

Din Eğitiminin İmkânları Bağlamında Doğal Afetlerin Psiko-sosyal Etkileriyle Dini Başa Çıkma: Kahramanmaraş Merkezli 6 Şubat Depremleri Örneğinde Fenomenolojik Bir Çalışma

Religious Coping with the Psycho-social Effects of Natural Disasters in the Context of the Possibilities of Religious Education: A Phenomenological Study on the Case of the 6 February Earthquakes Centred in Kahramanmaraş

Yazar Bilgisi Author Information

Çetin DOĞRU

Dr. Öğr. Üyesi, Kafkas Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, Kars, Türkiye
Asst. Prof., Kafkas University Faculty of Theology, Kars, Türkiye
sufi_476@hotmail.com, www.orcid.org/0000-0002-6487-1310

Makale Bilgisi Article Information

Makale Türü Article Type	Araştırma Makalesi Research Article
Yayın Etiği Publishing Ethics	Bu makale, iThenticate yazılımı ile taranmış ve intihal tespit edilmemiştir. Makale, çift taraflı kör hakemlik yöntemiyle en az iki hakem tarafından incelenmiştir. This article has been scanned by iThenticate software and no plagiarism detected. It has been examined by at least two referees using double sided blind refereeing method.
Finansman Funding	Yazar, bu çalışma için herhangi bir dış fon almadığını beyan eder. Author declares that he get no any external funding for this study.
Çıkar Çatışması Conflict of Interest	Yazar bu çalışmayla ilintili herhangi bir çıkar çatışması bulunmadığını beyan eder. Author declares that there is no any conflict of interest related to this study.
DOI	https://doi.org/10.30623/hij.1605707
Geliş Tarihi / Received	Kabul Tarihi / Accepted
23 Aralık/December 2024	28 Mayıs/May 2025

Öz

Toplumun tamamı ya da belli bir kesimi için maddi ve manevi kayıplar doğuran, normal yaşantıyı ve insan faaliyetlerini durduran ya da kesintiye uğratan, etkilenen topluluğun baş etme gücünü aşan doğa, teknoloji veya insan kaynaklı olaylar, afet olarak tanımlanmaktadır. Doğal afetler arasında yıkıcı etkileri bakımından en öne çıkanlardan birisi de depremlerdir. Fay hatlarında meydana kırılmalar sonucu yüksek basıncın da etkisiyle yerkabuğunun büyük sarsıntı geçirmesiyle oluşan depremler, şiddetlerine bağlı olarak değişen yıkıcı etkileriyle bireylerde derin psiko-sosyal travmalara yol açabilmektedir. Depremle birlikte gelen ani can kayıpları ve ciddi sağlık sorunları gibi kriz durumlarında bireyin olaylara yüklediği anlam ve psikolojik dayanıklılığı belirleyici rol oynamakla birlikte bu süreçte din, bireye önemli bir manevi destek kaynağı sunabilmektedir.

Fenomenolojik desende nitel araştırma yöntemiyle gerçekleştirilen bu çalışmayla, 6 Şubat 2023 tarihinde Kahramanmaraş merkezli meydana gelen depremlerin bireyler üzerinde bıraktığı olumsuz psiko-sosyal etkileri belirlemek ve bu etkilerle başa çıkmada kullanılan dini başa çıkma yöntemlerini incelemek hedeflenmiştir. Bu araştırmanın ortaya çıkardığı sonuçlar, deprem sonrası yapılacak sosyal, psikolojik destek program ve planlar için önemli bulunmuştur. Araştırmada nitel veri toplama yöntemlerinden birisi olan görüşme/mülakat yöntemi kullanılmıştır. Mülakatta birebir görüşme yaklaşımı tercih edilmiştir. Çalışma verilerinin toplanması için “Yarı yapılandırılmış görüşme formu” aracı kullanılmıştır. Araştırmanın veri kaynağı olan katılımcılar seçilirken “Amaçlı Örneklem” yöntemi ve bu yöntemin bir yaklaşımı olan “kartopu veya zincir örneklem” yaklaşımı tercih edilmiştir. Öte yandan katılımcılardan elde edilen ham veriler, içerik analizi yöntemiyle analiz edilmiştir.

Çalışma sonucunda depremlerin bireyler üzerinde derin psiko-sosyal etkiler bıraktığı anlaşılmaktadır. Depremin bıraktığı olumsuz psiko-sosyal etkiler ise, bireyleri manevi destek arayışına yönlendirmiştir. Depremin bu olumsuz etkilerini ortadan kaldırmak için bireylerin; dua etme, namaz kılma, Allah’a teslimiyet, sabır gibi dini inanç ve ritüellere yöneldikleri, bu gibi dini unsurlara yönelimlerin bireylerin dayanıklılığını artırdığı görülmüştür. Deprem gibi travmatik olaylarda din, bireye psiko-sosyal destek oluşturan önemli bir kaynaktır. Dini unsurlar, duygusal durumların iyileştirilmesine, depremle birlikte gelişen acı ve sıkıntılara karşı bir dayanıklılık geliştirilmesine önemli katkı sunmaktadır. Öte yandan dinden beslenerek gerçekleşen kolektif bilinç ya da şuur sayesinde toplumsal bağlar güçlenmekte ve dayanışma gerçekleşebilmektedir. Bunun yanında kolektif bir acı ya da sıkıntının varlığı, bireyi aynı zamanda kolektif bir iyileşme sürecine sokabilmektedir. Bu bulgular, depremden sonra psiko-sosyal etkileri azaltmada dinden gelen unsurları daha etkili bir şekilde kullanmak, bireylere manevi danışmanlık ve rehberlik yapmak, bu noktada din eğitiminin daha verimli bir şekilde gerçekleştirilmesini sağlamak açısından önemlidir. Bu araştırmanın konu içeriğine benzer başka çalışmalar yapılacaksa daha büyük örneklem grupları üzerinde çalışılabilir. Böylece sonuçların genellenebilirliği artırılabilir. Bunun için de nicel çalışmalara ağırlık verilmelidir. Şimdiye kadar yapılan bu öneriler, gelecekte benzer krizlerin olumsuz etkilerini hafifletme ya da ortadan kaldırma noktasında yol gösterici olarak düşünülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Din Eğitimi, Dini Başa Çıkma, Deprem, Depremin Psiko-sosyal Etkileri, Afet

Abstract

Disasters are defined as natural, technological, or human-induced events that cause material and moral losses for society as a whole or for certain segments, disrupt or interrupt normal life and human activities, and exceed the coping capacity of the affected community. Among natural disasters, earthquakes stand out with their highly destructive effects. Earthquakes occur when the earth's crust is severely shaken due to ruptures along fault lines and high pressure. Depending on their magnitude, earthquakes can lead to profound psycho-social trauma in individuals. In crisis situations such as sudden loss of life and serious health problems triggered by earthquakes, the meaning attributed to the event by the individual and their psychological resilience play a decisive role. In such circumstances, religion may serve as a vital source of spiritual support.

This study, conducted using a qualitative research method with a phenomenological design, aims to identify the negative psycho-social effects of the earthquakes that occurred on 6 February 2023 centred in Kahramanmaraş, and to examine the religious coping strategies employed by individuals in response to these effects. The study employed one-on-one interviews as a qualitative data collection technique, using a semi-structured interview form. Participants, data source of the research, were selected using purposive sampling and a snowball (chain) sampling approach. The raw data collected from participants were analysed using content analysis.

The findings of the study reveal that earthquakes leave deep psycho-social impacts on individuals, prompting them to seek spiritual support. It was observed that individuals resorted to religious beliefs and practices such as praying, performing ritual prayers (salat), surrendering to God, and exhibiting patience in order to cope with the negative effects of the earthquake. These practices were found to enhance individuals' psychological resilience. Religion thus emerges as a significant source of psycho-social support in traumatic experiences such as earthquakes. Religious elements contribute to emotional recovery and to the development of endurance in the face of sufferings and hardships brought by the disaster. Moreover, a collective consciousness or awareness nurtured by religion can strengthen social bonds and foster solidarity. The presence of collective pain or hardship may also initiate a collective healing process among individuals. These findings are important for utilising religious elements more effectively in mitigating post-disaster psycho-social effects, for providing spiritual counselling and guidance, and for enhancing the effectiveness of religious education in this context. Future research may involve larger sample groups and adopt quantitative approaches to increase the generalisability of the findings. More qualitative studies should be done to achieve it. The recommendations presented herein are intended to serve as a guide in reducing or eliminating the adverse effects of similar crises in the future.

Keywords: Religious Education, Religious Coping, Earthquake, Psycho-social Effects of Earthquake, Disaster

Giriş

Afet, toplumun tamamı ya da belli kesimleri için maddi ve manevi kayıplar doğuran, normal yaşantıyı ve insan faaliyetlerini durduran ya da kesintiye uğratan, etkilenen topluluğun baş etme gücünü aşan doğa, teknoloji veya insan kaynaklı olaylara denir.¹ Afetler çeşitli şekillerde gelişmektedir. Yavaş gelişen doğal afetler olarak şiddetli soğuklar, kuraklık, kıtlık; ani gelişen doğal afetler ise deprem seller, su taşkınları toprak kaymaları, kaya düşmeleri, çığ, fırtınalar, hortumlar, volkanlar, yangınlardır. Teknoloji veya insan kaynaklı afetlere bakıldığında ise; nükleer, biyolojik, kimyasal kazalar, taşımacılık kazaları, endüstriyel kazalar, aşırı kalabalıktan meydana gelen kazalar, göçmenler ve yerlerinden edilenler şeklinde sıralanabilir.² Depremler, Afetler içinde yıkıcı etkileri bakımından dikkat edilmesi gereken önemli bir doğa olayıdır. Bu doğa olayı, fay hatlarında meydana kırılmalar sonucu yüksek basıncın da etkisiyle yer kabuğunun büyük sarsıntı geçirmesidir. Bunun sonucunda fay hatları üzerine yapılmış yapılarda çökme ve hasarlar meydana gelerek can ve mal kayıpları yaşanabilmektedir.

Dünya'da deprem olayından en çok zarar gören ve bu olayı derinden hisseden ülkeler genellikle gelişmekte olan ülkelerdir. Türkiye bu ülkelerden birisidir.³ Türkiye, Alp-Himalaya deprem kuşağında yer almasından dolayı deprem riskinin en fazla olduğu ülkedir. Türkiye'nin deprem haritasına bakıldığında özellikle depremlerin de çok meydana geldiği ve yıkıcı etkiler oluşturduğu 3 fay hattı bulunmaktadır.⁴

Türkiye'de 6 Şubat 2023 tarihinde en yıkıcı etkiler oluşturan iki deprem meydana geldi. Bu depremler, Doğu Anadolu Fay Hattı üzerinde gelişti. İlki 04.17'de 7,7 şiddetinde merkez üstü Kahramanmaraş'ın Pazarcık ilçesinde diğeri ise saat 13.24'te 7,6 şiddetinde ve Elbistan merkezli olarak gerçekleşti.⁵ Bu iki depremin tetiklediği depremler, 11 ilde büyük yıkımlar meydana getirmiş ve yaklaşık 50.000 kişinin ölümüne yol açmıştır.⁶ Bu depremlerin fiziksel yıkımlarının yanında depreme maruz kalmış bireyler üzerinde etkisi uzun vadede sürecek psiko-sosyal sorunlara da yol açmıştır. Depremlerin yıkıcı etkilerinin en çok gerçekleştiği iller, Kahramanmaraş, Hatay, Adıyaman, Gaziantep ve Malatya'dır. Bu depremler sonrası Türkiye'de afet yönetimi ve yapı güvenliği noktasında yeni düzenlemelerin gerçekleştirilmesinin de önünü açmıştır.⁷

Depremler, bireyler üzerinde etkileri uzun süre devam edebilecek derin travmalar meydana getirebilmektedir. Travma, bireyin baş etme gücünü aşan, ani ve beklenmedik bir

¹ Türkiye Cumhuriyeti İçişleri Bakanlığı Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (AFAD), "Açıklamalı Afet Yönetimi Terimleri Sözlüğü," AFAD, erişim 20 Mart 2023, <https://www.afad.gov.tr/aciklamali-afet-yonetimi-terimleri-sozlugu>.

² Türkiye Cumhuriyeti İçişleri Bakanlığı Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (AFAD), "Afet Türleri," AFAD, erişim 20 Mart 2023, <https://www.afad.gov.tr/afet-turleri>.

³ İsmail Şahin ve Tuğba Kılınç, "Türkiye'de 1980-2014 Yılları Arasında Görülen Depremlerin Ekonomik Etkileri," *Siirt Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi İktisadi Yenilik Dergisi* 4/1 (2016): 40.

⁴ A. Barka-K. Kadinsky-Cade, "Strike-Slip Fault Geometry in Turkey and Its Influence on Earthquake Activity," *Tectonics* 7/3 (1988): 12; F. Şaroğlu, Ö. Emre-A. Boray, *Türkiye'nin Diri Fayları Deprem Şekilleri* (Ankara: MTA Yayınları, 1992), 34; Ö. Emre, T. Y. Duman-S. Özalp-H. Elmacı, Ş. Olgun-F. Şaroğlu, *Active Fault Map of Turkey* (Ankara: General Directorate of Mineral Research and Exploration, 2013), 25.

⁵ AFAD Deprem Dairesi Başkanlığı, *6 Şubat 2023 Kahramanmaraş Depremleri Raporu* (Ankara: Türkiye Cumhuriyeti İçişleri Bakanlığı Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı, 2023), 7.

⁶ Türkiye Cumhuriyeti İçişleri Bakanlığı Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (AFAD), *6 Şubat Depremleri ve Sonrası* (Ankara: AFAD, 2023), 9.

⁷ Daha fazla bilgi için bkz. TMMOB, *6 Şubat 2023 Kahramanmaraş Depremleri Raporu*.

