

2023 YILINDA MEYDANA GELEN KAHRAMANMARAŞ
DEPREMİNİN DÜZCE DEPREMİNİ YAŞAYAN BİREYLER
ÜZERİNDEKİ ETKİSİ



THE IMPACT OF THE 2023 KAHRAMANMARAŞ
EARTHQUAKE ON INDIVIDUALS WHO EXPERIENCED
THE DÜZCE EARTHQUAKE

ANTALYA
İL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ

Hasan ŞAHİN^{1*}

Nehir ÖZTÜRK²

Ayşe Begüm YALÇIN³

^{1,2,3}Düzce Bilim ve Sanat Merkezi, Düzce/Türkiye
^{1,2,3}Düzce Science and Art Center, Düzce/Turkey

hasansahin13@gmail.com

nehirozturk8118@gmail.com

begumyalcin2018@gmail.com

ORCID: 0000-0002-5227-5300

ORCID: 0009-0001-1041-9812

ORCID: 0009-0003-5519-7517

MAKALE BİLGİSİ/ARTICLE INFORMATION

Geliş Tarihi / Date Received

26.10.2024

Kabul Tarihi/Date Accepted

06.02.2026

Yayın Tarihi/Date Published

Temmuz/July 2026

Yayın Sezonu/Pub Date Season

Aralık-Haziran/December-June

ATIF / CITE as

Şahin, H., Öztürk, N., Yalçın, A.B. (2026). “2023 Yılında Meydana Gelen Kahramanmaraş Depreminin Düzce Depremini Yaşayan Bireyler Üzerindeki Etkisi” / “The Impact of the 2023 Kahramanmaraş Earthquake on Individuals Who Experienced the Düzce Earthquake”. Bilar: Bilim Armonisi Dergisi 9 (1): 46-68 doi: 10.37215/bilar.1570334

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/bilar>



**2023 YILINDA MEYDANA GELEN
KAHRAMANMARAŞ DEPREMİNİN DÜZCE
DEPREMİNİ YAŞAYAN BİREYLER ÜZERİNDEKİ
ETKİSİ**

**THE IMPACT OF THE 2023 KAHRAMANMARAŞ
EARTHQUAKE ON INDIVIDUALS WHO
EXDERIENCED THE DUZCE EARTHQUAKE**



**ANTALYA
İL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ**

ÖZET

Bu araştırma, depreme maruz kalan bireylerin, ülkemizin farklı bir coğrafi bölgesinde tekrar deprem yaşanması durumunda yaşadıkları travma ve stres bozukluğu üzerine odaklanmaktadır. Bu çalışma, benzer konularda literatürde sınırlı sayıda bulunan araştırmalardan farklı bir perspektif sunmayı hedeflemektedir. Araştırma, çok sayıda bina ve altyapıyı etkileyerek büyük hasara yol açan; birçok vatandaşın yaşamını yitirdiği, birçoğunun yaralandığı ve sağ kalanlar için ciddi psikolojik zorluklar oluşturan 1999 Marmara veya Düzce depremlerinden en az birini yaşamış, 23 Kasım 2022 Düzce Depremi'nden doğrudan etkilenmiş ve ayrıca 2023 Kahramanmaraş merkezli depreme sosyal medya gibi yollarla tanıklık etmiş 18 yaş üstü bireylere uygulanan anket yoluyla gerçekleştirilmiştir. Temel amacımız, deprem deneyimi yaşamış bireylerin, farklı bir bölgede meydana gelen depremlerin etkilerini anlama ve bu durumun psikolojik yansımalarını inceleme çabasıdır. Bölgesel araştırmalardaki eksiklikten kaynaklı olarak, bu çalışmanın konuya özgün bir katkı sağlaması ve bu alandaki boşluğu doldurması amaçlanmaktadır.

Katılımcılar 206 kişiden oluşan kadın ve erkeklerdir. Bu bireylere anket uygulanarak ülkemizin farklı yerinde meydana gelen depremin insanları psikolojik olarak nasıl ve ne kadar etkilediği ortaya çıkarılmıştır. Sonuçlar, 6 ana faktör ve 41 alt faktörden oluşan anket doğrultusunda değerlendirilmiştir. Anketimizde "Yaşamdan Kopuş ve Ruhsal Değişim, Travma Kaygısı, Sosyal Sağlık birde Olgunlaşma ile Kaçınma" şeklinde ele alınan 6 faktör ve bunların alt faktörleri olan 41 ifadeden oluşan ölçek kullanılmaktadır. 41 maddeli alt faktörden, 1, 3, 4, 14, 15, 16, 18, 20, 23, 24, 25, 26, 27, 34 ifadeleri, 3'ün üzerinde değer olarak özel bir önem kazanmıştır. Elde edilen bulgular, depremin bireyleri psikolojik olarak zorunlu bir değişime sürüklediğini ve çeşitli travmaları tetiklediğini göstermiştir. Bu ölçek kullanılarak depreme maruz kalan bireylerde meydana gelen psikolojik etkiler incelenmiştir. Bu tür araştırmalar, benzer travmatik deneyimlere sahip bireylerin desteklenmesine ve toplumların afetlere karşı direncini artırmak amacıyla psikolojik destek hizmetlerinin geliştirilmesine katkıda bulunmaktadır. Elde edilen sonuçlar, afetlere dayanıklılığı artırmak için yapılacak programların tasarımında rehberlik edebilir.

Anahtar Kelimeler: Deprem, Ruhsal Değişim, Sosyal Sağlık, Travma, Yaşamdan Kopuş.

ABSTRACT

This research focuses on the trauma and stres disorders experienced by individuals exposed to earthquakes, particularly in the context of another earthquake occurring in a different geographical region of the country. It aims to provide a unique perspective in an area with limited existing literature on the topic. The study was conducted through a questionnaire administered to individuals aged 18 and over who had experienced at least one of the 1999 Marmara or Düzce earthquakes, were directly affected by the 23 November 2022 Düzce earthquake, and were also exposed to the 2023 Kahramanmaraş-centered earthquakes through social media and similar channels. The primary objective of the research is to understand the effects of earthquakes that occur in other regions on individuals with prior earthquake experiences and to examine the psychological reflections of these events. Due to a lack of regional studies on the subject, this study aims to fill that gap and offer a valuable contribution.

The participants consisted of 206 male and female individuals. The survey was used to reveal how and to what extent an earthquake occurring in a different region of the country psychologically affects people. The results were evaluated based on a survey consisting of 6 main factors and 41 sub-factors. The scale used in the survey includes 6 factors and 41 items, referred to as "Disconnection from Life, Social Health, Psychological Change, Trauma Anxiety, Maturation, Avoidance." Among the 41 sub-factors, items 1, 3, 4, 14, 15, 16, 18, 20, 23, 24, 25, 26, 27, and 34 scored above 3, indicating particular significance. The findings show that earthquakes force individuals into psychological changes and trigger various traumas. By using this scale, the psychological effects on individuals exposed to earthquakes were analyzed. Such studies contribute to supporting individuals with similar traumatic experiences and to developing psychological support services aimed at increasing societal resilience against disasters. The results obtained may guide the design of programs to enhance disaster resilience.

Keywords: Earthquake, Psychological Change, Social Health, Trauma, Disconnection From Life.

1.GİRİŞ

Deprem sonrasında gerçekleştirilen müdahale çalışmaları; depremzedelerin güvenli bir şekilde kurtarılması, yaralı bireylerin sağlık hizmetlerinden yararlandırılması, geçici veya kalıcı barınma gereksinimlerinin karşılanması ile altyapı hizmetlerinin yeniden işler hâle getirilmesine yönelik faaliyetleri içermektedir. Bununla birlikte, afetlerin yalnızca bireylerin fiziksel sağlığını değil, psikolojik ve ruhsal iyilik hâlini de önemli ölçüde etkilediği bilinmektedir. Buna karşın, depremin ruh sağlığı üzerindeki etkilerinin değerlendirilmesi; etkilenme düzeyinin kişiden kişiye farklılık göstermesi, tanılanmasının güç olması ve iyileşme sürecinin uzun zaman alması gibi nedenlerle çoğu zaman göz ardı edilmektedir (Nakajima 2012, 152). Depremin bireyler üzerindeki psikolojik sonuçları yalnızca travmatik olayın şiddetine bağlı değildir; afet sonrasında karşılaşılan olumsuz yaşam koşulları da bu sürecin derinleşmesine katkı sağlayabilmektedir. Barınma sorunlarının devam etmesi, elverişsiz hava koşullarına maruz kalınması, aile bütünlüğünün bozulması, işsizliğin ortaya çıkması, psikolojik destek hizmetlerine erişimde yaşanan güçlükler ve yardım malzemelerinin depremzedelere yeterli düzeyde ulaştırılamaması, ruhsal açıdan risk oluşturan başlıca etmenler arasında yer almaktadır. Bunun yanında, yaşamını kaybetme olasılığının bireyler tarafından hissedilmesi de psikolojik açıdan yoğun stres ve yıpranmaya neden olabilmektedir (Şeker ve Akman 2014, Kardaş ve Tarhan 2018).

