

T.C.
MUŞ ALPARSLAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM YÖNETİMİ ANABİLİM DALI

Kübra TURHANER

ÖĞRETMENLERİN VE YÖNETİCİLERİN DEPREME İLİŞKİN
YAŞANTILARININ VE DEPREM STRESİ İLE BAŞ ETME
STRATEJİLERİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

MUŞ-2024

T.C.
MUŞ ALPARSLAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM YÖNETİMİ ANABİLİM DALI

Kübra TURHANER

ÖĞRETMENLERİN VE YÖNETİCİLERİN DEPREME İLİŞKİN
YAŞANTILARININ VE DEPREM STRESİ İLE BAŞ ETME
STRATEJİLERİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ JÜRİ ÜYELERİ

Tez Danışmanı : Doç. Dr. R. Şamil TATIK
Jüri Üyesi : Doç. Dr. Mehmet ÖZCAN
Jüri Üyesi : Doç. Dr. Celalettin KORKMAZ

MUŞ-2024

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER	I
ÖZET.....	VI
ABSTRACT	VII
ÖN SÖZ.....	VIII
KISALTMALAR VE SİMGELER DİZİNİ	IX
TABLolar DİZİNİ	X
ŞEKİLLER DİZİNİ	XI
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

AFET VE DEPREM: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. AFET KAVRAMI VE GENEL ÖZELLİKLERİ	7
1.2. AFETLERİN SONUÇLARI	8
1.3. AFET TÜRLERİ.....	9
1.3.1. Doğa Kaynaklı Afetler	9
1.3.2. İnsan Kaynaklı (Doğal Olmayan) Afetler	11
1.4. AFET EĞİTİMİ	12
1.5. AFET YÖNETİM SÜRECİ	13
1.6. DEPREMİN TANIMI VE DEPREMLE İLGİLİ KAVRAMLAR	15
1.6.1. Türkiye’de Deprem Tehlikesi	16
1.7. DEPREMİN ETKİLERİ	17
1.7.1. Depremın Psikolojik Etkileri.....	18

İKİNCİ BÖLÜM

STRES, DEPREM STRESİ VE DEPREM STRESİ İLE BAŞ ETME STRATEJİLERİ

2.1. STRES KAVRAMI VE STRES KAYNAKLARI	20
2.1.1. Bireysel Stres Kaynakları.....	21
2.1.2. Örgütsel Stres Kaynakları	22
2.2. ÖĞRETMENLERİN STRES YAŞAMA NEDENLERİ	23
2.3. DEPREM STRESİ	24
2.3.1. Travma Sonrası Stres Bozukluğu.....	25
2.3.2. İkincil Travma	26

2.4. DEPREM STRESİ İLE BAŞ ETME.....	27
2.4.1. Deprem Sonrası Psikolojik Destek.....	29
2.5. DEPREM, ÇOCUKLAR VE ERGENLER	30
2.6. DEPREM VE EĞİTİM ORTAMLARININ İLİŞKİSİ	31

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMANIN DESENİ.....	34
3.2. ÇALIŞMA GRUBU	35
3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	37
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	38
3.3.1. Yapılandırılmış Görüşme Formu.....	38
3.4. VERİLERİN TOPLANMASI	39
3.5. VERİLERİN ANALİZİ	39
3.6. GEÇERLİK VE GÜVENİLİRLİK	40

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

4.1. DEPREM ANINDAKİ HİSLER.....	42
4.1.1. Boşluk.....	43
4.1.2. Her Şeyin Bitmesi	43
4.1.3. Çaresizlik.....	43
4.1.4. Stres	44
4.1.5. Şok.....	44
4.1.6. Yakınları İçin Endişe.....	45
4.1.7. Kaygı	46
4.1.8. Korku.....	47
4.2. DEPREM SONRASI HİSLER	48
4.2.1. Kendini Kontrol Etme İhtiyacı	49
4.2.2. Çaresizlik.....	49
4.2.3. Suçluluk.....	50
4.2.4. Hazırlıklı Olma.....	50
4.2.5. Sorumluluk	51
4.2.6. Stres	52

4.2.7. Ailesi İçin Endişe	53
4.2.8. Kaygı	54
4.2.9. Devam Eden Deprem Korkusu.....	55
4.2.10. Tedirginlik	55
4.2.11. Okul Saatleri İçerisinde Deprem Olma Korkusu	57
4.3. DEPREMİN STRESİNİ AZALTMA STRATEJİLERİ	58
4.3.1. Eylemsel Stratejiler	59
4.3.1.1. Plan Yapmak	59
4.3.1.2. Açık Havaya Çıkmak	59
4.3.1.3. Yapının Kontrolünü Sağlamak.....	60
4.3.1.4. Fiziksel Tedbir Almak.....	61
4.3.2. Zihinsel Stratejiler	62
4.3.2.1. Konuyla İlgili Bilgi Edinmek.....	62
4.3.2.2. Bilgilendirme Yapmak.....	63
4.3.2.3. Unutmaya Çalışmak	63
4.3.2.4. Bir Şey Yap(a)mamak.....	64
4.3.2.5. Zamana Bırakmak	64
4.3.2.6. Düşünmemeye Çalışmak.....	65
4.3.2.7. Kendini Rahatlatmaya Çalışmak.....	66
4.3.2.8. İnanca Sarılmak.....	66
4.4. DEPREM STRESİNİN VARLIĞI	67
4.4.1. Deprem Stresim Yok	67
4.4.2. Deprem Stresim Var	68
4.5. DEPREME HAZIRLIK İÇİN ÖNERİLER.....	69
4.5.1. Deprem ile ilgili dersler eklenmeli	69
4.5.2. Eylem Planı Hazırlanmalı	70
4.5.3. Az Katlı Binalar Yapılmalı.....	70
4.5.4. Depreme Dayanıklı Olmayan Binalar Yıkılmalı.....	71
4.5.5. Denetim Yapılmalı	71
4.5.6. Depreme Dayanıklı Yapılar Yapılmalı.....	71
4.5.7. Okul Binalarında Önlemler Alınmalı	72
4.5.8. Yetkililerin Sorumluluklarının Yerine Getirmeli	73