şekilde meydana gelen, bireyin ruhsal ve bedensel varlığını çok değişik biçimlerde sarsan, inciten, yaralayan her türlü olayı adlandırmak için kullanılmaktadır. Doğal afetler içinde özellikle depremler, ani gelişen ve kontrol edilemez yapısı, geniş çaplı yıkımlara yol açmaları nedeniyle bireyler üzerinde yoğun travmatik etkiler oluşturabilmektedir. Travmatik olaylara maruz kalmak, insanların farklı düşünsel, fiziksel, sosyal ve psikolojik tepkiler göstermesine neden olabilir. Bu tepkiler kısa, orta ve uzun vadede sürebilmektedir. Depremle birlikte ya da sonrasında bireyler, kısa ve orta vadede şok, korku, inkâr, öfke, suçluluk, üzüntü, kaygı, karamsarlık, donukluk, aşırı sinirlilik, uykusuzluk, alkol ve madde kullanımı, sosyal çevreden uzaklaşma, kendiyile ilgilenmeme, içe kapanma, ürkeklik davranışları, konuşmama, dikkatsizlik ve dağınıklık, sürekli aynı şeylerle uğraşma, hiçbir şey olmamış gibi davranma, yeme ve uyku bozuklukları, baş ağrısı, göğüs ağrısı, mide yanması, mide bulantısı, kalp sıkışması, gürültüye karşı hassasiyet, iştah artması veya azalması, sürekli yorgunluk, nefes darlığı ve kolay hastalanma stres bozukluğu (TSSB), depresyon, anksiyete bozuklukları ve psikosomatik belirtiler gibi haller yaşayabilir. Bu tepkilerin deprem gibi afet veya travma sonrasında yaşanılması normal kabul edilmektedir. Ancak bu travmanın etkileri uzun vadede devam edilirse veya günlük yaşantıyı çok ciddi etkilemeye başlarsa profesyonel yardım alma, psikoterapi, ilaç tedavileri veya diğer tedaviler, bireyin ruhsal sağlığına yardımcı olabilir ve travma sonrası stres bozukluğu gibi psikolojik rahatsızlıkların tedavisinde etkili olabilir.⁸

Deprem gibi doğal afetler, ciddi sağlık sorunları, can kayıpları gibi bireyin yaşamını ani ve derinden etkileyen kriz anlarıyla baş etmede bireyin bu olaylara yüklediği anlam veya bu olaylar karşısında psikolojik dayanıklılığı büyük önem taşımaktadır. Bu noktada din, birey için önemli bir manevi destek sunmaktadır. Din, travmatik olaylarda olayın neden meydana geldiği ya da bu olayın kendisi için ne anlam taşıyabileceğine dair bir inanç sunmaktadır. Bu durum bireyin olayı atlatma, acıları kabullenme ve yeniden bir yapılanma sürecine girmesine yardımcı olabilmektedir. Ayrıca bireyler, kendilerini derinden etkileyen travmatik olaylarda çeşitli ibadet ritüellerine yönelip kendilerini ilahi bir güce emanet ederek bir güven hissini tesis edebilmektedir.⁹ Bunun yanında travmatik olayı yaşayan bireye dini topluluk ya da cemaatler, dini temsil eden din adamları, bireye manevi rehberlikleri sayesinde onların yalnız ve çaresiz olmadığı hissini vererek iyileşme sürecini hızlandırabilmektedir.¹⁰ Ayrıca din, bu gibi olaylarda bireye geleceğe ilişkin bir ümit ve iyileşme ihtimalini sunmakta ve böylece bireyin psikolojik dayanıklılığını güçlendirebilmektedir.¹¹

Deprem gibi afetlerin birey üzerindeki psiko-sosyal etkilerini hafifletme ya da gidermede dini unsurların etkililiği, dini başa çıkma kavramını akla getirmektedir. Dinî başa çıkma; bireylerin günlük yaşamlarında çeşitli sebeplerle karşılaştıkları acı ve zorluklar karşısında ya da yaşadıkları stres ve travmalarla baş etmek için dine, maneviyata sığınma

⁸ M. Orhan Öztürk ve N. Aylin Uluşahin, *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, 15. Baskı (Ankara: Nobel Yayınları, 2018), 93-102; Eylem Menteşoğulları-Şevket Şafakoğulları-Melih Yıldız, "Afet Sonrası Travmalarda Psikolojik Yaklaşım", *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi* 7/28 (2023), 273-274; Yener Özen, "Psikolojik Travmanın İnsanlık Kadar Eski Tarihi" *Turkish Journal of Social Science Research / Türk Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi* 1/2 (2017), 104-117.

⁹ K. I. Pargament, *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice* (New York: Guilford Press, 1997), 90.

¹⁰ H. G. Koenig, *Handbook of Religion and Health* (New York: Oxford University Press, 2001), 45.

¹¹ Christopher G. Ellison, "Religious Involvement and Subjective Well-being," *Journal of Health and Social Behavior* 32/1 (1991), 121.

veya bu kaynaklardan gelen pratikleri kullanma biçimini ifade eden bir kavramdır. Bu kavram, acı ve zorluklarla baş etmede, psikolojik iyilik durumlarını iyileştirmede dini inanç ya da uygulamalarından nasıl faydalandığını incelemektedir. Dinî başa çıkma, kültürel ve inançsal farklılıklara göre değişmekle birlikte genel olarak iki ana kategoriye ayrılmaktadır. Bunlardan birisi, dini başa çıkma stratejileri diğeri ise dini inançların etkisidir. Dini başa çıkma stratejileri, bireylerin stres, travma, acı veya zorluklar karşısında dinden, inançtan gelen pratiklere yönelerek bu gibi acı ve zor durumlarla başa çıkmalarını, daha anlamlı bir yaşam sürmelerini ifade etmektedir. Bu noktada dini inançlar önemli bir yer tutmaktadır. Çünkü dini inançların etkisi, kişinin zorlukları anlamlandırması ve hayatta kalma gücü bulması için bir çerçeve sunmaktadır.¹²

Din, acı ve zorluklarla başa çıkmada kullanılan önemli yöntemler arasında yer almakta ve başa çıkma sürecinde farklı şekillerde kendini göstermektedir. Din, sadece o olayın doğurmuş olduğu zorlu durumdan kaçma veya pasif bir yaklaşım sunmamakta kendi içerisinde aktif başa çıkma yöntemlerini de içeren argüman ortaya koymaktadır. Nitekim adeta başa çıkmada bir rehber ya da yol gösterici işlevi görmektedir. Bireyler, acı ve zorluklara karşı din olgusunu bir iç rahatlama ya da içten bir sığınak gibi görmektedir. Kısacası din, insanların yaşadıkları zorlukları ilahi bir kaynağa dayandırarak bu açıdan bir sekillendirme ya da değerlendirme durumuna geçmektedir. Burada özellikle bireyin rahatlama, her şeyi anlamlandırması noktasında din önemli bir unsur olarak ortaya çıkmaktadır.¹³

Afetlerden sonra maddi kayıplar, birey için elbette önemlidir. Ancak birey, manevi olarak bir bütünlüğe kavuşmuşsa ya da psikolojik sağlamlık yeteri kadar geliştirilmişse maddi kayıpların telafisi zamanla gerçekleştirilebilir. Şayet afet sonrası psiko-sosyal dengeyi yitirmiş, sıkıntı ve acı çeken bireylere acil olarak müdahale edilemezse bireyin sonraki yaşamında sağlıklı bir yaşam sürmesi düşünülemez. Bu noktada uzman kişilerin devreye girerek acil sosyal hizmetleri gerçekleştirmeleri büyük önem arz etmektedir. Özellikle gerçekleştirilecek acil sosyal hizmet yaklaşımları, bireyin manevi değerleri göz önüne alınarak zenginleştirilse oluşturulan afet yönetim modeli de amacına uygun daha da etkin hale gelecektir.¹⁴ Araştırmanın amacı ve ortaya çıkaracağı sonuçlar da düşünülecek olursa acil sosyal hizmet yaklaşımlarında bireylerin manevi olarak desteklenmesi noktasında nelerin yapılabileceği hususunda bir fikir oluşturacağı kanaatindeyiz.

1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın amacı, 6 Şubat 2023 tarihinde Kahramanmaraş merkezli meydana gelen depremlerin bireyler üzerinde bıraktığı olumsuz psiko-sosyal etkilerini belirlemek ve bu etkilerle başa çıkmada kullanılan dini başa çıkma yöntemlerini incelemektir. Araştırmanın esas amacını gerçekleştirmeye hizmet edecek şu alt amaçlar da belirlenmiştir.

¹² Kenneth I. Pargament, *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice* (New York: Guilford Press, 1997), 39, 19; Kenneth I. Pargament, *Religion and the Problem of Suffering: A Review of the Literature* (Chicago: University of Chicago Press, 2001), 112; Mark R. Leary, *Spirituality and Coping with Stress: A Psychological Perspective* (Chicago: University of Chicago Press, 2005), 78; Lisa D. Jones, *Religion and Emotional Resilience: The Role of Faith in Coping* (New York: Routledge, 2018), 134; John Smith, *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice* (New York: Guilford Press, 2001), 47.

¹³ Pargament, *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*, 165-170.

¹⁴ Ali Seyyar-Aynur Yumurtacı, "Afet Odaklı Acil Manevi Sosyal Hizmet Uygulamaları Bağlamında Türkiye'ye Yönelik Bir Model Önerisi", *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi* 5/3 (2016): 2.

- ✓ Deprem anında neler yapılması gerektiğine ilişkin ön bilgiye sahip olma veya eğitim alma durumuna ilişkin görüşlerin tespiti
- ✓ Deprem sonrasında manevi destek alınıp alınmadığına ilişkin görüşlerin tespiti
- ✓ Deprem esnasında deneyimlenen duyguların neler olduğuna ilişkin görüşlerin tespiti
- ✓ Deprem Sonrasında Yaşanan Maddi ve Manevi/Ruhsal Sorunların neler olduğuna ilişkin görüşlerin tespiti
- ✓ Depremi psiko-sosyal etkilerine karşı manevi destek ve güç veren dini unsurların ne olduğuna ilişkin görüşlerin tespiti şeklindedir.

Bu araştırmanın ortaya çıkardığı sonuçlar, deprem sonrası yapılacak sosyal, psikolojik destek program ve planlar için önemli bulunmuştur.

3. Araştırmanın Problemi

Bu araştırma, 6 Şubat 2023 tarihinde Kahramanmaraş merkezli meydana gelen depremlerin bireyler üzerinde bıraktığı olumsuz psiko-sosyal etkiler ve bu etkilerle başa çıkmada kullanılan dini başa çıkma yöntemlerinin ne olduğu problemi üzerine şekillendirilmiştir.

4. Araştırmanın Yöntemi

Yöntem, varlığı bilinmeyen bulmak ya da varlığı bilinen bir şeyi ise gösterip ispat etmek için düşünme sürecini sistematik ve doğru bir şekilde yapmak anlamında kullanılmaktadır.¹⁵ Gerçeğe, doğru olana ulaşmada veri toplama, bunları analiz etme, yorumlama sürecinde kullanılan bütün araç ya da teknikler yöntemle ilgilidir.¹⁶ Bu araştırmada psiko-sosyal olgulara ilişkin insanın öznel gerçekliklerine odaklanıldığı için yöntem olarak nitel araştırma seçilmiştir. Sosyal bilimlerin bir yöntemi olan nitel araştırma; birey, grup ya da toplulukların duygu, düşünce, yaşantı, inanç ve algılarını derinlemesine incelemektedir. Bu tür sosyal araştırmalarda genel olarak gözlem, mülakat, doküman analizi ve odak grup görüşmesi gibi veri toplama yöntemleri kullanılmaktadır. Bu araştırmalarda sayılar verilerin analizi ve yorumlanmasından ziyade sözel ve betimsel analizler yapılmaktadır.¹⁷ Araştırmanın veri toplama yöntemleri teorik ve kavramsal çerçeve için doküman incelemesi yöntemi tercih edilmiştir. Nitel bir araştırma yöntemi olan doküman incelemesi, araştırılacak konuyla ilgili yazılı materyalleri analiz ederek bilgiye ulaşmayı hedeflemektedir. Burada özellikle görsel ve yazılı materyaller, raporlar, kitap ve gazete arşivleri, diğer yazılı belgeler bu yöntemin veri kaynaklarıdır. Araştırılacak konu ile ilgili zengin bir veri kaynağına ulaşmak için literatür taraması yöntemi kullanılmaktadır. Doküman incelemesinde literatür yöntemi kullanılarak araştırmacılar tarafından araştırılacak bir sosyal olay ya da olguyla ilgili elde edilen zengin kaynaklar, sistematik bir biçimde analiz edilmektedir. Doküman incelemesi yöntemi, özellikle geçmişle ilgili sosyal olay ya da olguların anlaşılması ya da ortaya koyulmasında etkili olup, araştırma boyunca zengin bir kaynak sunabilme niteliğindedir. Doküman incelemesi; özellikle araştırmayla ilgili

¹⁵ Zeki Arslantürk-E. Hamit Arslantürk, *Uygulamalı Sosyal Araştırma* (İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2010), 59.

¹⁶ David Scott-Marlene Marrison, *Eğitim Araştırmasında Temel Fikirler ve Kavramlar*, çev. Ümit Tatlıcan (İstanbul: Sentez Yayınları, 2016), 352.

¹⁷ Ahmet Yıldırım-Hasan Şimşek, *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2013), 41.

verilerin doğrulanması, içeriklerin analizi ve bağlamların oluşturulma süreçlerinde sıkça kullanılmaktadır.¹⁸ Sahadan elde edilecek veriler için de mülakat (görüşme) yöntemi tercih edilmiştir. Katılımcılarla yapılan mülakatta katılımcıların düşünce ve görüşlerini doğrudan öğrenmek için birebir (yüz yüze) görüşme yaklaşımı benimsenmiştir.

4.1. Araştırmanın Deseni

Araştırma deseni, bir araştırmanın yürütülmesinde genel bir çerçeve planı sunan, verileri toplama, analiz etme ve yorumlama süreçlerini belirleyen sistematik yapıya denilir. Araştırmacı, deseni belirlerken araştırma için soru seçimleri ve buna uygun yöntem tekniklere dikkat edilmektedir. Bir araştırmada desen seçimi, çalışmanın bilimsellik noktasında geçerli ve güvenilir olması açısından önemlidir.¹⁹ Bu araştırma için nitel araştırma deseni olarak olgubilim/fenomenoloji deseni kullanılmıştır. Olgubilim/fenomenoloji deseni, bireyler tarafından farkında olunmayan, derinlemesine ve ayrıntılı olarak bilinmeyen olgulara odaklanmaktadır. Günlük yaşantıda farklı şekillerde tezahür eden, bireylerin yabancı olduğu fakat yeteri kadar algılanamayan olguları araştırmayı amaçlayan çalışmalar için bu desen uygun bir zemin oluşturmaktadır.²⁰ Bu açıdan araştırmada ele alınan konuyu derinlemesine anlam kazandırmak için olgubilim/fenomenoloji deseni uygun bulunmuş ve konuyu uygulama sahasında bizzat yaşayan, tecrübe eden, hisseden, uygulayan ya da bununla iç içe olan aktörlerle yapılan görüşmelere dayalı bir yol izlenmiştir.

4.2. Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu olarak özellikle 6 Şubat 2023 tarihinde Kahramanmaraş merkezli meydana gelen depremlerde etkilenen illerden 13 kişilik bir katılımcı grubu belirlenmiştir. Araştırma için belirlenen katılımcı grubun seçiminde araştırma konusu ile ilgileri dikkate alınmıştır. Böylece rastlantısal olmayan örneklem belirlenmiştir.²¹ Nitel araştırmalarda sıkça kullanılan ve genelde örneklem belirlemede başvurulan yöntemlerden birisi olan amaçlı örnekleme yöntemi seçilmiştir. Amaçlı örnekleme yönteminde araştırmacı, çalışma grubunu belirlerken bu katılımcı grubun araştırmanın amacını gerçekleştirmeye hizmet edecek bir grubun olmasına dikkat ederek bilinçli bir seçim yapması önemlidir. Araştırmanın hedefine uygun, zengin bir veriyi sağlayacak kişi veya grupların seçiminde bu yöntem en uygun olanıdır.²² Amaçlı örnekleme yöntemiyle araştırmanın çalışma grubu belirlenirken kartopu veya zincir örnekleme yaklaşımı tercih edilmiştir. Burada özellikle “Araştırma konusuna dahil olan olay ya da olguları derinlemesine araştırmak için zengin bir veri kaynağı olabilecek birey ya da gruplar kimler olabilir?” Kimlerin bulunması gerekir? Ya da “Bu konuda en fazla bilgi sahibi kimler olabilir?” gibi sorular sorarak katılımcı grubu belirlenmektedir.²³ Araştırmanın çalışma grubuna dahil olan katılımcıların isimlerine doğrudan yer verilmemiştir. Bunun yerine

¹⁸ Glenn A. Bowen, “Document Analysis as a Qualitative Research Method”, *Qualitative Research Journal* 9/2 (2009): 27-40.

