

RAPOR

KURUMSAL TEMASTAN **PSİKOLOJİK** *DAYANIKLILIĞA*

İHH ARAMA KURTARMA
GÖNÜLLÜLERİNDE
ÇALIŞANA DESTEK DENEYİMİ

Hazırlayan
Psk. Halil Emre KÖSEN

İHH
AFET YÖNETİMİ



KURUMSAL TEMASTAN PSİKOLOJİK DAYANIKLILIĞA

İHH ARAMA KURTARMA
GÖNÜLLÜLERİNDE ÇALIŞANA
DESTEK DENEYİMİ

PSK. HALİL EMRE KÖSEN



İÇİNDEKİLER

5	Giriş
6	Afet Kavramı ve Psikolojik Etkileri
7	6 Şubat Depremlerine Genel Bakış
9	Arama Kurtarma Personelinin Rolü ve Psikososyal Yükleri
9	Arama Kurtarma Kavramı ve Görev Tanımı
10	Psikososyal Riskler ve Travmatik Maruziyet
11	Afet Sonrası, Yardım Çalışanlarının Verdiği Tepkiler
14	İHH Afet Yönetimi ve Arama Kurtarma Çalışmaları
14	İHH Afet Yönetimi
15	İHH Arama Kurtarma 6 Şubat Kahramanmaraş Depremleri Saha Deneyimi
17	Çalışana Destek
17	Psikolojik İlk Yardım
18	Psikolojik İlk Yardımın Arama Kurtarma Çalışanları İçin Önemi
19	Travma Sonrası Çalışana Destek Müdahaleleri
19	Debriefing ve Defusing Uygulamaları
21	Bu Araştırmanın Çalışana Destek Bağlamındaki Yeri
24	Yöntem
24	Araştırmanın Önemi
25	Bulgular
30	1. Gönüllülüğe Yüklenen Anlam ve Motivasyon
31	2. Travmatik Maruziyetin Eve Taşınan İzleri (Psikolojik ve Fiziksel Etkiler)
36	3. Kurumsal Temasın Arama Kurtarma Gönüllüleri Nezdinde Etkisi: Hatırlanmak, Görülmek ve Güven İnşası
41	4. Psikolojik Dayanıklılığa Etki Eden Faktörler
44	5. Çalışana Desteğin Sürdürülebilirliği ve Geliştirilmesine Dair Beklentiler
46	6. Manevi Anlamlandırma (İnanç Çerçevesi)
48	Sonuç ve Değerlendirme
52	Son Notlar

GİRİŞ

Bu rapor, 6 Şubat 2023 depremlerine müdahalede görev alan İHH arama kurtarma gönüllülerinin saha deneyimlerini ve müdahale sonrası çalışana destek uygulamalarının gönüllüler açısından taşıdığı anlamı nitel araştırma yöntemiyle ortaya koymayı amaçlamaktadır. Görüşmeler, enkaz sahasının yalnızca operasyonel bir görev alanı olmadığını; aynı zamanda psikolojik maruziyetin çok katmanlı bir yaşantı olarak deneyimlendiği bir alan olduğunu da göstermektedir. Yapılan görüşmeler, gönüllülüğün çoğu zaman bir faaliyetten ziyade vicdani/manevi bir sorumluluk ve hayatı anlamlandırma biçimi olarak kurulduğunu; dayanıklılığın ise tek bir kaynaktan değil ekip dayanışması, aile desteği ve manevi anlamlandırma gibi değerlerin birlikte çalışmasıyla sürdürülebildiğini ortaya koymaktadır. Bununla birlikte, operasyon sonrası kurumsal temasın (aranmak, hatırlanmak, takdir edilmek vb.) gönüllülerde yalnız bırakılmama hissi üzerinden güven ve aidiyet üreterek deneyimi daha baş edilebilir kıldığı da anlaşılmaktadır.

Bu çalışma kapsamında görüşlerini paylaşarak sürece katkı sunan sekiz arama kurtarma gönüllümüze; deneyimlerini açıklıkla aktarmaları ve sahada yaşananı tüm teşkilatımız adına anlamlandırma çabasına imkan tanımaları nedeniyle ayrıca teşekkür ediyoruz. İlaveten 6 Şubat depremlerinde ve diğer tüm afetlerde sahada görev alan bütün İHH arama kurtarma teşkilatımıza; gösterdikleri özveri, dayanışma ve insan hayatını önceleyen emekleri için şükranlarımızı sunuyor, her bir gönüllümüzün sahadaki gayretini tekrardan saygıyla hatırlıyoruz.

Afetlerin yol açtığı psikolojik travmalardan afete maruz kalan kişiler kadar, afete müdahale eden profesyonel yardım çalışanları da etkilenmektedir. Tecrübe edilen afetlerde, afete müdahaleye giden yardım çalışanlarının da afeti doğrudan yaşayan bireylerle benzer psikolojik belirtiler gösterdikleri görülmüştür.



Afet Kavramı ve Psikolojik Etkileri

Afet, toplumun bir kesimi veya tamamı için fiziksel, ekonomik ve sosyal kayıplara yol açan, gündelik hayatı durduran veya kesintiye uğratan, etkilenen toplumun baş etme kapasitesinin yeterli olmadığı doğa, teknoloji veya insan kaynaklı bir olaydır. Afet bir olayın kendisi değil doğurduğu sonuçtur.¹ Afetin büyüklüğüyle doğru orantılı şekilde afeti yaşayan kişilerin psikolojik durumu, sosyal yaşamı, hayat koşulları, yaşam yerleri ve ekonomik düzenleri değişebilmektedir. Afetler ev, araç, iş ve iş yeri gibi ekonomik varlıklara zarar vermesi bir yana kişilerin kendilerinin veya sevdiklerinin yaşamı ya da beden bütünlüğü için ciddi bir tehdit oluşturmakta; kişilerde güvende ve kontrolde olma gibi duyguların kaybına yol açabilmektedir.²

Neticede bu çok yönlü kayıplar ve toplumsal dönüşüm, afetlerin yalnızca yaşandığı ana değil afet sonrasının yönetimine de en az ilk müdahale kadar önem atfedilmesi gerektiğini göstermektedir. Bu gerçekten hareketle afetlerin yıkıcı etkilerinin azaltılması amacıyla afet döngüsü modelleri uygulanmaktadır. Bu döngünün

temel aşamaları: risk ve zarar azaltma, hazırlık, müdahale ve iyileştirmedir.³ Bu kapsamda, bir afet vakasına müdahale eden farklı disiplinlerden çok sayıda yardım personeli bulunmaktadır.

Afetlerin yol açtığı psikolojik travmalardan afete maruz kalan kişiler kadar, afete müdahale eden profesyonel yardım çalışanları da etkilenmektedir. Tecrübe edilen afetlerde, afete müdahaleye giden yardım çalışanlarının da afeti doğrudan yaşayan bireylerle benzer psikolojik belirtiler gösterdikleri görülmüştür. Afetlerde görevli yardım personeline sıklıkla ikincil travma ve dolaylı travmatizasyon ve travma sonrası stres belirtileri görülmektedir. Bunlar dışında anksiyete, depresyon, alkol ve madde bağımlılığı gibi komorbid (eşlik eden/ek hastalık) veya ayrıca ortaya çıkabilen psikolojik birtakım rahatsızlıklar görülebilmektedir. Travmatik olaylarda çalışanların (afet çalışanlarının) söz konusu travmadan dolaylı olarak etkilenmesi, ikincil travma olarak tanımlanmaktadır.⁴

6 ŞUBAT DEPREMLERİNE GENEL BAKIŞ

6 Şubat 2023 tarihinde, saat 04.17'de ve 13.24'te merkezi Kahramanmaraş ilinin Pazarcık ve Elbistan ilçeleri olan 7.7 ve 7.6 büyüklüğünde iki farklı deprem meydana gelmiştir. İlki yerin 8,6 kilometre, ikincisi ise 7 kilometre derinliğinde oluşan bu depremler, literatürde "sığ deprem" olarak tanımlanmaktadır. Bu iki deprem, yüzeye yakınlıkları sebebiyle çok geniş bir alanda büyük yıkıma yol açmıştır.⁵ Ülkemizin güneyinde meydana gelen ve 11 ili etkileyen bu iki depremde resmi verilere göre 50 binden fazla kişi ölmüştür.⁶ Adana, Adıyaman, Diyarbakır, Elazığ, Gaziantep,

Hatay, Kahramanmaraş, Kilis, Malatya, Osmaniye ve Şanlıurfa illerini etkileyen bu depremler, büyüklük, şiddet ve etkilediği alan açısından değerlendirildiğinde ülkemiz tarihinde yakın zamanda görülmemiş bir yıkıma ve can kaybına yol açmıştır. Depremlerin ardından bölgede acil ihtiyaç duyulan hizmetlerin sağlanabilmesi adına, Mart 2023'e kadar 35.250 kişilik arama kurtarma personeli başta olmak üzere, kamu kurum ve kuruluşları, sivil toplum kuruluşları, uluslararası arama kurtarma personel ve gönüllüleri dahil, toplam 271.060 personel/gönüllü sahada görev yapmıştır.⁷

6 Şubat depremleri, gerçekleştiği bölgede yol açtığı maddi manevi yıkımın yanı sıra müdahale sürecinde görev alan başta arama kurtarma ekipleri ve yardım personelinde ortaya çıkardığı psikolojik etkiler açısından da önemli bir örnek teşkil etmektedir. Söz konusu depremlerin hemen akabinde yürütülen arama kurtarma çalışmalarının büyük kısmı ileri derecede zorlu koşullarda gerçekleştirilmiştir. Medya vasıtasıyla paylaşılan görüntüler ve arama kurtarma personeli/gönüllüleri ile yapılan görüşmelerde, depreme müdahale sürecinin hem fiziksel hem de psikolojik açıdan birçok zorluk barındırdığı açıkça gözlemlenmiştir.⁸



“ Arama kurtarma personeli/gönüllüleri için kentsel arama kurtarma çalışmalarında enkazda zor durumda kalan kişilerin kurtarılması, ödüllendirici ve tatmin edici olabilmektedir.

ARAMA KURTARMA PERSONELİNİN ROLÜ VE PSİKOSOSYAL YÜKLERİ

Arama Kurtarma Kavramı ve Görev Tanımı

Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (AFAD) tarafından yayımlanan *Açıklamalı Afet Yönetimi Terimleri Sözlüğü*'nde "arama" terimi; herhangi bir afet ve acil durumda afeti yaşamış kişi ve afetten etkilenen bireyin yerinin tespit edilmesine yönelik çalışma olarak tanımlanmıştır. "Arama kurtarma" terimi ise, afet sebebiyle zor durumda kalmış kişilerin, arama kurtarma eğitimlerini almış ve donatılmış resmi veya özel ekipler tarafından aranması, bulunması ve kaldıkları güç durumdan kurtarılması için yapılan çalışma olarak ifade edilmiştir.⁹ Tüm bu süreci uygulayan yardım personeli ise arama kurtarma personeli olarak tanımlanmaktadır.

Arama kurtarma faaliyeti, afetlerde can kayıplarını en aza indirmek için acil uygulanması gereken bir çalışmadır.¹⁰ Bu öncelikten dolayı afette yıkılan her bina için müdahale edecek

arama kurtarma personeli/gönüllüleri ve onların kullanacakları malzemelerin, ekipmanların süratli bir şekilde organize edilmesi, etkili bir afet yönetimi çalışmasının temel gerekliliklerdendir.¹¹

Arama kurtarma personeli/gönüllüleri için kentsel arama kurtarma çalışmalarında enkazda zor durumda kalan kişilerin kurtarılması, ödüllendirici ve tatmin edici olabilmektedir.