4.5.9. Deprem Bilinci Oluşturulmalı	74
4.5.10. Eşyalar Sabitlenmeli.....	75
4.5.11. Deprem Tatbikatı Yapılmalı.....	76
4.5.12. Eğitimler Verilmeli.....	77
4.5.13. Binaların Sağlamlığı Kontrol Edilmeli.....	78
4.6. OKULLARIN DEPREME HAZIRLIKLIL OLMA DURUMU.....	79
4.6.1. Depreme Hazırlıklı	79
4.6.2. Kısmen Hazırlıklı	80
4.6.3. Depreme Hazırlıklı Değil	81
4.7. DEPREMİN HAYATA YANSIMALARI.....	82
4.7.1. Depremın Psikolojik Etkileriyle Baş Etmek	82
4.7.2. Depremden Duygusal Olarak Etkilenmek.....	83
4.7.3. Empati Geliştirmek.....	83
4.7.4. Yardımlaşmak	84
4.7.5. Sosyal Ortamlardan Soyutlanmak	84
4.7.6. Yaşadığı Ortamı Değıştirmeyi Düşünmek	85
4.7.7. Sürekli Depremden Konuşmak	86
4.7.8. Deprem Bilinci Oluşturmak	87
4.7.9. Deprem Olacak Mı Korkusu Yaşamak	88
4.7.10. Kalabalık Ortamlardan ve Çok Katlı Binalardan Uzak Durmak.....	89
4.7.11. Ailesi için Endişelenmek.....	90
4.8. DEPREMZEDELERE DESTEK YOLLARI.....	92
4.8.1. Gerekli Önlemlerin Alındığı Konusunda Rahatlatmak.....	92
4.8.2. Günlük Rutinlere Dönmelerini Sağlamak	93
4.8.3. Duygudaş Olmak.....	93
4.8.4. Tevekkül ve Dua Etmesini Tavsiye Etmek	94
4.8.5. Uzman Kişilere Yönlendirmek.....	95
4.8.6. Yanında Olduğunu Hissettirmek	96
4.8.7. Deprem ile İlgili Hazırlıklı Olmaya Yönlendirmek	97
4.7.8. Konuşmak, Dinlemek.....	98
4.9. OKULLARIN DEPREME HAZIRLIKLIL OLMAMA SEBEPLERİ.....	98
4.9.1. Sınıfların Kalabalık Oluşu.....	99

4.9.2. Okul Binalarının Sağlam Olmayışı	99
4.9.3. Deprem Bilinci Eksikliği.....	100
4.10. DEPREM ANINDA ÖĞRETMENLERE DÜŞEN ROLLER	101
4.10.1. Tahliye Sonrası Güvenliği Sağlamalı.....	101
4.10.2. Deprem Sonrası Öğrencileri Sakinleştirmeli.....	102
4.10.3. Deprem Konusunda Bilgi Sahibi Olmalı.....	102
4.10.4. Önceden Belirlenen Plana Uymalı	103
4.10.5. Deprem Anında Güvenli Alan Oluşturmalı.....	104
4.10.6. Sakin ve Soğukkanlı Olmalı.....	105
4.10.7. Doğru Bir Şekilde Tahliye Etmeli.....	106
4.11. OKULA UYUM SAĞLAMADA YAŞANAN PROBLEMLER	107
4.11.1. Boşluk Hissi Yaşanması.....	108
4.11.2. Duygusal Olarak Etkilenme	109
4.11.3. Öğrencilerin Depremle İlgili Görüntülere Maruz Kalmaları	109
4.11.4. Velilerin Kaygılı Olmaları.....	109
4.11.5. Öğretmenlerin Stres Yaşamaları	110
4.11.6. Uyum Sağlamada Problem Yaşamama	111
4.11.7. Öğretmenlerin Kaygılı Olmaları	111
4.11.8. Deprem Bölgesinden Gelen Öğrenciler İle İlgili Sorunlar.....	112
4.11.9. Eğitim Öğretime Odaklanmada Problem Yaşama	114
4.11.10. Öğrencilerin Kaygılı Olmaları.....	115
4.12. KATILIMCI CEVAPLARINA GÖRE OKUL YÖNETİCİLERİ VE ÖĞRETMENLERİN KARŞILAŞTIRILMASI	116
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	118
KAYNAKÇA	131
EKLER.....	147

ÖZET
YÜKSEK LİSANS TEZİ
ÖĞRETMENLERİN VE YÖNETİCİLERİN DEPREME İLİŞKİN
YAŞANTILARININ VE DEPREM STRESİ İLE BAŞ ETME
STRATEJİLERİNİN İNCELENMESİ

Kübra TURHANER

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Ramazan Şamil TATIK

2024, 169 sayfa

Bu araştırmanın amacı, devlet okullarındaki öğretmenlerin ve yöneticilerin depreme ilişkin yaşantılarının ve deprem stresi ile baş etme stratejilerinin incelenmesidir. Araştırma nitel bir çalışma olup araştırma kapsamında nitel araştırma desenlerinden olgu bilim deseni kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu 2023-2024 eğitim öğretim yılı içerisinde Muş ili Merkez ilçesindeki devlet okullarında görev yapan 10 okul yöneticisi ve 20 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubu, amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme ve fırsat örnekleme yöntemi ile oluşturulmuştur. Çalışma grubunda üçgenleme yapılmış ve araştırmaya katılacak öğretmenlerin ve okul yöneticilerinin son yaşanan depremi hissetmiş olmaları ve hali hazırda deprem riski taşıyan bir bölgede yaşamlarını sürdürüyor olmaları ölçüt olarak kabul edilmiştir. Araştırma kapsamında veri toplama aracı olarak yapılandırılmış görüşme formu kullanılmış ve verilerin toplanması sürecinde yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Veriler, içerik analizi tekniği ile analiz edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre; araştırmaya katılan öğretmen ve okul yöneticilerinin okulları deprem için güvenli alanlar olarak görmedikleri, bu nedenle okul saatleri içerisinde deprem olması durumunda hem kendilerinin, hem de öğrencilerinin güvenlikleri için endişe ettikleri, bu durumun da deprem stresi yaşamalarına neden olduğu görülmektedir. Bu stresle başa çıkarken fiziki tedbir alma, inanca sarılma, olayı unutmaya çalışma, kendini rahatlatmaya yönelik aktiviteler yapma gibi stratejiler kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre okul yöneticilerinin öğretmenlere göre daha az deprem stresi yaşadığı görülmüştür. Çalışmanın sonuçları doğrultusunda deprem farkındalığını arttırmak için eğitimin bütün kademelerinde afet eğitimi dersinin okutulması ve topluma deprem bilincinin kazandırılması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: afet, deprem, deprem stresi, öğretmen, stres, yönetici.