¹⁹ John W. Creswell, *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*, 4. baskı (Thousand Oaks, CA: Sage, 2013), 42.

²⁰ Yıldırım-Şimşek, *Sosyal Bilimlerde Nitel araştırma Yöntemleri*, 69.

²¹ W. Lawrence Neuman, *Toplumsal Araştırma Yöntemleri*, trc. Sedef Özge (Ankara: Yayın Odası Yayınları, 2013), 2: 320.

²² Yıldırım-Şimşek, *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*, 124.

²³ Yıldırım-Şimşek, *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*, 122.

katılımcılar için K 1, K 2, K 3 şeklinde kodlar belirlenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunun sosyo-demografik özelliklerine aşağıdaki tablo 1 verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri

Katılımcı	Yaş	Eğitim Durumu	Cinsiyet	Doğum Yeri	Meslek/Ünvan
K 1	16	Lise	Erkek	Kahramanmaraş	Öğrenci
K 2	17	Lise	Erkek	Kahramanmaraş	Öğrenci
K 3	13	Ortaokul	Kadın	Hatay	Öğrenci
K 4	25	Lisans	Kadın	Diyarbakır	Öğrenci
K 5	23	Lisans	Kadın	Diyarbakır	Öğrenci
K 6	24	Lisans	Kadın	Adıyaman	Öğrenci
K 7	24	Lisans	Kadın	Şanlıurfa	Öğretmen
K 8	24	Lisans	Kadın	Malatya	Öğrenci
K 9	32	Lisans	Erkek	Kahramanmaraş	Öğretmen
K 10	22	Lisans	Kadın	Hatay/Antakya	Öğrenci
K 11	58	İlkokul	Kadın	Adıyaman	Ev Hanımı
K 12	28	Lise	Erkek	Hatay/Antakya	Market Çalışanı
K 13	27	Lise	Erkek	Malatya	Serbest Meslek
Toplam	306(Ort 23)				
13					

Tabloya bakılacak olursa, katılımcıların yaşları 13 ile 58 arasında değiştiği ve yaş ortalamalarının da yaklaşık 23 olduğu görülebilir. Katılımcıların cinsiyetleri açısından değerlendirildiğinde ise 5'i erkek ve 8'i kadından oluştuğu görülmektedir. Bu araştırmada kadın ve erkek dengesinin sağlanmasına dikkat edilmemiştir. Çeşitli meslek grubunda olan katılımcıların çoğunluğunun öğrenci olduğu anlaşılmaktadır. Katılımcıların eğitim düzeyleri incelendiğinde ise, 7 kişinin lisans düzeyinde eğitim gördüğü, 4 kişinin lise ve 2 kişinin ise ortaokul düzeyinde eğitim gördüğü görülmektedir. Katılımcıların doğum yerleri ve aynı zamanda ikamet ettikleri yerlere bakıldığında ise 3 kişinin Kahramanmaraş, 3 kişinin Hatay/Antakya, 2 kişinin Malatya, 2 kişinin Diyarbakır, 2 kişinin Adıyaman ve 1 kişinin ise Şanlıurfa ilinden olduğu görülmektedir. Burada özellikle katılımcıların depremde en çok etkilenen illerden olmasına dikkat edilmiştir.

4.3. Araştırma Verilerini Toplama ve Analiz Etme

Araştırmada nitel veri toplama yöntemlerinden birisi olan görüşme/mülakat yöntemi kullanılmıştır. Katılımcılarla yapılan görüşmede katılımcıların düşünce ve görüşlerini doğrudan öğrenmek için birebir (yüz yüze) görüşme yaklaşımı benimsenmiştir. Katılımcılara yöneltilen sorularla katılımcılardan elde edilen veriler, araştırmacı tarafından yazıya geçirilmiş ve daha sonra bunların doğruluğunu test etmek için katılımcıların onayı

alınmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak “yarı yapılandırılmış görüşme formu” kullanılmıştır. Katılımcılara yöneltilecek soru formu hazırlanırken araştırmacının amacına uygun soruların hazırlanmasına dikkat edilmiştir. Araştırmanın hedefine hizmet edecek sorular hazırlanırken özellikle bazı katılımcılarla ön görüşmeler yapılmış ve hazırlanan sorular katılımcılara yöneltmiştir. Böylece sorular için bir pilot uygulama yapılarak sorularda bir hata olup olmadığı, katılımcılar tarafından anlaşılıp anlaşılmadığı test edilmiştir. Öte yandan hazırlanan sorular, nitel çalışmalarda uzmanlaşmış üç araştırmacının görüşü alınarak son şekil verilmiştir. Araştırmada veri analiz yöntemi olarak içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Nitel araştırmalarda ham verilerin sistematik olarak incelenmesini esas alan bu yöntemde araştırmacı, katılımcılara yönelttiği sorulara karşılık aldığı cevapları parçalayarak ve anlamlı kategorilere ayırarak tema ve kodlar oluşturmaktadır. Araştırmacı, böylece araştırmasının hedefine hizmet edecek ya da araştırmasının problemini çözücü örtük ya da açık anlamları keşfetme ve bunları betimlemeyi, anlamlı çıkarımlar ortaya koymayı amaçlamaktadır. Özellikle yazılı belge ve görseller, ses kayıtları gibi farklı veri kaynakları bu yaklaşımla incelenebilir.²⁴ Bu araştırmada katılımcılardan elde edilen ham veriler yazıya aktarılmış ve bu ham verilere derinlemesine incelemeye tabi tutularak tema, kategori, kod ilişkisi bağlamında anlamı çıkarımlar ortaya konulmaya çalışılmıştır. Özellikle veriler yorumlanırken buna destek olarak katılımcıların görüşlerine doğrudan yer verilmiştir. Katılımcıyla yapılan birebir görüşme süreleri aşağıda Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Katılımcılarla Yapılan Görüşme Süreleri

KATILIMCILAR		GÖRÜŞME SÜRELERİ
K 1		35 dakika
K 2		37 dakika
K 3		25 dakika
K 4		39 dakika
K 5		36 dakika
K 6		27 dakika
K 7		34 dakika
K 8		31 dakika
K 9		40 dakika
K 10		29 dakika
K 11		39 dakika
K 12		42 dakika
K 13		38 dakika
Toplam	13	Toplam 452 dakika Yaklaşık Ortalama 34 dakika

²⁴ Klaus Krippendorff, *İçerik Analizi: Kuram ve Uygulama* (İstanbul: Siyasal Kitabevi, 2013), 85.

Tabloya göre 13 katılımcıyla en uzun 42 dakika, en kısa 25 dakika olmak üzere toplamda 452 ve ortalama yaklaşık 34 dakika görüşme yapılmıştır.

5. Bulgu ve Yorumlar

Salgın, deprem, sel, hastalık, ölüm gibi olağanüstü durumların oluşturduğu psiko-sosyal zararları azaltmada din ve maneviyat etkin bir rol oynamaktadır. Bu gibi durumlarda insanlarda yalnızlık, çaresizlik, acizlik baş göstermektedir. Bazen bu gibi durumların birey üzerinde kalıcı etkiler bıraktığı bilinmektedir. Bu durumlarda insanlar, kendilerini rahatlatmış ya da rahatlatacağını düşündükleri, tutunma ihtiyacı hissettikleri bir sığınak arayışına girmektedir. Bu noktada din geçici de olsa sarıldıkları bir mecra olmaktadır. Allah'ı hatırlama, O'na duayla yönelme, dinî merkezlere daha yakın hale gelme ya da bunlara sığınmayı içten gelen bir duyguyla gerçekleştirebilmektedir. Dolayısıyla bu tarz kriz ya da olağanüstü durumların meydana getirmiş olduğu sorunlarla başa çıkmada din, önemli bir etkidir. İnsanlar, dinin sunmuş olduğu pratikler sayesinde karmaşa ve belirsizliklerle baş etmeyi, bu noktada kendilerinin tutunacakları bir anlam inşa etme noktasında rehberlik yapmaktadır.²⁵ Buna göre bu araştırma, 6 Şubat 2023 tarihinde Kahramanmaraş merkezli meydana gelen depremlerin psiko-sosyal etkileriyle baş etmede dini başa çıkma yöntemlerine ilişkin bulgu ve sonuçlara bu bölümde yer verilmiştir.

5.1. Deprem Anında Neler Yapılması Gerektiğine İlişkin Ön Bilgiye Sahip Olma veya Eğitim Alma Durumu

Katılımcıların deprem anında neler yapılması gerektiğine ilişkin ön bilgiye sahip olup olmadıklarını, bununla ilgili bir eğitim alıp almadıklarını ortaya çıkarmak amacıyla katılımcılara; “Deprem anında neler yapılması gerektiğine ilişkin bir ön bilgiye sahip misin? Ya da depremi yaşamadan önce kendini ve aileni nasıl koruman gerektiği ile ilgili bir eğitim aldın mı?” soruları yöneltilmiştir. Katılımcılardan elde edilen nitel veriler değerlendirildiğinde ise görüşülen 13 kişiden 8'inin deprem anında neler yapılması gerektiğine ilişkin doğrudan yeterli bilgiye sahip olmadığı veya bununla ilgili herhangi bir eğitim almadıkları bazı katılımcıların şu ifadelerinden anlaşılmaktadır:

“Hayır sahip değilim. Ancak deprem sonrası bazı tecrübeleri zoraki olsa da yaşayarak öğrendim.”[K1]

“Deprem anında çoğumuzun neler yapılması gerektiği hakkında bilgisi vardır fakat deprem anında hiç biri aklıma gelmedi. Bununla ilgili de herhangi bir eğitim de almadım.”[K4] “Sadece televizyonda izledim, eğitimi almadım.”[K11]

Öte yandan geriye kalan diğer 5 katılımcı ise deprem anında neler yapılması gerektiği ile ilgili belirli bir eğitimden geçtiğini veya bilgi sahibi olduğunu ve bu bilgileri de çoğunlukla okul ortamında aldıkları eğitimlerle elde ettiklerini ifade etmiştir. Bu durum ise bazı katılımcıların ifadelerine şu şekilde yansımıştır:

“Evet okulda yapılan etkinliklerle bilgilendirildim.” [K3]

“Evet okulda bunun tatbikatını çok yaptık.” [K9]

²⁵ Ayşe Şallı, *Olağanüstü Durumlarda Manevi Danışmanlık ve Rehberlik: Disiplinlerarası Araştırmalar*, ed. Ayşe Şallı (Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2021), 9-10.

“Evet deprem anında neler yapılması gerektiğine ilişkin bir bilgiye sahibim. Okulda aldığım eğitim haricinde başka bir yerde eğitim almadım.” [K10]

Bunun yanında bazı katılımcılar da, deprem anında neler yapılması gerektiğine ilişkin bir bilgiye sahip olduğunu iddia eden katılımcılar bu bilgileri televizyondan, kendi araştırmaları veya çevresinden öğrendikleri ile pekiştirdiklerini ancak öğrendiklerini deprem anında uygulayamadıklarını ifade etmiştir.

“...Uyuduğumuz odalarda yatağımıza yakın bir ilk yardım çantasının bozulmayacak gıdaların, su vb. gibi şeyleri bulundurmamız gerektiğini depremden sonra gerek tecrübeli kişilerden gerek televizyon programlarından gerekse de kendi araştırmalarımızın sonucunda öğrendim.” [K7]

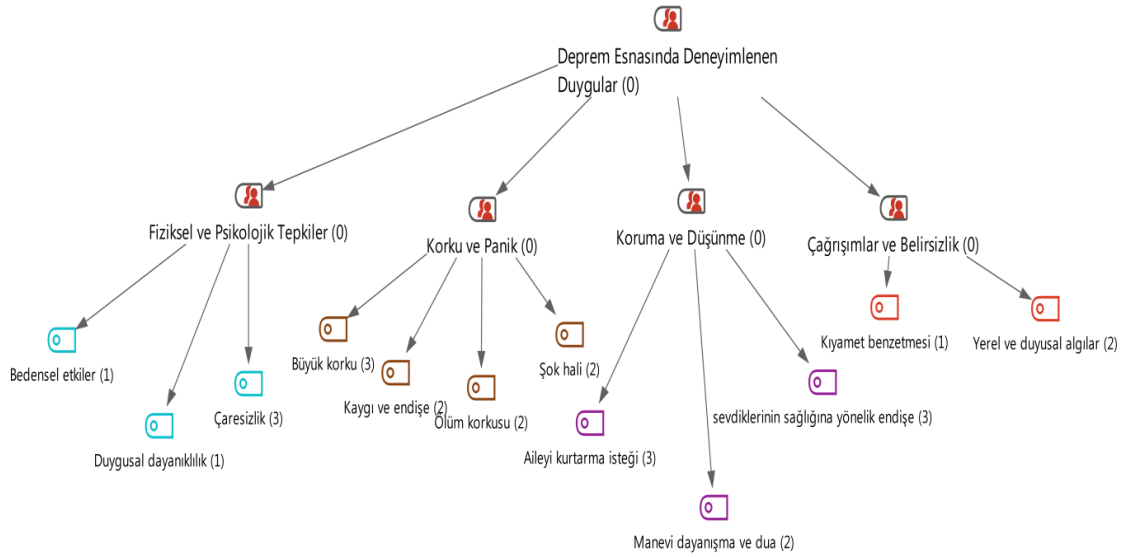
“...Eğitim olarak bu konuda okula gelip bilgilendirmelerin yapıldığı bunlardan kalma bilgilerim olduğunu biliyorum.” [K8]

“Bunların eğitimi öncelik olarak okulda veriliyor fakat bu önlemler yıkılan bir evin içinde kalanlar için pek kurtarıcı önlemler olmuyor. Çöken apartmanların çoğu depremin şiddeti çok artmadan çökmeye başlıyor ve önlem peşinde koşan çoğu kişi hayatını kaybediyor. Aynı yerde toplanmayı başaran aile, yapının çökmesine göre şansa bağlı olarak bir yaşam alanı ya oluşuyor ya da oluşmuyor.” [K2]

Sonuç olarak görüşmelerden elde edilen veriler, katılımcıların çoğunun deprem anında neler yapılması gerektiği ile ilgili yeterli bir bilgiye sahip olmadığını veya alınan eğitimlerin pratikte yetersiz kaldığını göstermektedir. Ayrıca bu veriler, depremi tecrübe etmiş bireylerin deprem sonrasında bu konuda bilgi açığını kapatmak için farklı arayışlara girdiğini, bu alanda daha etkili ve yaygın eğitimlere ihtiyaç duyduklarını ortaya koymaktadır.

5. 2. Deprem Esnasında Deneyimlenen Duygular

Deprem esnasında deneyimlenen duyguları ortaya çıkarmak amacıyla katılımcılara; “Depremi yaşadığın esnada hangi duygular içerisinde olduğunu bana anlatabilir misin?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcılardan elde edilen nitel veriler analiz edilmiş ve “Deprem Esnasında Deneyimlenen Duygular” ana teması altında çeşitli kodlar ortaya koyulmuştur. Elde edilen tema, kategori ve kod ilişkileri aşağıda şekil 1’de sunulmuştur.



