

Afet Çalışanlarının Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri ile Psikolojik Dayanıklılık ve Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi

İrem Sultan GÜNYILMAZ^{1*}, Gökhan ÖZCAN²

¹ Yüksek Lisans Öğrencisi, Haliç Üniversitesi, Klinik Psikoloji, İstanbul, Türkiye

Orcid Numarası: 0009-0007-7403-4317

² Dr. Öğr. Üyesi, Haliç Üniversitesi, Klinik Psikoloji, İstanbul, Türkiye

Orcid Numarası: 0000-0002-6916-6186

Geliş Tarihi: 13.05.2025

***Sorumlu Yazar e-mail:** iremgnylmz@gmail.com

Kabul Tarihi: 13.07.2026

Atıf/Citation: Günyılmaz, İ.S. & Özcan, G. (2026). “Afet Çalışanlarının Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri ile Psikolojik Dayanıklılık ve Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi”, *Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 2026, 9(1)

Öz

Bu araştırma, 6 Şubat depremlerinden etkilenen illerde halen afet sahasında görev yapmakta olan afet çalışanlarının algılanan sosyal destek düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesini amaçlamaktadır. Çalışmaya afetten etkilenen 11 ilde halen görev yapan 58 kadın, 45 erkek olmak üzere toplam 103 afet çalışanı katılmıştır. Çalışmanın verileri Sosyodemografik Bilgi Formu, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Connor Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Tükenmişlik Ölçeği Kısa Formu kullanılarak toplanmıştır. Verilerin istatistiki analizi SPSS 22.0 programı ile yapılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması $29,37 \pm 6,67$ 'dir. Katılımcıların Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinden aldıkları algılanan sosyal destek puan ortalaması $62,15 \pm 13,75$, Connor Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinden aldıkları psikolojik dayanıklılık puanı ortalaması $66,76 \pm 18,88$ ve Tükenmişlik Ölçeği Kısa Formundan aldıkları tükenmişlik puanı ortalaması $3,09 \pm 1,31$ 'dir. İstatistiki verilere göre katılımcıların algılanan sosyal destek düzeyleri ve psikolojik dayanıklılıklarının orta düzeyde olduğu ve kısmi tükenmişlik yaşadıkları saptanmıştır. Erkek katılımcıların algılanan sosyal destek ölçek puanları ve psikolojik dayanıklılık ölçek puanları kadın katılımcılardan daha yüksek, kadın katılımcıların tükenmişlik ölçek puanları erkek katılımcılardan daha yüksek saptanmış ancak yalnızca cinsiyet ve tükenmişlik arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Ölçek puanlarının çarpıklık değerleri ve basıklık değerleri -1 ile +1 ise normal dağılıma sahip olarak kabul edilmiş ve ilişkiyi saptamak için Pearson Korelasyonu kullanılmıştır. Katılımcıların algılanan sosyal destek düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişkinin olduğu ($p < 0,05$, $r = 0,373$), algılanan sosyal destek düzeyleri ile tükenmişlik düzeyleri arasında orta düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişkinin olduğu ($p < 0,05$, $r = -0,348$), psikolojik dayanıklılık düzeyleri ile tükenmişlik düzeyleri arasında ise anlamlı ilişkinin olmadığı ($p > 0,05$) saptanmıştır. Algılanan sosyal destek arttıkça psikolojik dayanıklılık artmakta, tükenmişlik azalmaktadır. Bu makalenin afet çalışanları ile ilgili alan yazınına katkısının olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Afet çalışanları, algılanan sosyal destek, psikolojik dayanıklılık, tükenmişlik.

Investigation of Perceived Social Support Levels, Psychological Resilience and Burnout Levels of Disaster Workers

Abstract

This study aims to examine the perceived social support levels, psychological resilience, and burnout levels of disaster workers who are still actively working in disaster areas in provinces affected by the February 6 Earthquakes. A total of 103 disaster workers, 58 women and 45 men who are still on duty in 11 provinces affected by the disaster, participated in the study. The data of the study were collected using the Sociodemographic Information Form, the Multidimensional Scale of Perceived Social Support, the Connor-Davidson Resilience Scale, and the Burnout Scale Short Form. Statistical analysis of the data was conducted using the SPSS 22.0 program. The average age of the participants is 29.37 ± 6.67 . The mean perceived social support score obtained from the Multidimensional Scale of Perceived Social Support is 62.15 ± 13.75 , the mean psychological resilience score obtained from the Connor-Davidson Resilience Scale is 66.76 ± 18.88 , and the mean burnout score obtained from the Burnout Scale Short Form is 3.09 ± 1.31 . According to statistical data, it was determined that the participants' perceived social support levels and psychological resilience were at a moderate level, and that they experienced partial burnout. It was found that male participants had higher perceived social support and psychological resilience scores than female participants, while female participants had higher burnout scores than male participants; however, a statistically significant relationship was found only between gender and burnout. Skewness and kurtosis values of the scale scores between -1 and +1 were accepted as indicating normal distribution, and Pearson Correlation was used to determine the relationships. It was found that there was a moderate, positive, and significant relationship between participants' perceived social support levels and psychological resilience levels ($p < 0.05$, $r: 0.373$), a moderate, negative, and significant relationship between perceived social support levels and burnout levels ($p < 0.05$, $r: -0.348$), and no significant relationship between psychological resilience levels and burnout levels ($p > 0.05$). As perceived social support increased, psychological resilience increased and burnout decreased. It is thought that this article will contribute to the literature on disaster workers.

Keywords: Disaster workers, perceived social support, psychological resilience, burnout.

1. Giriş

Afetler, yaşam normalini etkileyen, toplumun baş etme kapasitesini aşan ve kayıplar yaratan doğa, insan ya da teknoloji kaynaklı olayların ortaya çıkardığı sonuçlardır (Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı ([AFAD], 2025). Ülkemiz, bulunduğu coğrafi konumu nedeniyle doğa kaynaklı afetlerin sık yaşandığı bir ülkedir. Ülkemizde 6 Şubat 2023 tarihinde yaklaşık 9 saat arayla Pazarcık merkezli Mw 7.7 büyüklüğünde ve Elbistan merkezli Mw 7.6 büyüklüğünde iki deprem yaşanmıştır. Depremlerden Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay, Elazığ Gaziantep, Diyarbakır, Kilis, Osmaniye, Adana, Şanlıurfa ve Malatya olmak üzere başlıca 11 il etkilenmiş, bölgede yer alan diğer illerde de yaşanan afetin olumsuz etkileri hissedilmiştir. Yaşanan depremlerin ardından Afet ve Acil Durum Başkanlığı (AFAD) 4. Seviye afet ilan etmiş, hem yerel hem ulusal kapasite harekete geçirilmiş ve uluslararası yardım çağrısı yapılmıştır. Yaşanan afetin ardından afet sahasında hem profesyonel hem de gönüllü ekipler çalışmalara katılmıştır. Halen afet sahasında afet çalışanlarının çalışmaları devam etmektedir. Afet çalışanları hem fiziksel hem de psikolojik açıdan yoğun ve yıpratıcı deneyimlere tanıklık etmektedir. Afet sahasında görev aldıkları süreçte stresli yaşam olaylarına ve travmatik deneyimlere maruz kalmakta ve tükenmişlik riski yaşamaktadır. Afete müdahalede etkin bir sürecin işleyebilmesi açısından afet çalışanlarının ruh sağlığını korumaya yönelik çalışmalarının yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır.