ABSTRACT
MASTER'S THESIS
EXAMINING THE STRATEGIES OF ADMINISTRATORS AND TEACHERS
IN PUBLIC SCHOOLS TO COPE WITH EARTHQUAKE STRESS: A
QUALITATIVE RESEARCH

KübraTURHANER

Advisor: Assoc. Prof. Ramazan Şamil TATIK

2024, Page: 169

The purpose of this research is to examine the earthquake-related experiences of teachers and administrators in public schools and their strategies for coping with earthquake stress. The research is a qualitative study and within the scope of the research, the phenomenological design, which is one of the qualitative research designs, was used. The study group of the research consists of 10 school administrators and 20 teachers working in public schools in the Central district of Muş province in the 2023-2024 academic year. The study group of the research was formed by criterion sampling and convenience sampling methods, which are among the purposeful sampling methods. Triangulation was made in the study group, and it was accepted as a criterion that the teachers and school administrators who would participate in the research had felt the last earthquake and that they were currently living in an area at risk of earthquake. Within the scope of the research, a structured interview form was used as a data collection tool and face-to-face interviews were held during the data collection process. The data was analyzed with the content analysis technique. According to the findings; it was seen that the teachers and school administrators who participated in the research did not see schools as safe areas for earthquakes, therefore they worried about the safety of both themselves and their students in case of an earthquake during school hours, and this caused them to experience earthquake stress. According to the results of the research, it was seen that school administrators experienced less earthquake stress than teachers. In line with the results of the study, it can be suggested that disaster education courses be taught at all levels of education and that earthquake awareness be brought to the society in order to increase earthquake awareness.

Key Words: disaster, earthquake, earthquake stress, teacher, stress, school administrator.

ÖN SÖZ

Türkiye bir deprem ülkesidir. Bu yüzden en başta devlete bağlı eğitim-öğretim kurumları olmak üzere tüm kurumlarda depreme karşı algı düzeyinin hem iç hem de dış paydaşlar özelinde yüksek olması beklenmektedir. Bunun için devlet okullarında ilgili afet ve acil durum yönetmelikleri çerçevesinde hareket edileceği öngörülebilir. Fakat okul yöneticileri ve öğretmenlerin kendi içlerinde deprem stresi ile baş etme stratejileri konusunda yürütülmüş çalışmaların sayısı oldukça sınırlıdır. Ayrıca deprem risk algısının deprem stresi ile baş etme stratejileri ile birlikte öğretmen ve yönetici davranışları üzerinde birtakım etkileri olabileceği de söylenebilir. Bu araştırmanın amacı da devlet okullarında görev yapan yöneticilerin ve öğretmenlerin deprem stresi ile baş etme stratejilerini incelemektir.

Tez çalışmam boyunca beni bilgisiyle, önerileriyle destekleyen ve tezime ilgili çalışmalarında sabırla sorularımı yanıtlayan saygıdeğer danışman hocam Doç. Dr. Ramazan Şamil TATIK'a, araştırmayı dilbilgisi bakımından inceleyen Türkçe Öğretmeni kız kardeşim Ayşe Ebrar YAMAÇ'a, verileri toplama aşamasında kıymetli zamanlarını ayırıp araştırma formundaki soruları/ifadeleri içtenlikle yanıtlayan değerli meslektaşlarıma çok teşekkür ederim.

Son olarak öğrenim hayatımın başından bugüne kadar sonsuz sabır ve anlayışla bana yardımcı olan, eğitimim için her türlü fedakârlıkları yapan, benim bugünlere gelmemde karşılığı ödenmeyecek emekleri olan sevgili aileme, araştırma boyunca zamanlarından çaldığım, en zorlu zamanlarımda varlığı ile bana destek olan herkese yürekten teşekkürlerimi sunarım.

Muş-2024

Kübra TURHANER

KISALTMALAR VE SİMGELER DİZİNİ

ABD	:	Amerika Birleşik Devletleri
AFAD	:	Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı
MEB	:	Milli Eğitim Bakanlığı
TSSB	:	Travma Sonrası Stres Bozukluğu
ASB	:	Akut Stres Bozukluğu
TSB	:	Travma Sonrası Büyüme
MEM	:	Milli Eğitim Müdürlüğü



TABLULAR DİZİNİ

Tablo 3.1. Çalışma Grubundaki Katılımcıların Demografik Bilgileri	36
Tablo 4.1. Deprem Anındaki Hisler	42
Tablo 4.2. Deprem Sonrası Hisler	48
Tablo 4.3. Deprem Stresini Azaltma Stratejileri	58
Tablo 4.4. Deprem Stresinin Varlığı	67
Tablo 4.5. Depreme Hazırlık İçin Öneriler	69
Tablo 4.6. Okulların Depreme Hazırlıklı Olma Durumu	79
Tablo 4.7. Depremi Hayata Yansımaları	82
Tablo 4.9. Depremzedelere Destek Yolları	92
Tablo 4.10. Okulların Depreme Hazırlıklı Olmama Sebepleri	99
Tablo 4.11. Deprem Anında Öğretmenlere Düşen Roller	101
Tablo 4.12. Okula Uyum Sağlamada Yaşanan Problemler	108

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1.1. Afet Yönetimi Faaliyet Döngüsü..... 14

Şekil 1.2. Türkiye Deprem Tehlikesi Haritası 16



GİRİŞ

Problem Durumu

Afetler meydana gelmesi engellenemeyen insan hayatını tehdit eden, toplumda ekonomik, fiziksel ve psikolojik anlamda büyük hasara yol açan olaylardır (Yıldız ve Akkoyun, 2023). Bilen ve Polat (2022) afeti gerçekleşmesi önlenemeyen ve kontrol edilemeyen toplum yaşantısını önemli ölçüde etkileyen hatta durduran doğal olaylar olarak tanımlamaktadır. Kadioğlu (2011)'e göre afet, çok büyük kayıplara sebep olmakla birlikte, afet sonrası yapılan çalışmaların, müdahalelerin yetersiz kalması ve gerekli ihtiyaçlara tam olarak cevap verilememesi durumudur. Akyel (2013) de benzer şekilde afetleri elde olan imkanlarla baş edilemeyen gerektiğinde daha büyük çaplı müdahalelerin ve yardımların gerektiği olaylar olarak tanımlamıştır. Bu tanımlardan da anlaşılacağı üzere afetler olayın meydana geldiği yer ve toplum tarafından baş edilmesi zor olan, hali hazırdaki önlem ve hazırlıkların, eldeki kaynakların yetersiz kaldığı, daha geniş çaplı müdahalelerin gerektiği durumlardır.

