha yüksek olduğu tespit edilmişken başkalarıyla ilişkilerdeki değişim değişkeni açısından kadın ve erkek arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına benzer şekilde, literatürdeki çalışmalarda da (Akbar ve Witruk, 2016; Aras, 2021; Jeon vd., 2017; Jónsdóttir vd., 2023; Tedeschi ve Calhoun, 1996) TSB düzeyinin kadınlarda daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Güven (2010) tarafından 1999 Marmara depremzedeleriyle yapılan bir çalışmada kadınların TSB düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Linley ve Joseph (2004) tarafından gerçekleştirilen bir derleme çalışmasında da kadınların TSB düzeylerinin erkeklere göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Erkeklerin TSB düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğunu bulgulayan çalışmalar da mevcut olmakla beraber sınırlı sayıdadır. Örneğin, Thabet ve diğerleri (2015) tarafından yapılan bir çalışmada travmatik bir deneyim sonrasında erkekler, kadınlara göre önemli ölçüde daha yüksek TSB gösterirken, kadınların erkeklerden önemli ölçüde daha fazla manevi değişiklikler yaşadıkları belirlenmiştir. Literatürde TSB'nin cinsiyete göre farklılaşmadığını belirten çalışmalar da bulunmaktadır (Kang vd., 2018; Stutts ve Stalanad, 2016). TSB'nin alt boyutları açısından değerlendirildiğinde ise kadınların özellikle başkalarıyla ilişkiler (Jin vd., 2014; Wu vd., 2016) ve kişisel güçlülük (Jin vd., 2014) boyutlarında erkeklerden daha yüksek puanlar

aldıkları ortaya koyulmuştur. Kadınların erkeklere göre daha fazla bilinçli düşünce ve derin düşüncelere daldığı (Treyner vd., 2003) ifade edilmektedir. Aynı zamanda Herta ve diğerleri (2017) tarafından yapılan çalışmada ise erkeklerin travma sonrasında kadınlardan daha fazla olumsuz bilişler sergiledikleri bulunmuştur. Wu ve diğerleri (2016) kadınların zorluklarla karşılaştıklarında yaşadıklarını başkalarına açıklama olasılıklarının erkeklere göre daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Kadınların deneyimlerini açıklama konusundaki cömertlikleri yaşadıkları zorlukları anlamlandırma süreçlerine katkı sağlayabilir. Helgeson ve diğerleri (2006) meta analiz çalışmaları sonucunda travmatik bir olayı işleme süreçlerinde kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek fayda sağlama oranlarına sahip olduğunu belirlemiştir. Tüm bu bulgular bir arada değerlendirildiğinde kadınların erkeklere göre olaylar hakkında daha derin düşünme eğilimi, travmatik bir olayı olumlu işleme süreçlerine katkı sağlayabilir.

Eğitim durumuna göre değişkenler açısından anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Bu bulguyu destekleyecek şekilde pek çok araştırmacı da (Altınışık, 2024; Gökahmetoğlu, 2021; Tosun, 2023; Uslu, 2020) eğitim durumuna göre TSB düzeyinin değişmediğini raporlamışlardır. Bu bulgunun aksi yönde sonuçlar raporlayan araştırmacılar da bulunmaktadır. Örneğin, Ullman (2014) düşük düzeyde eğitim seviyesine sahip kişilerin daha yüksek düzeyde TSB gösterdiklerini belirtmektedir. Aynı şekilde Göcek (2012) TSB ile eğitim düzeyi arasında zıt yönlü bir bağ bulunduğunu belirtmektedir. Bazı araştırmalarda ise (Erşahin, 2022; Wen vd., 2020) eğitim düzeyi yüksek olan katılımcıların daha yüksek TSB düzeylerine sahip olduğu belirlenmiştir. Yerli ve yabancı literatürde gerçekleştirilen TSB çalışmalarının eğitim düzeyi değişkeni açısından farklı sonuçları olduğu görülmektedir.

Gelir durumuna göre çalışmanın değişkenleri anlamlı olarak farklılık göstermemektedir. Literatür incelendiğinde bu bulguyu destekleyen çalışmalar (Karataş, 2020; Yıldız, 2021) mevcuttur. Ancak Heidarzadeh ve diğerleri (2014) yüksek gelir düzeyinin yüksek TSB ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Wang ve diğerleri (2014) ise yüksek gelir durumuna sahip olan kadınların ekonomik kaygıları olmayacağı için daha yüksek seviyede TSB'ye sahip olabileceklerini ifade etmektedir. 6 Şubat depremleri sonrasında daha önceki sosyoekonomik

düzeyi fark etmeksizin tüm depremzedelere maddi yardımlar yapılmış, kalacak yer sağlanarak barınma sorunları giderilmeye çalışılmış, çeşitli yardımlarla temel ihtiyaçlarının giderilmesi sağlanmıştır.