Bu bağlamda bakıldığında afet çalışanlarının ruh sağlıklarını korumaları için koruyucu ve güçlendirici argümanlara ihtiyaç duyulmaktadır. Sosyal destek, bir baş etme stratejisi olarak bireyi stresli yaşam olaylarından koruyan bir argüman olarak 1970'li yıllardan bu yana araştırılmaya başlanmıştır (Eker ve Arkar, 1995: 17-25). Sosyal destek, kişinin çevresinden psikolojik ve sosyal açıdan aldığı desteğin tamamıdır. Kişinin mevcut sorunu çözmede, sorunun ortaya çıkmasını engellemede ve soruna yönelik tedavilerde ve bu yönleri ile kişinin psikolojik sağlığını korumasında sahip olduğu güçlü kaynaklardır (Oktan, 2015: 281-292). Kişilerin normal bir zamandaki sosyal destek algısı ile stresli bir yaşam olayı yaşadığında hissettikleri sosyal destek algısı

farklılaşabilmektedir (Elklit vd. 2012: 11-23). Yapılan bazı çalışmalardan elde edilen veriler dahilinde aynı durumda olan kişilerin sosyal desteği farklı bir şekilde yorumladığı görülmüş, bu açıdan bakıldığında sosyal desteğin nesnel bir süreçten ziyade öznel, yani kişinin algısına bağlı bir süreç olduğu ve bu şekilde ele alınması gerektiği belirtilmiştir (Tural vd. 2004: 451-459). Algılanan sosyal destek kişinin uyumunu arttırmakta ve kişinin stresle başa çıkmasında etkili olmaktadır (Norris ve Kaniasty, 1996: 498).

Değişen bakış açıları ve insanın güçlü yönlerine eğilimi artıran pozitif bakış açısının benimsenmesi ile birlikte psikolojik dayanıklılık literatürde oldukça fazla araştırılan bir özellik olmaya başlamıştır. Kökenini Latince ‘esnek, elastik olma’ anlamına gelen *resilire* kelimesinden alan psikolojik dayanıklılık (*resilience*), olumsuz yaşam olaylarından etkilenen bireyin mevcut olumsuz koşulların üstesinden gelebilme ve sürece uyumlanabilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Masten ve Gewirtz, 2006: 1-6). Psikolojik dayanıklılık, mevcut olumsuz durum içerisinde risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin etkileşime girerek oluşturduğu süreçte kişinin yaşanan değişime uyum sağlamasını içermektedir (Kararımak, 2006: 129-142). Stresli yaşam olaylarına maruz kalan afet çalışanları için psikolojik dayanıklılık oldukça önemlidir. Literatür incelendiğinde sosyal destek ve psikolojik dayanıklılığın birbiri ile ilişkili olduğu görülmüştür. Algılanan sosyal desteğin yüksek olması, kişinin psikolojik dayanıklılığını pozitif yönde etkilemektedir (Demirel ve Sukut, 2024: 49-56; Karal ve Biçer, 2020: 129-156; Yeşilyaprak vd. 2023: 18-25; Yıldırım ve Kılıçaslan-Çelikkol, 2024: 127-140).

Türk Dil Kurumu tarafından çaba göstermede zorluk yaşaması ve güç yitimi olarak tanımlanan tükenmişlik, 1970’li yıllarda Freudenberger’in yaptığı çalışmalarla ve sonrasında Christina Maslach tarafından yapılan çalışmalarla alan yazınında yerini almaya başlamıştır (Türk Dil Kurumu, 2025). Christina Maslach tükenmişliği, işinden dolayı çok fazla duygusal talebe maruz kalan ve devamlı olarak insanlarla iletişim halinde çalışmak zorunda olan kişilerde görülen fiziksel yorgunluk, çaresizlik ve umutsuzluk duygularının işlerine, hayatlarına ve çevresine karşı olumsuz yansıması sonucu oluşan bir sendrom olarak tanımlamıştır (Yıldırım ve İçerli, 2010: 123-131). Maslach’a göre tükenmişliğin üç alt boyutu vardır: Tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarı hissinin azalması. Işıkhani (2010) tükenmişliği, işi insan ilişkileri içeren kişilerde görülen bir stres olarak tanımlamıştır. Kişi, çalışma alanında yaşadığı yoğun stresle mevcut baş etme mekanizmalarıyla baş edemez ve bunların sonucunda olumsuz bir deneyim olarak tükenmişlik ortaya çıkar (Işıkhani, 2010: 65-76).

Bu çalışmada 6 Şubat depremlerinin ardından halen afet sahasında görev yapmakta olan afet çalışanlarının algılanan sosyal destek düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Çalışma, 6 Şubat depremlerinden etkilenen illerde halen görev yapmakta olan 18 yaş üstü afet çalışanları ile yürütülmüştür. Araştırmada stresli yaşam olayları ile çalışan afet çalışanlarının algılanan sosyal destek, psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeylerini saptayarak afet çalışanlarının sosyal ve psikolojik koşullarının iyileştirilmesi açısından yol gösterici bilgiler vermek amaçlanmaktadır.

2. Amaç ve Yöntem

2.1. Araştırmanın Amacı ve Araştırma Soruları

Bu çalışma, afet çalışanlarının algılanan sosyal destek düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Literatürde belirtilen örneklem grubu ile yapılan sınırlı çalışmanın olduğu, belirtilen örneklem grubu ve değişkenler ile birlikte yapılan bir çalışmanın olmadığı gözlemlenmiş, bu çalışma ile afet çalışanları hakkındaki literatüre katlı sağlayarak akademik boşluğu doldurmak, elde edilen bulgular ile afet sahasındaki uygulamalara ve benimsenecek politikalara destek olmak ve literatüre katkıda bulunmak amaçlanmıştır.