Türkiye'de sıklıkla gerçekleşmesinin yanı sıra çok büyük can ve mal kaybına sebep olması nedeniyle akla ilk gelen afet, depremdir (Tanyaş, 2013). Deprem zamanı ve yeri günümüz teknolojisiyle belirlenememekte ve bu durum bireyler üzerinde ruhsal problemler oluşturmaktadır. Toplumun en çok etkileyen afetlerden olan deprem, bireylere fiziksel ve ekonomik zararlar vermesinin yanında psikolojik etkilere de neden olmaktadır (Çakar ve Tatlı, 2023). Bu etkiler, beraberinde uzun süreli ve kalıcı sorunlar oluşmasına sebep olmaktadır (Bıçakçı ve Okumuş, 2023). Türkiye'nin bir deprem ülkesi olması, depremlerin sık gerçekleşmesi ve büyük yıkımlara sebep olması kişilerde deprem kaygısı ve stresi meydana getirmektedir (Çakar ve Tatlı, 2023).

Depremlerin bireyler üzerinde bıraktığı etkiler depremin şiddetine, etkisinin büyüklüğüne, bireyin olayı birebir yaşamış olma durumuna göre, çeşitlilik göstermektedir (Karancı ve Rüstemli, 1994). Kişiler sadece kendi yaşadıkları afetlerden değil çevrelerinde meydana gelen afetlerden de olumsuz etkilenebilmektedir. Depremi yaşayan bireylerin yanı sıra depremi birebir yaşamayan ama deprem ile ilgili haberlere, konuşmalara şahit olan kişiler de depremlerden olumsuz etkilenmekte ve deprem stresi yaşayabilmektedir (Taşçı ve Özsoy, 2021). Aynı zamanda deprem yaşamayıp dışarıdan olayı takip eden bireyler de suçluluk duygusu hissetmekte ve bu da stres yaşamalarına sebep olmaktadır (Çakar ve Tatlı, 2021).

Yaşanan afetler sonucu meydana gelen stres durumları kişiden kişiye değişiklik göstermektedir (Kardaş ve Sofuoğlu, 2019). Bu durumun sebebi hem kişilerin kendi psikolojik özellikleri hem de yaşadıkları olayların büyüklüğü ve kişileri etkileme durumuyla alakalı olabilmektedir (Bromet, 2017). Kişilerin yaşadıkları travmalar sonrası verdikleri tepkiler ve bu olaylardan etkilenme durumları da değişiklik göstermektedir (Çetin, Yeloğlu ve Basım, 2015). Diğer bir deyişle kişilerin daha önceki yaşantıları, afetlerle ilgili deneyimleri, önceden gelen ruhsal problemlerinin olup olmaması, yaşadıkları travmalar sonrası meydana gelen stresi yönetmelerinde etkili olmaktadır. Ataç ve Özsever (2021)'in çalışmasında belirttiği üzere bireylerin yaşadıkları afetler sebebiyle oluşan travma cinsiyet, eğitim durumu, yakın çevrede meydana gelen can ve mal kaybı gibi durumlara göre değişiklik göstermektedir. Ayrıca bireyler yaşadıkları afetlerden fiziksel olarak daha çok etkilenirlerse bu durumun oluşturduğu stres daha fazla olmaktadır. Olayı yaşayan kişilerin bazıları olay sonrası ilk bir ay gibi bir süre stres yaşamakta ve bu durum akut stres bozukluğu (ASB) olarak tanımlanırken bu sürecin daha uzun süre devam etmesi ise travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) şeklinde tanımlanmaktadır (Hacıoğlu, 2002; Uğur, Kartal, Mete, Tanman ve Demirkol, 2021). Bu durumların ortadan kaldırılması daha sağlıklı bir toplum için gerekli ve önemlidir (Çakar ve Tatlı, 2023).

Ülkemizde şiddetli depremlerin yaşanması ve ileriki zamanlarda da yaşanabilecek olması, bu depremlere karşı yoğun önlemler almayı gerektirmektedir (Tuncer, Sözen ve Sakar, 2021). Bu önlemlerin en önemlisi de kişilerin yaşadıkları psikolojik sorunlara çözüm aramaya yönelik olmalıdır. Deprem sonrası yapılacak müdahalelerden bir tanesi de depremden etkilenen kişilere yönelik psikolojik müdahale olmalı, deprem sonrası temel ihtiyaçların karşılanmasının yanında depremden etkilenen bireylerin psikolojik ihtiyaçları da belirlenmeli ve bunların giderilmesi için çalışmalar yapılmalıdır (Yıldız ve Akkoyun, 2023). Bu müdahaleler kısa vadede daha genel müdahaleler olurken, zaman içerisinde daha ayrıntılı ve kişiye özgü müdahaleler olmalı ve daha ciddi sorunlar oluşturmadan gerçekleştirilmelidir (Özkan ve Çetinkaya, 2021). Bu şekilde kişilerin deprem öncesi hayatlarına dönmeleri daha kolay ve hızlı olarak gerçekleşebilecektir.

Afet sonrası meydana gelen stres duygusal olarak yönetilmesi zor olan ve hayatın birçok alanını etkileyen bir stres türüdür (Kardaş ve Sofuoğlu 2019). Diğer bir deyişle kişilerin ani gelişen afetler sırasında yaşadıkları yoğun duygular büyük bir stres

oluşturur (Başoğlu ve Şalcıoğlu, 2011). Deprem diğer afetlere göre kontrol edilmesi daha güç bir durum olduğu için kişi yaşadığı olay sonucu daha büyük bir korku ve çaresizlik hisseder ve durum da stres durumunun artmasına sebep olur. Kardaş ve Sofuoğlu (2019) yaptığı çalışmada kişilerin yaşadıkları afetler sonrasında yapılması gerekenler hakkında bilgi sahibi olması durumunda daha kontrollü olduğu ve bu durumun stresi azalttığı sonucuna ulaşmıştır. Bu durumdan da anlaşılacağı üzere deprem ve afet eğitimi alan bireylerin deprem sonrası yaşadıkları stres de azalmakta ve durumu daha iyi yönetebilmektedirler.

