

Bölüm 17

CANKURTARAN İÇİN MENTAL HAZIRLIĞIN ÖNEMİ

Hayrettin Hayri TOKMAKÇI¹
Ersin AFACAN²

GİRİŞ

Sportif bir branş olan yüzme, olimpik bir spordur. Yüzme eğlenceli bir etkinlik olmanın yanında, sıcak bir yaz gününde belki de önemli bir gereksinim olabilmektedir. Bazen insanoğlu zorunlu sebeplerden dolayı suya girebilir ya da bir kaza neticesinde suya düşebilir. Bu nedenle yüzme bilmek, her insan tarafından kazanılması gereken önemli ve gerektiğinde hayat kurtaran bir beceridir. Bir diğer gerçek ise, su insanoğlunun yaşam alanı değildir. Su güvenliği sağlanmayan yerlerde suya girmek hem yasak, hem de tehlikelidir. Her ne sebeple olursa olsun suyun içinde olan bir kişiyi gözlemleyen, güvenliğini sağlayacak bir başka kişinin olması gerekir. Günümüzde su içinde cankurtarma konusunda eğitim almış ve profesyonel bir meslek olarak bu işi yapan kişilere **Cankurtaran** denilmektedir.

Cankurtaranlık profesyonel bir meslek ve iş alanıdır. Tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de cankurtaran eğitimleri verilmekte, kişiler belgelendirilmekte, havuz ve sahillerde cankurtaran olarak çalışabilmektedir. Ayrıca Cankurtaran bulundurma yasal bir zorunluluk olmakla birlikte, insanı bir görevdir. Adında da anlaşılacağı üzere suda insanların canını kurtarmakla görevli olan cankurtaranların, ilkyardım uygulama personelleri gibi ilkyardım becerilerine sahip olması, ayrıca suda gerekli kurtarma becerilerini öğrenmesi, aldıkları eğitimlerle mümkün olmaktadır.

Ülkemizde TSSF, uluslararası düzeyde önemli otoriteler olan ILS, ILSE ve Red Cross gibi kuruluşların cankurtaran eğitim programlarında yapmış olduğumuz incelemelerde cankurtaranların mental (zihinsel) olarak hazırlık sürecine ait bir eğitim içeriğine rastlanmamıştır. Halbuki, cankurtaranın görevi süresince yüksek konsantrasyon ve dikkat becerisine sahip olması gerektiği, hızlı ve ani kararlar verebileceği durumların bir anda gerçekleşebileceği göz önüne alındığında, cankurtaranın fiziksel ve ayrıca mental (zihinsel) olarak hazır olmasının hem kendisi

¹ Dr, Manisa Saruhanlı Gençlik Spor ve İlçe Müdürlüğü, htokmakci@gmail.com

² Dr, Milli Eğitim Bakanlığı, mentorsin@hotmail.com

yapmayı zorlaştırabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle, uygulama sonuçlarının literatürde genel olarak uygulayıcıların gözlemlerine dayandığı görülmektedir. Bunun yanı sıra, yapılan çalışmaların uzun vadeli etkilerinin araştırılması büyük önem arz etmektedir. Bu nedenle, uygulama basamaklarının belli bir standartta buluşturularak araştırmacılar tarafından aynı standartların uygulanması ile çalışmalar yapmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Bir örnek ile açıklayacak olursak, stabilizasyon tekniklerinin belirlenmesi, müdahale edilen kişilere uygulama sonrasında yeniden ulaşılarak süreçlerinin takibi gibi çalışmalar gerçekleştirilebilir.

Önümüzdeki süreçte, uygulamanın işlevselliği ve uzun süreli sonuçlarına yönelik daha fazla araştırma yapılmasının, hem cankurtaranların mental (zihinsel) hazırlıkları, hem de cankurtaranların kazazedeye verecekleri psikolojik ilk yardım uygulamaları hakkında alacakları eğitimlerin modüllerinin hazırlanması gerekmektedir. Aynı zamanda farklı kültürlerdeki uygulamaların yaygınlaştırılması ve bu esnekliğin sonuçları nasıl etkilediğine dair çalışmaların da önem kazanması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Afacan, E. (2015). *Okumak aydınlanmaktır*. İzmir: DEMFO.
- Bozdoğan, A. (2006). *Yüzme*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Bozkurt S. (2014): Sportif performansa psikolojik bakış. CBÜ BESBD, 5, 28-37.
- Dosil, J. (2006). *The sport psychologist's handbook*. Chichester: John Wiley&Sons Ltd.
- Fox, J. H., Burkle, F. M., Bass, J., Pia, F. A., Epstein, J. L., & Markenson, D. (2012). The effectiveness of psychological first aid as a disaster intervention tool: research analysis of peer-reviewed literature from 1990-2010. *Disaster medicine and public health preparedness*, 6(3), 247-252.
- Indyturk. (2021, Temmuz). Independent Türkçe. Erişim: 08.08.2021, <https://www.indyturk.com/node/>
- Juricskay, Z., & Mezey, B. (2007). Effect of regular training on the anthropometric parameters in swimmer children. *Central Research Laboratory, Medical University Of Pécs, Hungary*.
- Lu, T. H., Lunetta, P., & Walker, S. (2010). Quality of cause-of-death reporting using ICD-10 drowning codes: a descriptive study of 69 countries. *BMC medical research methodology*, 10(1), 1-6.
- Soyer F, Can Y, Güven H, ve ark. (2010): Sporculardaki Başarı Motivasyonu ile Takım Birlikteliği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. İBD, 7, 225-237.
- Szpilman, D., Aguilar, J. P., Queiroga, A. C., Barcala-Furelos, R., Baker, S., Dunne, C., ... & Venema, A. M. (2021). Drowning and aquatic injuries dictionary. *Resuscitation Plus*, 5, 100072.
- Tutar, Ö. F. (2018). *Yüzme antrenörlerinin sporcularına karşı davranış tarzlarının incelenmesi (Doğu Anadolu örneği)* (Master's thesis, Sakarya Üniversitesi).
- Türkiye Sualti Sporları Federasyonu. (2017). *Cankurtarma Talimatı*, İstanbul. <https://tssf.gov.tr/cankurtarma/>, s.1, 15, 18.
- Vincent, J. L., Abraham, E., Kochanek, P., Moore, F. A., & Fink, M. P. (2011). *Text book of Critical Care E-Book*. Elsevier Health Sciences.
- Willcox-Pidgeon, S., Kool, B., & Moran, K. (2018). Perceptions of the risk of drowning at surf beaches among New Zealand youth. *International journal of injury control and safety promotion*, 25(4), 365-371.