Araştırmanın araştırma soruları şu şekildedir:

1. Afet çalışanlarının algılanan sosyal destek düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
2. Afet çalışanlarının algılanan sosyal destek, psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeyleri ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2.2. Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın örneklemini 6 Şubat depremlerinden etkilenen 11 ilde (Kahramanmaraş, Adıyaman, Hatay, Elazığ, Gaziantep, Diyarbakır, Kilis, Osmaniye, Adana, Şanlıurfa ve Malatya) halen görev yapmakta olan 18 yaş ve üstü afet çalışanları oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri kartopu örnekleme tekniği kullanılarak toplanmıştır. Araştırmaya afetten etkilenen 11 ilde çalışan, 18 yaşından büyük ve araştırmaya gönüllü kişiler dahil edilmiş, bu kriterler dışında olan kişiler dışlanarak araştırmaya dahil edilmemiştir. Araştırmaya kriterlere uyan 103 afet çalışanı katılım sağlamıştır.

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veriler ‘Sosyodemografik Bilgi Formu’, ‘Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği’, ‘Connor Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği’ ve ‘Tükenmişlik Ölçeği Kısa Formu’ kullanılarak toplanmıştır.

2.3.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Formda katılımcıların yaşları, cinsiyetleri, eğitim durumları, çalışma alanları (kamu/özel), uzmanlık alanları, meslekteki deneyim yılları, 6 Şubat Kahramanmaraş merkezli depremler öncesi afet sahasında çalışma deneyimleri ile ilgili sorular yer almaktadır.

2.3.2. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (MSPSS)

Algılanan sosyal destek düzeylerinin değerlendirilmesi için Zimet ve diğerleri (1988) tarafından oluşturulan ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları Eker ve Arkar (1995) tarafından yapılmıştır. Eker ve diğerlerinin (2001) yaptığı çalışmada ölçeğe ait iç tutarlılık katsayısı 0,89 olarak bulunmuştur. Ölçek algılanan sosyal desteği aile, arkadaş ve özel kişi alt boyutlarında incelemektedir. Her alt boyuta ait 4 soru vardır. Her soyuta 1 ve 7 arasında değişen likert tipi puanlamayla puan verilmekte olup, ölçekten alınabilecek puanlar en düşük 12 ve en yüksek 84’tür. Ölçekten elde edilen puanların yükseldikçe kişinin algılanan sosyal desteği yükselmektedir.

2.3.3. Connor Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (CD RISC)

Connor ve Davidson’un (2003) oluşturduğu psikolojik dayanıklılığı ölçmek için geliştirilen ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması Kararımak (2010) tarafından yapılmış, ölçeğe ait iç tutarlılık katsayısı 0,92 olarak saptanmıştır. 25 sorudan oluşan ölçeğin puanlaması 0 ile 4 arasında değişen likert tipi puanlamayla yapılmakta olup, ölçekten alınabilecek minimum puan 0, maksimum puan ise

100'dür. Ölçek azim ve kişisel yetkinlik, negatif olgulara tolerans ve manevi eğilim alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçekten alınan puan yükseldikçe psikolojik dayanıklılık artmaktadır.

2.3.4. Tükenmişlik Ölçeği Kısa Formu

Pines ve Aranson'un (1988) geliştirdiği 21 maddelik Tükenmişlik Ölçeğinin yerine Pines (2005) tarafından daha az maddeden oluşan ve kullanımı daha kolay olan 10 sorudan oluşan tükenmişlik ölçeği kısa formunun Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışmasını Çapri (2013) yapmış olup, yapılan farklı çalışmalarda ölçeğe ait iç tutarlılık katsayısının 0,85 ile 0,92 arasında olduğu saptanmıştır. 10 maddeden oluşan ölçekte puanlama 0 ile 7 arasındaki likert tipi puanlama ile yapılmakta, toplam ölçek puanı 10'a bölünerek tükenmişlik puanı elde edilmektedir. Ölçek puanı yükseldikçe tükenmişlik düzeyleri artmaktadır.

2.4. Verilerin Analizi

Elde edilen veriler SPSS 22.0 ile analiz edilmiştir. Öncelikle elde edilen verilerin betimsel analizleri yapılmış, sonrasında normallik analizleri Shapiro Wilk testleri ile yapılmış, çarpıklık-basıklık değerleri -1 ile +1 arasında olan verilerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiş ve normal dağılım gösteren verilere parametrik testler yapılmıştır. Veriler arası ilişkilerin değerlendirilmesi Pearson Korelasyonu ile yapılmıştır.

2.5. Etik Kurul

Haliç Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulundan 27.11.2024 tarih ve 09 sayılı Etik Kurul onayı alınmıştır.

3. Bulgular

Çalışmanın bu bölümünde Sosyodemografik Bilgi Formu, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Connor Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Tükenmişlik Ölçeği Kısa Formu kullanılarak katılımcılardan elde edilen veriler istatistikî yöntemlerle analiz edilmiştir. Çalışmaya 18 yaş ve üzeri halen 6 Şubat depremlerinden etkilenen 11 ilde görev yapmakta olan 103 afet çalışanı katılım sağlamıştır. Katılımcılara ait sosyodemografik özellikler Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1. Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklerine Göre Dağılımı

	n	%
Cinsiyet		
Kadın	58	56,3
Erkek	45	43,7
Eğitim durumu		
Lise	6	5,8
Ön lisans	5	4,9

	Lisans	75	72,8
	Yüksek Lisans	15	14,6
	Doktora	2	1,9
Çalışma alanı			
	Kamu	79	76,7
	Özel	24	23,3
Uzmanlık alanı			
	Psikolog	17	16,5
	Sosyal çalışmacı	17	16,5
	Çocuk gelişimci	10	9,7
	Psikolojik danışman	11	10,7
	Sosyolog	4	3,9
	Öğretmen	18	17,5
	Diğer	26	25,2
Mesleki deneyim yılı			
	0-7 yıl	81	78,6
	7-14 yıl	19	18,4
	14 yıl ve üzeri yıl	3	2,9
6 Şubat 2023 Kahramanmaraş merkezli depremler öncesi afet sahasında çalışma deneyimi			
	Var	44	42,7
	Yok	59	57,3

Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine dair bulgular Tablo 3. 1’de gösterilmiştir. 103 katılımcının %56,3’ü (58) kadın, %43,7’si (45) erkektir. Katılımcıların %5,8’i lise, %4,9’u ön lisans, %72,8’i lisans, %14,6’sı yüksek lisans ve %1,9’u doktora düzeyinde mezuniyete sahiptir. Çalışma alanlarına bakıldığında katılımcıların %76,7’si kamu, %23,3’ü özel sektörde çalışmaktadır. Uzmanlık alanları açısından incelendiğinde katılımcıların %16,5’i psikolog, %16,5’i sosyal çalışmacı, %9,7’si çocuk gelişimci, %10,7’si psikolojik danışman, %3,9’u sosyolog, %17,5’i öğretmen ve %25,2’si diğer meslek gruplarındandır. Katılımcıların meslekte deneyim yılları incelendiğinde, katılımcıların %78,6’sı 0-7 aralığında, %18,4’ü 7-14 yıl aralığında, %2,9’u 14 yıl ve üzeri yıllarda çalışmaktadır. 6 Şubat 2023 Kahramanmaraş merkezli depremler öncesi afet sahasında çalışma deneyimi açısından bakıldığında, katılımcıların %57,3’ünün daha öncesinde afet sahasında çalışma deneyiminin olmadığı, %42,7’sinin ise daha önce afet sahasında çalışma deneyiminin olduğu belirlenmiştir (Tablo 1).

Tablo 2. Katılımcıların Yaş Ortalaması

	Ort.±SS	Alt	Üst
Yaş (yıl)	29,37±6,67	19	65

Katılımcıların yaşlara göre dağılımı Tablo 2’de verilmiştir. Toplam 103 katılımcının yaş ortalaması 29,37±6,67’dir. Katılımcıların yaşları 19 ve 65 arasında değişmektedir.

Tablo 3. Katılımcıların Toplam Ölçek toplam puanları ortalamaları

	Ort.±SS	Alt	Üst
Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği	62,15±13,75	30	84
Connor Davidson psikolojik sağlamlık ölçeği	66,76±18,88	18	100

Tükenmişlik ölçeği kısa formu	3,09±1,31	1	7
--	-----------	---	---

Katılımcıların toplam ölçek puanları ortalamaları Tablo 3'te verilmiştir. Katılımcıların Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinden aldıkları toplam puan ortalaması 62,15±13,75, Connor Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinden aldıkları toplam puan ortalaması 66,76±18,88 ve Tükenmişlik Ölçeği Kısa Formundan aldıkları toplam puan ortalaması 3,09±1,31'dir (Tablo 3).

Tablo 4. Katılımcıların Cinsiyete Göre Ölçek Puanlarının Dağılımı

	Kadın Ort.±SS	Erkek Ort.±SS
Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği		
Toplam Sosyal Destek	61,64±13,20	62,80±14,56
Connor Davidson Psikolojik Sağlamlık Ölçeği		
.....		
Toplam Psikolojik Sağlamlık	64,41±18,33	69,78±19,37
Tükenmişlik Ölçeği Kısa Formu		
Toplam Tükenmişlik	3,39±1,33	2,71±1,19

Katılımcıların cinsiyete göre ölçek puanlarının dağılımı Tablo 4'te verilmiştir. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği toplam puan ortalaması kadın katılımcılarda 61,64±13,20, erkek katılımcılarda 62,80±14,56 olarak saptanmıştır. Erkek katılımcıların algılanan sosyal destek düzeyleri kadın katılımcılardan daha yüksektir.

Connor Davidson Psikolojik Sağlamlık ölçeğinden kadın katılımcıların aldığı puan ortalaması 64,41±18,3, erkek katılımcıların aldığı puan ortalaması 69,78±19,37'dir. Erkek katılımcıların psikolojik dayanıklılıkları kadın katılımcılara göre daha yüksektir.

Tükenmişlik Ölçeği Kısa Formundan kadın katılımcıların aldığı puan ortalaması 3,39±1,33, erkek katılımcıların aldığı puan ortalaması 2,71±1,19'dur. Kadın katılımcıların tükenmişlik düzeyleri daha yüksektir (Tablo 4).

Tablo 5. Katılımcıların Ölçek sonuçları arasındaki ilişki

		Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği	Connor Davidson psikolojik sağlamlık ölçeği	Tükenmişlik ölçeği kısa formu
Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği	r	1,000		
	p			
Connor Davidson psikolojik sağlamlık ölçeği	r	0,373**	1,000	
	p	0,000		
Tükenmişlik ölçeği kısa formu	r	-0,348**	-0,233*	1,000
	p	0,000	0,018	

Pearson korelasyon,

* Korelasyon 0,05 düzeyinde anlamlıdır. **Korelasyon .01 düzeyinde anlamlıdır.

r: Korelasyon katsayısı

İstatistiksel önemlilik <0,05

Katılımcıların ölçek puanları arasındaki korelasyon değerleri Tablo 5’te verilmiştir. Katılımcıların algılanan sosyal destekleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişkinin olduğu ($p<0,05$, $r:0,373$), algılanan sosyal destekleri ile tükenmişlikleri arasında orta düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişkinin olduğu ($p<0,05$, $r:-0,348$), psikolojik dayanıklılıkları ile tükenmişlikleri arasında ise anlamlı ilişkinin olmadığı ($p>0,05$) saptanmıştır. Korelasyon sonuçlarına göre algılanan sosyal destek arttıkça psikolojik dayanıklılık artmakta, tükenmişlik düzeyleri azalmaktadır. Psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeyleri ise birbirini etkilememektedir (Tablo 5).

Tablo 6. Katılımcıların cinsiyet ve ölçek puanları arasındaki ilişki

	Kadın	Erkek	P
	Ort.±SS (n=58)	Ort.±SS (n=45)	
Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği	61,64±13,20	62,80±14,56	0,855**
Connor Davidson psikolojik sağlamlık ölçeği	64,41±18,33	69,78±19,37	0,154*
Tükenmişlik ölçeği kısa formu	3,39±1,33	2,71±1,19	0,008**

*: Bağımsız Örneklem T Testi
Anlamlılık $p<0,05$
**:Mann Whitney U
Anlamlılık $p<0,05$

Katılımcıların cinsiyetlerine göre ölçek puanlarındaki ilişkiye ait veriler Tablo 6’da verilmiştir. Yapılan analizlere göre cinsiyete göre algılanan sosyal destek ve psikolojik dayanıklılık puanları arasında anlamlı ilişki bulunmazken ($p>0,05$), cinsiyet ve tükenmişlik puanları arasında anlamlı ilişki saptanmıştır ($p<0,05$). Kadın cinsiyet ve tükenmişlik birbiri ile ilişkilidir (Tablo 6).