Eğitim, toplumun gelişmesini ve karşılaşılan problemlere çözümler bulunmasını sağlayan en önemli ajanlardan birisidir. Eğitimli bireyler karşılaştıkları problemlerle daha kolay başa çıkabilmekte daha önce yaşanmış tecrübelerden çıkarımlar yaparak karşılaştıkları sorunlara çözümler üretebilmektedirler. Ayrıca eğitim, toplumun ekonomik seviyesinin yükselmesine, bilimin ve teknolojinin gelişmesine katkı sağlayan en önemli unsurlardandır (Muttarak ve Lutz, 2014). Eğitimli toplumların gelişmişlik düzeyleri artar ve yaşanabilecek olası bir afet karşısında daha hazır olmaları mümkün olur. Ayrıca eğitim seviyesi yüksek toplumların afet bilinci de daha yüksektir (Mızrak, 2018).

Daha önceki afetler hakkında bilgisi olan ve ne yapılması gerektiğini bilen insanlar afetler konusunda dirençlidirler (Bullough, Renko ve Myatt, 2014). Bu durum da doğru bir eğitimle mümkündür. Mızrak (2018)'ın belirttiği gibi toplumun afetlere karşı bilinçli olması için doğru ve sistemli bir afet eğitimi verilmesi gerekmektedir. Deprem eğitiminin doğru verildiği ve deprem ile ilgili yüksek farkındalığa sahip bireylerin depremden daha az etkilendiği ve daha kontrollü davrandıkları (Dölek, 2019) göz önünde bulundurulduğunda bu durumun depremin oluşturduğu stresi de azaltabileceğinden bahsedilebilir.

Deprem ile ilgili verilecek eğitimlerle bireylere deprem farkındalığı kazandırılabilir ve bu şekilde depremin olumsuz etkileri azaltılabilir (Kaya ve Aladağ, 2017). Doğru ve etkili bir deprem eğitiminin verileceği en önemli kurum okullardır ve bu eğitimi verecek öğretmenlerin deprem farkındalığının ve deprem bilincinin yüksek olması önemlidir. Toplumun depreme hazırlayan ve deprem eğitiminin başladığı yer olan okullarda (Bilen ve Polat, 2022) öğretmenlerin depremi nasıl algıladıkları, deprem

konusundaki kaygıları ve depreme dair yaşadıkları stresin ne durumda olduğu önemlidir.

Okullar, depremler sonrası hem fiziki olarak hem de sosyal açıdan zarar gören ortamlardan birisidir (Uşak vd., 2005). 6 Şubat 2023 tarihinde meydana gelen Kahramanmaraş depremi sonrası birçok okul binasının zarar görmesi sebebiyle öğrenciler başka illerdeki okullara devam etmek durumunda kalmış ve eğitim hayatları sekteye uğramıştır. Okul binalarında meydana gelen yıkımın yanı sıra öğrencilerin, öğretmenlerin ve okul yöneticilerinin süreçten olumsuz etkilenmeleri sonucunda eğitim-öğretim faaliyetleri sekteye uğrayabilmektedir.

Amaç

Bu araştırmanın temel amacı, devlet okullarındaki öğretmenlerin ve yöneticilerin depreme ilişkin yaşantılarının ve deprem stresi ile baş etme stratejilerinin incelenmesidir. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranacaktır.

- Devlet okullarında görev yapan yöneticiler ve öğretmenler yaşadıkları depremin oluşturduğu stresi nasıl tanımlamaktadırlar?
- Devlet okullarında görev yapan yöneticilerin ve öğretmenlerin depreme ilişkin yaşantıları nelerdir?
- Devlet okullarında görev yapan yöneticilerin ve öğretmenlerin yaşadıkları deprem stresinin eğitim öğretim süreci üzerindeki etkileri nelerdir?
- Devlet okullarında görev yapan yöneticilerin ve öğretmenlerin okul ortamlarının depreme hazır olma durumuna ilişkin görüşleri nelerdir?
- Devlet okullarında görev yapan yöneticilerin ve öğretmenlerin yaşadıkları deprem stresini azaltmak için kendilerine özgü geliştirdikleri yöntemler nelerdir?

Önem

Depremle ilgili yetkililerin alacakları önlemler dışında bireylerin kendilerinin alabilecekleri bazı önlemler vardır. Deprem çantası hazırlama, evlerin depreme göre düzenlenmesi ve gerekli kontrollerin yaptırılması, mobilyaların sabitlenmesi gibi yapılabilecek hazırlıkların yanında, bireyler psikolojik ve sosyal destek olarak da depreme hazır hale gelebilir. Deprem, ruhsal olarak baş etmesi zor bir durumdur ve daha büyük sorunlara yol açmadan önce gerekirse destek alınarak bu durumların etkileri azaltılmalıdır. Deprem sonrası yetişkinler kadar çocuklar da psikolojik olarak

etkilenmekte ve bu süreç sonrasında kısa ve uzun dönemli ruhsal problemler yaşayabilmektedirler (İşmen, 2016). Çocukların yaşadıkları bu problemleri daha kolay atlatabilmelerini sağlayabilmek için çevrelerindeki yetişkinlerin ve öğretmenlerin kendi yaşadıkları stresi kontrol altında tutabilmeleri gerekmektedir.

İnsanların depremler sonrası korku, kaygı yaşadıkları ve durumun strese yol açtığı bilinmektedir (Kirmen, 2023). Kişilerin bu stresi çevrelerine ve çalışma ortamlarına taşımaları kaçınılmazdır. Depremler sonrası oluşan stresi ortadan kaldırmada ve iyileştirmede en önemli rollerden biri öğretmenlere düşmektedir. Deprem sonrası oluşan ruhsal sorunların çözümünde okullara, okul yöneticilerine ve öğretmenlere büyük görevler düşmektedir (Bakioğlu ve Savaş, 2001). Bu açıdan bakıldığında bireylerin deprem ile baş edebilmek için ne gibi stratejiler kullandıklarının araştırılması önemlidir (Kula, 2002). Toplumun geleceğini şekillendiren okullarda öğrencilere örnek olan ve onları yönlendiren öğretmenlerin ve yöneticilerin, deprem gibi yıkıcılığı büyük olan bir afetin sebep olduğu bir stresi nasıl yönettikleri ve bu süreçte kullandıkları stratejilerin neler olduklarının araştırılması önemli görülmektedir.

Gezer ve Dikmenli (2020)'nin "Türkiye'de Depremle İlgili Eğitim Alanına Yönelik Lisansüstü Tez Çalışmalarının Analizi" adlı çalışmasında belirttiği üzere konunun örnekleme olarak okul yöneticilerinin ve öğretmenlerin birlikte yer aldığı çalışmalara; öğrenciler, öğretmen adayları ve öğretmenlerin örnekleme grubu olduğu çalışmalar kadar yer verilmemiştir. Bu açıdan bakıldığında bu çalışmanın alan yazınına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışma sonucunda okul yöneticilerinin ve öğretmenlerin karşılaşabilecekleri olası bir deprem karşısında yaşayabilecekleri stres ile baş etme stratejilerinin keşfedilmesi beklenmektedir. Bunun neticesinde okullardaki risk/acil/afet yönetimi açısından alan yazına katkı sağlayacaktır. Ayrıca bu sürecin öğrenciler üzerindeki etkisiyle birebir ilgilenecek olan okul rehberlik birimleri için fayda sağlayacağı da düşünülmektedir.