Şekil 1. Deprem esnasında deneyimlenen duygulara ilişkin Örüntü

5.2.1. Korku ve Panik

Katılımcıların çoğu; depremin ani ve şiddetli bir şekilde meydana gelmesine bağlı olarak büyük bir korku yaşadıklarını, özellikle sallantıların uzun ve şiddetli olmasının kendilerinde ölüm korkusunu tetiklediğini, o esnada nelerin yapılması gerektiğine ilişkin bilgilerin unutulmasına ya da kontrolsüz tepkilerin meydana gelmesine neden olduğunu ifade etmiştir. Bu durum katılımcıların ifadelerinde şu şekilde yer almıştır:

"Deprem ilkin gece olmuştu. Uyku sersemiydim. Ama o zaman korkmuş sanki rüyadayım gibi geldi bana. Ama büyük bir korku hâkimdi deprem anında." [K1]

"Normal şartlarda küçük ve kısa olan depremler olması ile birlikte geçer diye düşünerek başta çoğu kişi sakin oluyor ama bu şiddet üstü düzey olunca ki avizelerin şiddetli şakırdaması olduğunuz yerde oturma halinde bile olmanız üst düzey bir savrulma yaşanıyor. Bu durumda insana korku, anlık endişe, kısa bir süre kaygı duygularına dönüşüp enkaz altında uyanarak devam ediyor." [K2]

"Korku, kaygı, kaybetme korkusu, evladımı kaybetme korkusu, panik, şok, çaresizlik" [K9]

"Deprem esnasında neler yapılacağı konusunda şaşıtm kaldım. Ani bir durum olduğu için şoktaydım. O an kendime gelmeye çalıştım..." [K10]

5.2.2. Fiziksel ve Psikolojik Tepkiler

Deprem esnasında birey, depremin şiddetine bağlı olarak farklı psikolojik ve fiziksel tepkiler gösterebilmektedir. Psikolojik olarak panik atak, çaresizlik, ölüm korkusu, yakınları kaybetme korkusu ve suçluluk hissi gibi duygular yaygın olabilmektedir. Fiziksel olarak da mide sorunları, uykusuzluk, halsizlik, bedensel ağrılar, kas ve yorgunluk gibi belirtiler yaşayabilmektedir. Öte yandan deprem anını tekrar tekrar yaşıyormuş hissi ani irkilme

refleksleri de çoğunlukla rapor edilmektedir. Bu psikolojik ve fiziksel tepkiler esasen bireylerin olağandışı durumlara verdiği doğal tepkilerdir.²⁶

Deprem esnasında bireylerin hareketlerinde bir kısıtlama ve yorgunluk hissi gelebilmektedir. Enkaz altında kalmaya bağlı olarak nefes darlığı, boğulma hissi, boğaz kuruluğu, fiziksel olarak tükenmişlik sendromu, strese bağlı olarak bedende korku ve panik ve beraberinde gerçekleşen hızlı kalp atışı, terleme gibi fiziksel tepkilerin yanında deprem esnasında ilk anda bir hissizlik hali, gerçekleşen olayın gerçekliğinin ne boyutta olduğunu algılayamama, kontrol kaybı, çaresizlik duygusu ve bunlara bağlı gerçekleşen stres, panik durumu, depremden sonra kaybedilen yakınlarının veya sevdiklerinin bıraktığı boşluk ve yalnızlık hissi, kayıpların meydana getirdiği travmaların duygusal ağırlıkları, deprem esnasında aileyi koruma içgüdüsü, çevresindekileri sakinleştirme, dayanıklı ve güçlü görünme çabaları da depreme bağlı olarak gelişen psikolojik tepkilerden bazılarıdır. Katılımcıların fiziksel ve psikolojik tepkilerine ilişkin ifadelerinden bazıları şunlardır:

"Korku, çaresizlik çünkü hiçbir şey yapamıyorsunuz." [K8]

"Korku, kaygı, kaybetme korkusu, evladımı kaybetme korkusu, panik, şok, çaresizlik" [K9]

"...O kadar zor bir an olmuştu ki bunun tarifi olamaz. Çünkü bir süre sonra nefesinin kesilmeye başladığını, boğazındaki kuruluğu ve üzerindeki moloz yığınlarını atamadığın için oluşan çaresizliğin verdiği yorgunluk canını yakıyor..." [K12]

5. 2.3. Çağrışımlar ve Belirsizlik

Deprem esnasında meydana gelen duygusal, çevresel, fiziksel olay ve durumlar, duygusal tepkileri daha da yoğunlaştırmıştır. Bu durum, katılımcılar tarafından kıyamet sahnesine benzetilmiştir. Katılımcıların buna ilişkin ifadeleri şu şekildedir:

"...Sarsıntının yanı sıra yerden, duvarlardan gelen sesler çok ürkütücüydü. Babam ve annem hemen bizim bulunduğumuz odaya geldiler. Bizi de alıp kaçacaktık dışarıya. O anda deprem şiddetiyle kitaplık tam kapının önüne devrildi. Dışarıya çıkamıyoruz. Bir buçuk saat odanın içinde sallandık. Camlar patlıyordu, duvarlar dökülüyordu. Hepimiz çok korkup birbirimize sarılmıştık..." [K7]

"...Uğultu vardı. Yerin altında kaya kırılıyor gibi kütür kütür ses geliyordu. Aşırı derece hissettik depremi. Binadan inerken tekrar deprem olduğunda apartmanda çıkamayacağımızı düşünüp korktuk." [K11]

5.2.4. Koruma ve Düşünme

Deprem esnasında sevdiklerini, aile bireylerini koruma, güvende tutma, sakinleştirme, onları yönlendirme çabaları görülmektedir. Bu durum bazı katılımcıların ifadelerinde şu şekilde yer bulmuştur:

"Deprem olduğunda o an kendimi asla düşünmedim. Sadece ailemi, arkadaşlarımı ve çevremi düşündüm. O an acaba bir şey oldu mu onlara ve sonra bazılarının öldüğünü duyunca insan üzüyor, duygulanıyor..." [K3]

²⁶ Deprem Erken Dönemdeki Psikolojik Etkileri ile İlgili Bilgilendirme, Bilkent Üniversitesi, erişim tarihi: 29 Kasım 2024, <https://www.bilkent.edu/www/depremin-erken-donemdeki-psikolojik-etkileri-ile-ilgili-bilgilendirme/>.

"O anki panikle deprem anında yapılması gereken şeyler asla akla gelmiyor. Büyük korku oluyor. İnsan o an kendine bir şey olacak diye hep korkuyorsun. Aileni oradan kurtarmanın derdine düşüp onlara bir şey olmasından korkuyor insan." [K4]

"...Daha fazla sürünce bir korku, panik yaşadım. O esnada çok farklı duygular yaşadığımı söyleyeyim. Ancak bunu elimden geldiğince aileme yansıtmamaya çalıştım." [K5]

Öte yandan Deprem esnasında maneviyata sığınmak, dua etmek gibi yönelimler bireylerin depremin bütün etkilerine karşı bir dayanıklılık oluşturma çabasını yansıtmaktadır. Bunun için de ölüm olayıyla yüzleştiği anda duada bulunma ve sevdiklerine, aile fertlerine sarılmak gibi tepkiler ortaya konulmaktadır. Buna ilişkin bazı katılımcılar şu şekilde ifadeler kullanmıştır:

"...Uzun sürdüğü için yatağımda dua ederek ölümü bekledim." [K6]

"...Camlar patlıyordu, duvarlar dökülüyordu. Hepimiz çok korkup birbirimize sarılmıştık..." [K7]

Depremi fiziksel etkilerine bağlı olarak bireylerde birtakım kısıtlanma ve engellenme durumları baş göstermektedir. Bu durum bireylerde kontrolü kaybetme, panikle birlikte daha önceden deprem esnasında neler yapılması gerektiğine ilişkin sahip olunan bilgileri unutma ya da bunları uygulayamamayı doğurmaktadır. Bunlara bağlı olarak bireylerde çaresizlik ve yetersiz olma hisleri de gelişebilmektedir. Bu durum bazı katılımcıların ifadelerinde şu şekilde yer bulmuştur:

"O anki panikle deprem anında yapılması gereken şeyler asla akla gelmiyor. Büyük korku oluyor. İnsan o an kendine bir şey olacak diye hep korkuyorsun..." [K4]

"Kardeşimle aynı odada bulunduğum için ilk yapmak istediğim onu ve diğer aile üyelerini enkazdan kurtarmaktı. Ama uykuda yakalandığımız üzücü olayda hepimiz bir köşede sıkışıp kaldığımız için onlara yardım edemedim." [K12]

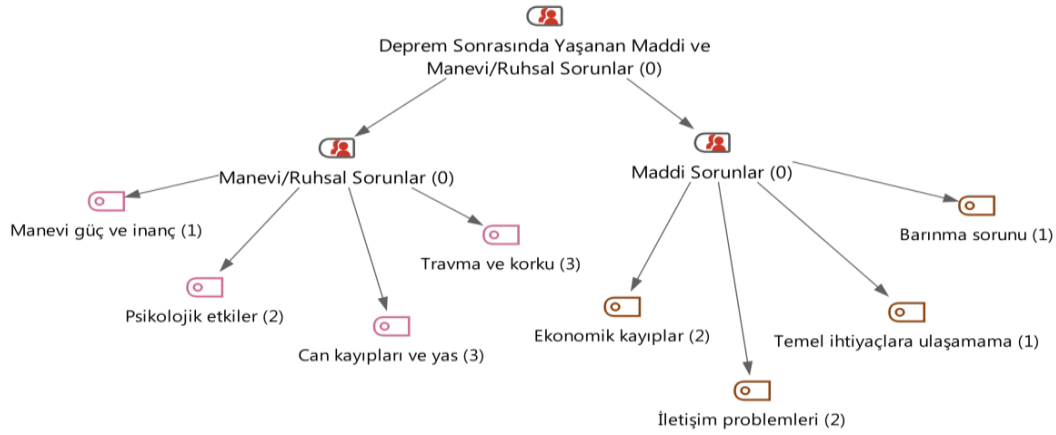
Sonuç olarak depremin doğası gereği ani ve şiddetli gelişmesi, bireylerde fiziksel, psikolojik ve duygusal tepki ve yoğunlukları artırmıştır. Mesela katılımcıların çoğunluğu, deprem sırasında yapılması gereken bilgi ve davranışları uygulamakta zorlandıklarını ya da unuttuklarını, korku ve panikle beraber bireysel kontrolü kaybettiklerini ifade etmiştir. Buna karşın, bireylerin bir takım manevi yönelimler gerçekleştirdiği, dayanıklılıklarını geliştirdikleri, aile bireylerini ve sevdiklerini koruma içgüdüsünü güçlendirdikleri söylenebilir.

5.3. Deprem Sonrasında Yaşanan Maddi ve Manevi/Ruhsal Sorunlar

Deprem başta olmak üzere afetlerin birey ve toplumlar üzerindeki etkileri genel olarak fiziksel, psikolojik veya sosyal nitelikli olabilmektedir. Bu etkilerin son bulması ise uzun bir zaman alabilmektedir.²⁷ Afetler içerisinde yıkıcı etkileri bakımından depremler önemli bir yer tutmaktadır. Depremlerden sonra barınma ve alt yapı sorunları, manevi/ruhsal problemler, ekonomik problemler, bireylerde gelişen sosyal yaşam uyumsuzlukları gibi hem bireyi hem de toplumu etkileyen birtakım problemler gerek ulusal gerekse uluslararası alanda yaşanmış bazı depremlerin etkileri üzerine yapılmış birçok

²⁷ Abdullah Yılmaz, "Türkiye'de Afetlerde Karşılaşılan Sorunlar", *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi* 1/1 (2012): 61.

çalışmayla ortaya konulmuştur.²⁸ Deprem sonrasında yaşanan maddi ve manevi sorunları ortaya koymak amacıyla katılımcılara; “Depremden sonraki süreçte maddi ve manevi/ruhsal sorunlar yaşadın mı? Bunun hakkında bilgi verebilir misin?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcılardan elde edilen veriler analiz edilerek “Deprem Sonrasında Yaşanan Maddi ve Manevi Sorunlar” ana teması altında “Maddi Sorunlar” ve “Manevi/Ruhsal Sorunlar” şeklinde iki kategori oluşturulmuştur. Bu kategoriler altında birtakım kodlar da belirlenmiştir. Tema, kategori ve kodların birbirleriyle olan ilişkisi aşağıdaki şekil 2’de yer verilmiştir.



Şekil 2. Deprem Sonrasında Yaşanan Maddi ve Manevi/Ruhsal Sorunlara ilişkin Örüntü

5.3.1. Maddi Sorunlar

Katılımcıların ifadelerine bakıldığında deprem esnasında temiz su, temel gıda maddeleri, barınma ve tuvalet gibi günlük yaşamda önemli sayılabilecek temel ihtiyaçların giderilmemesi sıkça ifade edilmiştir. İki katılımcının buna ilişkin ifadesi şu şekildedir:

“Evet, yaşadım yaşamamak mümkün mü? Günlerce düzgün yemek yiyemedim... Yiyecek yemek yoktu. Aç kaldık. Çok kötü günlerdi.” [K6]

“...Depremden çıkınca arabada kaldık. Sonra konferans salonu vardı. Oraya geçtik. Orada eşimin hasta olmasından dolayı fazla duramadık. Çok soğuktu dışarıda. Yemek yemedik. Zaten iştahımız da yoktu. Ne olacak korkusuyla bekledik. Yalnız duramama korkusu oluşmuştu. Evimiz de ağır hasarlı çıkınca çok üzüldüm. O süreçte kızımın yanına geldim askeri araçla...” [K11]

Deprem esnasında can ve mal kaybı yaşanabilmektedir. Önemli maddi kayıpların olması, gerek eğitim gerekse günlük yaşantıyı sürdürmeyi olumsuz etkilemektedir. Bu durum ise depremezeler için önemli bir sorun teşkil etmektedir. Mesela bu durum, bazı katılımcıların ifadelerine şu şekilde yansımıştır:

“...Ama sonrasında bir hayat var ve gerçekten hayatın bir şekilde devam etmesi lazım. Sonrası olan bu süreçte sistemlerin tam oturtulmamış olması, yardım sistemine verilen yardımların yanlış şekilde veya rastgele dağılımı bize uzunca bir süre sıkıntı yaşattı. Aile bu durumdayken maddi sıkıntılar var. Okumak için kaynak eksiği var...” [K2]

²⁸ Gıyasettin Yıldız, “Konuşulmayan Yankıları: 6 Şubat Kahramanmaraş Depreminin Zihinlerde Bıraktığı İzler ve Sosyal Yansımaları”, *Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences* 10/4 (2024): 505.