4. Tartışma

Bu çalışmada afet çalışanlarının algılanan sosyal destek düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Aynı zamanda cinsiyet farklılıklarına göre algılanan sosyal destek, psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeyleri incelenmiştir.

Çalışmadan elde edilen veriler dahilinde katılımcıların algılanan sosyal destek ve psikolojik dayanıklılıklarının orta düzeyde olduğu, kısmi tükenmişlik yaşadıkları saptanmıştır. Erkek katılımcıların algılanan sosyal destek ve psikolojik dayanıklılık ölçek puanı ortalamaları daha yüksekken, kadın katılımcıların tükenmişlik ölçeği puan ortalamaları daha yüksektir ancak ilişkisel olarak bakıldığında yalnızca cinsiyet ve tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı ilişki saptanmıştır.

Çalışmadan elde edilen bu bulgular ile literatürdeki bulgular arasında benzerlik ve farklılıklar mevcuttur. Çalışmamızda afet çalışanlarının algılanan sosyal desteklerinin orta düzeyde olduğu saptanmıştır. Algılanan sosyal destek aile, arkadaş ve özel kişi desteği alt boyutlarından oluşmaktadır (Eker ve Arkar, 1995: 17-25). 6 Şubat depremlerinin ardından çalışmanın yapıldığı bölgede vefat sayısı oldukça fazladır. Bu açıdan değerlendirildiğinde çalışmaya katılan afet çalışanlarının sosyal destek sağlayıcıları olan aile, arkadaş ve özel kişiler arasından kayıp yaşadıkları, bu nedenle algılanan

sosyal destek düzeylerinin orta seviyede olduğu düşünülebilir. Ünal'ın (2014) afet yardım çalışanları ile yaptığı çalışmada katılımcıların algılanan sosyal destek düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Bahse konu olan çalışmadaki katılımcıların yarısından fazlasının evli olduğu görülmüştür. Aile desteği algılanan sosyal desteğin alt boyutlarından biridir ve çalışmamız ile Ünal'ın çalışması arasındaki farklılığın sosyal destek sağlayıcılardan kaynaklanıyor olabileceği düşünülmüştür.

Çalışmadan elde edilen veriler afet çalışanlarının psikolojik dayanıklılıklarının orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Literatüre bakıldığında Türk ve Kaya'nın (2023) 6 Şubat depremlerinin ardından sahada görev yapan sosyal hizmet uzmanları ile yaptığı çalışmada çalışmamızla paralel olarak katılımcıların psikolojik dayanıklılıklarının orta düzeyde olduğu saptanmıştır. Erdener'in (2019) afet alanında çalışan profesyonellerle yaptığı çalışmada ise katılımcıların psikolojik dayanıklılık düzeyleri yüksek saptanmıştır. Benzer katılımcı kitlesi ile yapılan ancak farklı sonuçlar veren Erdener'in çalışması ile çalışmamız arasındaki farkın iki çalışmada da psikolojik dayanıklılığı ölçmek için farklı ölçüm araçlarının kullanılmasından kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir.

Çalışmadan elde edilen bulgular dahilinde afet çalışanlarının tehlike boyutunda, yani kısmi tükenmişlik yaşadıkları saptanmıştır. Çalışmamızla benzer olarak Karacaoğlu ve Çetin'in (2015) AFAD çalışanları ile yaptığı çalışmada, Pala ve diğerlerinin (2021) AFAD çalışanları ile yaptığı çalışmada ve Türk ve Kaya'nın (2023) deprem sonrası sosyal hizmet uzmanları ile yaptığı çalışmada da katılımcıların kısmi tükenmişlik yaşadıkları saptanmıştır. Çalışmamızdan farklı olarak Birinci ve Erden'in (2016) yardım çalışanları ile yaptığı çalışmada katılımcıların tükenmişlik puan ortalamaları yüksek düzeyde saptanmıştır. Mevcut farklılığın tükenmişliği ölçmek için kullanılan ölçüm araçları veya örneklem farklılığından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Çalışmamızda afet çalışanlarının algılanan sosyal destekleri ve psikolojik dayanıklılıkları arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça psikolojik dayanıklılık da artmaktadır. Literatürde afet çalışanları örneklemleri ile yapılan çalışmaların oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. Bir afet olarak ele alınan COVID-19 döneminde hemşireler ile yapılan çalışmada (Yeşilyaprak vd., 2023: 18-25) ve yine COVID-19 döneminde yetişkin bireyler ile yapılan çalışmada da (Karal ve Biçer, 2020: 129-156) bulgularımızla paralel sonuçlar elde edilmiştir. Literatürde diğer örneklem grupları ile yapılan çalışmalar da incelendiğinde çalışmamızdan elde edilen bulgular ile paralel sonuçların elde edildiği görülmüştür (Şengün, 2025: 357-378; Demirel ve Sukut, 2024: 49-56; Yıldırım ve Kılıçaslan-Çelikkol, 2024: 127-140; Güngörmüş vd., 2015: 9-14; Terzi, 2008: 1-11). Çalışmadan elde edilen bulgular literatürle paralel ve beklenen sonuçlar vermiştir. Sosyal destek stresli yaşam olaylarına karşı kişiler üzerinde koruyucu etki göstermektedir (Eker ve Arkar, 1995: 17-25). Sosyal destek mekanizmaları güçlü olan bireylerin olası stresli yaşam olaylarıyla daha işlevsel olarak baş edebildiği, baş etme kapasitesinin artması ile birlikte kişinin olay nedeniyle oluşan değişime daha iyi adapte olduğu ve tüm bunların sonucu olarak psikolojik dayanıklılığın arttığı düşünülmektedir. Bununla birlikte yüksek psikolojik dayanıklılık düzeylerinin sosyal destek mekanizmalarının harekete geçirilmesinde olumlu etkisinin olduğu bilinmektedir (Terzi, 2008: 1-11).