Deprem sonrasında bireylerde konfüzyon (zihin bulanıklığı-sersemleme), korku, üzüntü, suçluluk duygusu ve öfke gibi yoğun bilişsel ve duygusal tepkiler ortaya çıkabilmektedir. Bunun yanı sıra uyku düzeninde bozulmalar ve dikkatini belirli bir konu üzerinde sürdürmede güçlük yaşanabilmektedir. Depreme ilişkin travmatik yaşantılar ise istemsiz biçimde tekrar tekrar hatırlanarak bireyin zihninde canlılığını koruyabilmektedir (Gluckman 2012). Afet sonrasında görülen travma belirtileri arasında deprem anısına ilişkin olumsuz düşüncelerin sürekli yinelenmesi, duygusal hissizlik, sosyal ilişkilere karşı ilginin azalması, çevreden uzaklaşma eğilimi, depremi çağrıştıran kişi, olay veya ortamlardan kaçınma davranışı ile uyku sorunları öne çıkan belirtiler arasında yer almaktadır (Johannesson vd. 2011, 917). İnsan, doğası gereği değişen yaşam koşullarına uyum sağlayabilme eğilimindedir. Bununla birlikte, bazı bireylerde bu uyum süreci kısa sürede tamamlanırken, bazı kişilerde aylar hatta yıllar boyunca devam edebilmektedir. Travmatik yaşantı sonrasında uzun süre devam eden bu psikolojik tablo Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) olarak tanımlanmaktadır (PTSD 2020). TSSB; bireyin yaşamını veya fiziksel bütünlüğünü tehdit eden bir olaya doğrudan maruz kalması ya da böyle bir olaya tanıklık etmesi sonrasında gelişebilen bilişsel, duygusal, davranışsal ve sosyal belirtilerin oluşturduğu psikiyatrik bir bozukluk olarak değerlendirilmektedir (APA1994). Travmatik olaylara verilen doğal tepkiler arasında kaygı,

depresif belirtiler ve psikosomatik yakınmalar yer almaktadır. Çoğu bireyde bu belirtiler zaman içerisinde giderek azalarak ortadan kalkmaktadır. Ancak bazı durumlarda travmanın etkileri kalıcı hâle gelebilmekte ve çeşitli ruhsal sorunların gelişimine zemin hazırlayabilmektedir. Bu sürecin ortaya çıkışı; yaşanan travmanın niteliği ve şiddetinin yanı sıra bireyin kişilik özellikleri ile stresle başa çıkma becerilerine bağlı olarak farklılık gösterebilmektedir (Alparslan vd. 1999). Travmatik yaşantılar sonrasında en sık görülen psikiyatrik bozukluk TSSB olup, bunu sırasıyla akut stres bozukluğu, yaygın kaygı bozukluğu, fobik bozukluklar ve uyku bozuklukları izlemektedir (Giaconia vd.1995). Travmatik yaşantılarla başa çıkmada herkes için geçerli tek bir yöntemden söz etmek mümkün değildir. Bu nedenle uygulanacak başa çıkma stratejilerinin, bireyin kişilik özellikleri, yaşam koşulları ve gereksinimleri dikkate alınarak belirlenmesi ve günlük yaşamda uygulanabilir nitelikte olması önem taşımaktadır (Nakajima2012, 153).

Türkiye bilindiği gibi çokça ve sıkça deprem geçiren yıkıcı depremlerin etkisinde bulunan bir ülkedir. Kula (2002), 17 Ağustos tarihinde ve 12 Kasım tarihinde meydana gelen depremleri yaşamış 200 depremzede ile görüşmeler gerçekleştirilerek mülakat yöntemi ile bir araştırma sistematigi kurulmuştur. Bu şekilde deprem sürecinde depremzedelerin içinde bulundukları hangi çeşit dini başa çıkma metotlarını kullandıkları anlaşılmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda depremzedelerin inançları üzerinde dua yöntemini kullandıkları ve duanın depremzedeler için nasıl olumlu psikolojik etkisi olduğu incelenmiştir (Depreme Maruz Kalan Bireylerin Psikolojik Durumlarını Belirlemeye Yönelik Ölçek Geliştirme Çalışması (DÜSBED)).

6 Şubat 2023 tarihinde Pazarcık ve Elbistan merkezlerinde meydana gelen Kahramanmaraş depremleri, Türkiye Cumhuriyeti tarihinin en yıkıcı afet türleri arasında değerlendirilmekte ve bu nedenle "asrın felaketi" şeklinde ifadeler ile genelleştirilmektedir. Afetlerden en yıkıcısı olan depremler; Kahramanmaraş'ın yanı sıra Gaziantep, Adıyaman, Malatya, Hatay, Osmaniye, Diyarbakır, Kilis, Şanlıurfa ve Adana başta olmak üzere geniş bir coğrafyada ağır yıkıma neden olmuş, on binlerce kişinin yaşamını yitirmesine, büyük kayıplar vermesiyle ve çok sayıda kişinin yaralanmasıyla sonuçlanmıştır. Bilim insanları bulundukları değerlendirmelerde depremler sonrasında Anadolu levhasında yaklaşık üç metrelik yer değiştirme meydana geldiğini, bu durumun afetin jeolojik boyutunu da ortaya koyduğunu ifade etmişlerdir. Etki alanının genişliği ve yoğun nüfuslu bölgeleri kapsamı nedeniyle deprem, milyonlarca insanın yaşamını doğrudan veya dolaylı biçimde etkilemiştir. Günümüz toplumunda sosyal medya platformlarının ve dijital iletişim araçlarının yaygın kullanımı sonucunda, afetlerin yalnızca doğrudan etkilenen bireyler üzerinde değil, olaya uzaktan tanıklık eden kişiler üzerinde de psikolojik sonuçlar oluşturmaya neden olabilmektedir. Bu kapsamda, deprem bölgesinde bulunmayan bireylerde dahi kaygı, korku, çaresizlik ve stres düzeylerinde

artış görülebilmekte, bu durum günlük yaşamın çeşitli alanlarında işlev kayıplarına yol açabilmektedir. Kahramanmaraş merkeze alan bu depremlerin, yol açtığı can kayıpları ve fiziksel yıkımın yanı sıra bireyler ve toplum üzerinde uzun süre devam edebilecek psikolojik etkiler de bırakmıştır. Bu nedenle afet sonrasında bireylerin ruhsal durumlarının değerlendirilmesi, psikososyal gereksinimlerinin belirlenmesi ve doğru zamanda uygun destek hizmetlerinin planlanarak yürütülmesi büyük önem taşımaktadır. (Depreme Maruz Kalan Bireylerin Psikolojik Durumlarını Belirlemeye Yönelik Ölçek Geliştirme Çalışması (DÜSBED))

İncelenen durum için elde edilen bulguların, depremde etkilenen bireylere ne şekilde destek sunulacağı; sağlık, psikolojik danışmanlık ve psikososyal destek hizmetleri gibi planlanmalara katkı sağlayacağı; öte taraftan afet sonrası ruh sağlığı alanındaki uygulamalara da başka çalışmaları da inceleyerek ilgili literatüre bilimsel açıdan yol gösterici ve yeni nitelikte olacağı öngörülmektedir. (Depreme Maruz Kalan Bireylerin Psikolojik Durumlarını Belirlemeye Yönelik Ölçek Geliştirme Çalışması (DÜSBED))

2. KAVRAMLAR

2. 1. Travmanın Tanımı ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu

Travma kavramı, ruh bilim alanında bireyin yaşadığı sarsıcı olayları ifade etmek amacıyla kullanılmaktadır (Türk Dil Kurumu). Kişinin yaşamını tehdit eden ya da fiziksel olarak zarar görmesine neden olan olaylara doğrudan maruz kalması veya başka bir bireyin ölümüne, yaralanmasına ya da benzer nitelikte yaşamsal tehdit içeren durumlara tanıklık etmesi travmatik yaşantı kapsamında değerlendirilmektedir (Erden 2000). Bu doğrultuda psikolojik travma, yalnızca bireyin olayı doğrudan deneyimlemesiyle sınırlı olmayıp, travmatik olaya tanıklık edilmesi sonucunda da ortaya çıkabilmektedir. Travmatik yaşantıların bütünü yalnızca deprem, sel, heyelan, çığ ve kasırga gibi doğal afetlerle sınırlı olmamaktadır. Aynı oranda ve farklılaşarak trafik kazaları, yangın, istismar, işkence, zorunlu göç, istenmeden meydana gelen durumlar, savaş ve soykırım gibi kasıtlı şiddet içeren olaylar da farklı zaman ve durumlarda travmatik deneyimler kapsamında değerlendirilmektedir. Listelenen bu tür olayların etkisinde olan bireylerin travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), depresyon ve anksiyete bozukluklarının ile bunları tetikleyen alkol bağımlılığı, maddenin kötüye kullanımı ve bağımlılığı ile intihar düşüncesi, ruhsal çöküntü ve intihar girişimi gibi ciddi psikiyatrik sorunların devam ederek ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilmektedir (Sierles vd.1983, Boudweyns vd. 1991).