Göçük altında kalma durumuna göre incelendiğinde ise TSB ve benlik algısındaki değişim değişkenlerinde göçük altında kalanların ortalama puanları anlamlı olarak daha yüksek iken yaşam felsefesindeki değişim ve başkalarıyla ilişkilerdeki değişim değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık saptanamamıştır. Göçük altında kalmanın ölüme çok yakın bir deneyim olması travmanın şiddetini artırabilmektedir. Wlodarczyk ve diğerleri (2016) travmatik deneyimin yoğunluğu ile TSB arasında pozitif bir ilişki bulunduğunu belirtmektedir. Garcia'nın (2013) çalışmasında 2010 yılında Şili'de yaşanan depremde sonra, enkaz altından çıkarılan bir birey, Tanrı'ya olan inancının, enkaz altında en zor anları atlama, başına ne geleceğine dair belirsizlikle başa çıkmada, rahatlatmada ve yaşadıklarına anlam vermede kendisine yardımcı olduğunu ifade etmiştir.

Depremde yakınıni kaybedip kaybetmeme durumuna göre çalışmanın değişkenleri farklılaşmamaktadır. Literatürde yakının kaybı sonrasındaki yas belirtileri ile TSB arasında ilişki olmadığını belirten çalışmalar (Currier vd., 2013; Engelkemeyer ve Marwit, 2008) bulunmaktadır. Johnsen ve Afgun (2021) TSB ve karmaşık yas arasında ilişki olmadığını belirtmektedir. Bazı araştırmacılar (Hogan ve Schmidt, 2002) yas ve TSB arasında negatif bir ilişki bulmuşken farklı çalışmalarda (Büchi vd., 2007; Büchi vd., 2009; Xu vd., 2015) pozitif bir korelasyon olduğu belirtilmiştir. Literatür incelendiğinde önceki çalışmalar (Jin vd., 2014; Smith vd., 2016) önemli bir kişinin kaybı da dahil olmak üzere, depreme özgü daha fazla olaya maruz kalmanın daha büyük TSB ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Kaybı olanlar kaybı olmayanlara göre daha yüksek TSB göstermişlerdir (Şenyüz vd., 2021). Bu bilgiler yakınıni kaybetme sonrası süreçlerle TSB arasındaki ilişkinin farklı sonuçları olabileceğini göstermektedir. Eğer kişi ölümü anlamlandırmada ve kişisel dünyasında bir yer inşa etmede zorlanıyorsa bu durum daha fazla duygusal ve bilişsel süreç gerektirmektedir. Bu süreçler ise TSB'nin ortaya çıkma olasılığını artırmaktadır (Calhoun ve Tedeschi, 2001). 6 Şubat depremlerinde çok sayıda kaybın olması bu felaketin “Yüzyılın Afeti” olarak adlandırılmasına neden olmuştur.

Toplumun çok büyük bir kısmını etkileyen deprem felaketinin insan eliyle ortaya çıkan bir durum olmadığı da bilinmektedir. Depremi engellenemez ve öngörülemez olması da kişinin kendi hayatı ve sevdikleri insanların hayatları üzerindeki kontrol hissini zayıflatmış olabilir. İnsanların acılarına şahit olmak, kendisi gibi yakınlarını kaybeden çok sayıda insan olduğunu bilmek bireyin acılarında yalnız olmadığı fikrini güçlendirmiş olabilir. Yaşanan kaybı toplumsal düzeyde anlamlandırmak ve acının birleştirici gücünden yararlanmak, kolektif bir birliktelik duygusuna katkı sağlamış olabilir. Tüm bunlar, deprem sonrası kaybı olan ve olmayan grupların TSB açısından farklılaşmamasını açıklayabilir. Armstrong ve Shakespeare-Finch (2011) anne, baba, çocuk, eş ve kardeşler gibi birinci düzeyde tanıdıklarını kaybeden bireylerde meydana gelen TSB'nin, daha uzak düzeyde tanıdıklarını kaybedenlere göre daha fazla olduğu ifade etmişlerdir. Tarafımızca gerçekleştirilen bu araştırmada katılımcılara 'depremde bir yakınımı kaybettim' ve 'depremde bir yakınımı kaybetmedim' şeklinde iki seçenek sunulmuştur. Kaybedilen kişinin yakınlığı ile ilgili ayrıntılı bir soru yöneltilmemiştir. Bu nedenle 'depremde bir yakınımı kaybettim' seçeneğini işaretleyen katılımcıların kaybettikleri kişiye yakınlık dereceleri ile ilgili bir bilgi bulunmamaktadır. Gruplar arası farklılaşmamayı sağlayan bir faktör de bu olabilir.