Psikososyal Riskler ve Travmatik Maruziyet

Enkaz bölgesinde karşılaşılan yaralı veya ölü yetişkin, yaşlı ve çocuklar; ölü bedenlerden yayılan kokular; yıkılmış ve tahrip olmuş binalar; başarısızlıkla sonuçlanan müdahaleler ve afetten etkilenen bireylerin kaygı, çaresizlik, öfke vb. duygularına maruz kalma gibi durumlar, arama kurtarma personeli/gönüllüleri için de travma sonrası stres bozukluğu gibi psikolojik sağlık sorunlarının ortaya çıkması riskini barındırmaktadır.¹²

Arama kurtarma personelinin/gönüllülerinin karşılaşabileceği stres kaynakları dikkate alındığında bu çalışma grubunun travmatik birtakım olaylara doğrudan maruz kalan bireylerinkine benzer stres tepkileri verebildikleri görülmüştür. Bu tepkiler literatürde ikincil travmatik stres veya dolaylı travmatizasyon şeklinde tanımlanmıştır.¹³ Bu kişiler psikolojik, fiziksel, davranışsal, sosyal ve aile içi ilişkilerinde de sorun yaşayabilmektedir.

Afet çalışanlarının maruz kaldığı stresörler kişiyi bireysel olarak etkileyebildiği gibi birlikte çalıştığı ekip arkadaşlarını da olumsuz etkileme riski barındırmaktadır. Dolayısıyla yoğun stres, yapılan çalışmanın uyumunu ve dengesini zorlayabilmektedir. Neticede yüksek stres sebebiyle ortaya çıkan işlevsel bozulmalar ve

kayıplar, bir ekip çalışması olan afet çalışmalarının verimini de etkilemektedir.¹⁴

Afet Sonrası, Yardım Çalışanlarının Verdiği Tepkiler

Psikolojik Tepkiler

Afet çalışmalarına katılmış kişiler psikolojik olarak;

- Depresif duygular
- Geçici şok
- Korku
- Öfke
- Suçluluk
- Utanç
- Çaresizlik ve umutsuzluk hisleri
- Dikkati bir konuya vermede ya da yoğunlaşmada güçlük
- İstenmeyen anıların hatırlanması
- Uykusuzluk, uyku düzensizliği
- Panik ataklar
- Öfke patlamaları
- Ruhsal çökkünlük hali
- Yaşam amaçlarının kaybı gibi duygular yaşayabilmektedir.¹⁵

Fiziksel Tepkiler

Afet çalışmalarına katılmış kişiler fiziksel olarak;

- Kalp ve damar hastalıkları (çarpıntı, düzensiz atım ve ritim bozukluğu, göğüs ağrıları, hipertansiyon)
- Ülser
- Migren
- Gastrit, ülser, bulantı ve diğer mide rahatsızlıkları
- Yorgunluk, bedensel ağrı ve acı gibi tepkiler verebilmektedir.

Davranışsal Tepkiler

Afet çalışmalarına katılmış kişilerde davranışsal olarak;

- Bağımlılık yapan maddeleri kullanma eğiliminde artış
- İştah artışı veya iştah azalması
- Çalışma motivasyonunun azalması gibi tepkiler görülebilmektedir.

Sosyal ve Ailevi Tepkiler

Afet çalışmalarına katılmış kişilerde;

- Sosyal izolasyon
- Evlilik yaşamında sorunlar
- İş ortamında işe yaramama duygusu
- İşe gitmeme veya devamsızlık

- Yabancılaşma ve motivasyonsuzluk şeklinde tepkiler görülebilmektedir.

Bütün bunların yanı sıra afete müdahale sırasında yaşanan bir kaza sebebiyle arama kurtarma personelinin/gönüllüsünün iş göremez veya engelli durumuna düşmesi, psikolojik yıkımın ve yukarıda bahsedilen tepkilerin artmasına yol açabilmektedir.



2025 yılı itibarıyla İHH Afet Yönetimi Departmanı, arama kurtarma, psikososyal destek ve medikal kurtarma gibi çalışma alanlarında eğitimli 4.000'den fazla gönüllüye sahiptir. İHH'nın kurumsal yapısında ayrıca Türkiye Afet Müdahale Planı referans alınarak oluşturulmuş Afet Yönetim Komisyonu bulunmaktadır.

İHH AFET YÖNETİMİ VE ARAMA KURTARMA ÇALIŞMALARI

İHH Afet Yönetimi

İHH Afet Yönetimi Departmanı'nın temeli, arama kurtarma ve acil yardım çalışmalarının daha etkin ve profesyonel bir şekilde yapılabilmesi amacıyla 2009 yılında Acil Yardım ve Arama Kurtarma Birimi'nin kurulmasıyla atılmıştır.

2020 yılında afet ve acil durumlara bütünleşik afet yönetimi anlayışıyla daha etkin bir şekilde müdahale edebilmek ve risk azaltma gibi faaliyetleri yürütebilmek için İHH Afet Yönetimi Departmanı kurulmuştur. 2025 yılı itibarıyla İHH Afet Yönetimi Departmanı, arama kurtarma, psikososyal destek ve medikal kurtarma gibi çalışma alanlarında eğitimli 4.000'den fazla gönüllüye sahiptir. İHH'nın kurumsal yapısında ayrıca Türkiye Afet Müdahale Planı referans alınarak oluşturulmuş Afet Yönetim Komisyonu bulunmaktadır.

İHH Afet Yönetim Komisyonu'na bağlı çalışma grupları aşağıda sıralanmıştır:

- Arama Kurtarma Çalışma Grubu
- Beslenme ve Ayni Yardım Çalışma Grubu
- Eğitim Çalışma Grubu
- İletişim Çalışma Grubu
- STK ve Gönüllü Yönetimi Çalışma Grubu
- Psikososyal Destek Çalışma Grubu
- Operasyon Yönetimi Çalışma Grubu
- Haberleşme Çalışma Grubu
- Uluslararası İş birliği Çalışma Grubu
- Lojistik ve Depo Yönetimi Çalışma Grubu
- Bilgi Yönetimi Çalışma Grubu
- Barınma Çalışma Grubu
- Sağlık Çalışma Grubu
- Hasar ve Zarar Tespit Çalışma Grubu
- Satın Alma ve Mali İşler Çalışma Grubu¹⁷

İHH Arama Kurtarma 6 Şubat Kahramanmaraş Depremleri Saha Deneyimi

İHH Afet Yönetimi Departmanı'na bağlı İHH arama kurtarma ekipleri 6-23 Şubat 2023 tarihleri arasında depremin etkilediği 11 ilin 8'inde arama kurtarma operasyonları gerçekleştirmiştir. Bu iller Adana, Adıyaman, Diyarbakır, Gaziantep, Hatay, Kahramanmaraş, Malatya ve Şanlıurfa'dır.



İHH arama kurtarma ekipleri 17 gün süren operasyonda 8 ilde toplam 2.156 arama kurtarma görevlisiyle çalışmış ve 485 enkazdan 841 vatandaşımızı sağ olarak, 2.437 vatandaşımızı ise ölü olarak çıkarmıştır.¹⁸

Bu yoğun çalışma temposu ve dolaylı yoldan travmatik yaşantıya maruz kalma durumu, afet çalışanlarında başta travma sonrası stres bozukluğu olmak üzere kaygı bozukluğu, yeme bozuklukları, depresyon gibi psikolojik bozukluklara sebep olabilmektedir. Bunlar dışında afet çalışanlarının yoğun iş temposu, aile içi ilişkilerini ve iş yaşantılarını da olumsuz etkileyebilmektedir. Afet çalışanlarının psikolojik olarak güçlendirilmesinde psikososyal müdahaleler kritik öneme sahiptir.¹⁹ Dolayısıyla arama kurtarma personelinin operasyonel işlevselliğini ve psikolojik iyilik halini sürdürebilmesi adına, çalışana yönelik psikososyal destek programları kritik bir destek alanı olarak ortaya çıkmaktadır.²⁰



TABLO 1: 6 ŞUBAT KAHRAMANMARAŞ DEPREMLERİ ARAMA KURTARMA ÇALIŞMA TABLOSU

Çalışılan İl	Çalışılan Enkaz	Canlı Sayısı	Ex Sayısı	Toplam
Adana	3	20	80	100
Adıyaman	80	77	226	303
Diyarbakır	10	13	42	55
Gaziantep	92	190	468	658
Hatay	141	275	903	1.178
Kahramanmaraş	113	205	546	751
Malatya	40	39	111	150
Şanlıurfa	60	22	61	83
Toplam	485	841	2.437	3.278

ÇALIŞANA DESTEK

Çalışana destek ifadesi, afetlerde yardım çalışanı olarak görev yapan kişilere yönelik psikososyal müdahaleleri tanımlamak için kullanılan bir terimdir. Çalışana destek müdahalesi, afet çalışanlarının afete müdahale sırasında ve sonrasında kullanabilecekleri faydalı bilgileri, eğitimleri, el broşürlerini veya dijital broşürleri, toplantıları; yardım çalışanlarını psikolojik olarak sağaltabilecek akran, paylaşım ve destek toplantılarının yapılmasını, psikoterapi sürecinin organize edilmesini ve sahada çalışanları psikolojik olarak olumsuz etkileyen faktörlerin azaltılmasını hedefleyen çalışmaları kapsamaktadır.²¹

Psikolojik İlk Yardım

Afetlerde ve diğer acil durumlarda, krize müdahale edilen çalışmalarda görev alan gönüllü veya personel, yaşanan olumsuz

durumundan bir şekilde etkilenmektedir. Afet sahasında görev yapanların bir bölümü, bu tür çalışmalara katılıp insanlara yardım etmenin kendilerini geliştirip kişiliklerini olgunlaştırdığını, böylece hayata farklı çerçevelerden bakabildiklerini belirtirken bir bölümü de kendilerini stres ve baskı altında hissedebildiklerini belirtmiştir. Bu kişilerin bazı travmatik yaşantılara maruz kalanlara benzer tepkiler verdikleri görülmüştür. Bu olumsuz etkiler, deneyimli veya afet çalışmalarına hazırlıklı olan kişilerde daha az görülmektedir.²²

Çalışana destek müdahalesi kapsamında yer alan psikolojik ilk yardım, afet gibi zorlu durumlarda afetten doğrudan veya dolaylı olarak etkilenen ve yardıma ihtiyacı olan bireylerin duygu, düşünce ve yaşadıklarını ifade etmelerine ve bu duyguları anlamlandırmalarına yardımcı olmak için uygulanan bir psikososyal müdahale aracıdır.

Nitekim afette çalışmış ve afetten olumsuz etkilenmiş kişilere uygulanan psikolojik yardımın temel amacı, sarsılan güvende olma duygusunu yeniden kazanma konusunda bireylere destek olmaktır. Bu noktada bireyin öz saygısının ve toplumsal yeterlilik duygusunun güçlenmesine yardımcı olup sosyal destek ağlarını desteklemek kritik önem arz etmektedir.²³

Psikolojik İlk Yardımın Arama Kurtarma Çalışanları İçin Önemi

- Travmatik olaydan hemen sonra uygulanan psikolojik ilk yardım, bireyde ortaya çıkan akut stres tepkilerinin hafifletilmesine ve bu tepkilerin zamanla travma sonrası stres bozukluğu belirtilerine dönüşme riskinin azaltılmasına yardımcı olmaktadır.²⁴

- Psikolojik ilk yardım, saha çalışanlarına güvenlik ve destek ortamı sağlayarak çalışanların işlevselliğini korumalarına yardımcı olabilmektedir.²⁵
- Psikolojik ilk yardım, afetten etkilenen kişilerin psikososyal dayanıklılığını artırarak kişileri ikincil travma ve tükenmişlik gibi risklerden koruyabilmektedir.²⁶
- Kolektif bağa ve sosyal dayanışmaya katkı sağlayan psikolojik ilk yardım, kurum ve ekip dayanışmasını da güçlendirmektedir.²⁷

Travma Sonrası Çalışana Destek Müdahaleleri

Afete müdahale eden arama kurtarma görevlileri/gönüllüleri afetin doğası gereği travmatik birtakım yaşantılara maruz kalabilmekte ve bu bağlamda önemli psikolojik risklerle karşı karşıya gelebilmektedir. Dolayısıyla afete müdahale sonrasında uygulanan veya uygulanabilecek çalışana destek programları, afete müdahale eden personelin iyilik halini desteklemekte ve uzun vadeli ruh sağlığı sorunlarını önlemeye yardımcı olabilmektedir.