Çalışmamızda elde edilen bulgular sonucunda afet çalışanlarının algılanan sosyal destek düzeyleri ve tükenmişlikleri arasında orta düzeyde, negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça tükenmişlik düzeyi azalmaktadır. Özbezek ve diğerlerinin (2021) COVID-19 döneminde sağlık çalışanları ile yaptığı çalışmada ve literatürde diğer örneklem grupları ile yapılan Karasin ve Karagöz, 2024: 1-10; Kırmızıyaka, 2022; Yakut vd., 2020: 241-262; Yılmaz ve Aslan, 2018: 1861-1886; Demir, Türkmen ve Doğan, 2015: 986-1008; Öztürk vd., 2014: 752-763; Tuna ve Olgun, 2010: 41-52). Tükenmişlik, bireyin çalışma ortamında yaşadığı yoğun stresle baş edememesi sonucunda ortaya çıkmaktadır (Işıkhani, 2010). Sosyal destek kişinin stresli yaşam olayları karşısında baş etme kapasitesini arttırmaktadır (Oktan, 2014: 281-292). Bu kapsamda bakıldığında algılanan sosyal destek düzeyinin yüksek olması ile birlikte stresli yaşam olayları ile baş etme kapasitesi de

artacak, kişinin iyilik hali desteklenecek ve tükenmişlik azalacaktır. Algılanan sosyal destek ve tükenmişlik arasında saptanan ilişki literatür ile paralellik göstermektedir.

Çalışmamızda afet çalışanlarının psikolojik dayanıklılıkları ile tükenmişlik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Literatürde hem benzer örneklem gruplarıyla hem de farklı örneklem gruplarıyla yapılan çalışmalarda çalışmamızın bulgularından farklı olarak psikolojik dayanıklılık ve arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Dikmen Mayda, 2024; Tarsuslu ve Bağcı, 2024: 173-188; Korkmaz ve Aktan 2023: 51-62; Bozkurt ve Levent, 2021: 7192-7222; Cebbar, 2021; Sevin ve Partlak Günüşen, 2021: 379-386; Gönen ve Koca Ballı, 2020: 46-60; Ersezgin ve Sevi Tok, 2019: 1-36; Bitmiş vd., 2013: 27-40). Çalışmamızdan elde edilen bulgular literatürle paralel ve beklenen sonuçlar vermemiştir. Bu farklılığın, katılımcıların psikolojik dayanıklılıklarının orta seviyede, tükenmişliklerinin ise kısmi boyutta olması nedeniyle psikolojik dayanıklılığın tükenmişlik üzerinden anlamlı etki yaratmadığından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Çalışmamızda afet çalışanlarının cinsiyetleri ile algılanan sosyal destek ve psikolojik dayanıklılıkları arasında anlamlı bir ilişki saptanmazken, cinsiyet ve tükenmişlik arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Çoban'ın (2021) afet çalışanları ile yaptığı çalışmada ve Erdener'in (2019) afet alanında çalışan profesyoneller ile yaptığı çalışmada, çalışmamızla paralel olarak cinsiyet ve tükenmişlik arasında anlamlı ilişki saptanmıştır. Bulgularımızdan farklı olarak Selvi ve Aslan'ın (2024) 6 Şubat depremleri sonrası sağlık çalışanları ile yaptığı çalışmada cinsiyet ve psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı ilişki bulunmuş, Erden ve Birinci'nin (2016) yardım çalışanları ile yaptığı çalışmada cinsiyet ve tükenmişlik arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır. Cinsiyete göre değerlendirme literatürde tartışılan bir konudur. Literatürde benzer örneklem gruplarıyla yapılan kısıtlı çalışmalar ile benzer ve farklı sonuçların elde edilmesinin, çalışmalardaki örneklem içerisinde yer alan cinsiyet dağılımlarından kaynaklanıyor olabileceği düşünülmektedir.

5. Sonuç

Bu çalışmada afet çalışanlarının algılanan sosyal destek düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca cinsiyete göre algılanan sosyal destek, psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik düzeyleri de incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre katılımcıların algılanan sosyal destekleri ve psikolojik dayanıklılıkları orta düzeydedir ve katılımcılar kısmi tükenmişlik yaşamaktadır. Algılanan sosyal destek düzeyleri arttıkça psikolojik dayanıklılığın arttığı, tükenmişliğin azaldığı saptanmıştır. Psikolojik dayanıklılık ve tükenmişlik arasında ise anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Erkek katılımcıların algılanan sosyal destek ve psikolojik dayanıklılık ölçek puanları, kadın katılımcıların ise tükenmişlik ölçek puanları daha yüksektir ancak yapılan ilişkisel analizler sonucunda yalnızca cinsiyet ve tükenmişlik arasında anlamlı ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Araştırma verilerine göre afet çalışanlarının algılanan sosyal destek düzeylerini arttıracak uygulamaların psikolojik dayanıklılıklarını da arttıracığı, tükenmişlik açısından koruyucu etki sağlayacağı ortaya koyulmuştur. Zorlu yaşam olaylarından sonra sahada çalışma yapan afet çalışanlarının tükenmişliğinin önlenmesi açısından da sosyal desteğin koruyucu olacağı öngörülmektedir. Afet sahası, stresli yaşam olaylarıyla sıkça karşılaşılan ve krize müdahale edilmesi gereken bir alandır. Bu kapsamda sahada müdahalede bulunacak afet çalışanlarının iyilik hallerini desteklemek amacıyla sosyal desteklerini ve psikolojik dayanıklılıklarını arttıracak çalışmalar yapılmalıdır. Afet çalışanlarının sosyal destek mekanizmalarının güçlendirilmesi amacıyla sosyal alanların sağlanması, sosyal destek sağlayıcılar ile temaslarının artırılmasına fırsat verilmesi ve afet çalışanlarına yönelik spesifik çalışana destek uygulamalarının koordineli ve ihtiyaca binaen müdahale

süreci boyunca planlanması gerekmektedir. Çalışana destek veya süpervizyon uygulamaları ile afet çalışanlarının kendileri ile benzer olayları yaşayan kişiler ile temas etmelerinin kişilere baş etme konusunda farklı argümanlar kazandırabileceği ve işlevsel olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda sosyal desteğin artırılması amacıyla kurum ve kuruluşlar tarafından sahada çalışan kişilere yönelik izin politikalarının ihtiyaca yönelik ayarlanması gerekmektedir. Bununla birlikte afete müdahalede hazırlık düzeylerinin artırılması amacıyla afet öncesinden itibaren niteliksel ve niceliksel afet eğitimleri planlamalıdır. Eğitimler, kişinin sahada karşılaşacağı stresli yaşam olaylarına karşı kişinin hazır bulunuşluğunu artıracığından ve baş etme konusunda kişiye güç kazandıracığından dolayı psikolojik dayanıklılığı arttıracak ve tükenmişliğin daha düşük düzeyde yaşanmasına olanak sağlayacaktır. Verilen eğitimler tatbikatlar ile uygulanabilir hale getirilmelidir.