Sonuç olarak, 6 Şubat depremlerinde TSB'nin cinsiyet ve göçük altında kalıp kalmama değişkenleri açısından farklılaştığı, kadınların TSB puan ortalamalarının erkeklerden, göçük altında kalanların TSB puan ortalamalarının ise göçük altında kalmayanlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Eğitim durumu, gelir algısı ve depremde yakınını kaybedip kaybetmeme değişkenlerine göre ise TSB puan ortalamalarının farklılaşmadığı bulunmuştur. Bu bulgular deprem sonrası tek seferlik bir ölçümle elde edilmiştir. Bu araştırmanın sınırlılıklarından biri de kesitsel araştırma desenine sahip olmasıdır. Boylamsal çalışmaların yapılması bu sonuçların kalıcılığı ve uzun vadede değişimleri konusunda bilgi sağlayabilir.

Ülkemizi pek çok yönden olumsuz bir şekilde etkileyen 6 Şubat 2023 depremlerinden sonra TSB'nin sosyodemografik değişkenler ve depremden etkilenme açısından incelenmesinin literatüre önemli bir katkı sunması beklenmektedir. Depremde en fazla zarar gören Nurdağı ilçesinde

bu çalışmanın gerçekleştirilmesinin de çalışmanın örneklem açısından özel bir grubu ele aldığını göstermektedir. Bunlara ek olarak, bu araştırmada travmatik olayların bireylerde hem olumsuz hem de olumlu yönlerine dikkat çekilmektedir. Çalışmanın güçlü yönlerinin yanı sıra sınırlılıkları da bulunmaktadır. Bu çalışmada kesitsel araştırma deseni kullanılmıştır. Boylamsal çalışma yapılarak TSB düzeyindeki farklılaşmanın araştırmada ele alınan değişkenlere göre değişip değişmediği incelenebilir. Yakınını kaybetme değişkeni derecelendirilerek (1. dereceden yakın vb.) bu konuda daha detaylı bilgi elde edilebilir.

İleride depremzedeler üzerine çalışma yapmak isteyen araştırmacılar, TSB üzerinde etkisi olabilecek diğer sosyodemografik değişkenleri (örn. yaş vb.) araştırmalarına dâhil edebilirler. Ayrıca yetişkin grupla gerçekleştirilen bu çalışma çocuk ve ergenler üzerinde yinelenebilir. Depremden etkilenen farklı yaş gruplarından insanların TSB düzeylerini belirlemek literatüre katkı sağlamakla birlikte, ilerde planlanacak müdahale çalışmalarının da gelişim dönemleri açısından farklılaşmasını sağlayacaktır. Alanda çalışan uzmanların da müdahale programlarını mevcut çalışmanın bulguları temelinde düzenlemeleri önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Aflakseir, A. ve Mahdiyar, M. (2016). The role of religious coping strategies in predicting depression among a sample of women with fertility problems in Shiraz. *Journal of Reproduction and Infertility*, 17(2), 117–122. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27141467>
- Akbar, Z. ve Witruk, E. (2016). Coping mediates the relationship between gender and posttraumatic growth. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 217, 1036–1043. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.02.102>.
- Alfuqaha, O. A., Al-Masarwah, U. M., Farah, R. I., Yasin, J. A., Alkuttob, L. A., Muslieh, N. I., Hammouri, M., Jawabreh, A. E., Aladwan, D. A., Barakat, R. O. ve Alshubbak, N. H. (2023). The Impact of Turkey and Syria Earthquakes on University Students: Posttraumatic Stress Disorder Symptoms, Meaning in Life, and Social Support. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 13(7), 587. <https://doi.org/10.3390/bs13070587>
- Altınışık, M.S. (2024). Suriyeli sığınmacılarda olayların etkisi ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin düzenleyici rolü. [Doktora Tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5).
- Amiri, H., Nakhaee, N., Nagyova, I., Timkova, V., Okhovati, M., Nekoei-Moghadam, M. ve Zahedi, R. (2021). Posttraumatic growth after earthquake: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Social Psychiatry*, 67(7), 867–877.
- Aras, N.Y. (2021). Yeni koronavirüs hastalığını (Covid-19) yenmiş bireylerde travma sonrası büyümede travma sonrası stres belirtileri, psikolojik sağlamlık ve umudun rolü. [Yüksek lisans tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Armstrong, D. ve Shakespeare-Finch, J. (2011). Relationship to the bereaved and perceptions of severity of trauma differentiate elements of posttraumatic growth. *Omega: Journal of Death and Dying*, 63(2), 125–140. <https://doi.org/10.2190/OM.63.2.b>
- Aykut, S. ve Soner Aykut, S. (2020). Kovid-19 Pandemisi ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu Temelinde Sosyal Hizmetin Önemi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 1(1), 56–66.
- Bağcaz, A. (2017). Ankara’da Yakın Kaybı Sonrası Yas Belirtilerinin Yaygınlığı ve Yordayıcı Etmenler (Sosyodemografik Özellikler, Yakın Kaybının Özellikleri, Anksiyete Duyarlılığı ve Yetişkin Ayrılık Anksiyetesi ile İlişkisi). [Yayımlanmamış Doktora Tezi], Hacettepe Üniversitesi.
- Batten, S. V., Orsillo, S. M. ve Walser, R. D. (2005). Acceptance and mindfulness-based approaches to the treatment of posttraumatic stress disorder. *Acceptance and mindfulness-based approaches to anxiety: Conceptualization and treatment* içinde (ss. 241–269). Springer US.