Debriefing ve Defusing Uygulamaları

Afet ve acil durumlara müdahale sonrasında ruh sağlığı uzmanları tarafından yapılan *debriefing* ve *defusing* uygulamaları, arama kurtarma personelinin/gönüllüsünün yaşadığı travmatik olayların etkilerini anlamlandırmasına, duygusal yükünü düzenlemesine ve ekip içindeki ve sosyal çevresindeki desteğin güçlenmesine katkıda bulunan yarı yapılandırılmış müdahalelerdir. Her iki psikososyal uygulama da travmatik olaylara müdahale eden arama kurtarma personeli/gönüllüsü için koruyucu/önleyici bir psikososyal destek bileşeni olarak görülmektedir.

Etkisiz hale getirme (defusing), travmatik bir olaydan sonra mümkün olan en kısa zamanda (akut dönem), genellikle birlikte çalışan ekiplerle (ör. arama kurtarma personeli) yapılan kısa süreli bir kriz müdahalesidir. Travmatik olayın bitiminden hemen sonra uygulanmaktadır ve olayın travmatik yaşantıya maruz kalan grup içinde değerlendirilmesini, bilgi alma/paylaşım sürecini kapsamaktadır. Defusing sayesinde arama kurtarma personeli yoğun saha koşullarında ortaya çıkan akut tepkilerini anlamlandırabilmekte ve erken dönemde düzenlenen stres ve psikolojik belirtiler, arama kurtarma personelinin görevine daha sağlıklı devam edebilmesine katkı sağlayabilmektedir. Teknik olarak psikolojik bilgilendirmeye benzese de defusing daha az yapılandırılmış ve akut dönemde acil uygulanan bir psikososyal müdahale şekli olarak tanımlanabilmektedir. Genellikle 20-60 dakika süren defusing müdahalesi, travmatik olaya maruz kalmış grubu kapsamaktadır.²⁸

Akut dönem sonrasında bir ruh sağlığı uzmanı eşliğinde uygulanan debriefing ise, travma mağdurlarına (afet, kaza, saldırı, savaş, işkence, aile içi şiddet, yangın vb.) ve travmatik durumlarda görev yapan yardım personeline yönelik uygulanan daha yapılandırılmış bir psikososyal destek müdahalesidir. Debriefing, çoğunlukla 24-72 saat içinde yapılan ve bir kolaylaştırıcı eşliğinde yürütülen grup müdahalesidir. Bu oturumlarda katılımcılardan olayın kendilerinde bıraktığı bilişsel, duygusal ve fiziksel etkileri ifade etmeleri istenir. Çalışmanın amacı tepkilerin normalleşmesi, stres belirtilerinin fark edilmesi ve bozulan anlamlandırma süreçlerinin bilgilendirme/paylaşım yoluyla düzenlenmesi, yeniden yapılandırılmasıdır. Debriefing, özellikle yoğun travmatik maruziyet sonrası “yalnız değilim” algısını destekleyerek ikincil travmatik stres yükünün hafifletilmesine ve ekip dayanışmasının güçlendirilmesine katkı sağlayabilmektedir.²⁹

“ Şubat depremlerine müdahale sürecinde arama kurtarma görevlileri yoğun çalışma temposu, travmatik olaya maruziyet, psikolojik baskı, çevresel ve fiziksel zorluklar sebebiyle psikolojik olarak ciddi bir risk altında görev yapmıştır.

BU ARAŞTIRMANIN ÇALIŞANA DESTEK BAĞLAMINDAKİ YERİ

6 Şubat depremlerine müdahale sürecinde arama kurtarma görevlileri yoğun çalışma temposu, travmatik olaya maruziyet, psikolojik baskı, çevresel ve fiziksel zorluklar sebebiyle psikolojik olarak ciddi bir risk altında görev yapmıştır. Bu süreçte psikolojik ilk yardım gibi erken müdahaleler, psikolojik bilgilendirme materyalleri (SMS, broşür vb.), psikolojik belirtileri anlamlandırmayı amaçlayan psikoeğitimler, akran paylaşımı ve kurumsal bakım bileşenleri vasıtasıyla yürütülen çalışana destek uygulamaları, afette görev yapan kişilerin iyi oluşlarını koruyup desteklemeyi ve aynı zamanda daha etkin ve verimli çalışılabilmesi için operasyonel işlevselliği sürdürebilir kılmayı hedefleyen önemli adımlar olarak görülmüştür. Zira literatürde afet çalışanlarında akut stres tepkileri, ikincil travmatizasyona bağlı travma sonrası stres bozukluğu, tükenmişlik belirtileri gibi tepkilerin ortaya çıkabileceği; dolayısıyla bu süreçte erken psikososyal destek müdahalesinin ve ruh sağlığı uzmanları tarafından izlem/gözlem mekanizmalarının uygulanmasının kritik önem taşıdığı belirtilmektedir.

Bu perspektiften hareketle İHH Afet Yönetimi Departmanı'na bağlı İHH Psikososyal Destek Koordinatörlüğü, 6 Şubat depremleri sonrasında sahada aktif görev yapmış olan arama kurtarma personeline ve gönüllülere yönelik "Çalışana Destek" adıyla yapılandırılmış bir psikososyal destek müdahalesi programı uygulamıştır. Kısa, orta ve uzun vade olarak planlanan bu müdahale programı, üç aşamalı bir şekilde gerçekleştirilmiştir.

Çalışana destek müdahalesinin temel hedefleri; arama kurtarma personelinin/gönüllülerinin sahadaki emeğinin ve taşıdığı psikososyal yüklerin görünür hale getirilmesi, psikolojik iyi oluşlarının desteklemesi, içerisinde bulundukları psikolojik halin değerlendirilmesi ve bir ruh sağlığı uzmanı eşliğinde bilgilendirme yapılması, ihtiyaç halinde personelin/gönüllülerin profesyonel kanallara yönlendirilmesi, izlenmesi ve herhangi bir olumsuzluk durumunda kişiye psikolojik müdahalede bulunulması şeklinde sıralanabilir.

Bu kapsamda İHH Psikososyal Destek Koordinatörlüğü kısa vadede arama kurtarma ve afet çalışanlarının moral/motivasyonlarını ve olası travmatik tepkiler hakkındaki farkındalıklarını artırmayı amaçlayan kişiye özel teşekkür/farkındalık mesajlarını afet bölgesinde görev yapan 5.224 kişiye iletmiştir. Ayrıca deprem bölgesinde yaşayan ve afete doğrudan maruz kalmış kurum çalışanlarına yönelik, çalışanların psikolojik iyi oluşlarına katkı sağlamak ve psikolojik sağlamlıklarını artırmak amacıyla iki psikolog görevlendirmiştir. Psikologlar çalışanların psikolojik destek ihtiyaçlarını değerlendirmeye yönelik 237 kişiyle görüşmüştür.

Orta vadede ise İHH Psikososyal Destek Koordinatörlüğü gönüllüsü olan psikologlar aracılığıyla yapılandırılmış görüşmeler

planlanarak arama kurtarma gönüllüleri üzerinden görüşmeler başlatılmıştır. Görüşmelerde psikologlar, arama kurtarma gönüllülerine sahadaki emekleri için teşekkür ederek psikolojik iyi oluş hakkında kısa bir değerlendirme/psikoeğitim konuşması yapıp ihtiyaç duymaları halinde 1-1,5 ay sonrası için ücretsiz psikoterapi hizmeti alabileceklerini belirtmişlerdir. Bu süreçte 81 gönüllü ruh sağlığı uzmanı, 1.443 arama kurtarma görevlisiyle temas kurmuştur.

Yapılan çalışana destek müdahalesinin bileşenlerinden bir diğeri ise, arama kurtarma gönüllülerinin maneviyatlarını desteklemek amacıyla planlanan çevrimiçi oturumlardır. Bunlar dışında arama kurtarma gönüllülerinin ekip liderlerine yönelik, akut stres belirtileri/travma sonrası stres bozukluğu/normal-anormal tepkiler içerikli ekip içi psikoeğitim oturumu gerçekleştirilmiştir. Bu eğitimde ekip liderlerinin sahadaki ekip süreçlerini daha sağlıklı yönetmelerine ve ekip arkadaşlarında oluşabilecek psikolojik risk belirtilerini erken fark etmelerine yönelik bilgi desteği sağlanmıştır.

Uzun vadede ise İHH Psikososyal Destek Koordinatörlüğü, terapi ihtiyacı bildiren arama kurtarma gönülleri ve aileleri için ücretsiz terapi hizmeti sunabilmek amacıyla 75 gönüllü ruh sağlığı uzmanının destek verdiği bir havuz oluşturmuştur.

İHH Afet Yönetimi Departmanı'na bağlı Psikososyal Destek Koordinatörlüğü tarafından yürütülen çalışana destek müdahalesi programı; kurumsal düzeyde uygulanan hizmetler, gerçekleştirilen temaslar, psikoeğitim uygulamaları ve psikoterapiye yönlendirme mekanizmaları üzerinden tanımlanabilmektedir.

Bu raporda, söz konusu çalışana destek müdahaleleriyle "Kurumsal olarak ne yapıldı?" sorusuna cevap verilmesi ötesinde,

yapılan çalışmaların arama kurtarma gönüllülerinin deneyiminde ve gönüllülük süreçlerinde nasıl karşılık bulduğu ve hangi etkilerle anlamlandırıldığı ortaya konulmaya çalışılmıştır.

YÖNTEM

6 Şubat depremleri sonrasında İHH Afet Yönetimi Departmanı bünyesinde yürütülen “çalışana destek” uygulamalarının arama kurtarma gönüllüleri nezdinde nasıl karşılık bulduğunu anlamaya yönelik gerçekleştirilen bu çalışma, nitel yöntemle yapılmıştır. Çalışma kapsamında, çalışana destek temasına dahil olmuş sekiz arama kurtarma gönüllüsüyle yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiş, görüşmeler dijital ortamda kayıt altına alındıktan sonra yazıya aktarılmıştır. Veriler tekrar tekrar okunmuş, anlam birimleri üzerinden temalar oluşturulmuş ve bu temalar katılımcılar arası ortaklıklarla deneyim farklılıklarını birlikte görünür kılacak biçimde yapılandırılmıştır. Katılımcı kimlikleri anonimleştirilmiş, alıntılar deşifre kodları üzerinden raporlanmıştır. Analiz sürecinde ayrıca arama kurtarma personelinin/gönüllülerinin “çalışana destek” kavramına yüklediği anlam sorgulanmış ve müdahalenin sahadaki karşılığı ile geliştirilmesi gereken yönleri, katılımcı deneyimleri üzerinden açıklanmaya çalışılmıştır.

Araştırmanın Önemi

Bu araştırma, afetlere müdahale eden gönüllülük temelli arama kurtarma ekiplerinde çalışana destek uygulamalarının nasıl deneyimlendiğine ilişkin katılımcı temelli nitel bulgular üretmesi

bakımından önem taşımaktadır. Çalışma, 6 Şubat depremleri sonrasında İHH Psikososyal Destek Koordinatörlüğü tarafından yürütülen kurumsal destek bileşenlerinin (temas/arama, psiko-eğitim, manevi destek ve terapi imkanı) gönüllülerin anlamlandırma süreçleri üzerindeki yansımalarını görünür kılmaktadır. Bu yönüyle araştırmanın İHH Afet Yönetimi Departmanı bünyesinde kurumsal destek yaklaşımının geliştirilmesine ve olası afet süreçlerinde daha sürdürülebilir, erişilebilir ve sahaya duyarlı müdahale programları tasarlanmasına katkı sunabileceği değerlendirilmektedir.

BULGULAR

Tablo 2, araştırma örneklemini oluşturan sekiz arama kurtarma gönüllüsünün gönüllülük geçmişi ve geçmiş saha deneyimleriyle 2023'te yaşanan 6 Şubat depremleri sürecinde yürütülen çalışana destek müdahalesinin zamansal akışını birlikte görünür kılmaktadır. Katılımcılar, depremlerden etkilenen farklı illerde (Hatay, Gaziantep, Kahramanmaraş, Adıyaman, Malatya) görev almış; sahada kalış süreleri 4 ila 13 gün arasında değişmiştir. Gönüllülük süreleri 5-14 yıl aralığında olan söz konusu katılımcılar, önceki afet deneyimleri bakımından da heterojen bir dağılım göstermektedir. Katılımcılardan bazıları yalnızca 6 Şubat depremlerinde görev almışken, bazıları sel, yangın ve farklı deprem müdahaleleri dahil olmak üzere çoklu afet deneyimine sahiptir. Bu çeşitlilik, çalışana destek uygulamalarının farklı deneyim düzeyleri ve operasyonel bağlamlarda nasıl karşılık bulduğunu karşılaştırmalı biçimde değerlendirmeye olanak sağlamaktadır.