2. 2. Travma Sonrası Stres Bozukluğunun Tarihsel Gelişimi

Travma sonrasında ortaya çıkan ruhsal belirtiler, DSM-I (APA 1952)'de "travmatik nevroz" başlığı altında değerlendirilmiş ve travmaya bağlı gelişen belirtiler "tahammül edilemez stres reaksiyonları" olarak tanımlanmıştır. Bu sınıflandırma hazırlanırken özellikle II. Dünya Savaşı sonrasında gözlenen psikolojik etkiler esas alınmıştır. Abraham Kardiner (1941), o dönemde savaş nevrozu olarak adlandırılan bu tabloların en belirgin ve süreklilik gösteren özelliğinin fizyolojik hiperaktivite olduğunu ileri sürmüştür (Özgen ve Aydın 1999). Belirtilerin uzun süre devam etmesi ise o dönemde bireyin önceden var olan başka bir psikiyatrik rahatsızlığının bulunduğu şeklinde değerlendirilmiştir. Daha sonraki süreçte DSM-II (APA 1968)'de bu tanımlama sınıflandırmadan çıkarılmış ve travma sonrasında gelişen belirtiler "geçici ruhsal bozukluk" kapsamında ele alınmıştır. Travma Sonrası Stres Bozukluğu'nun (TSSB) psikiyatrik tanı sisteminde yer alması yalnızca bilimsel gelişmelerin değil, aynı zamanda toplumsal ve siyasal süreçlerin de etkisiyle gerçekleşmiştir. Özellikle Vietnam Savaşı sonrasında askerlerde yaygın olarak gözlenen ruhsal sorunlar, psikiyatri ve psikoloji alanındaki araştırmacıların dikkatini bu alana yöneltmiştir. Bu gelişmeler doğrultusunda TSSB, 1980 yılında yayımlanan DSM-III'te ilk kez bağımsız bir tanı kategorisi olarak sınıflandırılmıştır. Söz konusu tanının oluşturulması, Vietnam Savaşı sonrasında görev yapan askerlerin yaşadığı psikolojik sorunlar ve savaşın uzun dönemli etkileriyle yakından ilişkilendirilmektedir. Savaş sonrasında ülkelere dönen askerlerin önemli bir bölümü toplum tarafından olumsuz tutumlarla karşılaşmış, medyada yer alan savaş görüntülerinin etkisiyle bazı kişiler tarafından "bebek katili" ve "psikopat" gibi ağır ifadelerle suçlanmıştır. Psikiyatrik değerlendirmeye alınan askerlerin bir kısmına ise anksiyete bozukluğu, depresyon, madde kötüye kullanımı, kişilik bozukluğu veya şizofreni tanıları konulmuştur. TSSB tanısının geliştirilmesini savunan uzmanlar, dönemin savaş karşıtı hareketi içerisinde yer almakta ve askerî psikiyatri uygulamalarının askerlerin ruh sağlığından çok ordunun çıkarlarını gözettiğini savunmaktaydılar. Bu nedenle geliştirilen yeni tanı yaklaşımı, ruhsal sorunların kaynağını bireyin kişisel özelliklerinden ziyade maruz kaldığı travmatik savaş deneyimiyle açıklamayı amaçlamıştır.

2. 3. 1999 Marmara Depremine bağlı TSSB ve Depresyon Oranları

1999 yılında meydana gelen Marmara Depremi'nin ardından Türkiye'de afetlerin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini inceleyen araştırmaların sayısında belirgin bir artış yaşanmıştır. Depremi merkez üssü ve çevresinde yaşayan bireyleri kapsayan, olaydan 14 ay sonra gerçekleştirilen epidemiyolojik bir araştırmada, merkez üssünde yaşayan depremzedelerde TSSB görülme oranı %23 olarak belirlenirken, merkez üssüne yaklaşık 100 km uzaklıkta yaşayan depremzedelerde bu oranın %14 olduğu saptanmıştır (Başoğlu vd. 2004). Depremden

18 ay sonra Bolu ve Düzce illerinde seçkisiz örnekleme yöntemiyle belirlenen 430 katılımcı üzerinde yürütülen başka bir araştırmada ise olası TSSB prevalansı %27 olarak tespit edilmiştir. Depremin yol açtığı can ve mal kaybının daha fazla olduğu Düzce'de yaşayan bireylerde TSSB oranı %41.9, depresyon oranı ise %28.4 olarak belirlenmiştir. Buna karşılık Bolu'daki depremlilerde TSSB görülme sıklığı %18.6, depresyon görülme sıklığı ise %11.5 olarak rapor edilmiştir (Kılıç ve Ulusoy 2003). Depremin üzerinden 36 ay geçtikten sonra Kocaeli iline bağlı ilçelerde seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılarak 683 kişiyle gerçekleştirilen araştırmada ise TSSB prevalansının %12, depresyon prevalansının ise %10.5 olduğu belirlenmiştir (Önder vd. 2006).

2. 4. Depreme Bağlı Gelişen TSSB ve Depresyon

Dünya üzerindeki farklı bölgelerin doğal veya insan kaynaklı afetler hemen her gün meydana gelmekte ve toplumlar bu olayların yol açtığı olumsuz sonuçlarla karşı karşıya kalmaktadır. Bu nedenle insanlar, zaman içerisinde çeşitli önlemler geliştirerek afetlerle birlikte yaşamaya uyum sağlamaya çalışmaktadır. Doğal afetler; jeofizik süreçlerden kaynaklanan, can ve mal kayıplarına neden olan, etkilenen bölgenin müdahale ve iyileştirme kapasitesini aşan ani ve yıkıcı olaylar olarak tanımlanmaktadır (Kerle ve Oppenheimer 2002). Depremleri diğer doğal afetlerden ayıran temel özellikler ise önceden kesin olarak tahmin edilememeleri, beklenmedik şekilde gerçekleşmeleri, insan müdahalesiyle engellenememeleri ve etkilerinin geniş coğrafi alanlara yayılabilmesidir. Ayrıca depremler; konutlar, eğitim kurumları, sanayi tesisleri ve insanların günlük yaşamlarını sürdürdükleri diğer yapılarda ciddi düzeyde hasara yol açarak hem yaşam güvenliğini hem de ekonomik ve sosyal düzeni önemli ölçüde tehdit etmektedir.

2. 5. Sosyal Destek

Sosyal destek, bireyin çevresinde bulunan kişilerden gördüğü maddi ve manevi yardımların bütünü olarak tanımlanmaktadır. Özellikle kriz dönemlerinde ve yoğun duygusal stres yaşanan süreçlerde, bireylerin aile üyeleri, arkadaşları ve yakın çevresinde bulunan birey ve kurumlardan destek alma gereksinimi doğal bir durum olarak kabul edilmektedir (Yılmaz ve Karaca 2008). Araştırmalar, olumlu sosyal etkileşimlerin bireylerin sağlık durumunu iyileştirdiğini ve bu olumlu etkinin uzun vadede de sürdüğünü ortaya koymaktadır. Bu nedenle sosyal destek, bireyin sağlığını etkileyen sosyal değişkenler arasında en fazla incelenen konulardan biri olmuştur (Broadhead vd. 1983, House vd. 1988, Schwarzer ve Leppin 1991, Veiel ve Baumann 1992, Seeman ve McEwen 1996, Uchino vd. 1996, Knox ve Uvnas-Moberg 1998, Seeman 2000, Paykel 2001, MacMahon ve Lip 2002). Afet sonrasında gerçekleştirilen araştırmalarda ise gerek aile ve yakın çevreden gerekse diğer sosyal çevrelerden

sağlanan desteğin depresyon düzeyiyle anlamlı ilişki gösterdiği belirlenmiştir (Kaniasty ve Norris1993).

2. 6. Marmara ve Düzce Depremleri

17 Ağustos 1999 tarihinde saat 03.02'de, merkez üssü Gölcük (İzmit) olan ve Richter ölçeğine göre 7,5 Mw büyüklüğünde bir deprem meydana gelmiştir (Kandilli Observatory and Earthquake Research Institute [KOERI] 2014). Marmara Bölgesi'nin büyük bölümünde hissedilen bu deprem, özellikle İzmit ve çevresindeki yerleşim alanlarında ağır yıkıma neden olmuştur. Türkiye'nin kuzeybatısında yoğun sanayi faaliyetlerinin yürütüldüğü bölgeyi etkileyen afet, bölge halkının sosyal ve ekonomik yaşamını derinden sarsmıştır. Ülke nüfusunun önemli bir kısmının yaşadığı kuzeybatı bölgesi, uzun yıllar sonra bu büyüklükte bir depremle karşı karşıya kalmıştır. Depremin yaklaşık 25 milyon kişiyi fiziksel ve psikolojik açıdan etkilediği bildirilmektedir. Resmî olarak elde edilen verilere göre, afet sonucunda 17 bin 480 kişi yaşamını yitirmiş, 43 bin 953 kişi yaralanmış ve 73 bin 342 bina çeşitli düzeylerde hasar görmüştür (KOERI 2014).

3. YÖNTEM

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmada kullanılacak veri toplama araçları ile çalışma amacı belirlendikten sonra, araştırmanın etik açıdan uygunluğunun değerlendirilmesi amacıyla Düzce İl Milli Eğitim Müdürlüğü Etik Kuruluna başvuruda bulunulmuştur. Yapılan değerlendirme sonucunda, 17.10.2023 tarihli ve E-54187849-605.01-87351920 sayılı karar ile etik kurul onayı alınmıştır. Veri toplama süreci çevrim içi anket yöntemi kullanılarak yürütülmüştür. Araştırmanın tüm aşamalarında Helsinki Etik Bildirgesi ilkeleri doğrultusunda hareket edilmiş ve katılımcılardan anket formunu doldurmadan önce gönüllü katılım esasına dayalı bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

3. 1. Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma grubunu, 6 Şubat 2023 Kahramanmaraş depremini ve 23 Kasım 2022 Düzce depremini deneyimleyen depremzedeler oluşturmaktadır. Araştırmaya katılabilmek için katılımcıların okuryazar olması, söz konusu depremlerden en az birini yaşamış bulunması, 18 yaş ve üzerinde olması, Türkçe okuyup anlayabilmesi ve veri toplama araçlarını yanıtlayabilecek düzeyde zihinsel ve fiziksel yeterliliğe sahip olması ölçüt olarak belirlenmiştir. Düzce ili idari olarak sekiz ilçeden oluşmaktadır. Ancak araştırmanın belirlenen süre içerisinde tamamlanabilmesi ve veri toplama sürecinin daha etkin yürütülebilmesi amacıyla örneklem, Düzce il merkezinde yaşayan bireylerle sınırlandırılmıştır.