Sınırlılıklar

Bu araştırma, 2023-2024 eğitim-öğretim yılı içerisinde Muş ili Merkez ilçesindeki devlet okullarında görev yapan öğretmenler ve okul yöneticileri ile onların sorulara verdikleri yanıtlarla sınırlıdır.

Sayıtlar

Bu araştırmada, okul yöneticilerinin ve öğretmenlerin yapılandırılmış görüşme formundaki sorulara doğru cevap verdikleri ve cevapların katılımcıların gerçek duygularını ve düşüncelerini yansıttığı varsayılmaktadır.

Tanımlar

Travma sonrası stres bozukluğu :Deprem, yangın, sel, savaş, büyük kazalar, şiddet, istismar gibi olaylar sonrasında meydana gelen, bireylerde korku, kaygı gibi ruhsal travmaya sebep olan durumdur (Sönmez, 2022).

Akut Stres bozukluğu: Bireyin yaşadığı travma sonrası meydana gelen korku, kaygı ve çaresizlik hissinin, 3 ile 30 gün arasında sürdüğü ruhsal durumdur (Sönmez, 2022).

BİRİNCİ BÖLÜM

AFET VE DEPREM: KAVRAMSAL VE KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. AFET KAVRAMI VE GENEL ÖZELLİKLERİ

İnsan kaynaklı ve doğa olaylarının sebep olduğu günlük yaşamı bozan, can ve mal kayıplarına sebep olan, meydana geldiği toplum tarafından baş edilemeyen olaylara afet denir (Gündoğdu ve Özçep, 2003). Ergünay (1996)'ya göre afet günlük hayatı kesintiye uğratan gerçekleşmesi bakımından doğal veya insan kaynaklı olabilecek olaylar olarak tanımlanmıştır. Şahin (2019)'a göre ise afet, olayın yaşandığı bölgedeki insanların kendilerinin baş edemeyeceği, daha büyük çaplı yardım gerektiren olaylardır. Bu tanımlamaların yanında afet, AFAD tarafından "Toplumun tamamı veya belli kesimleri için fiziksel, ekonomik ve sosyal kayıplar doğuran, normal hayatı ve insan faaliyetlerini durduran veya kesintiye uğratan, etkilenen toplumun baş etme kapasitesinin yeterli olmadığı doğa, teknoloji veya insan kaynaklı olay" şeklinde ifade edilmiştir (AFAD, 2014a). Afetler çoğunlukla ani bir şekilde meydana gelir ve büyük kayıplara sebep olur (Koç vd., 2005; Varol ve Gültekin, 2016).

Afetle ilgili birçok tanım yapılmasına karşın bir olayın afet olarak nitelendirilmesi için ön koşullardan bir tanesi bu olayların verdiği zararlardır. Yani afet olarak algılanan şey olayın kendisi değil olayın sonucunda yaşananlardır (Erten, 2011). Altun (2018), bir olayın afet olarak nitelendirilmesi için sadece gerçekleşmesinin yeterli olmadığını, toplumun işleyişini bozması, günlük yaşamı etkilemesi, hatta can ve mal kaybına sebep olması gerektiğini belirtmiştir. Yaşanan bu olaylardan canlıların yaşamadığı yerlerde meydana gelenler genellikle afet olarak nitelendirilmemektedir (Tural, 2002). 2004 yılında Endonezya'da meydana gelen 9 büyüklüğündeki depremin etkisiyle yaşanan tsunami, yüzbinlerce insanın ölümüne sebep olan büyük bir afet iken, yine aynı bölgede meydana gelen 8,3 büyüklüğündeki depremin oluşturduğu tsunami sonucu itibariyle afet olarak nitelendirilmeyebilir (Işık vd., 2012).

Ergünay (2002), bir olayın afete dönüşebilmesi için can, mal ve iş sürekliliğine büyük oranda zarar vermesi gerektiğini ifade etmektedir. Gerçekleşmesi doğal olan olaylar önlenemez; fakat bir olayın afet olarak nitelendirilmesine sebep olan sonuçları, alınabilecek önlemler ve afetlere karşı hazırlıklı olunarak önlenabilir ya da olumsuz sonuçları azaltılabilir (Işık vd., 2012).

Afetlerin yol açtığı olaylar, yaşanan durumun afet olarak nitelendirilip nitelendirilemeyeceğini etkilemekle birlikte olayın yaşandığı ortam, bölge ve zaman da durumun afet olarak değerlendirilmesini etkilemektedir. Yaşanan bir olayın afet olarak nitelendirilmesi afetin yaşandığı toplum, zaman, bölge, gelişmişlik düzeyi gibi faktörlere göre değişiklik gösterebilmektedir (Altun, 2018). Ayrıca yaşanan olaylar yıllar öncesinde afet olarak tanımlanmazken günümüzde afet olarak kabul görebilir (Yıldırım, 2004). Bununla birlikte nüfus oranı daha yüksek bölgelerde afet olarak nitelendirilen olaylar daha kırsal kesimlerde afet olarak kabul görmeyebilir (Altun, 2018). Aynı şekilde olayın meydana geldiği toplumun gelişmişliğine göre de bu durum değişiklik göstermektedir (Çelik ve Gündoğdu, 2022; Avdar ve Avdar, 2022).

Tehlike, acil durum, risk, gibi kavramlar afet kavramı ile alakalı olup kimi zaman afet ile karıştırılabilmektedir (Altun, 2018). Beklenmedik anlarda ve yerlerde meydana gelen ve çok hızlı bir şekilde müdahale gerektiren ciddi olaylar acil durum olarak tanımlanmaktadır (Ergünay, 1996). Acil durumlarda eldeki imkanlarla yapılacak müdahaleler olayın çözümü için yeterli olacaktır (Qureshi ve Gebbie, 2002). Tehlike ise, var olan düzeni bozma ihtimali olan her türlü olaydır (Kadıoğlu, 2008). Risk ise olayın çevresindeki her şey için verebileceği zararın ihtimalini ifade etmek için kullanılan bir tanımdır (Altun, 2018). Bütün bu kavramlar ele alındığında insan toplulukları için fiziksel hasarlar oluşturan ve eldeki imkanlarla üstesinden gelinemeyen olaylara afet denirken, eldeki imkanlarla baş edilebilecek durumlar ise acil durum olarak ifade edilebilir.