- Bernstein, M. ve Pfefferbaum, B. (2018). Posttraumatic Growth as a Response to Natural Disasters in Children and Adolescents. *Current Psychiatry Reports*, 20(5), 37. <https://doi.org/10.1007/s11920-018-0900-4>
- Boerner, M., Joseph, S. ve Murphy, D. (2017). Reports of post-traumatic growth and well-being: Moderating effect of defense style. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 36(9), 723-737.
- Büchi, S., Mörgeli, H., Schnyder, U., Jenewein, J., Hepp, U., Jina, E., ... ve Sensky, T. (2007). Grief and post-traumatic growth in parents 2–6 years after the death of their extremely premature baby. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 76(2), 106-114.
- Büchi, S., Mörgeli, H., Schnyder, U., Jenewein, J., Glaser, A., Fauchère, J. C., ... ve Sensky, T. (2009). Shared or discordant grief in couples 2–6 years after the death of their premature baby: Effects on suffering and posttraumatic growth. *Psychosomatics*, 50(2), 123-130.
- Calhoun, L. G. ve Tedeschi, R. G. (2001). Posttraumatic growth: The positive lessons of loss. R. A. Neimeyer (Ed.), *Meaning reconstruction and the experience of loss* içinde (ss. 157–172). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10397-008>
- Calhoun, L. G. ve Tedeschi, R. G. (2006). The Foundations of Posttraumatic Growth: An Expanded Framework. L. G. Calhoun and R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice* içinde (ss. 3-23). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Calhoun, L. G., Cann, A. ve Tedeschi, R. G. (2010). The posttraumatic growth model: Sociocultural considerations. T. Weiss and R. Berger (Eds.), *Posttraumatic growth and culturally competent practice: Lessons learned from around the globe* içinde (ss. 1–14). John Wiley and Sons, Inc.. <https://doi.org/10.1002/9781118270028.ch1>
- Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Cann, A. ve Hanks, E. A. (2010). Positive outcomes following bereavement: Paths to posttraumatic growth. *Psychologica Belgica*, 50(1-2), 125-143.
- Carlsson, J. M., Mortensen, E. L. ve Kastrup, M. (2006). Predictors of mental health and quality of life in male tortured refugees. *Nordic Journal of Psychiatry*, 60(1), 51-57.
- Currier, J. M., Lisman, R., Irene Harris, J., Tait, R. ve Erbes, C. R. (2013). Cognitive processing of trauma and attitudes toward disclosure in the first six months after military deployment. *Journal of Clinical Psychology*, 69(3), 209-221.
- Davis, C. G. Ve Nolen-Hoeksema, S. (2009). Making sense of loss, perceiving benefits, and posttraumatic growth. S. J. Lopez and C. R. Snyder (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology* içinde (2nd ed., ss. 641–649). Oxford University Press.
- Dekel, S., Solomon, Z., Horesh, D. ve Ein-Dor, T. (2014). Posttraumatic stress disorder and depressive symptoms: joined or independent sequelae of trauma?. *Journal of Psychiatric Research*, 54, 64-69.