3. 2. Veri Toplama Yöntemi

Araştırmada çevrimiçi anket yöntemiyle veriler toplanmıştır. Burada Google Form uygulaması kullanılmıştır. 206 kişilik hedef kitleye anket uygulanmıştır. Araştırmanın örneklemini ise gönüllü katılım sağlayan Düzce Merkez’den seçilmiş 18 yaş üstü bireylere ülkemizin farklı yerinde meydana gelen depremin psikolojik etkilerini ortaya çıkarmak için 41 alt başlıklı, Google Forms üzerinden 14.10.2023 ve 14.11.2023 tarihleri arasında yaptığımız anket uygulanmıştır. Sonuçta araştırmaya katılan 206 kişi bu çalışmanın örneklemini oluşturmuştur.

3. 3. Araştırmanın Sınırlılıkları

Her araştırmada olduğu gibi, bu çalışmada da yapılan incelemeler ve elde edilen bulgular ile ilgili çeşitli sınırlılıklar bulunmaktadır. Çalışma sınırlılıklarını ifade edecek olursak;

Bir deprem bölgesi üzerinde kurulan ülkemiz son zamanlara özellikle yıkıcı deprem etkileri ile pek çok kayıplara neden olan depremler yaşanmıştır. Bu çalışmada 1999 Marmara veya Düzce depremlerinden herhangi birine maruz kalmış, 2022 Düzce ve 2023 Kahramanmaraş depremlerini deneyimlemek zorunda kalmış 18 yaş üstü kişilerin çalışma evreni ile sınırlandırılmıştır.

3. 4. Araştırmada Kullanılan Ölçek

Araştırmada “Depreme Maruz Kalan Bireylerin Psikolojik Durumlarını Belirlemeye Yönelik Ölçek Geliştirme Çalışması” (DÜSBED) kullanılmıştır.

Depreme Maruz Kalan Bireylerin Psikolojik Durumlarını Belirlemeye Yönelik Ölçek Geliştirme Çalışması

Depreme Maruz Kalan Bireylerin Psikolojik Durumlarını Belirlemeye Yönelik Ölçek Geliştirme Çalışması (DÜSBED), Mustafa Filiz, Yalçın Karagöz, Yusuf Karaşin tarafından Ocak 2020 Elâzığ ve Kasım 2022 Düzce depremi sonrasında geliştirilmiş Türkçe bir ölçektir (Filiz vd. 2023).

3. 5. Uygulama

Araştırmada veri toplama süreci 14 Ekim 2023 tarihinde başlatılmıştır. Bu tarih itibarıyla Kahramanmaraş Depremi'nin üzerinden 8 ay 8 gün, Gölcük Depremi'nin üzerinden 24 yıl 1 ay 28 gün ve Düzce Depremi'nin üzerinden 23 yıl 11 ay 2 gün geçmiştir. Bir ay devam eden veri toplama çalışmaları 14 Kasım 2023 tarihinde tamamlanmış olup, bu tarihte Kahramanmaraş Depremi'nin üzerinden 9 ay 8 gün, Gölcük Depremi'nin üzerinden 24 yıl 2 ay 28 gün ve Düzce Depremi'nin üzerinden 23 yıl 12 ay 2 gün geçmiştir. Veri toplama aşamasından

önce katılımcıların araştırmaya dâhil edilme ölçütlerini karşılayıp karşılamadığı değerlendirilmiş, uygun bulunan bireylerden gönüllü katılım onayı alındıktan sonra anket uygulamasına geçilmiştir. Araştırmada okuryazar olma koşulu dâhil edilme ölçütlerinden biri olarak belirlenmiş olmakla birlikte, veri toplama süresinin sınırlı olması ve örneklem büyüklüğünün korunması amacıyla, okuma yazma bilmeyen bireylerin anket sorularını kendilerine okuyabilecek bir yakınının bulunması durumunda bu ölçüt esnetilmiş ve söz konusu kişilerin de araştırmaya katılımına olanak sağlanmıştır. Veri toplama çalışmaları, Ekim ve Kasım 2023 ayları boyunca haftada iki gün düzenli olarak yürütülmüş ve süreç 14 Kasım 2023 tarihinde tamamlanmıştır.

3. 6. İstatistik Analizleri

Araştırma verilerinin istatistiksel analizinde SPSS 21.0 (Sosyal Bilimler için İstatistik Paket Programı) kullanılmıştır. Veri setinde yer alan eksik değerler lineer interpolasyon yöntemi uygulanarak tamamlanmıştır. Tanımlayıcı istatistikler kapsamında katılımcılara ilişkin veriler frekans (n), yüzde, ortalama ve standart sapma değerleriyle özetlenmiştir. Verilerin normal dağılıma uygunluğu ise eğiklik (skewness) katsayıları dikkate alınarak değerlendirilmiştir. Korelasyon katsayılarının yorumlanmasında Weber ve Lamb (1970) tarafından önerilen sınıflandırma esas alınmıştır. Buna göre, $r < 0.35$ değerleri düşük (zayıf) düzeyde, 0.36–0.67 aralığındaki değerler orta düzeyde, 0.68–1.00 arasındaki değerler ise yüksek (güçlü) düzeyde korelasyon olarak değerlendirilmiştir (Weber ve Lamb 1970).

4. BULGULAR

4. 1. Demografik ve Kişisel Öykü Özellikleri

Araştırma kapsamında veriler, Düzce il merkezinde yürütülen anket uygulaması aracılığıyla elde edilmiştir. Veri toplama sürecinde araştırmaya katılacak bireylere çalışmanın amacı, kapsamı ve gönüllülük esasına dayalı olarak yürütüldüğü hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmış, kişisel verilerin gizliliğinin korunacağı belirtilmiş ve anket uygulaması öncesinde katılımcılardan gönüllü katılım onayı alınmıştır. Böylece araştırmaya ilişkin tüm veri toplama işlemleri etik ilkelere uygun biçimde gerçekleştirilmiştir.

Araştırmaya toplam 206 kişi katılmıştır. Katılımcıların yaş gruplarına göre dağılımı incelendiğinde, 18–25 yaş aralığında 39 kişi (%18,9), 25–35 yaş aralığında 85 kişi (%41,3) ve 35 yaş ve üzerindeki grupta ise 82 kişi (%39,8) yer almaktadır. Katılımcıların büyük bölümünü 25–35 yaş grubundaki bireyler oluştururken, diğer yaş gruplarının da birbirine yakın oranlarda temsil edilmesi örneklemin farklı yaş gruplarını kapsamı açısından önem taşımaktadır.

Araştırmada katılımcıların belirlenmesinde önceden tanımlanan dâhil edilme ölçütleri esas alınmıştır. Bu kapsamda bireylerin 18 yaşını doldurmuş olması, deprem deneyimi yaşamış bulunması, Türkçe okuyup anlayabilmesi ve veri toplama araçlarını yanıtlayabilecek zihinsel

ve fiziksel yeterliliğe sahip olması temel ölçütler olarak kabul edilmiştir. Bununla birlikte, veri toplama süresinin sınırlı olması ve örneklem büyüklüğünün korunmasının hedeflenmesi nedeniyle, okuryazar olma ölçütü uygulama aşamasında esnek biçimde değerlendirilmiştir. Hanede okuma yazma bilmeyen bireylerin anket sorularını tarafsız bir yakınının kendilerine okuyabilmesi durumunda bu kişiler de araştırmaya dâhil edilmiştir. Böylece, yalnızca okuryazarlık düzeyi nedeniyle araştırma dışında kalabilecek bireylerin de görüşlerinin alınması sağlanmış ve örneklemin depresi yaşayan bireyleri daha kapsayıcı biçimde temsil etmesine katkıda bulunulmuştur.

Araştırmanın Düzce il merkezinde yürütülmesi, veri toplama sürecinin planlanan süre içerisinde tamamlanmasını kolaylaştırmış ve katılımcılara ulaşılabilirliği artırmıştır. Bu doğrultuda elde edilen verilerin, Düzce il merkezinde yaşayan ve araştırmaya katılım ölçütlerini karşılayan depremzedelerin demografik özelliklerini ve araştırma kapsamında incelenen değişkenleri değerlendirmede yeterli düzeyde temsil gücüne sahip olduğu düşünülmektedir.

4. 2. Cinsiyet

Bu şekilde tüm örnekleme kadınların sayısı 91 (%44.17), erkeklerin sayısı ise 115'tir (%55,83).

Çizelge 1: Cinsiyetin Dağılımı

Cinsiyet				Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	Kadın	91	44,17	44,2	44,2
	Erkek	115	55,83	55,8	100,0
Total		206	100,0		

Örneklemdaki kişilerin Düzce depreminin merkezinde olması ve Düzce depremini hissetmişler ve bu bölgede yaşamaya devam etmektedirler. Deprem sarsıntılarını hisseden 206 kişilik örneklem için deprem sırasında yaşanan hislerin hala devam etmiş olduğu belirtilmiştir.

4. 3. Yaş

Elde edilen veriler yaş gruplarına göre incelendiğinde; 18-25 yaş 39 kişi (%18,9), 25-35 yaş 85 kişi (41,3), 35 yaş üzeri ise 32 kişidir (%39,8). Burada yapılan araştırma anket çalışmasına katılımda 25 yaş ve üstü bireylerin Deprem farkındalığı ve Deprem araştırmalarına olan desteğinin daha fazla olduğu görülmüştür.