Küresel ısınma, iklim değişikliği gibi birçok nedenden kaynaklı olarak dünya üzerinde meydana gelen doğal afetlerin hem sayısı hem de zararı artmaktadır (Kadıoğlu, 2011). Ülkemizde en fazla görülen ve etkisi en büyük olan afet türleri deprem, heyelan, su baskını, kaya düşmesi gibi afetlerdir (Altun, 2018). Afetler birbirini etkilemekte, hatta bazı durumlarda birbirlerini tetikleyebilmektedir. Örneğin depremler; salgın hastalıklara, büyük yangınlara, tsunamiye sebep olmaktadır.

1.2. AFETLERİN SONUÇLARI

Afetler büyük can kaybına sebep olduğu gibi hem afet sırasında, hem de afetlerin gerçekleşmesi sonrasında büyük ekonomik kayıplara sebep olmaktadır (Ergünay, 2002). Deprem, sel, tsunami gibi yıkım gücü büyük olan afetler gerçekleştiği anda büyük kayıplara sebep olur. Bununla birlikte daha sonraki dönemlerde de tarım, turizm, ticaret

gibi faaliyetlerin etkilenmesiyle ekonomik kayıplara sebep olabileceği gibi, salgın hastalıklar gibi nedenlerle can kaybına da sebep olabilir (Işık, Aydoğdu, Koç, Gündoğdu, Korkmaz ve Ay, 2012). Depremlerin etkisi sonucunda büyük patlamalar meydana gelerek oluşan yangınlar ve büyük yıkımlar sonrası oluşan moloz yığınları, hava ve çevre kirliliğine sebep olmaktadır (Kundak ve Kadioğlu, 2011).

Afetlerin sonuçlarına ve sebep olduğu zararlara bakıldığında en kötü sonuç can kaybıdır. Bunun yanında çok sayıda binanın, yapının zarar görmesi ekonomik açıdan birçok zarara yol açmakta, ayrıca afetler sonrası toplumun sosyal yapısı da bozulmalar olabilmektedir (Altun, 2018). Afetlerin ekonomik sonuçları ilk olarak afet sonrası meydana gelen doğrudan yıkım sonucu tarım, sanayi, enerji, alt yapıda meydana gelen zararlar şeklinde karşımıza çıkarken, afetler sonrası uzun dönemde üretimin yavaşlaması, hatta belirli süreler boyunca durması, fiyatların artışı, istihdamın düşmesi, harcamalardaki dengesizlikler gibi sebeplerle karşımıza çıkmaktadır (Güvel, 2008). Hatta gerçekleşen depremler sonucu yaşanan kayıplar ve üretimin belirli süreler durmasının ülkemizin milli hasılasının da ciddi oranda düşmesine sebep olmuştur (Altun, 2018). Afetler sonrası can ve mal kaybı, ekonomik ve ticari zararların yanında toplumda sosyal ve psikolojik sorunlarda oluşabilmektedir. Bireyler afetlere doğrudan maruz kalsın ya da kalmasın büyük afetler sonrası psikolojik ve ruhsal problemler yaşayabilmektedir. Akyılmaz ve Karka (2011) afetlerden etkilenenleri, afeti doğrudan yaşayanlarla birlikte, afetzedelerin yakınları, afet sonrası sahada çalışanlar ve yaşanan olayları uzaktan takip edenlerin de durumda psikolojik olarak etkilendiğini belirtmiştir.

1.3. AFET TÜRLERİ

Afetler genel olarak “doğa kaynaklı afetler” ve “insan kaynaklı (doğal olmayan) afetler” olmak üzere iki grupta incelenmektedir (Kadioğlu, 2011). Bazı kaynaklar afet türlerini “doğal afetler”, “insan kaynaklı afetler”, “teknolojik kökenli afetler” olarak üç grupta sınıflandırmaktadır. Yavaş (2005)’e göre “teknolojik kaynaklı afetler” de insanlardan kaynaklandığı için bu sınıfta incelenebilir. Bu nedenle “teknolojik kaynaklı afetler” de “insan kaynaklı (doğal olmayan) afetler” başlığı altında ifade edilecektir.

1.3.1. Doğa Kaynaklı Afetler

Doğa kaynaklı afetler, oluşumu bakımında tamamen doğal sebepler sonucu meydana gelen afetlerdir (Atalay, 2004). Gündüz (2009)’a göre doğa kaynaklı afetler

insan yaşamını birçok yönden olumsuz etkileyen, büyük kayıplara yol açabilecek ve gerçekleşmesi doğa olaylarından kaynaklanan afetlerdir. Doğa kaynaklı afetler genellikle toplumu ekonomik, fiziksel, psikolojik açıdan büyük çapta etkilemektedir. Bu afetlerin sonucunda birçok insan yaşamını yitirebileceği gibi bu olaylardan sonra da toplumsal düzen bozulmakta, gündelik yaşam büyük ölçüde sekteye uğramaktadır (Soydan ve Alparslan, 2014).

Doğa kaynaklı afetler de kendi içlerinde bazı sınıflara ayrılabilir. Bu sınıflandırmaları Sipahioğlu (2012) jeolojik kökenli, meteorolojik kökenli ve biyolojik kökenli olarak yaparken, Çelik ve Gündoğdu (2022) ise bir anda gerçekleşen ve daha yavaş meydana gelen afetler olarak iki grupta ele almıştır. Jeolojik kökenli doğal afetler yer kabuğundaki hareketler sonucu meydana gelen deprem, volkanik patlama, zemin çökmesi, tsunami gibi afetlerdir (Şahan, 2019; Usta, 2023). Meteorolojik kökenli doğal afetler ise sıcaklık, nem, yağış gibi atmosferik durumlar sonucunda meydana gelen kuraklık, sel, fırtına, erozyon, kasırga gibi afetleri kapsarken biyolojik kökenli afetler ise canlıların sebep olduğu biyolojik istilalar, salgın hastalıklar, orman yangınları gibi afetlerdir (Genç, 2007; Sipahioğlu, 2012). Aniden gerçekleşen deprem, sel, volkanik patlama gibi doğal afetlerin zamanı ve şiddeti önceden belirlenemediği için önlem alınması daha zor afetlerdir. Doğal olarak bu afetlerin yıkıcılığı ve zarar verebilirliği daha yüksektir (Yılmaz, 2023). Kuraklık, erozyon, küresel ısınma gibi zaman içerisinde gerçekleşen afetler, daha yavaş gerçekleştiği için önceden belirlenmesi ve gerekli önlemlerin alınması daha mümkün olan afetlerdir. Dolayısıyla bu afetlerin etkisi daha az görülmektedir (Çelik ve Gündoğdu, 2022). Deprem, sel, volkanik patlama, toprak kayması, çığ gibi bazı doğal afetler ani şekilde meydana gelmekte, kuraklık, erozyon gibi bazı afetler ise zamanla gerçekleşebilmektedir (Baytar, 2017). Ülkemizde konumu nedeniyle birçok doğal afet yaşanmasına karşın bunlardan en fazla görüneni ve en büyük etkiye sahip olanı depremlerdir (Bağbancı, 2015).