- Dewaraja, R. ve Kawamura, N. (2006, April). *Trauma intensity and posttraumatic stress: Implications of the tsunami experience in Sri Lanka for the management of future disasters*. International Congress Series, 1287, 69-73.
- Dünya Sağlık Örgütü. (2018). ICD-11: Post-traumatic stress disorder.
- Engelkemeyer, S. M. ve Marwit, S. J. (2008). Posttraumatic growth in bereaved parents. *Journal of Traumatic Stress*, 21(3), 344–346. <https://doi.org/10.1002/jts.20338>
- Ersahin, Z. (2022). Post-traumatic growth among Syrian refugees in Turkey: The role of coping strategies and religiosity. *Current Psychology*, 41(4), 2398-2407.
- Eve, P. ve Kangas, M. (2015). Posttraumatic growth following trauma: Is growth accelerated or a reflection of cognitive maturation? *The Humanistic Psychologist*, 43(4), 354–370. <https://doi.org/10.1080/08873267.2015.1025272>
- Farhadi, A., Bahreini, M., Moradi, A., Mirzaei, K. ve Nemati, R. (2022). The predictive role of coping styles and sense of coherence in the post-traumatic growth of mothers with disabled children: a cross-sectional study. *BMC psychiatry*, 22(1), 708.
- García, F. E. (2013). Bajo los escombros: Estrategias de sobrevivencia en una mujer afectada por un terremoto. *Procesos Psicológicos y Sociales*, 9, 1-22.
- García Martínez, F. E., Reyes Reyes, A. ve Cova Solar, F. (2014). Severidad del trauma, optimismo, crecimiento postraumático y bienestar en sobrevivientes de un desastre natural. *Universitas Psychologica*, 13(2), 575-584.
- Gökahmetoğlu, G. (2021). *Algılanan sosyal destek ve yaşam amacının travma sonrası büyüme ile ilişkisinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi], İstanbul Kent Üniversitesi.
- Grace, J. J., Kinsella, E. L., Muldoon, O. T. ve Fortune, D. G. (2015). Post-traumatic growth following acquired brain injury: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 6, 1162. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01162>
- Göcek, E. (2012). *Diyabet hastalarının psikolojik sıkıntı ve travma sonrası gelişimlerinin kaynakların korunması kuramı kapsamında incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Uludağ Üniversitesi.
- Güven, K. (2010). *Marmara Depremini Yasayan Yetişkinlerin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerine Göre Travma Sonrası Gelişim ve Depresyon Arasındaki İlişkisinin Araştırılması* [Yüksek lisans tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Han Alpay, E., Redican, E., Hyland, P., Karatzias, T. ve Shevlin, M. (2024). Correlates of posttraumatic stress disorder in the aftermath of the february 2023 earthquake in turkey. *Journal of Loss and Trauma*, 29(6), 605–622. <https://doi.org/10.1080/15325024.2024.2314306>
- Heidarzadeh, M., Rassouli, M., Brant, J. M., Mohammadi-Shahbolaghi, F. ve Alavi-Majd, H. (2018). Dimensions of Posttraumatic Growth in Patients With Cancer: A Mixed Method Study. *Cancer nursing*, 41(6), 441–449. <https://doi.org/10.1097/NCC.0000000000000537>