Çizelge 2: Yaş Dağılımı

Yaş					
				Valid	Cumulative
				Percent	Percent
Valid	Frequency	Percent	Percent	Percent	Percent
18-25	39	18,9	18,9	18,9	18,9
25-35	85	41,3	41,3	41,3	60,2
35 üzeri	82	39,8	39,8	39,8	100,0
Total	206	100,0			

4. 4. Araştırmada Anket sonuçları

Çalışmada elde edilen veriler IBM SPSS programı aracılığıyla analiz edilmiştir. Programı ile incelenerek verilerin bilimsel olarak hesaplanmasına özen gösterilmiştir. Burada Toplam 6 Ana faktör ve 41 alt faktör vardır. Bu anket Depreme Maruz Kalan Bireylerin Psikolojik Durumlarını Belirlemeye Yönelik Ölçek Geliştirme Çalışması den alınarak ve anket ve ölçek “Mustafa FİLİZ, Yalçın KARAGÖZ, Yusuf KARAŞİN” tarafından geliştirilmiştir. Verilen bu anket ana faktörler “Yaşamdan Kopuş, Sosyal Sağlık, Ruhsal Değişim, Travma Kaygısı, Olgunlaşma, Kaçınma” şeklindedir. Burada her bir faktör ve alt faktör için veriler Çizelge 3’de oluşturulmuştur.

Çizelge 3: Depreme Maruz Kalan Bireylerin Psikolojik Durumlarını Belirlemeye Yönelik Ölçek

	N	Mean		Std. Deviation	Variance
	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Statistic
1. Deprem anını düşündüğümde aklıma sık 206 ölüm geliyor.		3,3738	,09184	1,31820	1,738
2. Yaşadığım deprem sonrası günlük 206 işlerime tamamen odaklanamıyorum.		2,6796	,09864	1,41569	2,004
3. Deprem sonrası sevdiklerimden ayrılma 206 korkusunu daha çok yaşamaya başladım.		3,6602	,09054	1,29956	1,689
4. Yaşadığım depremden dolayı olumsuz 206 hayaller kuruyorum.		3,0631	,09927	1,42483	2,030
5. Deprem yaşamam nedeniyle yemek yeme 206 davranışında sorunlar yaşıyorum.		2,1602	,10342	1,48441	2,203
6. Yaşadığım deprem nedeniyle uyku 206 kalitem çok düştü.		2,7864	,10466	1,50220	2,257

7. Yaşadığım deprem nedeniyle rüyalarım 206 değişti.	2,4515 ,11043	1,58501	2,512
8. Yaşadığım depremden dolayı daha çok 206 sağlık sorunu yaşıyorum.	2,1214 ,10184	1,46165	2,136
9. Yaşadığım depremden dolayı kişiler arası 206 ilişkilerde arasında sorun yaşıyorum.	2,1068 ,10296	1,47772	2,184
10. Yaşadığım deprem nedeniyle çalışma 206 verimim azaldı.	2,5340 ,10541	1,51297	2,289
11. Depremde sonra dünya işleri bana 206 anlamsız ve geçici geliyor	2,9078 ,10175	1,46045	2,133
12. Yaşadığım depremden dolayı hayattan 206 zevk alamıyorum.	2,5194 ,09918	1,42353	2,026
13. Yaşadığım deprem nedeniyle dini 206 tutumlarımda olumlu yönde değişimler oldu.	2,8835 ,10563	1,51610	2,299
14. Yaşadığım deprem nedeniyle yaşam 206 önceliklerim değişti.	3,0291 ,09923	1,42422	2,028
15. Depremi düşündükçe Allah'ın bana yeni 206 bir fırsat vermesini diliyorum.	3,1408 ,10402	1,49294	2,229
16. Deprem sonrasında dini değerlere ve 206 yaratıcıya olan olumlu tutumum artmıştır.	3,1165 ,10541	1,51288	2,289
17. Yaşananları hak edecek bir günah işleyip 206 işlemediğimi düşünüyorum.	2,5437 ,11193	1,60655	2,581
18. Yaşadığım depremi düşündükçe kendimi 206 aşırı derecede gergin hissediyorum.	3,0825 ,10455	1,50056	2,252
19. Sık sık deprem anı aklıma geliyor. 206	2,8738 ,10354	1,48606	2,208
20. Yaşadığım depremden dolayı 206 kaygılıyım.	3,1602 ,09802	1,40680	1,979
21. Yaşadığım depremden dolayı ruh halim 206 olumsuz yönde hızlı değişiyor.	2,6845 ,10821	1,55311	2,412
22. Yaşadığım depremden dolayı geleceğe 206 dair pek umudum yok.	2,5049 ,10499	1,50689	2,271

23. Her an deprem olacakmış gibi endişe ediyorum.	206	3,1262 ,10580	1,51853	2,306
24. Ani bir ses veya gürültü olduğunda irkiliyorum.	206	3,4563 ,10127	1,45352	2,113
25. Girdiğim bina ve yapıların sağlam olup, olmamasına dikkat ediyorum.	206	3,5000 ,09628	1,38194	1,910
26. Eski binalara girmekten korkuyorum.	206	3,5146 ,10201	1,46413	2,144
27. Sosyal medya veya TV'den deprem ile ilgili haberler bana korku veriyor.	206	3,1845 ,09913	1,42279	2,024
28. Yaşadığım depremi düşündükçe, kalbim çarpmaya başlıyor, terlemeye ya da titremeye başlıyorum.	206	2,5291 ,10874	1,56068	2,436
29. Deprem olacak diye kapalı ortamlara giremiyorum.	206	2,2767 ,10563	1,51614	2,299
30. Yaşadığım depremde sonra olaylara daha olumlu yaklaşıyorum.	206	2,6845 ,10049	1,44237	2,080
31. Deprem sonrası günlük sorunlarım eskisi gibi beni rahatsız etmiyor.	206	2,6019 ,10130	1,45394	2,114
32. Deprem sonrası hiçbir şeyi garanti olarak görmüyorum.	206	3,2524 ,10124	1,45313	2,112
33. Yaşadığım depremde sonra belirsizlikle daha iyi başa çıkmayı öğrendiğimi düşünüyorum.	206	2,8447 ,10056	1,44328	2,083
34. Deprem sonrasında eskiden üzüldüğüm çoğu şeyin üzülmeye değmeyecek şeyler olduğunu öğrendim.	206	3,1456 ,10110	1,45104	2,106
35. Depremden sonra yaşadığım her günün değerini daha iyi anlıyorum.	206	3,2524 ,09912	1,42259	2,024
36. Deprem ile ilgili konuşmaktan kaçınıyorum.	206	2,7039 ,10760	1,54436	2,385
37. Deprem ile ilgili konuşmaları dinlemekten rahatsız oluyorum.	206	2,8592 ,10782	1,54749	2,395

38. Depremi hatırlatan dış faktörlerden 206 (insan, mekân, konuşmalar vb.) kaçınıyorum.	2,6262 ,10927	1,56831	2,460
39. Depremde yaşanan olayları anlatmak 206 beni korkutuyor.	2,7864 ,11209	1,60882	2,588
40. Depremde yaşanan olayları dinlemek 206 beni korkutuyor.	2,9029 ,10947	1,57117	2,469
41. Deprem olabileceğini düşündüren 206 şeylere bakmak (örn. gökyüzü, deniz, hayvanlar, gibi) beni korkutuyor.	2,6359 ,10965	1,57371	2,477

Verilen faktörler ve alt faktörler incelendiğinde deprem etkisi özellikler 1, 3, 4, 14, 15, 16, 18, 20, 23, 24, 25, 26, 27, 34. maddelerde 1 ile 5 arası likert tipi anket için 3'ün üzerinde değer olarak bulunmuştur. Bu alt faktörler incelenerek deprem etkisinin yoğunluğuna bakılacaktır.

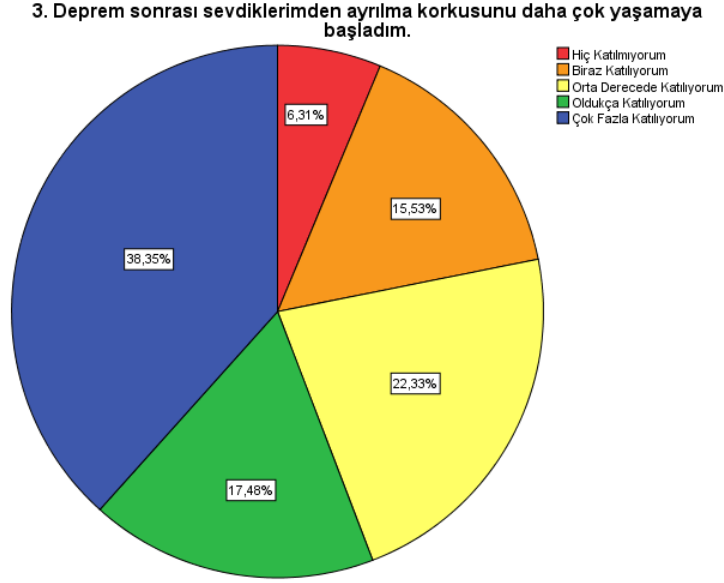
4. 4. 1. “Deprem anını düşündüğümde aklıma sık sık ölüm geliyor” alt faktör analizi:



Şekil 1: Anketin birinci sorusuna verilen cevapların dağılımı

Araştırma anketindeki soruların her biri beş farklı düzeyde ele alınmıştır. 'Deprem anını düşündüğümde aklıma sık sık ölüm geliyor' %28,16 ile çok fazla katılıyorum olarak cevaplandırılmıştır. Burada ankete katılan bireylerin deprem ile ölüm korkusunu eşleştirdiği ve deprem anında psikolojik olarak kendilerini ölüme hazırlamaya ya da büyük kayıplar yaşandığı için benzer bir durumla karşılaşacaklarını hissettikleri düşünülmektedir. Bu da verilen ankette ana faktör olan yaşamdan kopuş ile paralellik göstermektedir.