TABLO 2: KATILIMCI BİLGİLERİ VE ÇALIŞANA DESTEK MÜDAHALE SÜREÇLERİ

Katılımcı	Gönüllülük Süresi	Daha Önce Görev Yaptığı Afetler	6 Şubat Kahramanmaraş Depremlerinde Görev Yaptığı Yer	Görev Süresi	Çalışana Destek Müdahalesinde İlk Temas (SMS)	
K1	6 Yıl	2023: 6 Şubat Kahramanmaraş Depremleri	Hatay	8 Gün	24.02.2023	
K2	12 Yıl	2023: 6 Şubat Kahramanmaraş Depremleri	Gaziantep	4 Gün	24.02.2023	
K3	7 Yıl	2020: Giresun Sel Felaketi 2020: İzmir Depremi 2023: 6 Şubat Kahramanmaraş Depremleri	Kahramanmaraş	10 Gün	24.02.2023	
K4	8 Yıl	2018: Kartal Enkazı 2019: Düzce Sel Felaketi 2020: Giresun Sel Felaketi 2020: Elazığ Depremi 2020: İzmir Depremi 2023: 6 Şubat Kahramanmaraş Depremleri	Gaziantep	8 Gün	02.03.2023	

	Ruh Sağlığı Uzmanlarının İletişime Geçtiği (Yarı Yapılandırılmış Görüşme) İlk Tarih	Ruh Sağlığı Uzmanının Son Görüşme Tarihi	Çalışana Destek Müdahalesi Arama Notları
	28.02.2023	31.12.2025	Afet sahasından döndükten sonra arama kurtarma çalışmaları sırasında enkazdan sağ olarak çıkaramadıkları bir kişiden ciddi şekilde etkilendiğini belirten katılımcı, ilk üç gün boyunca o kişinin görüntüsünün sürekli zihninde canlandığını aktarmıştır.
	25.02.2023	28.12.2025	Herhangi bir sorun yaşamadığını belirtmiştir.
	25.02.2023	20.11.2025	Daha önce Yalova Depremi'ni yaşadığını, psikolojik olarak dayanıklı olduğunu ve desteğe ihtiyaç duymadığını belirtmiştir.
	26.02.2023	08.11.2025	Afet sahasından döndükten sonraki ilk üç gün bazı sıkıntılar yaşadığını ve sosyal medyadan olumsuz etkilendiğini söylemiştir.

TABLO 2: KATILIMCI BİLGİLERİ VE ÇALIŞANA DESTEK MÜDAHALE SÜREÇLERİ

Katılımcı	Gönüllülük Süresi	Daha Önce Görev Yaptığı Afetler	6 Şubat Kahramanmaraş Depremlerinde Görev Yaptığı Yer	Görev Süresi	Çalışana Destek Müdahalesinde İlk Temas (SMS)	
K5	7 Yıl	2020: İzmir Depremi 2023: 6 Şubat Kahramanmaraş Depremleri	Gaziantep	8 Gün	24.02.2023	
K6	14 Yıl	2011: Van Depremi 2020: Van Başkale Depremi 2020: Elazığ Depremi 2021: Van Başkale Sel Felaketi 2021: Kastamonu Sel Felaketi 2023: 6 Şubat Kahramanmaraş Depremleri	Adıyaman	11 Gün	24.02.2023	
K7	9 Yıl	2023: 6 Şubat Kahramanmaraş Depremleri	Hatay	10 Gün	24.02.2023	
K8	5 Yıl	2021: Rize Sel 2021: Antalya-Muğla Yangınları 2023: 6 Şubat Kahramanmaraş Depremleri	Malatya	13 Gün	24.02.2023	

İHH ARAMA KURTARMA GÖNÜLLÜLERİNDE ÇALIŞANA DESTEK DENEYİMİ

	Ruh Sağlığı Uzmanlarının İletişime Geçtiği (Yarı Yapılandırılmış Görüşme) İlk Tarih	Ruh Sağlığı Uzmanının Son Görüşme Tarihi	Çalışana Destek Müdahalesi Arama Notları
	26.02.2023	08.11.2025	Afet sahasından döndükten sonraki ilk bir hafta kendisini enkazın altında hissetmek ve ara ara enkazın altında kendisini görmek gibi sıkıntılı durumlar yaşadığını belirtmiştir. Görüşmenin iyi geldiğini ve artık herhangi bir sıkıntısının olmadığı söylemiştir.
	28.02.2023	02.01.2026	İyi olduğunu, psikolojik olarak etkilendiği şeyler olsa da artık toparlandığını belirtmiştir.
	27.02.2023	01.01.2026	Genel durumunun iyi olduğunu fakat zaman zaman zihninde bazı görüntülerin canlandığını, bu durumun artması halinde Afet Yönetimi Departmanı'nda görev yapan psikoloğa ulaşacağını belirtmiştir.
	27.02.2023	26.12.2025	İlk zamanlara kıyasla bazı stres belirtileri yaşadığını söylemiştir. Semptomlarında azalma olmazsa Afet Yönetimi Departmanı'nda görev yapan psikoloğa ulaşacağını belirtmiştir.

Müdahale sürecinin işleyişine bakıldığında, operasyonun hemen ardından arama kurtarma çalışması yapanların büyük çoğunluğuyla kişiye özel SMS ile ilk temasın kurulduğu, akabinde ruh sağlığı uzmanlarının yarı yapılandırılmış görüşmeler aracılığıyla katılımcılarla iletişime geçtiği görülmektedir. Tablo 2'deki tarihler, ilk temasların erken dönemde başlatıldığını ve müdahalenin ağırlıklı olarak akut dönemde konumlandığını göstermektedir. Bununla birlikte, görüşme tarihleriyle temasın sonlandığı tarihler birlikte değerlendirildiğinde, temasların çoğunlukla izleme yayılmaktan ziyade, kısa bir zaman aralığında tamamlandığı, dolayısıyla çalışana desteğin bu örnekleme daha çok erken dönem temas-değerlendirme-yönlendirme ekseninde yapıldığı anlaşılmaktadır.

Sonuç olarak Tablo 2 hem örneklemin görev ili, saha süresi ve afet deneyimi bakımından çeşitlendiğini hem de çalışana destek müdahalesinin operasyon sonrası erken dönemde başlatılıp görece sınırlı bir zaman dilimine yayılan bir uygulama mantığıyla yürütüldüğünü ortaya koymaktadır. Bu da bulguların yorumlanmasında katılımcılar arası ortaklaşan deneyim örüntülerini, katılımcıların farklılaşan ihtiyaçlarını ve etkilenme düzeylerini birlikte ele almayı mümkün kılan bir arka plan sunmaktadır.

1. Gönüllülüğe Yüklenen Anlam ve Motivasyon

"Gönüllülük bir tercih değil vicdani/manevi bir sorumluluk ve hayatı anlamlandırma biçimidir." Katılımcılarla yapılan görüşmeler, arama kurtarma gönüllülüğünün yalnızca belirli dönemlerde yapılan bir çalışma olarak görülmediğini, zamanla kişinin kendisini konumlandığı hayatına yön veren değer temelli bir duruş olarak

benimsendiğini göstermektedir. Arama kurtarma gönüllüleri bu duruşu, çoğunlukla iyi olana yönelme, insana dokunma ve faydalı olma fikriyle ortaya koyarken; bu duruşun aynı zamanda kişinin kendi iç dünyasında anlam üretmesini sağlayan bir kaynak haline geldiği görülmektedir. Bazı katılımcılar bu anlamı doğrudan varoluşsal bir çerçeveye yerleştirmektedir: *"Dünyanın ne kadar boş olduğunu anlıyorsun; en azından İyi ki şuna yardım etmişim diyorsun..."* (K4). Bu tür ifadeler, gönüllülüğün yalnızca dışarıya dönük bir yardım eylemi olmadığını, aynı zamanda kişinin kendi yaşamını "boşluk-anlam" ekseninde yeniden yorumladığı bir alan olduğunu göstermektedir.

Bu anlam dünyasının merkezinde, afet sahasının somut hedefi olan hayat kurtarma pratiği güçlü bir motivasyon kaynağı olarak yer almaktadır. Katılımcılarla yapılan görüşmelerde "başarma" ya da "operasyon" gibi teknik bir dilden ziyade, daha çok insani ve ahlaki bir hedef vurgusunun öne çıktığı bir dilin kullanıldığı görülmüştür: *"Bir canı kurtarabilirsek ne mutlu bize..."* (K6). Bu ifade, gönüllülüğün, özünde bir işten çok kişinin kendisiyle ve dünyayla kurduğu ilişkiyi yeniden tanımlayan bir sorumluluk gibi deneyimlendiğine işaret etmektedir. Benzer biçimde, bazı katılımcılar gönüllülüğü "kendiliğinden ortaya çıkan bir vicdani zorunluluk" olarak konumlandırmaktadır, *"Vicdanen boşluğa düşüp... sürekli onu yapmaya devam etmeye çalışıyorsun..."* (K7) cümlesi, bu süreklilik hissini ve içsel zorunluluğu görünür kılmaktadır.

Katılımcıların önemli bir kısmında motivasyon, maddi karşılıktan belirgin biçimde ayrırmakta; gönüllülük, özellikle manevi karşılık ve inançla ilişkilendirilmektedir. Bu bağlamda gönüllülük, kişinin kendisini iyi hissetmesine yarayan psikolojik bir telafiden

ziyade doğru olanı yapma hissini besleyen bir kavramdır. K8'in "*Ben maddi olarak bir şey istemedim, manevi duygu bizim için çok daha önemli.*" ifadesi, bu ayrımı açık biçimde ortaya koymaktadır. Yine aynı katılımcının "*Daha fazla motive oluyorsun... inanç doğrultusunda.*" sözleri, motivasyonun kişisel değerler kadar kolektif kültür ve inanç ortaklığı üzerinden de güçlendiğini düşündürmektedir.

Gönüllülüğün sürdürülebilirliğinde kurumsal aidiyet ve kuruma duyulan güven kritik bir rol oynamaktadır. Katılımcılar, İHH çatısı altında gönüllülüğü yalnızca bir ekibe katılmak olarak değil kendi değerleriyle uyumlu kurumsal bir zeminde yer almak olarak da tanımlamaktadır. Bu çerçevede, "*Hizmet verdiği insanlar açısından da çok benimsediğim bir kurum.*" (K5) ifadesi, aidiyetin salt organizasyonel değil aynı zamanda etik ve duygusal bir uyum üzerinden kurulduğunu da göstermektedir. Bazı katılımcıların ekibe dair vurguları da bu uyumu pekiştirmektedir. Ekip, zor koşullarda dayanma kapasitesini artıran bir "biz" duygusu üretmektedir (K1, K2, K3). Böylece gönüllülük, bireysel bir niyetin ötesine geçerek kurumsal çerçeve ve ekip ilişkileri içinde güçlenen bir kimlik deneyimine dönüşmektedir.

Gönüllülüğün anlamı yalnızca sahada değil katılımcıların sosyal çevrelerinde de sınanıp yeniden kurulmaktadır. Aile/çevre tepkileri her zaman baştan destekleyici olmayabilmektedir. Bazı anlatılarda bu durum açıkça görülmektedir: "*Eşim destek vermiyordu, çok anlam da vermiyordu...*" (K8). *Bir başka anlatıda "Bizim eşlerimiz sahabe hanımları değil... Çevremde benim gibi bu işi yapan birçok insan ailesiyle problem yaşıyor, yaşamaya da devam ediyor. Ben de yaşıyorum. Ben de yaşadım. Hiçbir kadın eşini, hiçbir çocuk babasını başkasıyla paylaşmak istemez. 6*

Şubat'ta bile gece ilk haberi aldığımızda ben hemen hazırlanmaya başladım ama hanımım bana, 'Ya çok uzak bir yerde, sana gele- ne kadar başkaları mutlaka gider, sen gitme.' dedi." (K3). Buna rağmen katılımcıların gönüllülüğü sürdürmesi, motivasyonun onaydan çok içsel gerekçe ve değer bağlılığı üzerinden beslen- diğini düşündürmektedir. Bu yönüyle gönüllülük, katılımcıların hayatında yalnızca bir rol değil zamanla daha kalıcı bir anlam ve yön duygusu üreten bir eksen haline gelmektedir.