- Helgeson, V. S., Reynolds, K. A. ve Tomich, P. L. (2006). A meta-analytic review of benefit finding and growth. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(5), 797–816. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.5.797>
- Hogan, N. S. ve Schmidt, L. A. (2002). Testing the grief to personal growth model using structural equation modeling. *Death Studies*, 26(8), 615–634.
- Irmansyah, I., Dharmono, S., Maramis, A. ve Minas, H. (2010). Determinants of psychological morbidity in survivors of the earthquake and tsunami in Aceh and Nias. *International Journal of Mental Health Systems*, 4, 1–10.
- İlhan, B., Berikol, G. B., Eroğlu, O. ve Deniz, T. (2023). Prevalence and associated risk factors of post-traumatic stress disorder among survivors of the 2023 Turkey earthquake. *The American Journal of Emergency Medicine*, 72, 39–43. <https://doi.org/10.1016/j.ajem.2023.07.026>
- Janoff-Bulman, R. (2004). Posttraumatic growth: Three explanatory models. *Psychological Inquiry*, 15(1), 30–34.
- Jeon, G. S., Park, S. Y. ve Bernstein, K. S. (2017). Socio-demographic and psychological correlates of posttraumatic growth among Korean Americans with a history of traumatic life experiences. *Archives of Psychiatric Nursing*, 31(3), 256–262.
- Jin, Y., Xu, J. ve Liu, D. (2014). The relationship between post traumatic stress disorder and post traumatic growth: gender differences in PTG and PTSD subgroups. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 49(12), 1903–1910. <https://doi.org/10.1007/s00127-014-0865-5>
- Johnsen, I. ve Afgun, K. (2021). Complicated grief and post-traumatic growth in traumatically bereaved siblings and close friends. *Journal of Loss and Trauma*, 26(3), 246–259. <https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1762972>
- Johnson, S. F. ve Boals, A. (2015). Refining our ability to measure posttraumatic growth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 7(5), 422–429. <https://doi.org/10.1037/tra0000013>
- Jónsdóttir, E. K., Sigurvinsdóttir, R. S. ve Ásgeirsdóttir, B. B. (2023). Associations among posttraumatic growth, demographic characteristics, posttraumatic stress symptoms, and trauma type, with a focus on sexual violence. *Journal of Traumatic Stress*, 36(5), 849–860. <https://doi.org/10.1002/jts.22950>
- Jung, H. O. ve Han, S. W. (2023). Post-traumatic growth of people who have experienced earthquakes: Qualitative research systematic literature review. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 1070681. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.1070681>
- Kağan, M., Güleç, M., Boysan, M. ve Çavuş, H. (2012). Hierarchical factor structure of the Turkish version of the Posttraumatic Growth Inventory in a normal population. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 11(5), 617–624.
- Kang, X., Fang, Y., Li, S., Liu, Y., Zhao, D., Feng, X., Wang, Y. ve Li, P. (2018). The Benefits of Indirect Exposure to Trauma: The Relationships among Vicarious Posttraumatic

- Growth, Social Support, and Resilience in Ambulance Personnel in China. *Psychiatry investigation*, 15(5), 452–459. <https://doi.org/10.30773/pi.2017.11.08.1>
- Karanci, N. A. ve Acarturk, C. (2005). Post-Traumatic Growth among Marmara Earthquake Survivors Involved in Disaster Preparedness as Volunteers. *Traumatology*, 11(4), 307–323. <https://doi.org/10.1177/153476560501100409>
- Karataş, Z. (2020). COVID-19 Pandemisinin Toplumsal Etkileri, Değişim ve Güçlenme. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 3–17.
- Kardaş, F. ve Tanhan, F. (2018). Van Depremini Yaşayan Üniversite Öğrencilerinin Travma Sonrası Stres, Travma Sonrası Büyüme ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 1–36.
- Kashyap, S. ve Hussain, D. (2018). Cross-cultural challenges to the construct “posttraumatic growth”. *Journal of Loss and Trauma*, 23(1), 51–69. <https://doi.org/10.1080/15325024.2017.1422234>
- Kawashima, M., Murakami, M., Kobayashi, T., Takebayashi, Y., Tsubokura, M., Yasutaka, T. ve Tamaki, T. (2023). Post-traumatic growth caused by the Great East Japan Earthquake and response to coronavirus disease 2019. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 95, 103917.
- Kelly, G., Morris, R. ve Shetty, H. (2018). Predictors of post-traumatic growth in stroke survivors. *Disability and Rehabilitation*, 40(24), 2916–2924.
- Khan, Y. S., Khan, A. W. ve Alabdulla, M. (2023). The psychological impact of the Turkey-Syria earthquake on children: addressing the need for ongoing mental health support and global humanitarian response. *European Journal of Psychotraumatology*, 14(2), 2249788. <https://doi.org/10.1080/20008066.2023.2249788>
- Kira, I. A., Ashby, J. S., Odenat, L. ve Lewandowsky, L. (2013). The mental health effects of torture trauma and its severity: A replication and extension. *Psychology*, 4(5), 472–482. <https://doi.org/10.4236/psych.2013.45067>
- Köroğlu, İ. (2021). *Yas deneyimi yaşamış bireylerde travma sonrası büyümeyi yordayan değişkenler: Geçmiş yas deneyimleri, kontrol odağı ve psikolojik belirtiler* [Master's thesis], Başkent Üniversitesi.
- Kurt, E. ve Gülbahçe, A. (2019). Van depremini yaşayan öğrencilerin travma sonrası stres bozukluğu düzeylerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(3), 957–972.
- Linley, P. ve Joseph, A. S. (2004). Positive Change Following Trauma and Adversity: A Review. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies*, 17(1), 11–21. <http://dx.doi.org/10.1023/B:JOTS.0000014671.27856.7e>
- National Institute of Mental Health. (2021). Post-traumatic stress disorder. Available from: <https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/post-traumatic-stress-disorder-ptsd>.