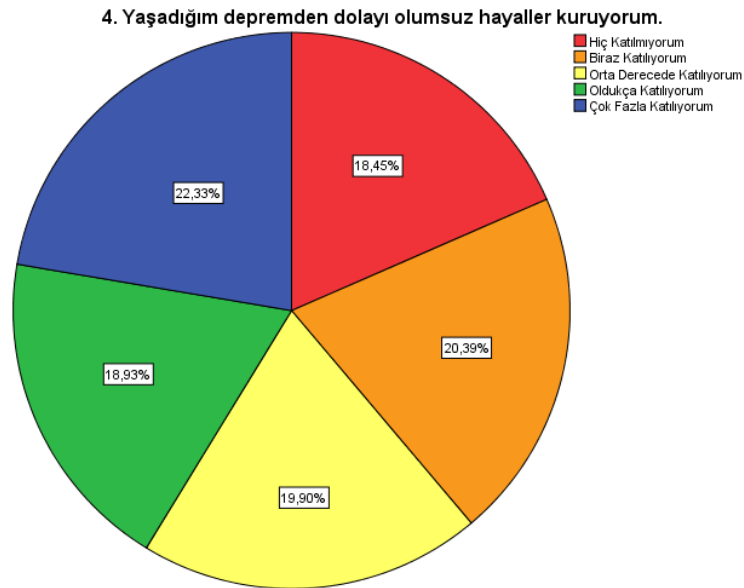
4. 4. 2. “Deprem sonrası sevdiklerimden ayrılma korkusunu daha çok yaşamaya başladım” alt faktör analizi:



Şekil 2: Anketin üçüncü sorusuna verilen cevapların dağılımı

Burada anket katılımcıların deprem sonrası sevdiklerine daha bağlanıp onları kaybetme korkularının çok daha fazla arttığı anlaşılmıştır. ‘Deprem sonrası sevdiklerimden ayrılma korkusunu daha çok yaşamaya başladım.’ alt faktöründe 206 kişinin %38,35’i çok fazla katılıyorum olarak cevaplandırmıştır.

4. 4. 3. “Yaşadığım depremten dolayı olumsuz hayaller kuruyorum” alt faktör analizi:



Şekil 3: Anketin dördüncü sorusuna verilen cevapların dağılımı

‘Yaşadığım depremten dolayı olumsuz hayaller kuruyorum’ %22,3’le çok fazla katılıyorum olarak cevaplandırılmıştır. Burada ankete katılan bireylerin yaşadıkları deprem dolayısıyla gelecekleri hakkında ümitsizliğe kapıldıkları her an deprem yaşanabileceği düşüncesiyle olumlu hayaller kuramadıkları yönündedir.

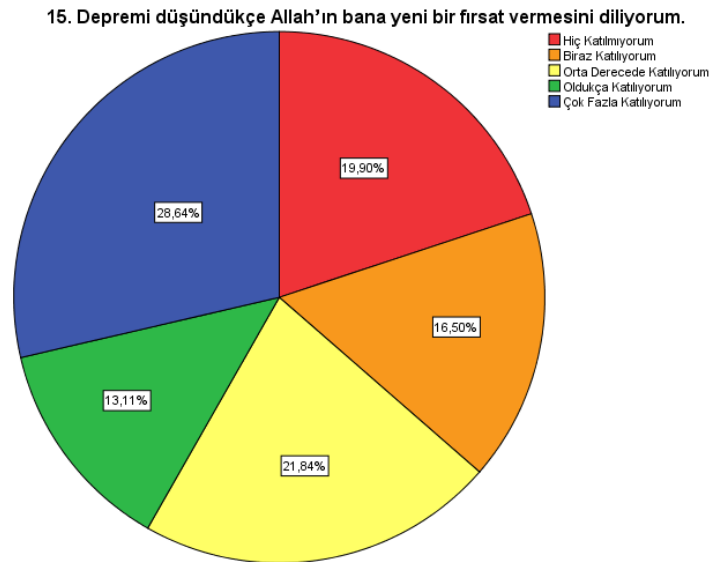
4. 4. 4. ‘Yaşadığım deprem nedeniyle yaşam önceliklerim değişti’ alt faktör analizi:



Şekil 4: Anketin on dördüncü sorusuna verilen cevapların dağılımı

‘Yaşadığım deprem nedeniyle yaşam önceliklerim değişti’ %27,67 ile orta derecede katılıyorum olarak cevaplandırılmıştır. Burada görüldüğü üzere 18 yaş üstü katılımcıların yaşam önceliklerinin çok fazla değişmediği anlaşılmıştır.

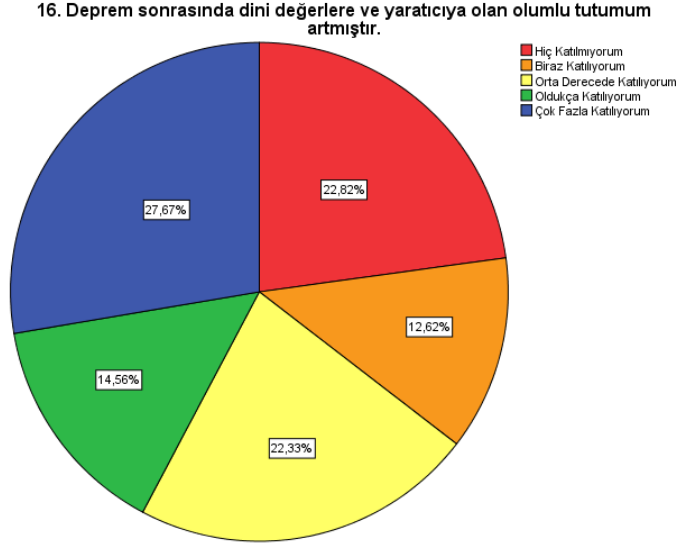
4. 4. 5. ‘Depremi düşündükçe Allah’ın bana yeni bir fırsat vermesini diliyorum’ alt faktör analizi:



Şekil 5: Anketin on beşinci sorusuna verilen cevapların dağılımı

‘Depremi düşündükçe Allah’ın bana yeni bir fırsat vermesini diliyorum’ %28,64 ile çok fazla katılıyorum olarak cevaplandırılmıştır. Bu veri incelendiğinde geçmişte yaşanan travmatik deneyimler ve geleceğe dair korkunun insanların inançları doğrultusunda dileklerde bulunduğunu ayrıca bu deneyimi atlatmanın ileriki yaşamlarının kıymetini anlayarak ona daha değerli bakmasına sebebiyet verdiği ile ilişkilendirilmiştir.

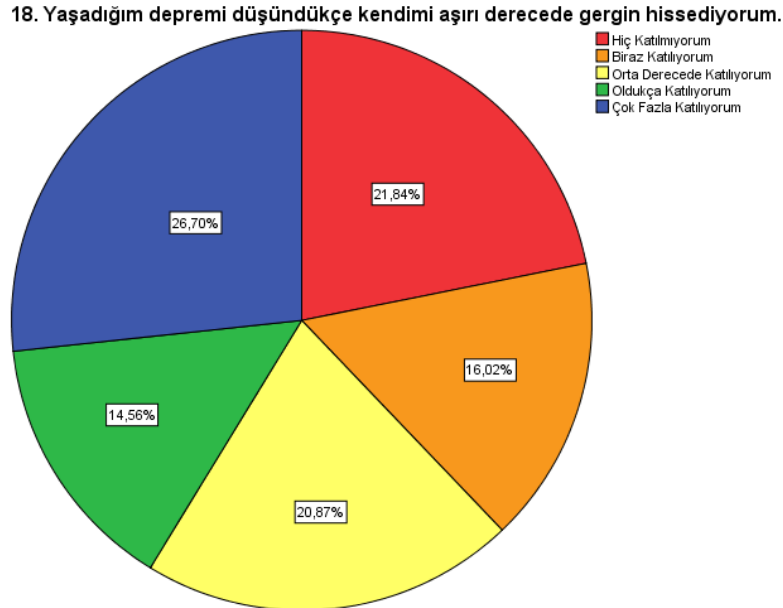
4. 4. 6. ‘Deprem sonrasında dini değerlere ve yaratıcıya olan olumlu tutumum artmıştır’ alt faktör analizi:



Şekil 6: Anketin on altıncı sorusuna verilen cevapların dağılımı

‘Deprem sonrasında dini değerlere ve yaratıcıya olan olumlu tutumum artmıştır’ %27,63 ile çok fazla katılıyorum olarak cevaplandırılmıştır. Bu alt faktörden anlaşıldığı üzere katılımcılar büyük bir doğal afet olan deprem nedeniyle dinlerine daha büyük bir inançla bağlanmış olumlu yöndeki tutumlarında artma olduğu bildirilmiştir.