Literatür tarandığında afet çalışanları ile yapılan çalışmaların oldukça sınırlı olduğu görülmüştür. Afet çalışanları ile yapılan çalışmalar politika belirleyiciler açısından yol gösterici olacağından gelecekte bu alanda yapılan çalışmaların artırılması gerekliliğini oluşturmaktadır.

Kaynakça

- Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı, (2025). Açıklamalı Afet Yönetimi Terimleri Sözlüğü. <https://www.afad.gov.tr/aciklamali-afet-yonetimi-terimleri-sozlugu> (Erişim Tarihi: 12.02.2025).
- Birinci, G. G., ve Erden, G. (2016). Yardım Çalışanlarında Üstlenilmiş Travma, İkincil Travmatik Stres ve Tükenmişliğin Değerlendirilmesi. *Turkish Journal of Psychology / Türk Psikoloji Dergisi*, 31(77), 10-26.
- Bitmiş, M. G., Sökmen, A., & Turgut, H. (2013). Psikolojik dayanıklılığın tükenmişlik üzerine etkisi: Örgütsel özdeşleşmenin aracılık rolü. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 15(2), 27-40.
- Bozkurt, D., & Levent, A. F. (2021). Öğretmenlerin psikolojik dayanıklılık ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişki. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 17(43), 7192-7222. <https://doi.org/10.26466/opus.937692>
- Cebbar, E. (2021). *Psikologlarda Psikolojik Dayanıklılığın İkincil Travmatik Stres, Somatizasyon ve Tükenmişlik ile İlişkisinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18 (2), 76-82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Çapri, B. (2013). Tükenmişlik Ölçeği-Kısa Formu ile Eş Tükenmişlik Ölçeği-Kısa Formunun Türkçe Uyarlaması ve Psikoanalitik-Varoluşçu Bakış Açısından Mesleki ve Eş Tükenmişlik İlişkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(3), 1393-1418. <https://doi.org/10.12738/estp.2013.3.1576>
- Çayır, H. (2018). *Hekimlerin Psikolojik Dayanıklılık ve Tükenmişlik Düzeylerinin Farklılaşmasında Bazı Demografik Değişkenlerin Aracılık Rolü Üzerine Bir Araştırma: İzmir İli Tire İlçesi Örneği*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çoban, H. (2020). *Afet çalışanlarında psikolojik dayanıklılık ve stresle başa çıkma düzeyi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi).
- Demir, R., Türkmen, E., & Doğan, A. (2015). Akademisyenlerin tükenmişlik düzeylerinin demografik değişkenler açısından incelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 1(4), 986-1008.
- Demirel, M., & Sukut, Ö. (2024). Kronik Böbrek Yetmezliği Olan Hastalarda Psikolojik Sağlık, Algılanan Sosyal Destek ve Depresyon ile Tedaviye Uyum Arasındaki İlişki. *Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hemşirelik Dergisi*, 6(1), 49-56. <https://doi.org/10.48071/sbuhemsirelik.1363343>
- Dikmen Mayda, M. (2024). Öğretmenlerde psikolojik sağlık ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişki.

- Eker, D., & Arkar, H. (1995). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 17–25.
- Eker, D., Arkar, H., & Yıldız, H. (2001). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Gözden Geçirilmiş Formunun Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(1), 17–25.
- Elklit, A., Østergård Kjær, K., Lasgaard, M., & Palic, S. (2012). Social Support, Coping and Posttraumatic Stress Symptoms in Young Refugees. *Torture: Quarterly Journal on Rehabilitation of Torture Victims and Prevention of Torture*, 22(1), 11–23.
- Erdener, M. (2019). *Afet Alanında Çalışan Profesyonellerin Psikolojik Dayanıklılık ve İkincil Travmatik Stres Düzeylerinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ersezgin, R., & Tok, E. S. S. (2019). Algılanan İş Stresi, Psikolojik Dayanıklılık, Başa Çıkma Stilleri Ve Öz-Duyarlılığın Tükenmişlik Düzeyini Yordayıcı Etkisi. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(36), 1-36.
- Gönen, T., & Koca Ballı, A. İ. (2020). The effect of resilience on burnout: A study on teachers working in private schools. *Journal of Tourism Economics and Business Sude*, 2(1), 46-60.
- Güngörmüş, K., Okanlı, A., & Kocabeyoğlu, T. (2015). Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 6(1), 9-14.
- Işıksan, V. (2010). *Sosyal Hizmet ve Tükenmişlik*. Ankara, Matbaa Yayınevi.
- Kararımk, Ö. (2006). Psikolojik Sağlık, Risk Faktörleri ve Koruyucu Faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129–142.
- Kararımk, Ö. (2010). Establishing the Psychometric Qualities of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC) Using Exploratory and Confirmatory Factor Analysis in a Trauma Survivor Sample. *Psychiatry Research*, 179(3), 350–356. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2009.09.012>
- Karal, E., & Biçer, B. G. (2020). Salgın Hastalık Döneminde Algılanan Sosyal Desteğin Bireylerin Psikolojik Sağlamlığı Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 129–156. <https://doi.org/10.20493/birtop.726411DergiPark>
- Karaşin, Y., & Karagöz, Y. Psikolojik Sağlık, Tükenmişlik, Algılanan Covid-19 Bulaşılabilirliği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Akademik Personel Üzerinde Bir Uygulama. *İzmir Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 1-10.
- Khaksar, S. M. S., Maghsoudi, T., & Young, S. (2019). Social Capital, Psychological Resilience and Job Burnout in Hazardous Work Environments. *A Journal of the Social and Economic Relations of Work*, 29(2), 155–180. <https://doi.org/10.1080/10301763.2019.1588196>
- Kırmızıyaya, E. (2022). *Psikologlarda Dayanıklılık, Algılanan Sosyal Destek ve Bazı Demografik Özelliklerin Eşduyum Yorgunluğu ile İlişkisi* (Master's thesis, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Korkmaz, S., & Aktan, E. A. (2023). Yetişkinlerde Algılanan Sosyal Destek Düzeyinin Problem Çözme Becerisi ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 51–62. <https://doi.org/10.34086/rteusbe.1241732>
- Kurtbeyoğlu, Z., & Yıldız Demirtaş, V. (2020). Özel Öğrenme Güçlüğü Tanılı Çocuğu Olan Anne-Babaların Algılanan Sosyal Destek ve Depresyon Düzeyleri. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 50, 228–242.
- Li, M., Xu, J., He, Y., & Zhibin, W. (2012). The Analysis of the Resilience of Adults One Year After the 2008 Wenchuan Earthquake. *Journal of Community Psychology*, 40(7), 860–870.
- Masten, A. S., Gewirtz, A. H. (2006). Resilience in Development: The Importance of Early Childhood. RE In: Tremblay RG, Barr RDV Peters, Editors. Encyclopedia on Early Childhood Development. 2006. URL: <http://www.excellenceearlychildhood.ca/documents/Masten-GewirtzANGxp.pdf>, (24.03.2025).
- Norris, F. H., & Kaniasty, K. (1996). Received and Perceived Social Support in Times of Stress: A Test of the Social Support Deterioration Deterrence Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(3), 498–511. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.71.3.498>