- Newnham, E. A., Mergelsberg, E. L. P., Chen, Y., Kim, Y., Gibbs, L., Dzidic, P. L., DaSilva, M. I., Chan, E. Y. Y., Shimomura, K., Narita, Z., Huang, Z. ve Leaning, J. (2022). Long-term mental health trajectories after disasters and pandemics: A multilingual systematic review of prevalence, risk and protective factors. *Clinical Psychology Review*, 97, 102203.
- Orçan, G. ve Karaaziz, M. (2024). Depremi yaşamış yetişkinlerde Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Travma Sonrası Büyüme arasındaki ilişkide stresle başa çıkma tarzlarının yordayıcı rolü. *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(34), 128-143.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative Research and Evaluation Methods* (3rd ed.). Sage Publications.
- Peters, J., Bellet, B. W., Jones, P. J., Wu, G. W., Wang, L. ve McNally, R. J. (2021). Posttraumatic stress or posttraumatic growth? Using network analysis to explore the relationships between coping styles and trauma outcomes. *Journal of Anxiety Disorders*, 78, 102359.
- Prati, G. ve Pietrantonio, L. (2009). Optimism, social support, and coping strategies as factors contributing to posttraumatic growth: A meta-analysis. *Journal of loss and trauma*, 14(5), 364-388.
- Riffle, O. M., Lewis, P. R. ve Tedeschi, R. G. (2020). Posttraumatic Growth After Disasters. (Ed. S. E. Schulenberg), *Positive psychological approaches to disaster: meaning, resilience, and posttraumatic growth* içinde (ss. 155-167). Springer.
- Salawali, S. H., Susanti, H., Daulima, N. H. C. ve Putri, A. F. (2020). Posttraumatic growth in adolescent survivors of earthquake, tsunami, and liquefaction in Palu Indonesia: a phenomenological study. *Pediatric Reports*, 12(1), 8699.
- Schulenberg, S. E. (Ed.). (2020). *Positive psychological approaches to disaster: Meaning, resilience, and posttraumatic growth*. Springer Nature.
- Shakespeare-Finch, J., Smith, S., Gow, K., Embelton, G. ve Baird, L. (2003). The prevalence of posttraumatic growth in emergency ambulance personnel, *Traumatology*, 9, 1-1, 58-71.
- Smith, R., McIntosh, V. V. W., Carter, J. D., Colhoun, H., Jordan, J., Carter, F. A. ve Bell, C. J. (2016). Thriving after trauma: Posttraumatic growth following the Canterbury earthquake sequence. *Australasian Journal of Disaster and Trauma Studies*, 20, 125-134.
- Stroebe, M., Schut, H. ve Stroebe, W. (2007). Health outcomes of bereavement. *The Lancet*, 370(9603), 1960-1973. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61816-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61816-9)
- Stutts, L. A. ve Stanaland, A. W. (2016). Posttraumatic growth in individuals with amputations. *Disability and Health Journal*, 9(1), 167-171. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2015.07.005>
- Şakiroğlu, M. (2019). Posttraumatic Growth among the 1999 Düzce Earthquake Survivors. *International Journal of Psycho-Educational Sciences*, 8(3), 61-72.

- Şener, Ö. ve Açar, M. Y. (2023). Kayıp Yaşayan Bireylerde Kaybı Kabullenme ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkide. *Uluslararası Psiko-Sosyal Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 3(4), 121-138.
- Şenyüz, S., Ergün, D. ve Çakıcı, E. (2021). The Effect of Traumatic Loss on Posttraumatic Growth Among 2011 Van Earthquake Survivors: The Mediating Role of Posttraumatic Stress. *Alpha Psychiatry*, 22(2), 79-84. doi: 10.5455/apd.135624.
- Tang, S. T., Lin, K-C., Chen, J-S., Chang, W-C., Hsieh, C-H. ve Chou, W-C. (2015). Threatened with death but growing: Changes in and determinants of posttraumatic growth over the dying process for Taiwanese terminally ill cancer patients. *Psycho-Oncology*, 24(2), 147-154.
- Tedeschi, R. G. (1999). Violence transformed: Posttraumatic growth in survivors and their societies. *Aggressive and Violent Behavior*, 4(3), 319-341.
- Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-472. <https://doi.org/10.1002/jts.2490090305>
- Tedeschi, R. G. ve Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Thabet, A. A., Tawahina, A. A., Punamäki, R. L. ve Vostanis, P. (2015). Trauma, PTSD, and traumatic grief among Palestinian children. *SM Journal of Community Medicine*, 1(3), 1011. <https://dspace.alquds.edu/handle/20.500.12213/908>
- Tominaga, Y., Goto, T., Shelby, J., Oshio, A., Nishi, D. ve Takahashi, S. (2019). Secondary trauma and posttraumatic growth among mental health clinicians involved in disaster relief activities following the 2011 Tohoku earthquake and tsunami in Japan. *Counselling Psychology Quarterly*, 33(4), 427-447. <https://doi.org/10.1080/09515070.2019.1639493>
- Tosun, F. (2023). *Suriyelilerde travma sonrası stres, travma sonrası büyüme ve din*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Fırat Üniversitesi.
- Triplett, K. N., Tedeschi, R. G., Cann, A., Calhoun, L. G. ve Reeve, C. L. (2012). Posttraumatic growth, meaning in life, and life satisfaction in response to trauma. *Psychological trauma: Theory, research, practice, and policy*, 4(4), 400-410. <https://doi.org/10.1037/a0024204>
- Trochim, W. M. ve Donnelly, J. P. (2006) *The Research Methods Knowledge Base*. 3rd Edition, Atomic Dog.
- Uslu, B. G. (2020). *Meme ve jinekolojik kanser tanılı hastalarda travma sonrası büyüme gelişimi ile serotonin transporter gen promotor bölge polimorfizmi ve psikosoyol faktörler arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi*. [Tıpta Uzmanlık Tezi], Ege Üniversitesi.
- Ullman, S. E. (2014). Correlates of posttraumatic growth in adult sexual assault victims. *Traumatology*, 20(3), 219-224. <https://doi.org/10.1037/h0099402>