2. Travmatik Maruziyetin Eve Taşınan İzleri (Psikolojik ve Fiziksel Etkiler)

Deprem sahası, katılımcıların anlatılarında sadece bir operasyon alanı değil duyuların, bedenın ve anlam dünyasının aynı anda zorlandığı bir eşik gibidir. Enkazın sesi, görüntüsü ve kokusu zamanın akışını bozan, gündelik hayatın mantığını askıya alan bir atmosfer yaratmaktadır. Bu atmosfer içinde katılımcılar, bir yandan işe yarama ve hayat kurtarma motivasyonu ile hareket ederken diğer yandan insanın dayanma sınırlarını zorlayan bir gerçeklikle yüz yüze gelmektedir. K8'in şu ifadesi bu duyusal taşmayı çok net biçimde özetlemektedir: *"Enkazdan çıktığım zaman o kokuyu hissediyordum. Kaldığım yerde de bu koku geli- yor..." (K8). Burada koku, yalnızca bir duyu değil kişinin bulunduğu her yere sızan, hafızayı "orada tutan" bir iz haline gelmektedir. Yapılan görüşmelerden, maruziyetin olay bitince biten bir yaşantı olmadığı, bedenın ve zihnin peşini bırakmayan bir "devamlılık" olduğu anlaşılmaktadır.*

Bu devamlılık yalnızca duyusal düzeyde değil duygusal ve zihin- sel düzeyde de sürmektedir. Bazı katılımcılar deprem bölgesinden döndükten sonra dahi zihnin normal ritmine geri dönemediğini,

geceleri tekrar tekrar aynı temaya dönüldüğünü anlatmıştır. K5 bunu doğrudan rüya diliyle ifade etmiştir: *"Buraya döndükten sonra rüyamda sürekli depresyon oluyordu."* Rüya burada basit bir kabus anlatısı değil yaşantının zihinde tamamlanamadığını, zihnin hala o alanı işlemeye çalıştığını düşündüren bir işaret gibidir. Yani depresyon sahası, katılımcıların dünyasında "geçmişte kalmış bir görev" değil sonradan da zihne girip çıkan, kişinin günlük hayatına sızan bir deneyim olarak temsil edilmektedir.

Öte yandan bu temada güçlü bir başka çizgi, katılımcıların hazır olma halini içselleştirmiş olmalarıdır. K7'nin uyku anına dair anlatımları, müdahale sonrasında, özellikle akut dönemde sahada edinilen alarm halinin nasıl gündelik yaşama taşındığını göstermektedir: *"Tam uykuya dalacağım 'Ağabey seni tekrar göreve çağırıyorlar.' diye bir ses işitiyordum..."* Bu cümledeki vurgu, yalnızca yeni bir görevin gelmesi değil kişinin zihninin zaten tam kapanmak üzereyken bile tekrar çağrıya açılmasıdır. Böylece depresyon deneyimi, dönemsel bir görev olmanın ötesinde, kişide sürekli bir teyakkuz, süregelen bir hazır olma psikolojisine sebep olmaktadır.

Bu izlerin bir diğer boyutu da yaşanan deneyimin aile ve yakın ilişkiler üzerinde açtığı yeni anlam katmanlarıdır. K4'ün anlatısı bu noktada belirgindir: *"Geri döndüğümde çocuklarım, eşim daha farklı sarılıyordu..."* Bu ifade yalnızca ailedeki özlemi değil depresyon sahasının aile ilişkilerinde de bir kırılma yarattığını düşündürmektedir. Sarılmanın farklılaşması hem yaşanan riskin ve kaybetme olasılığının aile tarafından daha fazla hissedilmesiyle hem de katılımcının hayatın kırılganlığını daha somut şekilde deneyimlemesiyle ilgilidir. Bu tür ifadeler, depresyon deneyiminin kişide değerler düzeninin yeniden kurulduğunu; yakınlık, gü-

“Geri döndüğümde çocuklarım, eşim daha farklı sarılıyordu...” Bu ifade yalnızca ailedeki özlemi değil deprem sahasının aile ilişkilerinde de bir kırılma yarattığını düşündürmektedir. Sarılmanın farklılaşması hem yaşanan riskin ve kaybetme olasılığının aile tarafından daha fazla hissedilmesiyle hem de katılımcının hayatın kırılganlığını daha somut şekilde deneyimlemesiyle ilgilidir.

venlik, ev ve aidiyet gibi kavramların daha hassas bir yerden yeniden anlamlandırıldığını göstermektedir.

Bu temada dikkat çeken bir başka ortak hat da kurumsal temasın arama kurtarma gönüllüsünde yarattığı görünür olma, değerli hissetme duygusudur. Bazı katılımcılar psikososyal desteği yalnızca teknik bir müdahale değil “insani karşılık” olarak konumlandırmaktadır. K6 bu karşılığı açıkça ifade etmektedir: “6 Şubat depreminden sonra vakıf merkezinden bir psikolog beni aradı. Bu çok hoşuma gitti...” “Aradılar sordular. Bize değer veriyorlar diye düşündüm...” Bu ifadelerde destek, yalnızca “iyi hissettirme” değil aynı zamanda yalnız olmadığını, kurumun kişiyi geride bırakmadığını hatırlatan bir bağ kurma biçimidir. Böylece maruziyetin bıraktığı yalnızlık ve yük duygusuna karşı, ilişki üzerinden bir dengeleme mekanizması ortaya çıkmaktadır.

Sonuç olarak bu tema, arama kurtarma deneyiminin katılımcılar için iki uçlu bir anlam taşıdığını göstermektedir: Bir yanda sahada olmanın ağır duyuşal-duygusal izleri (koku, rüya, alarm hali, ev yaşamına sızma vb.), diğer yanda bu yüklerle baş etmeyi mümkün kılan bağlar (aileye dönüşte değişen yakınlık, kurum

tarafından görülme ve hatırlanma vb.). Katılımcıların ifadesiyle; *"Deprem sahası bitse bile zihin ve beden için hiçbir zaman tam olarak bitmiyor."* Ancak görüşmelerde, destek ve dayanışma temaslarının bu bitmeyişe bir tamamlanma imkanı sunduğu, en azından yükü taşınabilir veya paylaşılabılır kıldığı görülmektedir.

3. Kurumsal Temasın Arama Kurtarma Gönüllüleri Nezdinde Etkisi: Hatırlanmak, Görülmek ve Güven İnşası

Deprem müdahalesi gibi yüksek yoğunluklu sahalardan dönen arama kurtarma gönüllülerinin anlatılarından, çalışana destek uygulamasının yalnızca bir psikolojik müdahale olarak değil daha geniş bir anlam dünyasında, kurumun gönüllüyü görmesi, hatırlaması ve sahiplenmesi olarak okunduğu anlaşılmaktadır. Bu tema, gönüllülerin müdahale sonrasında başlayan içsel yükleriyle kurumsal temasın kesiştiği noktada belirginleşmektedir: Sahadaki çalışma sürerken çoğu kişi yapılan işe odaklı kalabilse de dönüşte, bedenin ve zihnin gevşemesiyle birlikte, yaşantılar geriye dönük olarak çökmeye başlamaktadır. Tam da bu gecikmeli etki sürecinde, bir telefon, bir mesaj ya da kısa bir takip görüşmesi, gönüllülerin ifadesiyle yalnız bırakılmama hissini güçlendirmektedir. Katılımcıların çalışana destek uygulamasına dair görüşleri, bu müdahalenin yalnızca psikolojik bir hizmet paketi olarak değil sahada emek veren arama kurtarma görevlisi için kurum tarafından görüldüğünü, takip edildiğini, önemsendiğini gösteren sembolik bir bakım dili olarak algılandığını ortaya koymaktadır. Bu bağlamda etkili olan şey, yalnızca içerik (arama, görüşme, yönlendirme) değil temasın kendisidir: Aranmak, hatırlanmak, yükün paylaşılabılır olduğunun ima

edilmesi, katılımcılar için önemli olgular olarak öne çıkmaktadır. Bir katılımcı bu duyguyu doğrudan *"Aranmak, hatırlanmak, bu süreçte gerçekten güzel."* (K7) sözleriyle ifade etmiştir. Yine başka bir katılımcı *"Destegin haricinde, arandığım için onore oldum, hoşuma gitti. Vakfım adına da onur duydum."* (K3) demiştir. Bazı katılımcılar, beklemedikleri bir anda gelen aramanın kendilerinde bıraktığı izi özellikle vurgulamıştır. Örneğin bir katılımcı, sürecin içindeyken böyle bir beklentisi olmadığını ama sonradan kurumsal temasın değerini fark ettiğini söylemiştir: *"Bir gün ansızın arandım..."* (K1). Aynı katılımcı, alınan kurumsal bir teşekkür mesajının yalnızca bilgi değil duygusal bir karşılık ürettiğini de ifade etmiştir: *"Sonra bir mesaj da geldi. Allah razı olsun! 'Sizi hiçbir zaman unutmadık' tarzında bir mesajdı..."* (K1). Bu tür ifadeler, gönüllünün deneyiminde destek kavramının teknik bir hizmet olmaktan çıktığını, değer görme ve emeklerinin tanınması olarak hissettirilmesinde bir araç olarak algılandığını göstermektedir. Katılımcıların bir kısmı için kurumsal temas, doğrudan kuruma güven duygusunu artıran bir eşik haline gelmektedir. *"Beni arayıp nasılsın, iyi misin, bir problem var mı diye sorulması, kurumuma güvenimi arttırdı."* (K5) ifadesi, bu durumu açıkça ortaya koymaktadır. Burada arama eylemi basit bir kontrol değil gönüllünün zihninde kurumu yeniden konumlandıran bir işaret gibidir: Kurum yalnızca sahaya çağıran değil sahadan sonra da gönüllünün yükünü fark eden ve onunla ilgilenen bir yapıdır. Nitekim aynı katılımcı *"Psikoloğun aramasının çok fazla faydası var."* (K5) diyerek bu temasın pratik ve duygusal etkisine birlikte işaret etmiştir. Buradaki vurgu, teknik bir müdahaleden ziyade, afet sonrası yaşanan yıpratıcı deneyimin ardından arama kurtarma gönüllüsünün/personelinin yalnız bırakılmadığına dair duygusal destek mekanizmasının oluşmasıdır.

Bu temasın güven vermesi, özellikle temasın/aranmanın beklenmedik oluşuyla güç kazanmaktadır. Katılımcılar, depremin ardından bir gün beklenmedik bir şekilde aranmış olmayı, sahadaki yoğunluk bittikten sonra dahi kurumun kendileriyle ilişkiyi sürdürmesi olarak yorumlamaktadır. Bir katılımcı, *"Bir gün ansızın arandım. Telefonun ucunda bir psikolog..."* (K1) diyerek bu temasın şaşırtıcılığını ve aynı zamanda ciddiyetini anlatmaktadır. Bir başka katılımcı, bu aramaların ekipte nasıl karşılık bulunduğunu şu sözlerle aktarmıştır: *"Tabii ki diğer arkadaşlarımın da aranması benim için çok değerli... Hepsiyle de görüştüm... Destek alması gereken arkadaşlarımız olduğunu biliyorduk. Ne bileyim işte gece kalkıp dışarı çıkan insanlar oluyordu...uyur gezer gibi... Ama psikoloğun aramasından sonra başka doktora gitmeye gerek olmadığını düşündük..."* (K4). Bu ifade, çalışana desteğin ekip içinde yalnızca bireysel rahatlama değil aynı zamanda değer görme üzerinden sosyal bir karşılık ürettiğini hatta ekip dinamiğine kadar uzanan bir anlam taşıdığını göstermektedir. Güven ve aidiyet hissi, bazı katılımcılarda daha kurumsal bir çerçeve üzerinden tariflenmektedir. Bir katılımcı, desteğin anlamını arkada durulma üzerinden okumuştur: *"Bir nevi güven, yani arkamda durma..."* (K6). Aynı görüşmede, kurumsal aramanın etkisi yalnızca "İyi misin?" sorusundan değil bu sorunun arkasındaki niyetten okunmaktadır: *"O psikoloğun araması kurumun bana karşı olan ilgisini hissettirdi, daha öncekilerden çok farklıydı; etkiledi açıkçası..."* (K6). Yani temasın kendisi kadar, teması mümkün kılan kurumsal irade de gönüllünün zihninde farklı bir anlam üretmiştir.