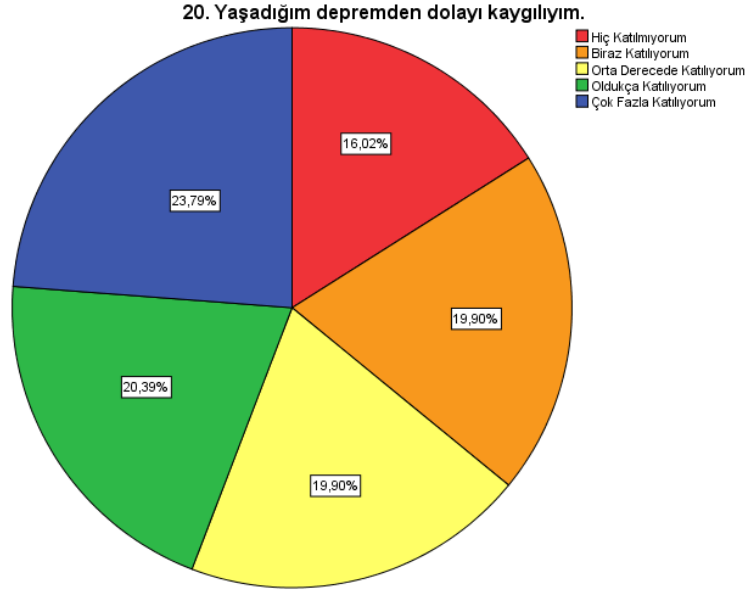
4. 4. 7. ‘Yaşadığım depremi düşündükçe kendimi aşırı derecede gergin hissediyorum’ alt faktör analizi:



Şekil 7: Anketin on sekizinci sorusuna verilen cevapların dağılımı

‘Yaşadığım depremi düşündükçe kendimi aşırı derecede gergin hissediyorum’ %26,70 ile çok fazla katılıyorum olarak cevaplandırılmıştır. Yaşanılan depremi düşündükçe gerginliğin artması depremin üzerimizde bıraktığı olumsuz etkiyi daha kalıcı hale getirilebilir olduğu ile ilişkilendirilmiştir.

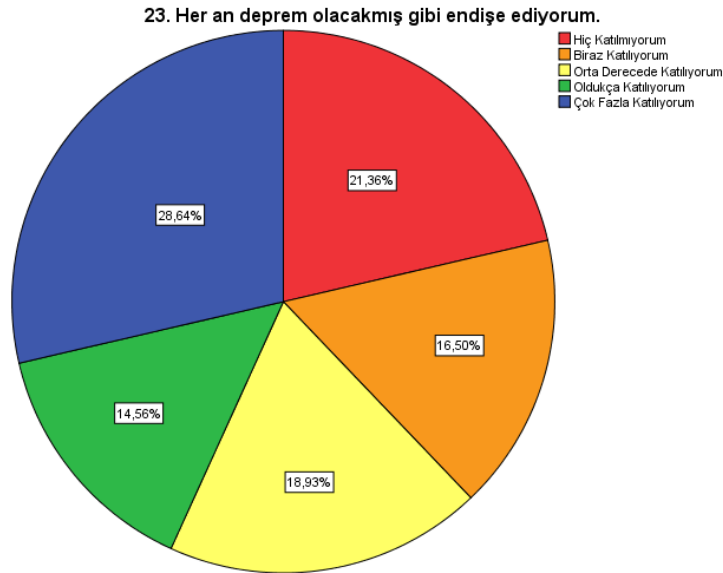
4. 4. 8. ‘Yaşadığım depremde dolayı kaygılıyım’ alt faktör analizi:



Şekil 8: Anketin yirminci sorusuna verilen cevapların dağılımı

‘Yaşadığım depremde dolayı kaygılıyım’ 206 katılımcının %23,79’u çok fazla katılmıyorum olarak cevaplamıştır. Buradan katılımcıların deprem riskleri nedeniyle kendisi ve sevdikleri için derin bir korkuya girdiği ve bunun da kişinin hayatını olumsuz yönde etkileyebileceği söylenebilir.

4. 4. 9. ‘Her an deprem olacakmış gibi endişe ediyorum’ alt faktör analizi:



Şekil 9: Anketin yirmi üçüncü sorusuna verilen cevapların dağılımı

‘Her an deprem olacakmış gibi endişe ediyorum’ %28,64 ile çok fazla katılmıyorum olarak cevaplanmıştır. Katılımcıların çoğunluğunun günlük yaşamlarında deprem olacak düşüncesinden kurtulamayıp endişe içinde oldukları düşünülmektedir.

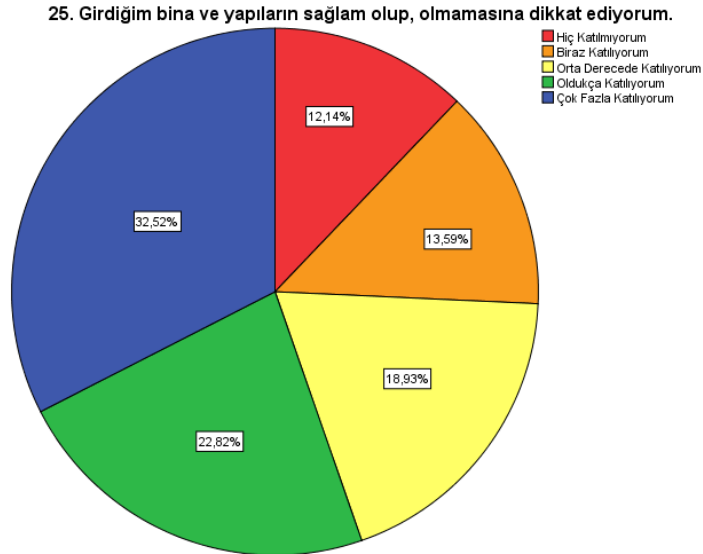
4. 4. 10. ‘‘Ani bir ses veya gürültü olduğunda irkiliyorum’’ alt faktör analizi:



Şekil 10: Anketin yirmi dördüncü sorusuna verilen cevapların dağılımı

‘Ani bir ses veya gürültü olduğunda irkiliyorum’ 206 katılımcının %36,41’i çok fazla katılmıyorum şeklinde cevaplamıştır. Buradan anlaşıldığı üzere depremi yaşayan insanların ses ve gürültüye çok hassas olduğunu küçük bir sese bile irkildiğini anlıyoruz. Depremden sonra katılımcıların sese karşı daha çok travması olduğu ile ilişkilendirilmiştir.

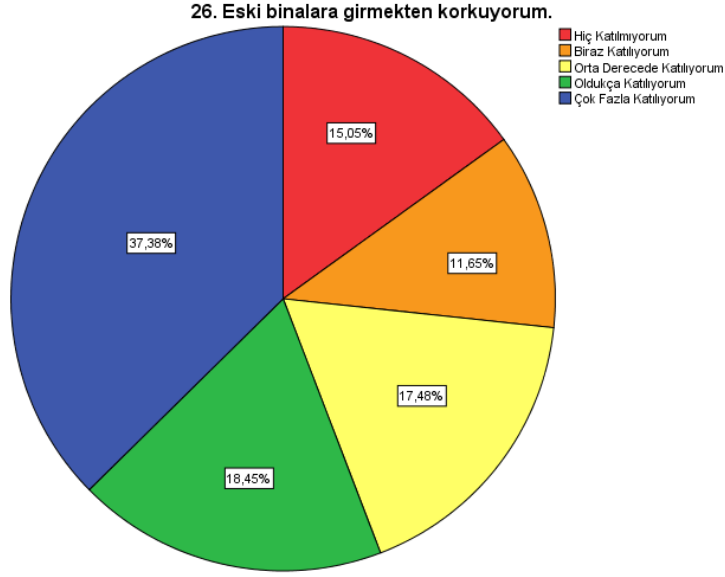
4. 4. 11. ‘‘Girdiğim bina ve yapıları sağlam olup, olmamasına dikkat ediyorum’’ alt faktör analizi:



Şekil 11: Anketin yirmi beşinci sorusuna verilen cevapların dağılımı

‘Girdiğim bina ve yapıları sağlam olup olmamasına dikkat ediyorum’ 206 katılımcının %32,52 si çok fazla katılmıyorum olarak cevaplandırmıştır. Depremden sonra 18 yaş üstü katılımcıların yapıların sağlamlığı konusunda daha da dikkatli ve temkinli davrandığı ile ilişkilendirilmiştir.

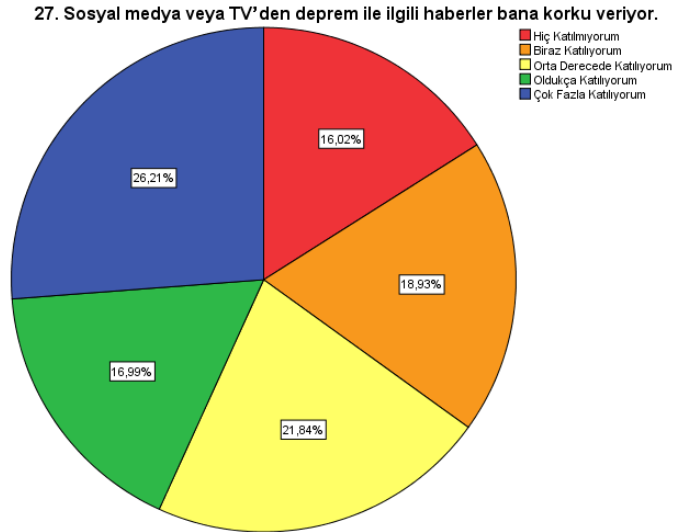
4. 4. 12. ‘Eski binalara girmekten korkuyorum’ alt faktör analizi:



Şekil 12: Anketin yirmi altıncı sorusuna verilen cevapların dağılımı

‘Eski binalara girmekten korkuyorum’ %37,38’i çok fazla katılmıyorum olarak cevaplandırmıştır. Deprem sonrası eski binalarda yıkılma tehlikesi daha fazla olduğu için büyük bir oranla katılımcılarımız çok etkilenmiş bu konuda korkuları çok artmış olduğu düşünülmüştür.