“...Deprem ile birlikte herkesin kurulu düzeni, hayatı ve okulu mahvoldu. Evimizin yıkım süreci, başımızda barınacak bir yer kalmadığı anlamına geliyordu...” [K7]

Deprem esnasında veya sonrasında özellikle ortaya çıkan önemli sorunlardan birisi de insanların birbirleriyle iletişim kurmayı sağlayacak kanalların ortadan kalkmasıdır. Deprem gibi afetlerde bu gibi iletişim kanallarının açık olması hayati bir öneme sahiptir. Bu gibi iletişim kanallarında yaşanan sorunlar özellikle depreme maruz kalmış insanlarda hayatta kalma ve yakınlarına ulaşma korkusunu artırabilmektedir. Nitekim bu durum, bazı katılımcıların ifadelerinde şu şekilde yer bulmuştur:

“...Ayrıca telefon şebeke sorunlarıyla birlikte ya kaybolursak ya da kimseye ulaşamazsak gibi endişe ve korkular, düşünceler insanı sarıyor...” [K2]

“...Gözümüzün önünde binaların yıkılışını görüşünce bu deprem sanki bitmeyecek sandık. Elektrikler gitti. Hatlar kesildi. Telefonda kimseye ulaşamadık. Korktuk...”[K9]

5.3.2. Manevi/Ruhsal Sorunlar

Depremlerine etkisiyle binaların çökmesi sonucunda can kayıpları yaşanabilmektedir. Bu kayıplar, beraberinde geride kalanlar için bir yasa dönüşebilmektedir. Mesela yakınlarını kaybeden katılımcılar, kayıplarının acısını derinden hissettiklerini, bu durumun zamanla depresyon ve ruhsal çöküntüye sebep olabileceğini ifade etmiştir. Buna ilişkin bazı katılımcıların ifadeleri şu şekildedir:

“Yaşadığım kayıplardan dolayı bazen canım o kadar yanıyor ki kendi kendimi teselli ediyor mücadele ediyorum üstesinden gelmeye çalışıyorum. Psikoloji bozukluğu, beyin yorgunluğu, kimseyle konuşmamak, hiçbir şey yapmama isteği.” [K3]

“...Çok kötü bir duygu. O anda manevi olarak büyük bir yıkımdaydım. Düşünsenize akşam konuştuğunuz, beraberce güldüğünüz, birlikte yemek yediğiniz kişi birkaç saat sonra yok. Vefat etmiş bu durum insanı çok kötü etkiliyor. Kendimi çok kötü hissettirdi. Kabullenemiyorsunuz bu durumu, bu kaybı adeta insan kafayı yiyecek gibi oluyor tabiri caizse...” [K10]

“Evet, yaşadım... İlk günler hiçbir şey hissetmeyen ben ailemin vefatı üzerine zaman geçtikçe acımın ne kadar ağır olduğunu ve geçmediğini hissetmeye başladım. Psikolojik çöküntü, vücut ağrısı, iletişim kurmama isteği, maddi ve manevi çöküntü.” [K12]

Deprem esnasında yaşanan korku, deprem sonrasında yaşanan artçılar insanlarda “yine olacak” korkusu, bu durumun uyku problemlerini beraberinde getirmesi, kendini sürekli tetikte hissederek her an kaçış sendromunu hissetme gibi belirti ve durumlar, depremin beraberinde getirmiş olduğu önemli manevi/ruhsal sorunlardan bazılarıdır. Bunun dışında depremin ortaya çıkardığı panik, korku, stres, karamsarlık, sosyal iletişim uyumsuzluğu, yalnız kalma, sosyal iletişim eksikliği gibi bazı olumsuz psikolojik etkiler de bırakmıştır. Nitekim bu durum, bazı katılımcıların ifadelerine şu şekilde yansımıştır:

“Evet. Seslere karşı aşırı duyarlılık bazen kafamın içinde bir sessizlik, kalp çarpıntısı. Tedirgin bir durum var üstümde. Dikkat dağınıklığım da oldu bunu fark ettim...” [K1]

“...Uykusuzluk, tekrar bu anıyı yaşayacakmışım hissi bunlar bende baş gösterdi. En ufak bir seste panik, korku ve uykusuzluk problemleri yaşadığım belli başlı problemlerdi.” [K5]

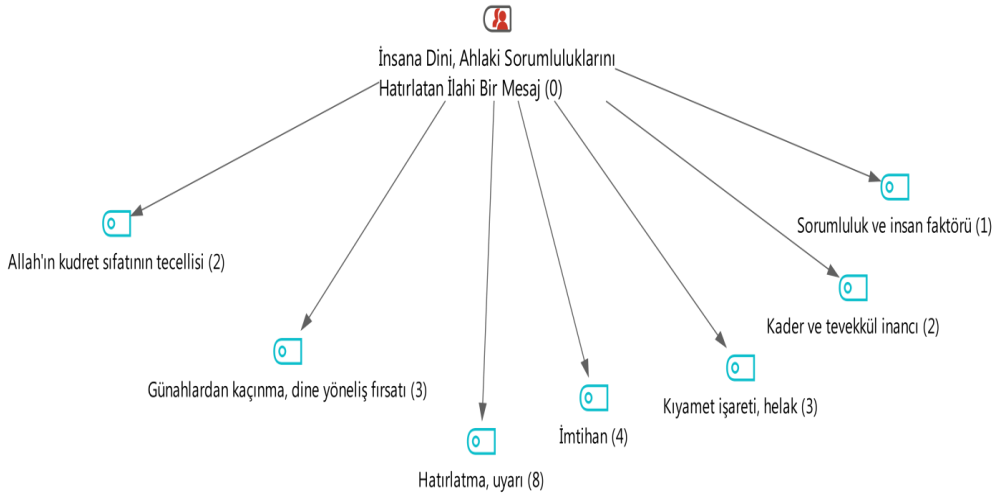
"...Psikolojik çöküntü, vücut ağrısı, iletişim kurmama isteği, maddi ve manevi çöküntü." [K12]

"Karamsarlık, travma, stres gibi durumlar yaşadım. Deprem sonrası süreçte yaşadığım sorunlardan bir tanesi de hava soğuk olduğu için üşümek." [K13]

Kısacası deprem, bireyler üzerinde fiziksel, sosyal, psikolojik, ekonomik olarak derin izler bırakmıştır. Depremi etkisiyle yaşanan maddi kayıpların bireyler üzerindeki olumsuz etkilerine kısa vadede çözümler geliştirilebilir. Ancak bireylerde meydana gelen manevi/ruhsal etkilerin ortadan kalkması uzun sürebilmektedir. Bunları ortadan kaldırmak için de uzun vadeli destek ve müdahale programlarının geliştirilmesi ve yönetilmesi önemlidir. Araştırmadaki katılımcıların da ifadelerinde görülebileceği gibi yakınlarını kaybetme ve yas süreci, travma belirtileri, baş gösteren psikolojik rahatsızlıkların önlenmesi, ortadan kaldırılması için psiko-sosyal destek, toplumsal dayanışma ve paylaşma, din eğitiminin alanına giren manevi danışmanlık ve rehberlik, büyük önem taşımaktadır.

5.4. İnsana Dini, Ahlaki Sorumluluklarını Hatırlatan İlahi Bir Mesaj

Depreme maruz kalan insanların bu felaketi dini anlamda nasıl yorumladıklarını ortaya koymak için katılımcılara "Yaşadığın bu depremi dini anlamda nasıl yorumladın? Açıklayabilir misin?" sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların verdikleri cevaplar analiz edilmiş ve "İnsana Dini, Ahlaki Sorumluluklarını Hatırlatan İlahi Bir Mesaj" teması oluşturulmuştur. Bu tema altında toplam 7 belirlenmiştir. Tema-kod ilişkileri aşağıdaki şekil 3'te yer verilmiştir.



Şekil 3. İnsana Dini, Ahlaki Sorumluluklarını Hatırlatan İlahi Bir Mesaja ilişkin Örüntü

Buna göre bazı katılımcıların deprem olayına kaderci bir anlayışla yaklaştığı görülmektedir. Buna göre depremin insanlara Allah'tan geldiği, insanların buna teslimiyet göstermesi gerektiği, bu durumun insanların inancını pekiştiren bir deneyim olduğu belirtilmiştir. Buna ilişkin katılımcıların ifadesi şu şekildedir:

"Allah'tan gelen doğal bir afet dedik." [K9]

"Kaderimizde varmış dedik. Allah beterinden korusun." [K11]

Bunun yanında bazı katılımcılar ise, yaşadıkları bu depremi Allah'ın mutlak kudret sıfatının bir tecellisi olarak insanlara ölümü ve ahireti hatırlatan bir uyarısı şeklinde

gördüklerini ifade etmiştir. Bunun yanında katılımcıların; bu felaket karşısında kendi acizliklerini, zayıflıklarını idrak ettiklerini, bu felaketin, bundan ders çıkarmak gerektiğini, bunu günahlardan kaçınma, tövbe etme, ahlak dışı eylemlerin sonuçlarının farkında olma, maneviyata, ibadetlere yönelme fırsatı olarak gördüklerini ifade etmiştir. Katılımcıların buna ilişkin ifadeleri şu şekildedir:

"...Ayrıca ölümü ve Allah'ı hatırlatan bir uyarı olarak yorumluyorum." [K3]

"Allah'ın bize bazı şeyleri hatırlatmasıdır. İnsanlar inançsal, ahlaki ve ameli olarak bir zayıflık yaşadıkları bunun bize hatırlatma olduğuna yoruyorum. Kıyamet alameti de olabilir." [K5]

"Her şer bir hayır vardır" tam deprem anında öleceğiz dedim ve o an sadece işlediğim günahlardan tövbe ettim... Depremden sonra Allah'ın rızasını kazanmayacak işler yapmama kararı aldım..." [K7]

"Günümüzde yasaklanan şeyler öyle normalleştirilmiş ki kimse kimseyi uyarmıyor ya da uyaramıyor... Tabii ki de bir uyarısı olacaktı." [K8]

"Allah'a karşı olan küçüklüğümüzü anladım." [K13]

Bunun yanında bazı katılımcılar da deprem olayını kıyamet ve toplumsal helakı haber veren bir uyarı şeklinde yorumlamışlardır. Bu durum, katılımcıların ifadelerinde şu şekilde yer almıştır:

"Dinimizde bu tür felaketlerin Kuran'daki kıssa benzer türde olması gerçekten bunun insana bir tür uyarı olduğuna işaret ediyor. Her tarafta fuhşun bile çok küçük yaşlara inmesi tam anlamıyla fuhuş denemez ama insanların birbiri arkasında fazla art niyet beslemesi ve riyakarlık gibi tutum ve davranışların helaka sürüklediği apaçık ortada" [K2]

"Allah'ın bize bazı şeyleri hatırlatmasıdır. İnsanlar inançsal, ahlaki ve ameli olarak bir zayıflık yaşadıkları bunun bize hatırlatma olduğuna yoruyorum. Kıyamet alameti de olabilir." [K5]

"...İkinci büyük deprem de yaşayınca bizim de helak olacağımızı düşündüm." [K6]

Bir katılımcı da depremin sadece bir uyarı ya da sınav olmadığını, insana sorumluluklarını, eksikliklerini hatırlatan bir olay olarak da okunması gerektiğini belirtmiştir. Katılımcının buna ilişkin ifadesi şu şekildedir:

"Allah insanlara akıl, irade, idrak vermiştir. Fakat insanoğlu yine de her problemi Allah'a yüklemeye çalışmaktadır. Kadere yüklemektedir. Ülkemizin jeolojik olarak genç oluşumlu bir yapıya sahip olduğu bu yönüyle bir deprem ülkesi olduğumuzu hepimiz biliyoruz. İnsanların da bu durumda yapacağı yapıları sağlam ve depremden az etkilenilecek tarz yapmaları gerekiyor. Yapılar için sağlam zemin etütleri yapılmalı mesela." [K4]

Bazı katılımcılar ise depremi; Allah'ın insanları bununla sınıdığı, bu dünyanın faniliğini insanlara gösterdiği şeklinde yorumlamıştır. Bu durum katılımcıların ifadelerinde şu şekilde anlam bulmuştur:

"İmtihan dünyası işte. İmtihan olarak algılıyorum depremi. Yıllarca uğruna çalışılan dünya malının 2 dakikada yerle bir oluşunu izlemek, görmek biraz düşündürücü tabii." [K1]

"Allah'ın bize bir imtihanı olarak yorumluyorum..." [K3]

"Allah'tan geldik dedik. O bizim imtihanımız dedik. Yapacak bir şey yok dedik." [K11]

"Rabbimizin bize sunduğu bir imtihan ve ölümü hatırlatma, her şeyin Rabbimizden olduğunu hatırlama." [K12]

Katılımcıların ifadelerinden de anlaşıldığı üzere depremin insanlar üzerinde psiko-sosyal ve fiziksel tesirler bıraktığı görülmektedir. Öte yandan deprem olayının manevi olarak önemli sayılabilecek farkındalıklar da meydana getirdiğini söylemek mümkündür. Depremi etkilerini ortadan kaldırma noktasında maddi ihtiyaçlara cevap verme, psiko-sosyal yardımları güçlendirme, dinden gelen değerleri etkili bir şekilde kullanarak depremden etkilenmiş kişilere manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetlerini sağlama, depremi yaşamış insanların toparlanması aşamasında büyük bir önem taşımaktadır.

5.5. Deprem Sonrası Manevi Destek Alma Durumu

Depremden sonra depremzedelere fiziksel, sosyal, ekonomik, psikolojik olarak maddi ve manevi destekler sunulmaktadır. Bu gibi desteklerin etkili ve sistemli bir şekilde düzenlenmesi veya gerçekleştirilmesi durumunda depremin uzun vadede sürebilecek sosyal, fiziksel, psikolojik ve ekonomik gibi olumsuz etkilerinin azaltılmasında önemli bir rol oynayabilir.²⁹

Depremden sonra katılımcıların manevi destek alma durumlarını tespit etmek amacıyla katılımcılara; "Depremden sonra aileden ya da çevrenden herhangi bir manevi destek aldın mı? Aldınsa nasıl bir destek aldığını anlatabilir misin?" sorusu yöneltilmiştir. Manevi desteği doğrudan alanlar (K1, K3, K9, K8, K10, K11, K12, K13) 8 kişi ve dolaylı ya da kısmi manevi destek alanlar ise (K2, K7) 2 kişi olmak üzere toplamda 10 kişi manevi destek aldığını ifade etmiştir. Öte yandan 3 kişi ise (K4, K5, K6) destek almadığını ifade eden ya da soruları cevapsız bırakanlardır.

Herhangi bir manevi destek alamadığını ifade eden katılımcılardan birisi (K5) manevi desteğin kendi ailesi ve çevresinin daha fazla ihtiyaç duyduğunu, kendisine o anda herhangi bir desteğin sunulmadığını ifade etmiştir: Katılımcının buna ilişkin ifadesi şu şekildedir:

"Herhangi bir manevi destek almadım. Çünkü ailemin benden daha çok manevi desteğe ihtiyacı vardı." [K5]

Manevi destek aldığını ifade eden katılımcılar ise; aile ve çevrelerinden psikolojik olarak kendilerini teselli eden ve destekleyen insanların olduğunu, bu insanların kendilerine depremi unutturma çabası içine girdiklerini, özellikle aile bireylerinin karşılıklı olarak birbirlerini teselli ettiklerini, güzel günlerin tekrar yaşanacağına dair umutlar aşıladıklarını ifade etmiştir. Bu durum bazı katılımcıların ifadelerine şu şekilde yansımıştır:

²⁹ Daha fazla bilgi için bkz, E. Ceyhan ve A. A. Ceyhan, *Doğal Afetlerin Bireyler Üzerindeki Psikolojik Etkileri ve Kriz Müdahale Yöntemleri* (İzmir: Ege Üniversitesi Yayınları, 2007); İ. Balcıoğlu, *Marmara Depremi Sonrasında Ruh Sağlığına Yaklaşımlar* (İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayınları, 1999); Y. Altınok ve Ş. Ersoy, *Türkiye Deprem Riskleri ve Alınacak Önlemler* (İstanbul: İstanbul Teknik Üniversitesi Yayınları, 1999); H. Öztürk, *Depremlerin Ekonomik Etkileri: Marmara Depremi Örneği* (Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları, 2001); T. Yılmaz ve M. Demir, *Deprem Sonrası Toplumsal Dayanışma ve Yardımlaşma Modelleri* (Ankara: Türk Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Yayınları, 2004).