Öte yandan bazı katılımcılar, destek ihtiyacının sahada değil sahadan sonra belirginleştiğini söyleyerek daha zamanlı bir okuma

yapmıştır. Bu yaklaşım, çalışana desteğin tek seferlik değil takip ve süreklilik boyutunu öne çıkarmaktadır. *"Afetten sonra, bir ay sonra arandım. Biraz psikolojik destek içerikli bir görüşme yaptık. Arayıp sorma olmadığında insan kendi kendine 'Ne yapıyorlar?' diye düşünüyor..."* (K7). Burada gönüllünün zihninde, temas olmasa bile kurumu aramaya devam ettiği, temas olduğunda ise bu belirsizliğin yatıştığı ve hatırlanma duygusunun güçlendiği görülmektedir. Aynı katılımcının *"Güçlü bir STK çatısı altında olma, hatırlanma..."* (K7) ifadesi, çalışana desteğin en yalın kurumsal karşılığını yansıtmaktadır. Benzer biçimde başka bir katılımcı da desteğin kurumsal düzeyde olmasının önemini vurgulamıştır: *"Sağ olsun Afet Yönetimimiz burada bir psikolojik destek verdi..."* (K8). Bu ifade, kurumun yalnızca operasyonel değil insani/psikolojik boyutu da sahiplenen bir aktör olarak görüldüğüne işaret etmektedir. Aynı katılımcı, ihtiyacın yaygınlığını vurgulayan bir değerlendirme de yapmıştır. Böylece çalışana destek uygulamaları, bireysel faydanın ötesinde, kurumun kendi insan kaynağını koruma kapasitesi olarak da anlam kazanmaktadır.

Katılımcıların bir kısmı için çalışana destek uygulaması, profesyonel yardım arayışına giden yolun normalleştirici bir eşiği gibi çalışmıştır. Bir katılımcı, bu sürecin *"Psikologlar tarafından aranıp, psikolojik anlamda nasılsın, iyi misin?"* sorusu sorulduktan sonra aşıldığını; ardından istenirse profesyonel destek arayışına başlanabildiğini anlatmıştır (K8). Benzer biçimde başka bir katılımcı da görüşmeyi *"Psikologlarla telefonda görüşme, psikolojik bir mülakat..."* (K5) şeklinde tarif ederek temasın yalnızca bir hal hatırlama sorma olmadığını, deneyimi anlamlandırmaya yardımcı olan bir çerçeve sunduğunu belirtmiştir. Bu anlatılarda mülakat ya da değerlendirme vurgusu, arama kurtarma gönüllüsünün yaşa-

O mesaj, 'takdir ediliyorsun' marifet göstermeye devam edebilirsin anlamına geliyordu..." (K1). Bu tür ifadeler, çalışana desteğin sahadaki psikolojik yükü doğrudan pazarlığa girmeden, her şeyden önce emeği tanıma üzerinden kişiyi regüle ettiğini düşündürmektedir. Yani destek, kimi zaman konuşmaktan önce kişiyi, emeği, gayreti görmekle başlar.



dıklarını sıradanlaştırmadan ele alan bir ciddiyet beklentisine de işaret etmektedir; yani destek, teselli değil yaşananın ağırlığını kabul eden bir profesyonel yaklaşım olarak değer kazanmaktadır.

Çalışana destek uygulamasının katılımcı deneyiminde iz bırakan en güçlü yönlerinden biri, takdir edilme meselesidir. Bir katılımcı, bireyselleştirilmiş mesaj/teşekkür mesajlarının moral etkisini açık biçimde ifade etmiştir: "O mesaj, 'takdir ediliyorsun' marifet göstermeye devam edebilirsin anlamına geliyordu..." (K1). Bu tür ifadeler, çalışana desteğin sahadaki psikolojik yükü doğrudan pazarlığa girmeden, her şeyden önce emeği tanıma üzerinden kişiyi regüle ettiğini düşündürmektedir. Yani destek, kimi zaman konuşmaktan önce kişiyi, emeği, gayreti görmekle başlar. Arama kurtarma gönüllüsü için bu tür yaklaşımlar, kurumun onu yalnızca gönüllü gücü olarak görmediğine, duygusal olarak da onunla ilgilendiğine, onu izlediğine dair güçlü bir işaret üretir.

Sonuç olarak bu temada çalışana destek, katılımcıların dilinde en çok şu ortak anlamlara bağlanmaktadır: görülmek, hatırlanmak, yalnız bırakılmamak, kuruma güvenmek ve aidiyet hissetmek. Bu yönüyle destek, yalnızca psikolojik semptomları azaltan

bir araç değil gönüllünün kurumsal ilişkisinde “ben bu yapının parçasıyım” duygusunu üreten, deneyimi daha taşınabilir kılan bir karşılık alanıdır.

4. Psikolojik Dayanıklılığa Etki Eden Faktörler

Katılımcılarla yapılan görüşmelerde, afet sahasının yalnızca fiziksel bir mücadele alanı olmadığı, aynı zamanda duygusal yükün taşındığı ve bu yükü baş edebilmek için farklı dayanakların devreye girdiği bir bağlam olduğu gözlemlenmiştir. Bu dayanaklar çoğu görüşmede dört ana hatta birleşmiştir: ekip arkadaşlığı ve dayanışma, aileyle kurulan ilişki, maneviyat ile anlamlandırma ve kurumsal hatırlanma. Bu dört hat, katılımcıların hem sahada işlevselliğini sürdürmesine hem de döndükten sonra deneyimi hayatın içine yerleştirmesine yardımcı olan bir tür içsel/dışsal destek sistemi gibi çalışmaktadır.

Saha deneyimi birçok katılımcı için anlatılamayana taşımanın zorunlu olduğu bir süreçtir. Tam da bu noktada ekip, yalnızca birlikte operasyona çıkılan kişiler değil duygusal yükün paylaşılabilirdiği bir “anlama alanı” olarak betimlenmektedir. K8’in ifadesi bu ortak duyguyu çok net özetlemektedir: “*Oradaki arkadaşlar içimizi rahatlatıyor...*” Bu rahatlatma bazen doğrudan konuşmakla bazen sadece aynı şeyi yaşamış insanların yanında bulunmakla ortaya çıkmaktadır. K7’nin “yük” metaforu da ekip dayanışmasının sahadaki karşılığını görünür kılmaktadır: “*İnsanın omuzlarındaki yük nasıl alınır? ‘Bu yolda beraberiz’ denilirse yük hafifler...*” Burada destek, profesyonel bir teknikten ziyade, beraberlik duygusunun kurduğu psikolojik destekle ilişkilendirilmektedir. Yük tek başına taşınmıyor, paylaşıldığında taşınabilir hale geliyor.

Ancak dayanıklılık konusu yalnızca ekip içi bir mesele değildir. Katılımcıların çoğu için aile hem koruyucu bir tampon hem de zaman zaman gerilim üreten bir alandır. Aile rızası, gönüllülüğün sürdürülebilirliğini belirleyen bir eşik gibidir. Bir katılımcı, gönüllülük işinin "uçurulabilmesi" için evin destekleyici olması gerektiğini, aksi durumda gönüllünün psikolojik olarak dağılabildiğini vurgulamıştır: *"Bu işte uğraşabiliyorsan evin seni uçurması lazım... En büyük destekçin kim? Allah razı olsun hanım..."* (K1). Burada rıza, sadece aile içi bir uzlaşa değil gönüllünün sahada taşıdığı yükün meşruiyetini ve içsel rahatlığını kuran bir zemin olarak görülmektedir. Aynı katılımcı, rızayı ahlaki bir muhasebeye dönüştürerek *"Hanım senden razı değil... ama sen Allah'ın rızasını kazanmaya çalışıyorsun... bence evine sorumlusun..."* diyerek sorumluluk hiyerarşisini aile üzerinden yeniden kurmaktadır (K1). Bazı görüşmelerde ise eşin/sosyal çevrenin gönüllülüğü sahiplenmesi, çalışmayı daha sürdürülebilir kılan bir destek olarak anlatılmaktadır. K6'nın sözleri bu uyumlanmayı yansıtmaktadır: *"Eşim de vakıftan... dolayısıyla pek sıkıntı olmuyor."* Hatta bu uyum bazen teşvik edici bir dile dönüşmektedir: *"Gitmediğim zaman eşim bana kızıyordu, 'git' diyordu..."* (K6). Buna karşılık, bazı katılımcılarda ev içi bağlam daha karmaşık bir duygu üretmektedir. K8'in ifadesi bu çatışmayı çarpıcı biçimde ortaya koymaktadır: *"Depremde insanların eşi ölüyor, bense eşimi bırakıp gitmişim... bir vicdan azabı hissediyordum."* Bu anlatı, gönüllülüğün yalnızca sahada değil evde de müzakere edilen bir anlam taşıdığını, kişinin hem yardım eden hem yakınlarını bırakan kişi olmanın duygusal yükünü aynı anda taşıyabildiğini göstermektedir.

Aile temasında dikkat çeken bir başka ortak nokta ise, katılımcıların bir kısmının sahada yaşadıklarını ev içinde seçici biçimde

paylaşmayı tercih etmesidir. Burada öncelik, anlatmak değil aileyi ya da evin dengesini korumaktır. K7'nin çocuklarına yaklaşımı bu seçiciliği yansıtmaktadır: *"Çocuklarıma bir şey anlatmıyorum ama onlara bazı şeyleri davranışlarımla göstermeye çalışıyorum."* Burada afet deneyimi, söze dökülen bir hikayeden çok, gündelik hayatta "nasıl bir insan olunduğu" üzerinden aktarılmaktadır. Bu da bize, bazı katılımcıların yaşantıyı kelimelerle değil davranışla, tutumla, bazen sessizlikle taşıdığını düşündürmektedir.

Üçüncü dayanak hattı olarak maneviyat gelmektedir. Görüşmelerin çoğunda deneyimi katlanılabilir kılan bir anlam çerçevesi sunduğu gözlemlenen maneviyatın, yalnızca teselli eden bir duygu olmadığı, aynı zamanda belirsizlikle baş etmede bir yön duygusu ve bir çerçeve sağlayabildiği görülmektedir. K7'nin "teslimiyet" vurgusu bu çerçeveyi yansıtmaktadır: *"Teslimiyetçi bir duruş... ölümün ne şekilde geleceği belli olmaz..."* K8 ise bu anlamlandırmayı daha doğrudan bir şekilde rızaya bağlamıştır: *"Allah rızası için bir şey yapabiliyorsak bizden mutlusu yok."* Bu ifadelerde dikkat çeken şey, maneviyatın sahadaki zorluğu ortadan kaldırması değil zorluğu, katılımcının taşıyabileceği bir anlam içine yerleştirmesidir. Yani acı ve yıkım ortadan kalkmamakta fakat kişi, yaşadığını boşlukta değil bir değerler sistemi içinde konumlandırabildiğinde dayanıklılığı artmaktadır.