- Xu, W., Fu, Z., He, L., Schoebi, D. ve Wang, J. (2015). Growing in times of grief: Attachment modulates bereaved adults' posttraumatic growth after losing a family member to cancer. *Psychiatry research*, 230(1), 108-115.
- Vázquez, C., Cervellón, P., Pérez-Sales, P., Vidales, D. ve Gaborit, M. (2005). Positive emotions in earthquake survivors in El Salvador (2001). *Journal of Anxiety Disorders*, 19(3), 313-328.
- Wang, M. L., Liu, J. E., Wang, H. Y., Chen, J. ve Li, Y. Y. (2014). Posttraumatic growth and associated socio-demographic and clinical factors in Chinese breast cancer survivors. *European journal of oncology nursing : the official journal of European Oncology Nursing Society*, 18(5), 478-483. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2014.04.012>
- Wang, Z., Sun, Y. W., Wan, J. Q., Su, S. S., Zhou, Y. ve Xu, J. R. (2012). A preliminary study of alterations in default network connectivity in post-traumatic stress disorder patients following recent trauma. *Brain Research*, 1484, 50-56.
- Wen, K., McGrath, M., Acarturk, C., Ilkkursun, Z., Fuhr, D. C., Sondorp, E., ... ve Roberts, B. (2020). Post-traumatic growth and its predictors among Syrian refugees in Istanbul: a mental health population survey. *Journal of Migration and Health*, 1, 100010.
- Włodarczyk, A., Basabe, N., Páez, D., Amutio, A., García, F. E., Reyes, C. ve Villagrán, L. (2016). Positive effects of communal coping in the aftermath of a collective trauma: The case of the 2010 Chilean earthquake. *European Journal of Education and Psychology*, 9(1), 9-19.
- Wu, X., Kaminga, A. C., Dai, W., Deng, J., Wang, Z., Pan, X. ve Liu, A. (2019). The prevalence of moderate-to-high posttraumatic growth: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 243, 408-415.
- Wu, C., Liu, Y., Ma, S., Jing, G., Zhou, W., Qu, L., ... ve Wu, Y. (2021). The mediating roles of coping styles and resilience in the relationship between perceived social support and posttraumatic growth among primary caregivers of schizophrenic patients: a cross-sectional study. *BMC psychiatry*, 21, 1-9.
- Wu, Z., Xu, J. ve Sui, Y. (2016). Posttraumatic stress disorder and posttraumatic growth coexistence and the risk factors in Wenchuan earthquake survivors. *Psychiatry Research*, 237, 49-54.
- Yalom, I. D. (1999). *Momma and the meaning of life: Tales of psychotherapy*. Basic Books.
- Yıldız, Y. (2021). *Suriyeli mültecilerde dünyaya ilişkin varsayımlar ve travma sonrası büyümenin anksiyete üzerindeki etkisinin incelenmesi* [Master's thesis], İstanbul Kent Üniversitesi.
- Yin, Q., Wu, L., Yu, X. ve Liu, W. (2019). Neuroticism predicts a long-term PTSD after earthquake trauma: the moderating effects of personality. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 657.