“Özellikle çevremden yani okulumdaki herkes öğretmen öğrenci veya depremi yaşamış bunu bilen insanlar teselli etti. Bize depremi unutturmak için elinden geleni yaptılar, yapıyorlar.” [K1]

“Evet manevi olarak çevreden aile bireylerimizden manevi destekler aldık.” [K9]

“Depremde ailem ve en yakın çevrem de depreme yakalandığı için hepimiz kötü durumda olsak da birbirimize manevi destek olmak zorundaydık öyle de yaptık. Teselli ettik, güzel günlerin tekrar yaşanacağı vs.” [K10]

“Evlatlarım sayesinde toparladım. Onların varlığı bana büyük destek oldu. Yalnız kalmaya korkmuştum. Evlatlarım hep yanımdaydı.” [K11]

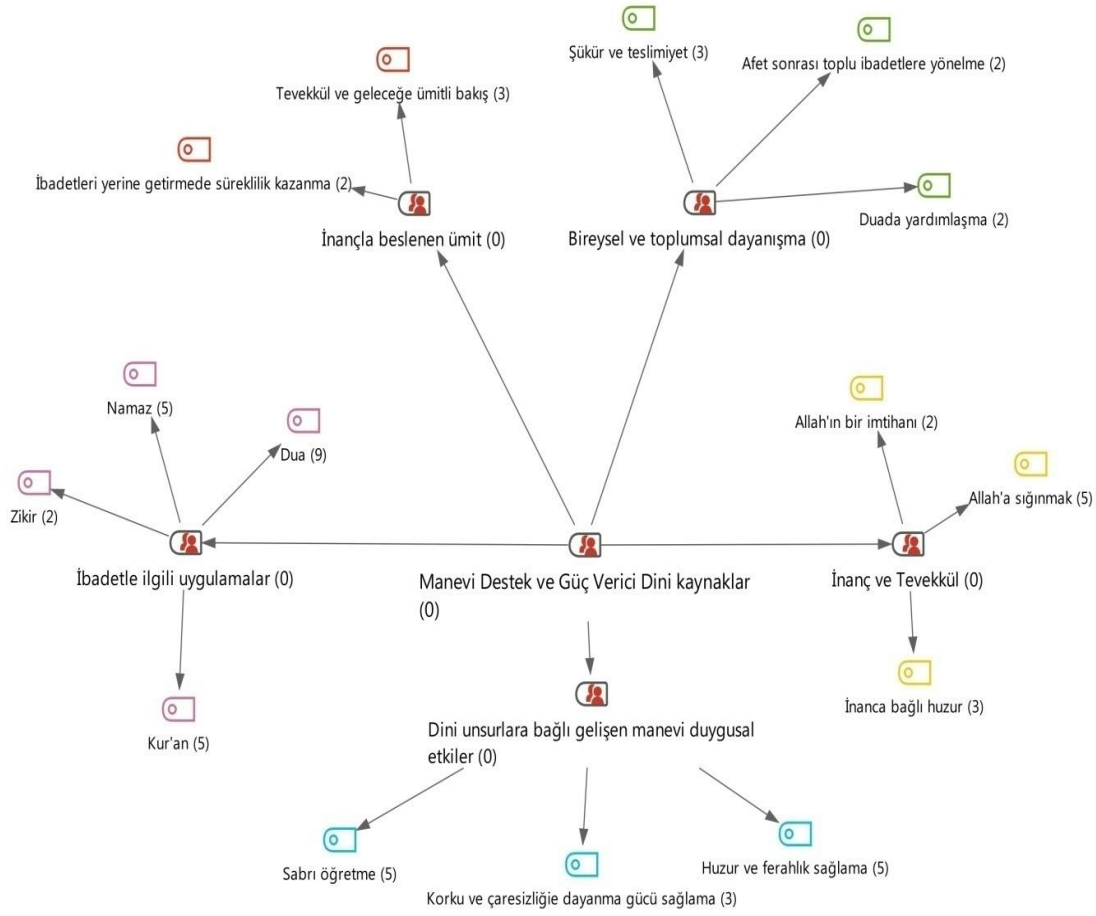
Bunun yanında bir katılımcı da; Allah’a tevekkül etme, O’na şükretme, bu dünya hayatının faniliği ön plana çıkarılarak kendisinin çevresi tarafından dini inanç ve motivasyonla teselli edildiğini ifade etmiştir. Katılımcının buna ilişkin ifadesi şu şekildedir:

“Evet söylediler, destek oldular. Mutlu olmam gerektiğini, yeni bir hayata başlangıcı olacağını, herkesin bu hayatta bir gün mutlaka öleceğini, Allah’a dayanıp güvenmemizi, şükretmemiz gerektiğini söylediler.” [K3]

5.6. Manevi Destek ve Güç Verici Dini kaynaklar

Dua etme, namaz kılma, Kur'an okuma ve zikir gibi ibadet uygulamaları, acı ve sıkıntılara karşı bireyi manevi olarak güçlendiren, destekleyen dini unsurlar olarak ön plana çıkmaktadır. Bir araştırmada; ibadetlerin stres gibi beden ve ruh üstünde büyük gerilim ve baskı oluşturan durumları azaltıcı etkisinin olduğu ve bu yönüyle yoga, meditasyon veya mindfulness gibi yöntemlerle benzerlik gösterdiği, dini pratiklerin bireyin dikkatini travmatik olay ya da durumlardan saptırarak bireylerde olumlu duygusal durumların gelişmesinin önünü açtığı belirtilmiştir.³⁰ Deprem anında ya da sonrasında dini unsurlardan manevi güç ve destek alıp almadıklarını ortaya koymak için katılımcılara “Deprem anında ya deprem sonrası süreçte bağlandığın, sana manevi olarak güç verdiğini düşündüğün dini unsurlar var mıydı? Varsa bunlar nelerdi? Söyleyebilir misin?” soruları yöneltmiştir. Katılımcılardan elden edilen cevaplar irdelenerek; “Manevi Destek ve Güç Verici Dini Kaynaklar” teması oluşturulmuştur. Bu ana tema altında “ibadetle ilgili uygulamalar”, “inanç ve tevekkül”, “dini unsurlara bağlı gelişen manevi duygusal etkiler”, “inançla beslenen ümit”, “toplumsal ve bireysel dayanışma” olmak üzere toplamda 5 kategori oluşturulmuştur. Bu kategoriler altında kodlar da belirlenmiş olup tema, kategori ve kod ilişkisi aşağıda yer alan şekilde yer verilmiştir.

³⁰ Harold George Koenig-Michael Edward Mc Cullough-David B. Larson, *Handbook of Religion and Health*, 2. baskı (New York: Oxford University Press, 2012), 90-110.



Şekil 4. Manevi Destek ve Güç Verici Dini Unsurlara ilişkin Örüntü

5.6.1. İbadetle ilgili Uygulamalar

Katılımcıların ifadelerine bakıldığında; ibadetlerin, manevi bağların güçlendirilmesinde, iç huzurun sağlanmasında, sıkıntı ve acılara karşı sabırlı olmada etkin bir araç olarak kullanıldığı ifade edilmiştir. Özellikle dua, namaz gibi ibadetlerin günlük yaşantılarının bir rutini haline getirildiği, bunların özellikle stres anlarının yoğunlaştığı durumlardan sonra yoğun bir şekilde uygulandığı görülmektedir. Mesela buna ilişkin bazı katılımcıların ifadeleri şu şekildedir:

"... ve zikir her zamankinden daha fazla güç veriyordu..." [K4]

"...Kur'an okuyarak Allah'ın merhametini bilerek sabırlı oldum..." [K6]

"...Dua, içsel bir ferahlama ve her şeyin geçeceği hissini verdi..." [K7]

Bazı katılımcılar ise, depremin kendilerini çok sarstığını, yaşadıkları veya şahit oldukları şeylerin basit şeyler olmadığını, bu gibi olumsuz ve acı olayların kendilerinde bıraktığı olumsuz etkilerle baş etmede duayla Allah'a sığınarak O'ndan yardım dilemenin olumlu etkilerini gördüklerini belirtmiştir. Bu durum, bazı katılımcıların ifadelerine şu şekilde yansımıştır:

"Deprem, bizi ciddi sarstı tabi. Dünyada birçok dayanağımızı yok etti. Ama manevi anlamda bize dayanak olacak dua, Allah, ibadet gibi dini değerler önemli tabi. İnsan ister istemez sığınıyor. Allah'tan kötü ortamlardan uzaklaşmayı istedim..."[K1]

"Yaşadığım bu afetin bende bıraktığı olumsuz etkilerle baş etmede Allah'a sığınarak yardım istediğin oldu. Depremde hayatını kaybeden akrabalarımı, arkadaşlarımın ailelerini ve çevremdeki insanların bir an önce enkazın altından çıkmasını ve daha fazla ölümlerin olmamasını çok diledim. Bunun için Namaz kılarak, dua ederek Allah'tan yardım diledim..." [K5]

"Evet zaten duaya Kuran'a sarılmasaydık şuan kafayı yemiş bile olabilirdim çünkü yaşadığımız yaşadığım şeyler basit değil. Zaten Allah'tan başka kime sığınabiliriz ki bu felaketlerin bir daha yaşanmaması için Allah'a günlerce dua ettim..." [K6]

Bazı katılımcılar ise depremden sonra Kur'an okumanın, Allah'ı tesbih etmenin kendilerini manevi olarak rahatlattığını, kendilerine güç verdiğini, depremin kendilerinde meydana getirdiği olumsuz etkilerinden kurtulmada yardımcı olduğunu, sabırlı olma noktasında bir dayanak noktası oluşturduğunu ifade etmiştir. Bu durum bazı katılımcıların ifadelerinde şu şekilde yer bulmuştur:

"Evet zaten duaya Kuran'a sarılmasaydık şuan kafayı yemiş bile olabilirdim çünkü yaşadığımız yaşadığım şeyler basit değil. Bu bana sabırlı olmayı Allah'ın yaptığı her şeyde muhakkak bir hayrın olduğunu öğretti." [K6]

"...Kuran okuduk. Allah'ı tespih ettik. Hatimler çıkardık. Bunlarla Rabbimize sığındık. Bunlar manevi anlamda bize bir dayanak oldu diyebilirim. Çok şükür sabrımız arttı. Gücümüz arttı. Kendimizi güvende hissettik. Ruhen bedenlen rahatladık. Teslimiyet gücümüzü artırdı. Şükürümüzü artırdı." [K9]

"...Kur'an-ı Kerim'in verdiği huzuru manen nasıl rahatlattığını Rabbime sığındığımda hissettim..." [K12]

Katılımcıların, depremin kendilerinde bıraktığı olumsuz psiko-sosyal etkilerle baş etmede manevi bir destek olarak görüp yöneldikleri ibadetlerden birisi de namazdır. Katılımcılar, namaz ibadetiyle sığınma duygusunun kendilerine yardımcı olduğunu, bu gibi zorlukların üstesinden gelmede namazın da kendilerine yardımcı olduğunu, manevi olarak bir dayanak oluşturduğunu ifade etmiştir. Bu durum bazı katılımcıların ifadelerinde şu şekilde yer bulmuştur:

"...Namaz, Kur'an ve dua bol miktarda yapıyor ve bunlara yöneliyorduk. Bunlar yani dini anlamda içe duyulan huzur ve sığınma duygusu elbette yardımcı oluyor. İnsanın dini değerlere yönelmesi bu zor durumlarda insana yardımcı oluyor." [K2]

"Evet, en büyük manevi gücüm Rabbimdi. Namaz, zikir, Kur'an-ı Kerim, ibadetler, dua her zamankinden daha fazla güç veriyordu bunlar bana. İçinde bulunduğumuz durumu O'nun rızası dahilinde atlatmayı istedim..." [K4]

"...Ben de depremden sonra zaten ibadetlerimi yapıyordum, fakat bu dönemde daha da yoğun bir şekilde namazlarımı kıldım..." [K7]

5.6.2. Dini Unsurlara Bağlı Gelişen Manevi Duygusal Etkiler

Depremle birlikte oluşan olumsuz durumların sebep olduğu korku, çaresizlik, yalnızlık üzüntü gibi olumsuz duygularla başa çıkmada Allah'a sığınma, ibadetlere yönelmenin bireyi ruhsal anlamda güçlendirdiğini belirtmek gerekir. Mesela bazı katılımcılar, dini pratiklerin ve Allah'a yönelmenin kendilerine sabır, huzur ve dayanma gücü verdiğini; korku, çaresizlik ve üzüntü gibi yoğun duygularla başa çıkmada manevi destek ya da dayanma gücü

sağladığını belirtmiştir. Katılımcıların buna ilişkin görüşleri doğrudan alıntılar şeklinde aşağıda sunulmuştur.