Çalışmanın odağıyla en doğrudan ilişkili boyut ise kurumsal hatırlanma ve psikososyal temasın katılımcılarda yarattığı görölme duygusudur. Bir katılımcı, deprem sonrası kurum adına bir psikolog tarafından aranmasını doğrudan "hoşuma gitti" diye tarif etmiştir. Bu memnuniyetin gerekçesini de kendisinin değil "etkilenen arkadaşların" varlığı üzerinden ifade etmiştir (K6). Yapılan görüşmede, bu temasın kapsayıcılığı özellikle vurgulan-

miştir: *"Tüm arkadaşlar arandı, sadece ekip liderleri değil ekip üyeleri de arandı..."* (K6) ve bu aramaların/toplantıların "sosyal hayata adapte olma anlamında ciddi katkı" sunduğu belirtilmiştir. Dahası, travmanın eve taşan etkisini gösteren çarpıcı bir örnek olarak aynı gönüllü, *"Çocuğum yaşındaki bir çocuğu enkazdan ölü çıkardığımda iki ay boyunca kendi çocuğumu kaldıramadım..."* demiş ve psikologla konuşmanın "içini döküp rahatlama" sağlayarak süreci kısalttığını söylemiştir.

Yapılan bu görüşmeler, çalışana destek uygulamasının sahadaki müdahalenin ardından kalan izleri düzenleyen, arama kurtarmaların psikolojik dayanıklılığını artıran, düzenleyen ve psikolojik iyi oluşa katkı sağlayan önleyici bir işlev görebildiğini düşündürmektedir: Yaşantı silinmemekte ancak taşınabilir hale gelmektedir.

Bu tema bütün olarak okunduğunda, katılımcıların dayanıklılığının tek bir kaynaktan beslenmediği görülmektedir. **Ekip**, "beni anlayanlar var" duygusunu; **aile**, "evdeki hayatı sürdürebilme" dengesini; **maneviyat**, "olan biteni anlamlandırabilme" bilincini; **kurumsal destek** ise "değerliyim ve yalnız değilim" duygusunu beslemektedir. Bu dört hat birlikte çalıştığında, katılımcılar için afet deneyimi sadece zor bir görev olarak algılanmaktan çıkıp, hayatın içinde taşınabilir bir anlama ve kimliğe dönüşebilmektedir.

5. Çalışana Desteğin Sürdürülebilirliği ve Geliştirilmesine Dair Beklentiler

Katılımcılarla yapılan görüşmeler, çalışana destek uygulamasının yalnızca *tek seferlik bir iyi niyet göstergesi* olarak değil afet yönetimi çalışmalarının kalıcı bir parçası olarak kurgulanması gerektiğine işaret etmektedir. Görüşmelerde, depremin ardın-

dan yaşanan yoğun fiziksel yükün etkisi yanı sıra uzun süreli asıl etkinin psikolojik/duygusal kırılmalar olduğu, bu nedenle desteğin de yalnızca akut döneme sıkıştırılmaması gerektiği vurgulanmaktadır. Özellikle hatırlanma/izlenme duygusu, kurumsal desteğin temel işlevlerinden biri olarak tarif edilmektedir: "*Böyle bir arama beklemiyordum ama arama geldikten sonra mutlu oldum...*" (K5). Bu ifade, desteğin içeriğinden bağımsız olarak kurumun gönüllüyü fark ettiğini göstermesinin başlı başına iyileştirici bir etki üretebildiğini düşündürmektedir.

Katılımcılar, desteğin etkisini artıracak unsurun, ne kadar yapıldığı yanı sıra nasıl ve ne kadar süreye yayıldığı olduğunu da belirtmektedir. Bu bağlamda, bazı görüşmelerde destek mekanizmasının daha devamlı ve erişilebilir biçimlere evrilebileceği belirtilmiştir. Örneğin belirli aralıklarla temas ve daha yapılandırılmış buluşmalar önerilmiştir: "*Belli periyotta, mesela iki ayda bir, yüz yüze eğitimler olabilir...*" (K6). Burada yalnızca psikolojik destek değil aynı zamanda psikoeğitim, normalleştirme ve ekip içi dayanışmayı güçlendiren bir müdahalenin beklendiği görülmektedir. Benzer şekilde, çevrimiçi/telefon görüşmesinin kıymeti kabul edilmekle birlikte, bazı katılımcılar temasın daha güçlü şekli olan yüz yüze iletişimin önemine vurgu yapmıştır (K5). Bu vurgu, sahadaki ağır deneyimin ardından "yalnız olmadığını" hissetmenin bazen *ses duymaktan* öte, birebir paylaşım ihtiyacıyla ilişkili olduğunu düşündürmektedir.

Bu temanın dikkat çekici bir diğer tarafı, katılımcıların desteğe dair beklentilerini yalnızca kurumdan alınacak bir hizmet olarak değil aynı zamanda kurumla birlikte geliştirilecek bir süreç olarak görmeleridir. Bazı ifadelerde şimdiye kadar yapılanın kıymetli olduğu belirtilirken, bu çalışmanın geliştirilmesi için açık bir

alan da bırakılmaktadır: “*Şimdiye kadar neleri eksik yaptık, neleri daha iyi yapabiliirdik?*” (K7). Bu tür ifadeler, çalışana desteğin katılımcılar açısından tamamlanmış bir uygulama olmadığını, aksine geri bildirimle olgunlaştırılabilecek canlı bir mekanizma olarak anlamlandırıldığını göstermektedir. Dolayısıyla desteğin varlığı kadar, desteğin birlikte tasarlanması ve sürdürülebilir bir sisteme dönüşmesi (kimlere, ne zaman, hangi yoğunlukta, hangi kanallarla), katılımcı deneyiminde belirleyici bir ihtiyaç olarak öne çıkmaktadır.

6. Manevi Anlamlandırma (İnanç Çerçevesi)

Yapılan görüşmelerin genelinde, afet sahasında yaşanan ağır maruziyetin (ölüm, çaresizlik, yetişememe hissi, belirsizlik vb.) katılımcılarda yalnızca stres ya da yorgunluk üretmediği, aynı zamanda bu deneyimin manevi bir anlam çerçevesi içinde yeniden kurulduğu görülmektedir. Katılımcılar, sahadaki emeği çoğu kez iyi bir iş yapmanın ötesinde, ibadet/hizmet diliyle tarif etmektedir: “Allah rızası”, “dua”, “Allah razı olsun” gibi ifadeler hem motivasyonun kaynağına hem de yaşananların psikolojik olarak kaldırılabilir kılınmasına işaret etmektedir.

Özellikle bazı görüşmelerde, sahadaki kırılma anlarının “bireysel kontrolün sınırlılığı” farkıyla birlikte ele alındığı görülmektedir. Kişi elinden geleni yaptıktan sonra sonucu “takdiri ilahi/kader” fikrine bırakarak kendini suçlama ve çaresizlik yükünü düzenlemeye çalışmıştır. Bu yönüyle manevi çerçeve, travmatik malzemeyi anlamsız bir yıkım olmaktan çıkarıp katlanılabilir bir anlatıya dönüştüren bir baş etme kaynağı gibi işlemektedir. Nitekim bazı katılımcılar, yoğun duygusal yük içinde en temel

ihtiyacın "kabul görme" ve "dua" ile ilişkili olduğunu doğrudan ifade etmiştir: "*Tek isteğim Allah razı olsun... dua etsinler yeter...*" (K1, K2, K3).

Manevi anlamlandırma yalnızca motivasyon değil aynı zamanda kayıp ve acıyla kurulan ilişkinin de dilidir. Örneğin katılımcılardan biri, yaşananları kabullenmeyi "Allah'ın takdiri" üzerinden kurmuştur: "*Her şey Allah'tan geliyor; veriyor da alıyor da...*" (K4). Benzer biçimde bir başka katılımcı, sahada görülen yıkımı isyan etmeme/hamdetme ekseninde yorumlamıştır: "*Bir Müslüman olarak düşüncem şu, isyan etmemek... hamdolsun derim...*" (K5). Bu tür ifadeler, afetin çıplak gerçekliğini inkar etmeden onunla yaşamanın psikolojik etkilerini azaltan bir duygusal dengeleme işlevi görmektedir.

Bazı görüşmelerde ise manevi çerçevenin kişiyi hayata dair daha büyük bir hikaye içine yerleştirdiği gözlemlenmiştir. Bu hem benlik saygısını hem de yaşanan zorluğun boşa olmadığı hissini beslemektedir: "*Biz öldükten sonra Allah'a anlatabileceğimiz hikayeler bunlar...*" (K6). Benzer şekilde kurumla bağ da çoğu kez "hayır/dua" üzerinden anlam kazanmaktadır. Yapılan iş sadece operasyonel bir faaliyet olarak değil "temele taş koymak" gibi süreklilik taşıyan bir iyilik pratiği olarak görülmektedir: "*Allah razı olsun! İyilik temellerine taş koymak bunlar...*" (K7).

Manevi dilin en somutlaştığı yerlerden birinin de takdir edilme ve görünür olma ihtiyacıyla kesiştiği anlar olduğu görülmektedir. "Allah razı olsun" ifadesi, katılımcıların anlatılarında yalnızca bir teşekkür değil emeğin tanındığını, görüldüğünü ve "yerine oturduğunu" gösteren güçlü bir sembol gibidir: "*Bir 'Allah razı olsun' denmesi yetiyor...*" (K8). Bu vurgu, çalışana destek prog-

ramlarının (teşekkür, arama, temas vb.) etkisini tartışırken de çok işlevseldir: Katılımcılar açısından mesele sadece psikolojik teknikler değildir, aynı zamanda insani ve manevi olarak temas edilmek, hayrın içinde görülmektir.

Bu tema, travmatik maruziyetin katılımcı dünyasında nasıl anlamlı kılındığını, inancın hem motivasyon hem de duygusal düzenleme sağlayan kültürel bir kaynak olarak nasıl çalıştığını göstermektedir.

SONUÇ VE DEĞERLENDİRME

Bu çalışma kapsamında yapılan görüşmeler, 6 Şubat depremlerine müdahale deneyiminin katılımcıların dünyasında yalnızca zorlu bir saha görevi olarak değil kimlik, aidiyet, değerler, ilişkisellik ve anlam katmanlarıyla örülü çok boyutlu bir yaşantı olarak karşılık bulduğunu göstermektedir. Katılımcıların anlatıları bir bütün olarak okunduğunda, afet sahasında karşılaşılan ağır koşulların (yüksek belirsizlik, yoğun tempo, ölümle temas, yetişememe ve kontrol kaybı vb.) katılımcılarda hem psikolojik hem de toplumsal etkiler ürettiği; buna karşılık katılımcıların bu etkileri yönetebilmek için bireysel ve kolektif düzeyde çeşitli baş etme ve anlamlandırma stratejileri geliştirdiği görülmektedir.

Çalışmanın temel çıktıları arasında en belirgin ortak zemin, afet müdahalesinin katılımcılar nezdinde salt teknik veya operasyonel bir gönüllülük faaliyeti olmadığıdır; katılımcılar için bu faaliyet etik/manevi bir sorumluluk, hizmet ve iyi olana katkı olarak anlam kazanmaktadır. Bu anlam çerçevesi, travmatik maruziyetin oluşturduğu yükü tamamen ortadan kaldırmasa da deneyimi psikolojik açıdan taşınabilir kılan bir üst anlatı işlevi görmektedir.

Katılımcılar, maruz kaldıkları zorluğun içinde kendilerini ayakta tutan temel motivasyonu çoğu zaman değerler, inanç, vicdani sorumluluk ve işe yarama duygusu üzerinden tarif etmektedir. Böylece travmatik malzeme, anlamsız bir yıkım olmaktan çıkarak kişisel tarih içinde anlamlı bir yer bulabilmektedir.

Çalışmanın bir diğer önemli çıktısı, arama kurtarma ve yardım faaliyetlerinin psikolojik etkisinin yalnızca yorgunlukla sınırlı olmadığını göstermesidir. Bu tür çalışmalar sonrasında bazı katılımcılarda uyarılmışlık, duygusal dalgalanma, bazı anıların zihne tekrar gelişi, öfke/çaresizlik, uyku düzeninde bozulma gibi tepkiler gözlemlenmiştir. Katılımcılar bu etkileri çoğu zaman normalleştirerek veya bastırarak çalışmayı sürdürmüş; yükün bir kısmı görev bitince, gündelik hayata dönüldüğünde daha görünür hale gelmiştir. Bu da afet sonrası dönemin, yalnızca operasyon sonrası değerlendirmeler için değil aynı zamanda psikolojik toparlanma ve yeniden uyum süreci olarak da ele alınması gerektiğini ortaya koymaktadır.

