

Depremzede Kadınların Deprem Sonrası Stres Düzeyleri ve Baş Etme Deneyimleri: Etkileşimli Grup Çalışması Örneği

Erdinç KALAYCI¹

GİRİŞ

Son yıllarda Türkiye, deprem riski yüksek bir ülke olarak sık sık depremlerle karşı karşıya kalmaktadır. Bu depremler, insanlar için hayatlarını kaybetme, yaralanma ve evlerini kaybetme gibi ciddi sonuçlar doğurabilir. 6 Şubat 2023 tarihinde Türkiye saati ile sabah 04.17’de ve öğleden sonra 13.24’te Kahramanmaraş’ın Pazarcık ve Elbistan ilçelerinde 7.7 ve 7.6 büyüklüklerinde iki deprem meydana gelmiştir. Ayrıca, 20 Şubat 2023 tarihinde de Türkiye saatiyle akşam 20:04’te Hatay’ın Yayladağı ilçesinde 6.4 büyüklüğünde bir deprem daha meydana gelmiştir. Bu depremler, toplamda 11 ilde büyük yıkımlara neden olmuştur. Şiddet ve kapsadığı alan açısından bakıldığında, yakın tarihte benzeri görülmemiş felaketlerdir. Depremler sonucunda 50 binden fazla insan hayatını kaybetmiş, yarım milyondan fazla bina hasar görmüş, iletişim ve enerji alt yapıları zarar görmüş ve önemli maddi kayıplar meydana gelmiştir.

Bu felaketlerin ardından, bölgede yaşayan insanların birçoğu beslenme, barınma gibi temel sorunlar ile karşı karşıya kalmış ve dezavantajlı bir hale dönüşmüşlerdir. Deprem sonrası sürecin özellikle kadınlar üzerindeki etkileri göz ardı edilmemelidir. Depremzede kadınlar, deprem sonrası belirsizliğe ve acil durumların getirdiği zorluklara daha az tolerans göstermektedirler. Kadınlar, yaşamlarında birçok zorluğa maruz kalırken, genellikle çocukların bakımını üstlenmektedirler. Deprem gibi doğal felaketler, bu yükü daha da artırmakta ve kadınların

¹ Arş. Gör. Dr., Yozgat Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, erdinc.kalayci@bozok.edu.tr

Depremzede kadınları stres bozuklukları ile ilgili grup çalışmalarında gerçekleştirilen etkinlik ve farkındalık çalışmalarını birçoğunun etkili olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Analiz sonuçlarında kadınların uygulama sonrası stres düzeylerinin uygulama öncesi stres düzeylerinden daha düşük olduğu bulunmuştur. Araştırmanın bu bulgularına paralel çalışmalara literatürde rastlamak mümkündür (Bonanno vd., 2001; Bonanno, 2004).

SONUÇ

Bu çalışmada, depremzede kadınların travma sonrası streslerine ve baş etme yöntemlerine grup çalışmasının olumlu etkilerinin olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Bununla birlikte kadınların uygulamada öğrendikleri yöntemleri sürdürmeleri halinde kendi kendilerini de iyileştirebilmelerini sağlayabileceği gözlenmiştir. Bu nedenle, sosyal hizmet uzmanları ve diğer meslek elemanları, bu tip grup çalışmalarının sayısını artırarak depremden etkilenen bireylerin psikososyal iyilik halini artırmaları gerekmektedir.

Kadınların deprem sonrası süreçte baş etme yöntemlerinin oldukça zayıfladığı, çadırda da olsalar ailenin rutinini oluşturmada en büyük rolün kadınlarda olduğu bilinen bir gerçektir. Bu durumun kadınların stres düzeylerini de artırdığı düşünülmektedir. Gerçekleştirilen bu tip grup çalışmaları kadınların afet sonrası baş etme stratejilerini artırmaları ve stres düzeylerini azaltmaları konusunda yöntemler geliştirmeleri açısından önemlidir.

KAYNAKLAR

- Baird J.K. (2005). Reflections on the effects of group work with older people with impaired vision. *International Congress Series* 1282, 360–364.
- Bonanno, G.A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1): 20–28.
- Bonanno, G.A., Papa A., & O’Neill K. (2001). Loss and human resilience. *Applied and Preventive Psychology* 10(3): 193–206
- Bradshaw, Z., & Slade, P. (2005). The relationships between induced abortion, attitudes towards sexuality and sexual problems. *Sexual and Relationship Therapy*, 20(4): 391–406.
- Drumm, K. (2006). The essential power of group work. *Social Work with Groups*, 29 (2/3), 17–31.
- Halperin, D. (2001). The play’s the thing: how social group work and theatre transformed a group into a community. *Social Work with Groups*, 24(2): 27–46.
- Luthans, F., Vogelgesang G.R., & Lester P.B. (2006). Developing the psychological capital of resiliency. *Human Resource Development Review*, 5(1): 25–41.
- Mathbor, G.M. (2007). Enhancement of community preparedness for natural disaster: the role of social work in building social capital for sustainable disaster relief and management. *International Social Work*, 50(3): 357–369

Depremzede Kadınların Deprem Sonrası Stres Düzeyleri ve
Baş Etme Deneyimleri: Etkileşimli Grup Çalışması Örneği

- Okay, N., & İlkaracan, İ. (2018). Toplumsal Cinsiyete Duyarlı Afet Risk Yönetimi. *Dirençlilik Dergisi*, 2(1): 1-12.
- Rose, S.R. (2009) A review of effectiveness of group work with children of divorce. *Social Work with Groups*, 32(3): 222-229
- Tanhan, F., & Kayri, M. (2013). Deprem sonrası travma düzeyini belirleme ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(2): 1013-1025.
- Tsai, J. L., Chentsova-Dutton, Y. E., & Wong, Y. (2002). Why and how to study cultural variations in coping. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(4): 1-13.
- World Health Organization. (2018). Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings. Haziran, 2023 tarihinde [https:// www.who.int / mental_health / emergencies/9789241563879/en/](https://www.who.int/mental_health/emergencies/9789241563879/en/) adresinden alındı.
- Yöndem, Z. D., & Altay, E. (2008). Deprem Stresi İle Başetme Stratejileri Ölçeğinin Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışmaları.
- Zotti, M.E., Graham J., Whitt A.L., Anard, S., & Replogle W. H. (2006). Evaluation of a multistate faith-based program for children affected by natural disaster. *Public Health Nursing*, 23(5): 400-409.