- Oktan, V. (2015). Üniversite Öğrencilerinde Problemlerli İnternet Kullanımı, Yalnızlık ve Algılanan Sosyal Destek. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 281–292.
- Özbezek, B. D., Paksoy, H. M., & Çopuroğlu, F. (2021). Covid-19 Pandemi Döneminde Sağlık Çalışanlarının Sosyal Destek Algılarının Tükenmişlik Düzeyine Etkisi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, 11, 413–434. <https://doi.org/10.21733/ibad.951414>
- Öztürk, S., Özgen, R., Şişman, H., Baysal, D., Sarıakçalı, N., Aslaner, E., ... & Yıldızdaş, R. D. (2014). Bir üniversite hastanesinde çalışan hemşirelerin tükenmişlik düzeyi ve sosyal desteğin etkisi. *Çukurova Medical Journal*, 39(4), 752–763.
- Pala, İ. T., Topal, M. H., & Demirbağ, O. (2019). İş Doyumunun Tükenmişlik Düzeyine Etkisinde Örgütsel Sessizliğin Aracılık Rolü: TRC1 AFAD Çalışanları Örneği. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(2), 292–306.
- Pines, A. M., & Aronson, E. (1988). *Career Burnout: Causes and Cures*. Free Press.
- Pines, A. M. (2005). The Burnout Measure Short Version (BMS). *International Journal of Stress Management*, 12(1), 78–88.
- Selvi, Ö., & Aslan, A. (2024). 6 Şubat 2023 Maraş depreminde görev yapan sağlık çalışanlarının travma sonrası stres ve psikolojik dayanıklılık ilişkilerinin değerlendirilmesi. *Middle Black Sea Journal of Communication Studies*, 9(1), 1–18. <https://doi.org/10.56202/mbsjcs.1488476>
- Serbest, S., & Öztürk, Ö. (2025). Duygusal Zekâ ile Tükenmişlik Arasındaki İlişki: İç Denetim Birimlerinde Bir Araştırma. *Denetişim*, 32, 45–64. <https://doi.org/10.58348/denetisim.1560918>
- Sevin, B., & Günüşen, N. (2021). Hemşirelerin Psikolojik Dayanıklılığının Merhamet Yorgunluğu, Tükenmişlik ve Merhamet Memnuniyetini Yordayıcı Rolü. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 14(4), 379–386.
- Şengün, G. (2025). Okul öncesi öğretmenlerinin afetlere yönelik tutumları ile psikolojik dayanıklılık ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (74), 357–378. <https://doi.org/10.21764/maeuefd.1571346>
- Tarsuslu, S., & Bağcı, Y. (2024). Sağlık Çalışanlarının Psikolojik Sağlamlıklarının Tükenmişlik Düzeyleri Üzerindeki Etkisi: Örgütsel Bağlılığın Aracı Rolü *Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi*, 10(3), 173–188.
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(29), 1–11.
- Tuna, M., & Olgun, N. (2010). İnmeli Hastalara Bakım Veren Hasta Yakınlarında Görülen Tükenmişlik Durumunda Algılanan Sosyal Desteğin Rolü. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 17(1), 41–52.
- Tural, Ü., Coşkun, B., Önder, E., Çorapçıoğlu, A., Yıldız, M., Kesepara, C., Karakaya, I., Aydın, M., Erol, A., Torun, F., & Aybar, G. (2004). Psychological Consequences of the 1999 Earthquake in Turkey. *Journal of Traumatic Stress*, 17(6), 451–459. <https://doi.org/10.1002/jts.20057>
- Türk, A., & Kaya, S. (2023). Deprem Sonrası Psikososyal Destek Uygulamalarında Merhamet Yorgunluğunun Psikolojik Sağlamlığa Etkisi: Sosyal Hizmet Uzmanları Üzerine Bir Araştırma. *Uluslararası Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 81–91.
- Türk Dil Kurumu, (2025). Türkçe Sözlük. <https://sozluk.gov.tr/>, (Erişim Tarihi: 12.02.2025).
- Ünal Kılıç, Y. (2014). *Afetlerde yardım çalışanlarının travma sonrası stres bozukluğu, benlik saygısı, algıladıkları sosyal destek ve yardım arama davranışları açısından değerlendirilmesi* (Master's thesis, Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Yakut, E., Kuru, Ö., & Güngör, Y. (2020). Sağlık Personelinin Covid-19 Korkusu ile Tükenmişliği Arasındaki İlişkide Aşırı İş Yükü ve Algılanan Sosyal Desteğin Etkisinin Yapısal Eşitlik Modeliyle Belirlenmesi. *EKEV Akademi Dergisi*, 83, 241–262.
- Yang, G., Liu, J., Liu, L., Wu, X., Ding, S., & Xie, J. (2018). Burnout and Resilience Among Transplant Nurses in 21 Hospitals. *Transplantation Proceedings*, 50(10), 2905–2910. <https://doi.org/10.1016/j.transproceed.2018.07.042>

- Yeşilyaprak, T., Özsoy, H., & Demir Korkmaz, F. (2023). Covid-19 Döneminde Cerrahi Hemşirelerinin Anksiyete, Psikolojik Dayanıklılık ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 6(1), 18–25. <https://doi.org/10.54189/hbd.1173790>
- Yıldırım, M. H., & İçerli, L. (2010). Tükenmişlik Sendromu: Maslach ve Kopenhag Tükenmişlik Ölçeklerinin Karşılaştırmalı Analizi. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 2(1), 123–131.
- Yıldırım, Ö., & Kılıçaslan Çelikkol, A. (2024). Investigation of the Resilience, Self-Efficacy, and Received Social Support of Gifted Students. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 25(2), 127–140. <https://doi.org/10.21565/ozelegitimdergisi.1195044>
- Yılmaz, E., & Aslan, S. (2018). Lise öğretmenlerinde tükenmişlik, iş doyumu ve algılanan sosyal destek: Bursa ili örneği. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(3), 1861–1886. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2018.18.39790-439327>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 30–41. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.1.30>