4. 4. 13. ‘Sosyal medya veya TV’den deprem ile ilgili haberler bana korku veriyor’ alt faktör analizi:



Şekil 13: Anketin yirmi yedinci sorusuna verilen cevapların dağılımı

‘Sosyal medya veya TV’den deprem ile ilgili haberler bana korku veriyor’ %26,21 (n=54) ile çok fazla katılmıyorum olarak cevaplandırılmıştır. Katılımcıların günlük hayatlarında deprem ile ilgili haberler, görüntüler gördüklerinde deprem anını tekrar zihinlerinde yaşayıp bu konuyla ilgili korkuya kapılma eğilimleri eşlik etmiştir.

4. 4. 14. ‘‘Deprem sonrasında eskiden üzüldüğüm çoğu şeyin üzülmeye değmeyecek şeyler olduğunu öğrendim’’ alt faktör analizi:



Şekil 14: Anketin otuz dördüncü sorusuna verilen cevapların dağılımı

‘Deprem sonrasında eskiden üzüldüğüm çoğu şeyin üzülmeye değmeyecek şeyler olduğunu öğrendim’ ankete katılan 18 yaş üzeri bireyler %27,18 oranında çok fazla katılmıyorum olarak cevaplamıştır. Deprem, öncesinde sıkıntıya düştüğümüz, üzüldüğümüz şeylerin deprem sonrasında aslında geçici olduğunu kalıcı olanın biz ve sevdiklerimiz olduğunu anlamamızı sağlamıştır.

5. SONUÇ VE TARTIŞMA

Türkiye de tarih süresince çeşitli sayıda yıkıcı depremle karşı karşıya kalmıştır. Deprem felaketleri, acı kayıplara yol açarak birçok insanın yaşamını derinden etkiler. Felaketin ardından toplumlar ölümler yaşarken, hayatta kalanlar da bu büyük travma ile başa çıkma mücadelesi verirler. İncelemeler yapıldığında depreme yönelik psikolojik gerçekleri ölçmeyi hedefleyen çalışmalar var olduğu anlaşılmaktadır. 23 Kasım 2022 Düzce ve 6 Şubat 2023 Kahramanmaraş merkezli deprem felaketleri sonrasında çalışmanın yapılması gerektiği kararı verilmiştir. Depremi olduğu yerde yaşamasalar da çeşitli iletişim yolları aracılığıyla hızlıca yayılması sonucunda tüm Türkiye deprem sürecini yaşamış duruma gelmiştir. Bu sürecin çok önemli kısımlarında biri deprem sonrasındaki psikolojik etkiler ve sonucundaki değişimdir. Çalışma sonucunda elde edilen veriler deprem sonrasında katılımcıların üzerindeki psikolojik durumu ve etkiyi ölçmede güvenli ve geçerli olduğunu göstermektedir.

Bu çalışmada da depreme maruz kalan bireylerin ülkemizin farklı bir yerinde tekrar deprem oluşması ile yaşanan travma ve stres bozukluğunun tekrarlanması üzerine bir çalışma yapılarak bu bireylerin psikolojik travma ve stres bozuklukları incelenmiştir. Nitekim farklı bir bölgede meydana gelen depremlerin daha önceden deprem yaşamış bireyler üzerindeki anlık etkilerini inceleyen çalışmaların literatür tarandığında çok fazla olmadığı görülmüştür. Bu

bağlamda bölgesel araştırmalara ihtiyaç duyulduğundan bölgemizde depreme maruz kalan bireylerin farklı bölgelerde meydana gelen depremler sonrası yaşadıkları duygu durumlarının incelenmesi çalışmanın özgün yanını ortaya çıkarmaktadır.

Son ve nihai olarak elde edilen sonuçlar 6 ana faktör ve 41 alt faktörden oluşan anket doğrultusunda 41 maddeli alt faktörden 1, 3, 4, 14, 15, 16, 18, 20, 23, 24, 25, 26, 27, 34 ifadeleri 3'ün üzerinde değer alarak yorumlanması sağlanmıştır. İncelemeler sonucunda depremin insanları psikolojik olarak zorunlu bir değişime sevk ettiği insanlarda çeşitli travmalara yol açtığı sonucuna varılmıştır. Ayrıca, bu tür çalışmalar, toplumların deprem ve doğal afetlere karşı direncini artırmak amacıyla psikolojik destek hizmetlerinin geliştirilmesine de katkıda bulunmaktadır. Sonuçlar, benzer travmatik deneyimler yaşamış bireylerin desteklenmesi ve toplumların afetlere dayanıklılığını artırmak için yapılacak programların tasarlanmasına rehberlik edebilir.

KAYNAKLAR

- Akkaya, T., Kırımlı, Y. ve Polat, T. (2001). “Deprem yardımlarında yararlanan kişilerin değerlendirme raporu”. İstanbul Üniversitesi Yayınları. No: 4283.
- Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı [AFAD] (2018). “Türkiye’de Afet Yönetimi ve Doğa Kaynaklı Afet İstatistikleri”. Ankara-Türkiye. Erişim adresi: https://www.afad.gov.tr/kurumlar/afad.gov.tr/35429/xfiles/turkiye_de_afetler.pdf. Son Erişim Tarihi: 21.07.2025.
- American Psychiatric Association [APA] (1952). “Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders” (1st ed.). Washington, DC: Author.
- American Psychiatric Association [APA] (1968). “Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders” (2nd ed.). Washington, DC: Author.
- Baçoğlu, M., Kılıç, C., Şalcıoğlu, E. ve Livanou, M. (2004). “Prevalence of Post Traumatic Stress Disorder and Comorbid Depression in Earthquake Survivors in Turkey: An Epidemiological Study”. *Journal of Traumatic Stress*, 17(2): 133–141. doi: <https://doi.org/10.1023/B:JOTS.0000022619.31615.e8>
- Boudweyns, P.A., Albrecht, J.W., Talbert, F.S. ve Hyer, L.A. (1991). “Comorbidity and Treatment Outcomes of Inpatients with Chronic Combat-Related PTSD”. *Hospital and Community Psychiatry*, 42(8): 847–849.
- Broadhead, W.E., Kaplan, B.H., James, S.A., Wagner, E.H., Schoenbach, V.J. ve Grimson, R. (1983). “The Epidemiologic Evidence for a Relationship Between Social Support and Health”. *American Journal of Epidemiology*, 117(5): 521–537.
- Erden, G. (2000). “Çocuklara yönelik afet sonrası müdahaleler”. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3(5), 49–61.
- Filiz, M., Karagöz, Y. ve Karaşin, Y. (2023). “Depreme Maruz Kalan Bireylerin Psikolojik Durumlarını Belirlemeye Yönelik Ölçek Geliştirme Çalışması”. *Dicle Üniversitesi*

Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, (33): 236–250. doi: <https://doi.org/10.15182/diclesosbed.1263545>.

Gluckman, P. (2012). “Psychosocial Effects of Earthquake”. The Press. Erişim Adresi: <http://www.stuff.co.nz/the-press/opinion/perspective/6892800/Psychosocial-effects-of-the-earthquakes>. Son Erişim Tarihi: 21.03.2025.

Johannesson, E., Simrén, M., Strid, H., Bajor, A. ve Sadik, R. (2011). “Physical Activity Improves Symptoms in Irritable Bowel Syndrome: A Randomized Controlled Trial”. American Journal of Gastroenterology, 106(5): 915–922. doi: <https://doi.org/10.1038/ajg.2010.480>

Kaniasty, K. ve Norris, F.H. (1993). “A Test of the Social Support Deterioration Model in the Context of Natural Disaster”. Journal of Personality and Social Psychology, 64(3): 395–408. doi: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.3.395>

Kerle, N. ve Oppenheimer, C. (2002). “Satellite Remote Sensing as a Tool in Lahar Disaster Management”. Disasters, 26(2): 140–160. doi: <https://doi.org/10.1111/14677717.00197>

Kılıç, C. ve Ulusoy, M. (2003). “Psychological Effects of the November 1999 Earthquake in Turkey: An Epidemiological Study”. Acta Psychiatrica Scandinavica, 108(3): 232–238. doi: <https://doi.org/10.1034/j.1600-0447.2003.00119.x>

Nakajima, Ş. (2012). “Deprem ve Sonrası Psikolojisi”. Okmeydanı Tıp Dergisi, 28(2): 150–155.

Önder, E., Tural, Ü., Aker, T., Kılıç, C. ve Erdoğan, S. (2006). “Prevalence of Psychiatric Disorders Three Years After the 1999 Earthquake in Turkey: Marmara Earthquake Survey (MES)”. Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 41(11): 868–874. doi: <https://doi.org/10.1007/s00127-006-0107-6>

Özgen, F. ve Aydın, H. (1999). “Travma Sonrası Stres Bozukluğu”. Klinik Psikiyatri, 1: 34-41.

Post Traumatic Stress Disorder [PTSD]. (2020). “Post Traumatic Stress Disorder”. Erişim Adresi: <http://www.nimh.nih.gov/health/topics/post-traumatic-stress-disorder-ptsd/index.shtml>. Son Erişim Tarihi: 08.02.2023.

Yılmaz, E. ve Karaca, F. (2008). “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi”. Genel Tıp Dergisi, 18(2): 71–79.