"...Allah'a ibadetlerle sığınmam beni rahatlattı. Korkmamayı öğrendim." [K5]

"Evet zaten duaya Kuran'a sarılmasaydık şuan kafayı yemiş bile olabilirdim çünkü yaşadığımız yaşadığım şeyler basit değil. Zaten Allah'tan başka kime sığınabiliriz ki..." [K6]

"...Dua ve ibadetlerim sayesinde bir ferahlama, sabır, her şeyin geçeceği hissiyatı geliyordu." [K7]

"Ruhumu rahatlattı, huzur verdi." [K12]

Bazı katılımcılar da; Allah'a sığınmanın ve ibadetlere yönelmenin kendilerine güçlü bir sabır verdiğini, bununla bütün zorlukların üstesinden geldiklerini ifade etmiştir. Bu durum bazı katılımcıların ifadelerinde şu şekilde yer edinmiştir:

"Allah'ın bu dünyayı sınav yeri yaptığı elbette bir yerde kazanacağını düşünerek elinde kalanlarla yetinip tevekkül ediyorsun. Allah'tan Sabır vermesini en çok istedim..." [K2]

"...Yaşadığım sorunları aşmada Allah'tan istediklerim bana çok şükür yardımcı oldu. Elhamdülillah sorunlar sabırla aşmama yardımcı oldu." [K4]

"...Bunun için Namaz kılarak, dua ederek Allah'tan yardım diledim. Sabretmeyi öğrendim..." [K5]

"...Oruç tuttuk. Kuran okuduk. Hatimler çıkardık. Bunlarla Rabbimize sığındık. Bunlar manevi anlamda bize bir dayanak oldu diyebilirim. Çok şükür sabrımız arttı. Gücümüz arttı..." [K9]

5.6.3. Bireysel ve Toplumsal Dayanışma

Afetlerle birlikte oluşan sosyal kriz dönemlerinde topluluk içerisinde gerçekleşen manevi dayanışma, bireyler arasındaki bağları güçlendirmekte ve bu durum bireylerin psikolojik iyi olma durumlarının iyileşmesini hızlandırabilmektedir.³¹ Mesela bireylerin depremlerden sonra topluca ibadet etmeleri, dualarında birbirlerine yer vermeleri, Kolektif duygu ve bilinçle hareket ederek duygusal durumlarını iyileştirmeye çabaladıklarını göstermektedir. Bazı katılımcılar; beraber yapılan ibadetlerin kendileri açısından olumlu sonuçlar doğurduğunu, sadece fiziksel yardımlaşmayla değil aynı zamanda manevi bir yardımlaşma içine de girdiklerini, bunu özellikle dua ve ibadetlerle ortaya koyduklarını, ibadetlerinde birlikte rablerine yöneldiklerini, bu noktada tam bir teslimiyet ve şükür haline büründüklerini ifade etmiştir. Böylece birbirleriyle bir yardımlaşma içine girdiklerini, bu durumların kendilerini rahatlattığını, kendilerine huzur verdiğini, dayanma güçlerini artırdığını ifade etmiştir. Bu durum katılımcıların ifadelerine şu şekilde yansımıştır:

"...Depremde hayatını kaybeden akrabalarımı, arkadaşlarımın ailelerini ve çevremdeki insanların bir an önce enkazın altından çıkmasını ve daha fazla ölümlerin olmamasını çok diledim. Bunun için Namaz kılarak, dua ederek Allah'tan yardım diledim. Sabretmeyi öğrendim. Korkmamayı öğrendim. Allah'a ibadetlerle sığınmam beni rahatlattı. Korkmamayı öğrendim." [K5]

³¹ Emile Durkheim, *Dini Hayatın İlk Biçimleri*, çev. Cemil Arslan (İstanbul: Say Yayınları, 2012), 180-200.

"Evet namazlarımıza birlikte dikkat ettik. Tekrar olmaması için topluca dualar ettik. Oruç tuttuk. Kuran okuduk. Hatimler çıkardık. Bunlarla Rabbimize sığındık. Bunlar manevi anlamda bize bir dayanak oldu diyebilirim. Çok şükür sabrımız arttı. Gücümüz arttı. Kendimizi güvende hissettik. Ruhen bedenlen rahatladık. Teslimiyet gücümüzü artırdı. Şükürümüzü artırdı." [K9]

"... Allah'ın bize yardım etmesini, annemi babamın evlat acısını azaltmasını, vefat eden bütün insanların mezarlığında rahat uyumalarını istedim. Ve herkesin acısını hafifletmesini, bir daha böyle kötü bir olayı düşmanıma dair Allah'ın yaşatmamasını istedim. Rabbinizden istediğiniz hiçbir şey geri çevrilmez..." [K12]

5.6.4. İnanç ve Tevekkül

Dini inançlar ya da ilahi bir varlığa sığınma, bireylerin zor ve sıkıntılı zamanlarla başa çıkma mekanizması olarak görülmektedir. İnanç, bireyin sığındığı manevi bir güç ve çaresizliğe, belirsizliğe karşı güvendiği bir dayanak işlevi görmektedir. Travmatik olaylarda birey, inancı sayesinde bu olayı anlamlandırarak buna karşı dayanıklılığını geliştirebilmektedir. Nitekim katılımcılar, travmatik olaylarla karşı karşıya kaldıklarında bu olayların kendilerinde bırakmış olduğu olumsuz etkilerle baş etmede Allah'a sığınmanın büyük bir dayanma gücü ve desteği verdiğini ifade etmiştir. Bazı katılımcıların buna ilişkin ifadeleri şu şekildedir:

"Deprem, bizi ciddi sarstı tabi. Dünyada birçok dayanağımızı yok etti. Ama manevi anlamda bize dayanak olacak dua, Allah, ibadet gibi dini değerler önemli tabi. İnsan ister istemez sığınyor..." [K1]

"...Bunlar yani dini anlamda içe duyulan huzur ve sığınma duygusu elbette yardımcı oluyor. İnsanın dini değerlere yönelmesi bu zor durumlarda insana yardımcı oluyor." [K2]

"...Allah'a ibadetlerle sığınmam beni rahatlattı. Korkmamayı öğrendim." [K5]

"Evet zaten duaya Kuran'a sarılmasaydık şuan kafayı yemiş bile olabilirdim çünkü yaşadığımız yaşadığım şeyler basit değil. Zaten Allah'tan başka kime sığınabiliriz ki..." [K6]

"Her dakika, saat başı artçı depremler oluyordu. Her dua ettiğimde Allah'a sığındığımda sanki olmuyor gibiydi. Oluyorsa da ben farkında değildim. Dua ve ibadetlerim sayesinde bir ferahlama, sabır, her şeyin geçeceği hissiyatı geliyordu." [K7]

Bazı katılımcılar da, depremin bir imtihan olduğunu, bunun bilincinde olarak Allah'a inanç sayesinde bir umut ve tevekkül geliştirdiklerini, kazandıkları sabırla sıkıntı ve zorlukları atlattıklarını, huzura kavuştuklarını ifade etmiştir. Katılımcıların buna ilişkin görüşleri şöyledir:

"Allah'ın bu dünyayı sınav yeri yaptığı elbette bir yerde kazanacağını düşünerek elinde kalanlarla yetinip tevekkül ediyorsun..." [K2]

"...Bütün bunlar bana Sabırlı olmayı Allah'ın yaptığı her şeyde muhakkak bir hayrın olduğunu öğretti." [K6]

"Allah ince bir sabır verdi. İsyan etmeden bu durumda dahi ilerleme münasip etti. O an çok çaresizsin. Tüm inancınla içtenliğine, çaresizliğine, Allah'tan istiyorsun ve Allah'ın bunu vereceğini yani bizlere yardım edeceğini bilerek yapılan bütün ibadetlerin karşılığını veriyor." [K8]

5.6.5. İnançla Beslenen Ümit

Gelecekte ümidini kesmeme, gelecek hakkında olumlu bir beklenti içerisine girme, karamsar olmama gibi duygu ve düşüncelerin geliştirilmesi açısından inanç önemli bir kaynaktır. Nitekim bireyler, deprem olayını ve depremden sonra yaşadığı zorlukları anlamlandırma ve daha olumlu bir yaşam görüşü geliştirmeye odaklanmaktadır. Bunu sahip olduğu inancı sayesinde yapabilmektedir. Bazı katılımcıların, Allah tevekkül ve umut, gelecekte ümitli olmaya ilişkin görüşleri şu şekildedir:

"...İnsanın fıtratında vardır inanmak. Zaten eğer inancımız olmasaydı bu kadar şeyle başa çıkabilir miydik bilmiyorum..." [K10]

"...Yaşadığım sorunları aşmada Allah'a sığınmam kafamı, ruhumu rahatlattı." [K11]

" Rabbinizden istediğiniz hiçbir şey geri çevrilmez. Bu yüzden bu dünyada olmasa diğer dünyada duaların karşılığını mutlaka alırsın." [K12]

Bazı katılımcılar da depremin etkisiyle dini ibadetlerine yöneldikleri ve bu alışkanlıklarını sürekli hale getirdiklerini ifade etmiştir. Bu durum bazı katılımcıların ifadelerine şu şekilde yansımıştır:

"...Ben de depremden sonra zaten ibadetlerimi yapıyordum, fakat bu dönemde daha da yoğun bir şekilde namazlarımı kıldım..." [K7]

"...İbadetlerim arttı ve Allah'a tevekkül ettiğim için Kuran'ıma, ibadetime daha düşkün oldum." [K10]

Sonuç olarak deprem gibi travmatik olaylarda din, bireye psiko-sosyal destek sağlayan önemli bir kaynaktır. Dini unsurlar; bireylerin duygusal durumlarının iyileştirilmesine, depremle birlikte oluşan acı ve sıkıntılara karşı bir dayanıklılık geliştirmelerine önemli katkı sunmaktadır. Öte yandan dinden beslenerek gerçekleşen kolektif bilinç ya da şuur sayesinde toplumsal bağlar güçlenmekte ve dayanışma gerçekleşebilmektedir. Bunun yanında kolektif bir acı ya da sıkıntının varlığı, bireyi aynı zamanda kolektif bir iyileşme sürecine de sokabilmektedir. Bu bulgular; depremden sonra psiko-sosyal etkileri azaltmada dinden gelen unsurları daha etkili bir şekilde kullanmak, bireylere manevi danışmanlık ve rehberlik yapmak, bireylerde umut ve manevi teselliye artırmak, sosyal dayanışmayı sağlamak, depremle oluşan kayıpları anlamlandırmayı kolaylaştırmak, dua ve ibadetlerle stresi azaltmak ve yardımlaşma bilinciyle bireylerin birbirine destek olmasını teşvik etmek noktasında din eğitiminin imkânlarını etkili ve verimli bir şekilde kullanmak açısından önemlidir.

Sonuç ve Tartışma

6 Şubat 2023 tarihinde Kahramanmaraş merkezli meydana gelen depremlerin bireyler üzerinde bıraktığı olumsuz psiko-sosyal etkileri belirlemeyi ve bu etkilerle başa çıkmada kullanılan dini başa çıkma yöntemlerini din eğitimi imkânları bağlamında incelemeyi amaç edinen bu araştırmada şu sonuçlara ulaşılmıştır: Bireylerin büyük çoğunluğu, deprem anında nasıl davranılması gerektiğine dair yeterli bir bilgiye sahip olmadıkları anlaşılmaktadır. Öte yandan deprem esnasında nelerin yapılması gerektiğine ilişkin bir eğitim aldığını ifade eden bireylerin ise deprem anında bu bilgileri pratiğe dökme noktasında başarısız oldukları ya da yetersiz kaldıkları görülmektedir. Depremin psiko-

sosyal etkilerine ilişkin ise, bireylerde deprem anında yoğun bir korku ve panik durumu yaşandığı, özellikle ölüm korkusu, belirsizlik duygusunun hâkim olduğu görülmüştür. Öte yandan deprem esnasında nefes almada güçlük, kalp atışlarında hızlanma, kontrol kaybı, bedende gerçekleşen birtakım ağrılar, nefes darlığı, çaresizlik gibi fiziksel ve psikolojik tepkiler gerçekleştiği görülmektedir. Deprem sonrasında birtakım maddi ve manevi sorunların yaşandığı yine katılımcıların ifadelerinden anlaşılmaktadır. Deprem sonrası temel ihtiyaçlara ulaşamama, yaşam kalitesini düşüren ekonomik kayıplar, yakınlarına ulaşma ve hayatta kalma endişelerini artıran iletişim altyapıdaki sorunlar ön plana çıkan bazı maddi sorunlardır. Öte yandan kayıpların yaşanmasına bağlı yas süreci ve buna bağlı gerçekleşen depresyon, psikolojik çöküntüler, deprem esnasında gelişen korku ve sonrasında uyku bozuklukları ise bireylerin karşılaştıkları bazı manevi/ruhsal sorunlardır. Depremin bıraktığı olumsuz psiko-sosyal etkiler, bireyleri manevi destek arayışına sokmuştur. Bu noktada özellikle dua etme, namaz kılma, Allah'a teslimiyet, sabır gibi dini inanç ve ritüellere yönelimlerin çok olduğu görülmektedir. Bu gibi dini unsurlara yönelimlerin bireylerin dayanıklılığını artırdığı katılımcıların ifadelerinden anlaşılmaktadır. Öte yandan deprem, katılımcılar tarafından; dini ve ahlaki sorumlulukları hatırlatan bir uyarı, imtihan ya da ilahi bir mesaj olarak algılanırken bu durumun bireylerin dini inancını pekiştirdiği ve ibadetlere olan bağlılığını arttırdığı görülmektedir.

Bireyler için travmatik bir olay olan depremlerin olumsuz etkilerini azaltmak için bireylere deprem öncesi veya sonrası nelerin yapılması gerektiği hususunda eğitimlerin uygulamalı bir şekilde verilmesi önemlidir. Özellikle toplumun bütün kesimlerinde afet bilinci meydana getirmek için bütün kanallar vasıtasıyla farkındalık çalışmaları düzenlenebilir. Öte yandan depremden etkilenmiş bireylere deprem sonrası travma ve kayıplarla başa çıkma hususunda profesyonel destekçilerin görev alabileceği uzun vadede manevi destek kanalları oluşturulabilir. Bu noktada din ve din eğitimi önemli bir rol üslenebilir. Diyanet İşleri Başkanlığı koordinesinde manevi danışmanlık ve rehberlik uzmanlarına sahada önemli görevler düşmektedir. Bu noktada dini temsil eden kişi ya da grupların, dini toplulukların bireylere rehberlik edecek kabiliyette ve donanımda yetişebilmeleri hususunda özel eğitimler verilmelidir. Ayrıca deprem sonrası bireylerde deneyimlenen olumsuz duygu ya da tepkileri yönetecek ya da ortadan kaldıracabilecek dayanışma grupları oluşturulabilir. Deprem sonrası hızlı ve etkin müdahaleler gerçekleştirmek için yerel yönetim ve AFAD koordinasyonunun güçlendirilmesi önemlidir. Öte yandan depremlerde yapıların daha sağlam ve dayanıklı olabilmesi için yapı denetimlerin sıklaştırılması, depreme dayanıklı yeni yapı tasarımlarının teşvik edilmesi önemlidir. Araştırmada depremle ilgili katılımcıların geliştirdiği "ilahi bir mesaj ve ahlaki sorumluluk" algısını pozitif bir eyleme dönüştürme noktasında bireylere dini ve ahlaki sorumlulukları hatırlatılmalıdır. Bu noktada din eğitimi önemli bir rol üslenebilir.

Bu araştırmanın konu içeriğine benzer başka çalışmalar yapılacaksa daha büyük örneklem grupları üzerinde çalışılabilir. Dolayısıyla sonuçların genellenebilirliği artırılabilir. Bunun için de nicel çalışmalara ağırlık verilmelidir. Şimdiye kadar yapılan bu öneriler, gelecekte benzer krizlerin olumsuz etkilerini hafifletme ya da ortadan kaldırma noktasında yol gösterici olarak düşünülmüştür.