Kurumsal aidiyet ve güven konusu, çalışmada karşımıza çıkan bir diğer önemli noktadır. Psikolojik dayanıklılığın önemli bir kısmının bireysel güçten çok, ekip ilişkileri, güven duygusu ve aidiyet üzerinden kurulduğu gözlemlenmiştir. Katılımcılar için yalnız olmamak hem sahada hem de sonrasında anlaşıldığını hissetmek, aynı dili konuşan kişilerle temas kurabilmek, yükün/sorunların paylaşılmasını mümkün kılmaktadır. Burada kurumun ve ekip liderliğinin rolü kritik şekilde öne çıkmaktadır: İyi işleyen koordinasyon, açık iletişim ve kurumsal koruyuculuk, sahadaki stresörlerin etkisini azaltan bir tampon gibi çalışmaktadır.

Çalışana destek uygulamasının arama kurtarma faaliyeti gerçekleştirilenler için önemi, teknik bir hizmetten ziyade görülmek ve

hatırlanmak olarak anımlanmıştır. Katılımcı perspektifinden bakıldığında çalışana destek uygulamalarının etkisi, yalnızca içerik (psikoeğitim, yönlendirme, görüşme vb.) düzeyinde değil daha çok temas, hatırlanmak, teşekkür edilmek ve görünür kılınmak üzerinden anlam kazanmaktadır. Bu bulgu, destek programlarının psikolojik teknikler kadar, hatta bazen daha fazla, insani temasın niteliğine bağlı olduğunu düşündürmektedir. Kısa ve basit görünen bir iletişimin (aranmak, hal hatır sorulması, teşekkür vb.) bazı katılımcılar için güçlü bir karşılık üretmesi, kurumun çalışanı yalnız bırakmama mesajını somutlaştırmaktadır.

Temalar birlikte değerlendirildiğinde, kurum açısından iki tür öğrenme alanı belirginleşmektedir. İlki, sahadaki gerçekliğin hız ve belirsizlik altında iletişim, rol netliği, koordinasyon ve lojistik gibi süreçleri ne kadar sınıdığdır. İkincisi ise, afetin katılımcılarda açtığı psikolojik alanın yalnızca kriz anında değil kriz sonrasında da izlem, destek ve normalleştirme ihtiyacı doğurduğudur. Bu iki alan arasındaki gerilim, operasyonel hedeflerle insani sürdürülebilirlik arasındaki dengeyi sürekli gündeme taşımaktadır: “Sahaya yetiştirmek” kadar “insanı korumak” da müdahalenin bir parçasıdır.

Katılımcıların önemli bir bölümünde Allah rızası, dua, takdiri ilahi/kader gibi manevi ifadeler, yalnızca motivasyon değil aynı zamanda duygusal düzenleme aracı olarak da işlev görmektedir. Bu, destek mekanizmaları tasarlanırken kültürel/manevi kaynakları dışarıda bırakan bir yaklaşımın eksik kalabileceğini; bu kaynakların saygılı ve kapsayıcı biçimde destek programlarına entegre edilmesinin ise sonuç almada olumlu katkıları olabileceğini düşündürmektedir. Bu tematik bütünlük, afet müdahalesinde görev alan personelin/gönüllünün deneyimini üç eksenle görünür kılmaktadır:

- Travmatik maruziyet gerçektir ve psikolojik etkileri yalnızca sahadaki müdahale sırasında değil sahadan sonra da sürer.
- Dayanıklılık tek başına değil ilişki içinde kurulur. Psikolojik dayanıklılıkta ekip, güven ve kurum teması koruyucu bir çerçevedir.
- Destek, hizmetten önce tanınmadır. Katılımcılar çoğu zaman psikolojik desteği, önce görülmek ve hatırlanmak üzerinden anlamlandırır; teknik bileşenler bu zeminde daha etkili hale gelir.

Özetle çalışana destek programı, katılımcılarla yapılan görüşmelerde yalnızca iyi niyetli bir uygulama değil kurumun afet çalışanına yönelik sorumluluğunu somutlaştıran, aidiyet ve güveni besleyen bir müdahale alanı olarak belirmektedir. Programın en güçlü yönü, temas kurma ve görünür kılma kapasitesidir; geliştirilmesi gereken yönü ise (katılımcı anlatılarından hareketle) etkilerin zaman içinde dalgalanabileceği dikkate alınarak sürdürülebilir destek anlayışının güçlendirilmesidir.

Bu çalışmanın somut çıktıları şu şekilde sıralanabilir:

- Müdahale sonrası destek, tek seferlik temas yerine kademeli izlem mantığıyla planlanabilir.
- Ekip liderlerine yönelik, sahada psikolojik risk belirtilerini fark etmeyi güçlendiren pratik ve uygulanabilir çerçeveler sürdürülebilir kılınabilir.
- Teşekkür/geri bildirim mekanizmaları, katılımcıların görülme ihtiyacını karşılayacak şekilde düzenli ve makul biçimde sürdürülebilir.

SON NOTLAR

- ¹ AFAD, “Açıklamalı afet yönetimi terimleri sözlüğü”, 1 Nisan 2025, <https://www.afad.gov.tr/aciklamali-afet-yonetimi-terimleri-sozlugu> (Erişim: 7 Ocak 2026).
- ² M. D. P. Güre, “Yardım Edenlere Nasıl Yardım Edilecek?: Afetlerde Çalışan Profesyonellerle Bütünleyici Grup Terapisi Uygulamaları”, *Sosyal Çalışma Dergisi*, 6(1), 29-40, (2021).
- ³ S. Kahraman, E. Polat & B. Korkmazyürek, “Afet Yönetim Döngüsündeki Ana Terimler”, *Avrasya Terim Dergisi*, 9(3), 7-14, (2021).
- ⁴ M. Erdener, “Afet alanında çalışan profesyonellerin psikolojik dayanıklılık ve ikincil travmatik stres düzeylerinin incelenmesi” (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2019.
- ⁵ <https://www.aa.com.tr/tr/analiz/3-soruda-kahramanmaras-depreminin-kendine-has-ozellikleri/2818919>
- ⁶ <https://turkiye.un.org/tr/259746-6-%C5%9Fubat-depremlerinin-y%C4%B1ld%C3%B6n%C3%BCm%C3%BC-ve-bmnin-%C3%A7al%C4%B1%C5%9Fmalar%C4%B1#:~:text=6%20%C5%9Eubat'ta%20T%C3%BCrkiye'nin,b%C4%B1rakmama%20y%C3%B6n%C3%B6ndeki%20toparlanma%20%C3%A7abalar%C4%B1n%C4%B1%20destekliyor>
- ⁷ <https://www.sbb.gov.tr/wp-content/uploads/2023/03/2023-Kahramanmaras-ve-Hatay-Depremleri-Raporu.pdf>
- ⁸ A. Kalkan & S. Gerdan, “6 Şubat 2023 Kahramanmaraş Depremleri Arama Kurtarma Faaliyetlerinin İş Sağlığı ve Güvenliği Açısından Değerlendirilmesi”, *Afet ve Risk Dergisi*, 8(3), 667-680.
- ⁹ M. Günaydın, Ö. Tatlı, & E.E. Genç, “Arama kurtarma örgütleri ve UMKE”, *Doğal Afetler ve Çevre Dergisi*, 3(1), 56-63, (2017).

- ¹⁰ A. Rom, & I. Kelman, "Search without rescue? Evaluating the international search and rescue response to earthquake disasters", *BMJ global health*, 5(12), (2020), e002398.
- ¹¹ C. Schweier, & M. Markus, "Assessment of the search and rescue demand for individual buildings", In *Proceedings of the 13th World Conference on Earthquake Engineering*, Vancouver, BC, Canada (ss. 1-6), (Ağustos 2004).
- ¹² P. G. van der Velden, P. van Loon, C.C. Benight, & T. Eckhardt, "Mental health problems among search and rescue workers deployed in the Haïti earthquake 2010: A pre-post comparison", *Psychiatry research*, 198(1), 100-105, (2012).
- ¹³ B. Yılmaz, "Yardım Çalışanlarında Travmatik Stres", *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 10(3), (2007).
- ¹⁴ Q.M. Biggs, C.S. Fullerton, J.J. Reeves, T.A. Grieger, D. Reissman & R.J. Ursano, "Acute stress disorder, depression, and tobacco use in disaster workers following 9/11", *American Journal of Orthopsychiatry*, 80(4), 586, (2010).
- ¹⁵ B. Raphael, *When Disaster Strikes: How Individuals and Communities Cope With Catastrophe*, Basic Books, NewYork, USA, (1986), s. 342.
- ¹⁶ B.S. Raphael, L. Bradburg, F. Lambert, "Who helps the helpers? The effects of a disaster on the rescue workers", *Omega*, 14(1), 9-20, (1983).
- ¹⁷ <https://ihh.org.tr/public/publish/0/190/afet-yonetimi-raporu.pdf>
- ¹⁸ İHH İnsani Yardım Vakfı, "Kahramanmaraş depremi müdahale çalışmaları raporu", <https://ihh.org.tr/public/publish/0/172/kahramanmaras-depremi-afet-yonetimi-raporu---w.pdf> (Erişim: 24 Aralık 2025).
- ¹⁹ M.D.P. Güre, "Yardım edenlere nasıl yardım edilecek? Afetlerde çalışan profesyonellerle bütünleyici grup terapisi uygulamaları", *Sosyal Çalışma Dergisi*, 6(1), 29-40, (2021).
- ²⁰ D.M. Benedek, C. Fullerton & R.J. Ursano, "First responders: mental health consequences of natural and human-made disasters for public health and public safety workers", *Annual review of public health*, 28(1), 55-68, (2007).

- 21 N. Öztan, “Afet sonrası psikososyal müdahaleler,” M. Gözden, N. Öztan ve T. Aker (Ed.) *APHB Psikososyal Uygulamalar Eğitimi El Kitabı*, (147-169) içinde. Ankara: Türkiye Kızılay Derneği.
- 22 D. Myers & D.F. Wee, *Disaster Mental Health Service*, Routledge, New York, 2005.
- 23 UNICEF Türkiye Temsilciliği & Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, *Afet ve acil durumlarda psikososyal destek hizmetleri: Saha çalışanları için el rehberi*, UNICEF Türkiye Temsilciliği, (2019), <https://www.aile.gov.tr/media/197646/5-afet-ve-acil-durumlarda-psd-hizmeti-saha-calisanlari-icin-el-rehberi.pdf>
- 24 M. Demircioğlu, Z. Şeker & A.T. Aker, “Psikolojik ilk yardım: Amaçları, uygulanışı, hassas gruplar ve uyulması gereken etik kurallar”, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 11(3), 351-362, (2019).
- 25 K. Kabukçu, (n.d.), “Psikolojik ilk yardım ve süreç yönetimi”, BAGEM, Sabancı Üniversitesi CIAD, <https://ciad.sabanciuniv.edu/sites/ciad.sabanciuniv.edu/files/2023-03/Psikolojik%20%C4%B0lk%20Yard%C4%B1m%20ve%20S%C3%BCre%C3%A7%20Y%C3%B6netimi.pdf> (Erişim: 25 Aralık 2025).
- 26 N. Kılıç ve N. Şimşek, “Psikolojik ilk yardım ve hemşirelik”, *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 9(3), 212-218. (2018).
- 27 World Health Organization, War Trauma Foundation & World Vision International, *Psychological first aid: Guide for field workers*, World Health Organization, (2011), <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/e7e129fb-b306-496d-84a5-67bb70abc130/content> (Erişim: 24 Aralık 2025).
- 28 T. Türkkan, E. Hatipoğlu, İ. Yücel & K. Bülbül, “Afet psikolojisi ve akut dönem müdahale yaklaşımları”, *Multidisipliner Açından Afetler* içinde (ss. 187-211), Nobel Akademik Yayıncılık, (2023).
- 29 Ş. Yıldırım, “Sosyal hizmette krize müdahale yaklaşımının kullanımı krize müdahale”, *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 3(4), (2016).