Deprem gibi travmatik olayların birey ve toplumlar üzerinde hem kısa hem de uzun vadeli yarattığı psikososyal etkilerle dini başa çıkma yöntemleri üzerine çalışmalar yapılmıştır. Mesela konuyla ilgili K. I. Pargament (1997) tarafından dini inanç ve

uygulamaların bireylerin travmatik olaylarla baş etme sürecindeki rolünün incelendiği “The Psychology of Religion and Coping” adlı çalışmada dini başa çıkma stratejilerinin, özellikle travma sonrası oluşan olumsuz durumlarla mücadelede etkili olduğu ortaya konulmuştur. Yine araştırmada dua, sabır, tevekkül vb. gibi pozitif dini başa çıkmanın umut duygusunu artırdığını ancak Tanrı’yı suçlama, anlam kaybı gibi negatif dini başa çıkmanın da psikolojik riski artırdığı öne sürülmüştür. Din ve maneviyatın bireylerin psiko-sosyal durumları üzerindeki etkilerine ilişkin diğer bir çalışma da H. G. Koenig, Mc M. E. Cullough ve D. B. Larson (2001) tarafından yapılan “Handbook of Religion and Health” adlı çalışmadır. Bu bilimsel çalışmada dini inançların; bireylerin anlam bulma, psiko-sosyal destek ve dayanıklılık geliştirme yollarını güçlendirdiği, dinin özellikle afetzedelerde meydana gelen travma sonrası stresin azaltılmasında etkili olduğu ortaya konulmuştur. Yine Türk Psikologlar Derneği (2020) tarafından Elazığ depremi sonrası yürütülen psikososyal destek çalışmalarının değerlendirildiği “Elazığ Depremi Psikososyal Müdahale Raporu” yayınlanmış ve bu raporda özellikle din görevlilerinin sahada aktif olarak yer almasının özellikle yaşlılar ve dindar bireylerde psikolojik rahatlama ve umut oluşturduğu, MDR hizmetlerinin psikososyal destek süreçlerine uyumlu hale getirilmesinin olumlu sonuçlar doğurduğu ortaya konulmuştur. Yine Naci Kula (2002) tarafından; 17 Ağustos depremi örneği üzerinden bu depremden doğrudan etkilenen 200 kişilik bir grupta yapılan anketle deprem anında karşılaşılan psikolojik sorunlarla nasıl baş edildiğinin incelendiği “Deprem ve Dini Başa Çıkma” adlı çalışmada dinin başa çıkma metodu olarak kullanıldığını, başvuru dini başa çıkma yöntemleri arasında duanın olumlu dini başa çıkma davranışı olarak ilk sırada yer aldığı ortaya konulmuştur. Daha sonra sırasıyla Kelime-i Şehadet ya da tekbir ve salavat getirerek manevi destek elde etme, ölüm ve ahireti düşünerek Allah’a kavuşma arzusuyla psikolojik gerginliğini, çaresizliğini aşmaya çalışma, Kur’an okuma ve namaz kılmak suretiyle Allah’tan yardım isteme ve rahatlamaya çalışma gibi yöntemler yer aldığı sonucuna ulaşılmıştır. Olumlu dini başa çıkma davranışları arasında yer alan bu hususlarla birlikte olumsuz dini başa çıkma davranışı içerisinde yer alan yaşanan olayın sorumlusu olarak Tanrı’yı görme ve O’na kızma davranışının da çok az oranda yer aldığı da belirtilmiştir. Öte yandan konuyla ilgili yapılan başka bir çalışma da Ziyet Bahadır ve Faruk Ay (2023) tarafından “Deprem Kaygısı ve Dini Başa Çıkma” konulu çalışmadır. Bu çalışmada 6 Şubat 2023 tarihinde meydana gelen depremi atlatan ve KYK yurtlarına yerleştirilen bireylerin deprem kaygısı ve dini başa çıkma düzeyleri, algıların sosyo-demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığının belirlenmesi ve dini başa çıkma stillerinin deprem kaygısı üzerindeki etkisinin ortaya konulması amaçlanmıştır. Bu çalışma sonucunda; depremedelerin deprem kaygı düzeylerinin “orta” düzeyde olduğu, pozitif dini başa çıkma puanlarının daha yüksek olduğu sonucunda ulaşılmıştır. Ayrıca deprem kaygısı puanları kadınlarda daha yüksek bulunduğu, pozitif dini başa çıkma puanlarına göre katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, nereden geldiniz ve dindarlık durumları değişkenleri arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Buna benzer başka bir çalışma da Ayşe Burcu Gören (2023) tarafından yapılan ve 6 Şubata Kahramanmaraş merkezli meydana gelen afete doğrudan maruz kalmayan, yaşananları medya yoluyla takip eden bireyler üzerindeki ilk psikolojik etkilerini incelendiği ve bu etkilerle başa çıkmada başvuru yöntemlerin belirlenerek bu başa çıkma yöntemleri arasında dini başa çıkmanın yerini ne olduğunun incelendiği “Afet Sonrası İkincil Travmatik Stres ve Dini Başa Çıkma: Kahramanmaraş Depremi Örneği” konulu araştırmadır. Araştırma sonucunda katılımcıların başa çıkma sürecinde yoğunlukla başvurdukları başa çıkma yönteminin olumlu dini başa çıkma olduğu, bunu psiko-sosyal davranışlarda bulunma ve kendine yardım davranışlarının

takip ettiği ortaya konulmuştur. Yine benzer bir çalışma Van depremi örneği üzerine yürütülmüştür. Merve Beyza Bala (2021) tarafından depremin olumsuz etkileriyle baş etmede dinin rolünün ne olduğunun incelendiği “Deprem Yaşayan Bireylerde Dini Başa Çıkma (2011 Van Depremi Örneği)” konulu tez çalışmasında zorluklarla mücadele etmede dinin bireye destek olduğu, depremi anlamlandırma ve yükleme faaliyetindeki olumlu dini başa çıkma etkinliklerine daha sık rastlandığı ve depremzede bireylerde olumlu bilişsel değişimlerin gözlemlendiği ortaya konulmuştur. Başka benzer bir çalışma da Muharrem Aka (2024) tarafından “Kahramanmaraş Depremi Sonrası Travmatik Belirtiler, Dini Başa Çıkma ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi” konulu araştırmadır. Deprem sonrası travmaya maruz kalan bireylerin dini başa çıkma stratejilerinin nasıl kullanıldığının anlaşılması ve bu stratejilerin psikolojik iyi oluşlarına olan etkilerinin analiz edildiği bu çalışmada pozitif dini başa çıkma stratejilerinin bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini bir miktar artırdığı ancak bu etkinin güçlü olmadığı, özellikle pozitif dini başa çıkma yöntemlerinin, bireylerin travmatik belirtilerini azaltmada sınırlı bir etkiye sahip olduğu ortaya konulmuştur. Süleyman Gümrükçüoğlu (2023) tarafından gerçekleştirilen ve bireylerin maruz kaldıkları afet ve musibetler karşısında, bir teselli ve savunma refleksi olarak geliştirdiği yanlış algıların din eğitimi açısından irdelenip İslam’ın belirlediği değerlerin ne olduğunun ortaya konulmasının hedeflendiği “Din Eğitimi Açısından Doğal Afetlerle Başa Çıkma Temel Kur’anî Kavramlar” konulu çalışmadır. İlgili literatür tarandığında ön plana çıkan bu çalışmaların yanında daha başka benzer çalışmaların olduğunu da söylemek mümkündür. “Din Eğitiminin İmkânları Bağlamında Doğal Afetlerin Psiko-Sosyal Etkileriyle Dini Başa Çıkma: Kahramanmaraş Merkezli 6 Şubat Depremler Örneğinde Fenomenolojik Bir Çalışma” konulu çalışmamızda pozitif dini başa çıkma yöntemlerinin diğer çalışmalara nazaran daha yoğun şekilde kullanıldığını ortaya koymaktadır. Öte yandan çalışmamızda diğer çalışmalardan farklı olarak, dini ritüellerin yanı sıra inanç temelli anlamlandırmalara (imtihan, ilahi mesaj, ahlaki sorumluluk) daha çok yer verildiği bu yönüyle dini başa çıkma ve dini anlam yükleme bileşimini daha net ortaya koyduğunu söylemek mümkündür. Bunun yanında bu çalışmada, diğer çalışmalara nazaran din eğitimi boyutunu en güçlü şekilde işleyen çalışmaların başında gelmekte diğer çalışmalarda sahada dini destek ve etkisi ön plana çıkarılırken bu çalışma, bu etkinin kurumsal düzeye taşınması ve eğitimle desteklenmesini de önermektedir. Öte yandan bu çalışmanın diğer çalışmalara nazaran katkısı; psiko-fiziksel semptomlar, dini anlamlandırma, afet eğitimi, MDR, din eğitimi politikaları gibi birçok alanı daha bütüncül şekilde ele alıp değerlendirmesidir.

Kaynakça

- AFAD Deprem Dairesi Başkanlığı. *6 Şubat 2023 Kahramanmaraş Depremleri Raporu*. Ankara: Türkiye Cumhuriyeti İçişleri Bakanlığı Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı, 2023.
- Aka, Muharrem. “Kahramanmaraş Depremi Sonrası Travmatik Belirtiler, Dini Başa Çıkma ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi.” Yüksek lisans tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, 2024. YÖK Tez Merkezi.
- Altınok, Yüksel ve Şükrü Ersoy. *Türkiye Deprem Riskleri ve Alınacak Önlemler*. İstanbul: İstanbul Teknik Üniversitesi Yayınları, 1999.
- Arslantürk, Zeki-E. Hamit Arslantürk. *Uygulamalı Sosyal Araştırma*. İstanbul: Çamlıca Yayınları, 2010.
- Bahadır, Ziyinet-Faruk Ay. “Deprem Kaygısı ve Dini Başa Çıkma.” *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 13/1 (2023), 34–51.

- Bala, Merve Beyza. "Deprem Yaşayan Bireylerde Dini Başa Çıkma: 2011 Van Depremi Örneği." Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, 2021. YÖK Tez Merkezi.
- Balcioğlu, İrfan. *Marmara Depremi Sonrasında Ruh Sağlığına Yaklaşımlar*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayınları, 1999.
- Barka, A. A.-K. Kadinsky-Cade. "Strike-Slip Fault Geometry in Turkey and Its Influence on Earthquake Activity." *Tectonics* 7/3 (1988), 663–684.
- Bayrak, Erdem-Zeki Yılmaz. *Depremlerden Alınan Dersler ve Yapısal Önlemler*. Ankara: İnşaat Mühendisleri Odası Yayınları, 2023.
- Bowen, Glenn A. "Document Analysis as a Qualitative Research Method." *Qualitative Research Journal* 9/2 (2009), 27–40.
- Ceyhan, Esra-A. Aykut Ceyhan. *Doğal Afetlerin Bireyler Üzerindeki Psikolojik Etkileri ve Kriz Müdahale Yöntemleri*. İzmir: Ege Üniversitesi Yayınları, 2007.
- Creswell, John W. *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. 4. baskı. Thousand Oaks, CA: Sage, 2013.
- Depremin Erken Dönemdeki Psikolojik Etkileri ile İlgili Bilgilendirme. Bilkent Üniversitesi. Erişim 29 Kasım 2024. <https://www.bilkent.edu.tr/www/depremin-erken-donemdeki-psikolojik-etkileri-ile-ilgili-bilgilendirme/>.
- Durkheim, Emile. *Dini Hayatın İlkel Biçimleri*. Çev. Cemil Arslan. İstanbul: Say Yayınları, 2012.
- Ellison, Christopher G. "Religious Involvement and Subjective Well-being." *Journal of Health and Social Behavior* 32/1 (1991), 80–99.
- Emre, Ömer, Tamer Y. Duman, Serdar Özalp, Haluk Elmacı, Şule Olgun ve Fikret Şaroğlu. *Active Fault Map of Turkey*. Ankara: General Directorate of Mineral Research and Exploration, 2013.
- Gören, Ayşe Burcu. "Afet Sonrası İkincil Travmatik Stres ve Dini Başa Çıkma: Kahramanmaraş Depremi Örneği." Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, 2023. YÖK Tez Merkezi.
- Gümrükçüoğlu, Süleyman. "Din Eğitimi Açısından Doğal Afetlerle Başa Çıkma Temel Kur'anî Kavramlar." *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 60 (2023), 135–158.
- Jones, Lisa D. *Religion and Emotional Resilience: The Role of Faith in Coping*. New York: Routledge, 2018.
- Koenig, Harold G. *Handbook of Religion and Health*. New York: Oxford University Press, 2001.
- Koenig, Harold George, Michael Edward McCullough ve David B. Larson. *Handbook of Religion and Health*. 2. baskı. New York: Oxford University Press, 2012.
- Krippendorff, Klaus. *İçerik Analizi: Kuram ve Uygulama*. İstanbul: Siyasal Kitabevi, 2013.
- Kula, Naci. *Deprem ve Dini Başa Çıkma*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2002.
- Leary, Mark R. *Spirituality and Coping with Stress: A Psychological Perspective*. Chicago: University of Chicago Press, 2005.
- Neuman, William Lawrence. *Toplumsal Araştırma Yöntemleri*. Çev. Sedef Özge. 2. cilt. Ankara: Yayın Odası Yayınları, 2013.
- Öztürk, Hasan. *Depremlerin Ekonomik Etkileri: Marmara Depremi Örneği*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları, 2001.
- Pargament, Kenneth I. *Religion and the Problem of Suffering: A Review of the Literature*. Chicago: University of Chicago Press, 2001.
- Pargament, Kenneth I. *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. New York: Guilford Press, 1997.

- Scott, David-Marlene Marrison. *Eğitim Araştırmasında Temel Fikirler ve Kavramlar*. Çev. Ümit Tatlıcan. İstanbul: Sentez Yayınları, 2016.
- Seyyar, Ali- Aynur Yumurtacı. "Afet Odaklı Acil Manevi Sosyal Hizmet Uygulamaları Bağlamında Türkiye'ye Yönelik Bir Model Önerisi." *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi* 5/3 (2016), 1–15.
- Şahin, İsmail -Tuğba Kılınç. "Türkiye'de 1980-2014 Yılları Arasında Görülen Depremlerin Ekonomik Etkileri." *Siirt Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi İktisadi Yenilik Dergisi* 4/1 (2016), 33–42.
- Şallı, Ayşe, ed. *Olağanüstü Durumlarda Manevi Danışmanlık ve Rehberlik: Disiplinlerarası Araştırmalar*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2021.
- Şaroğlu, Fikret, Ömer Emre ve Ahmet Boray. *Türkiye'nin Diri Fayları*. Ankara: MTA Yayınları, 1992.
- Türk Dil Kurumu (TDK). "Afet." TDK Sözlükleri. Erişim 20 Mart 2023. <https://sozluk.gov.tr/>.
- Türk Psikologlar Derneği. *Elazığ Depremi Psikososyal Müdahale Raporu*. 2020. <https://www.psikolog.org.tr>.
- Türkiye Cumhuriyeti İçişleri Bakanlığı Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (AFAD). "Açıklamalı Afet Yönetimi Terimleri Sözlüğü." Erişim 20 Mart 2023. <https://www.afad.gov.tr/aciklamali-afet-yonetimi-terimleri-sozlugu>.
- Türkiye Cumhuriyeti İçişleri Bakanlığı Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (AFAD). "Afet Türleri." Erişim 20 Mart 2023. <https://www.afad.gov.tr/afet-turleri>.
- Türkiye Cumhuriyeti İçişleri Bakanlığı Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (AFAD). *6 Şubat Depremleri ve Sonrası*. Ankara: AFAD, 2023.
- Yıldırım, Ahmet-Hasan Şimşek. *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık, 2013.
- Yıldız, Gıyasettin. "Konuşulmayanın Yankıları: 6 Şubat Kahramanmaraş Depreminin Zihinlerde Bıraktığı İzler ve Sosyal Yansımaları." *Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences* 10/4 (2024), 505–516.
- Yılmaz, Abdullah. "Türkiye'de Afetlerde Karşılaşılan Sorunlar." *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi* 1/1 (2012), 61–81.
- Türk Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Yayınları, 2004.