Doğal afetler yıkım gücü ve bıraktığı olumsuz etkiler yüksek olan ve insan etkisinin olmadığı afet türüdür (Köseoğlu, 2015). İnsanlara büyük ölçüde zarar veren bu afetlerin son zamanlarda görülme sıklığı artmakta ve önümüzdeki on yıl içerisinde daha da artacağı ifade edilmektedir (Bianet, 2012; Brunnsma ve Picou, 2008). Bunun sebebi olarak iklim değişikliğinden bahsedilmektedir (Coronese vd., 2019).

Doğal afetler birçok can ve mal kaybına neden olmasının yanında toplumun sosyal yapısını, bireylerin psikolojilerini, ülkelerin ekonomik durumlarını ve ekonomik kaynaklarını da olumsuz etkilemektedir (Can ve Elçi, 2021). Doğal afetler her ne kadar insandan bağımsız olarak gerçekleşiyor olsa da insan etkisiyle daha büyük ve acı sonuçlar yola açabilmektedir (Köseoğlu, 2015). Afetlerin yaşandığı yer, o bölgedeki kentleşme, bölgenin nüfus durumu, toplumun eğitim seviyesi, doğal çevredeki bozulma, afetlere karşı gerekli önlemlerin alınıp alınmaması gibi durumlar afetlerin oluşturacağı etkinin büyüklüğünü belirlemektedir (Yaman ve Erten, 2015). Doğal afetlerin meydana gelmesinde insan faktörü etkili olmasa bile olayların sonuçlarında toplumun bilinçsizliği, eğitim eksikliği, duyarsızlığı etkili olmaktadır (Şahin, 2019).

1.3.2. İnsan Kaynaklı (Doğal Olmayan) Afetler

Meydana gelişinde doğa olaylarının değil, doğrudan insanların etkisi olan afetlerdir (Altun, 2018). Çelik (2020) tarafından ise oluşmasının sebebi insan olan afetler şeklinde tanımlanmaktadır. Asit yağmurları, mayın patlaması, nükleer, biyolojik, endüstriyel ve kimyasal kazalar, yangınlar, terörizm, savaşlar, göçler, su ve hava kirliliği, salgın hastalıklar gibi doğa olaylarından kaynaklanmayan, can ve mal kaybıyla birlikte ekonomik ve sosyal açıdan da kayıplara sebep olan afetler insan kaynaklı (doğal olmayan afetler) olarak tanımlanmaktadır (Bulu, 2023; Kadioğlu, 2011;). Bu tür afetler doğal afetler gibi birçok insanın hayatını kaybetmesine, sosyal hayatın bozulmasına ve büyük ekonomik kayıplara neden olabilir (Yılmaz, 2003). Hatta Ünlü (2019) insan kaynaklı afetlerin, doğal afetlerden bile daha olumsuz sonuçlara yol açtığını belirtmiştir. Savaşlar sonrası zorunlu göçlerin toplumsal yapıyı tamamen bozması buna örnek olarak verilebilir. Aynı zamanda doğal alanların tahrip edilmesi, yanlış ve çarpık kentleşme, kentsel bölgelerde kontrolsüz nüfus artışı afetlerin etkisinin artmasına sebep olmaktadır (Şahin, 2019).

Afetler büyük ölçüde önlenemezken, teknolojik kaynaklı afetler önlenebilen afet türü olarak ifade edilebilir (Math vd., 2015). Teknolojinin gelişmesiyle teknolojik afetlerinde çoğalması kaçınılmazdır. Büyük barajlardaki yıkılmalar, doğalgaz patlamaları, kimyasal patlamalar ve sonrasında oluşan büyük yangınlar, ulaşımda meydana gelen büyük kazalar buna örnek olarak verilebilir (Kadioğlu, 2008). Ayrıca doğrudan insan kaynaklı olmasa bile doğal afetlerinde teknolojik afetleri tetiklediği görülmektedir. Japonya'da 2011 yılında gerçekleşen deprem sonrası meydana gelen

nükleer patlama, 1999 Marmara Depremi sonrası İzmit rafinerisinde çıkan yangın buna örnek olarak verilebilir (Çelik, 2020; Köseoğlu, 2015). Kısa zaman önce gerçekleşen ve bütün dünyayı etkisi altına alan Covid 19 salgını ve bunun sonucunda yaşanan pandemi de dünya çapında toplumsal düzeni etkilemiş, sosyal, ekonomik ve psikolojik problemlere yol açmıştır. İnsan kaynaklı ve teknolojik afetler doğal yapının tahribatı sonucu meydana gelmekte ve günlük yaşamı önemli ölçüde etkilemektedir (Ünlü, 2019).

1.4. AFET EĞİTİMİ

Gerçekleşmesi önlenemeyen afetlerin etkilerinin azaltılması için gerekli önlemlerin zamanında ve doğru bir şekilde alınması gerekmektedir. Çünkü meydana gelmesi doğal olan bu olayların afet olarak nitelendirilmesinin sebebi neden olduğu olumsuz sonuçlardır. Bu olumsuz sonuçların azaltılması ve zararların en aza indirilmesi ancak doğru bir afet yönetimi ve topluma verilecek afet eğitimi ile mümkün olabilir.

Afetlerin doğrudan can kaybına sebep olmasının yanında ekonomik, sosyal, psikolojik birçok etkisi bulunmaktadır. Bu etkiler her ne kadar meydana gelen afet türüne, olayın yaşandığı ortama, toplumun gelişmişlik düzeyine göre değişiklik gösterse de sadece kısa vadeli olarak değil uzun vadede de toplumsal yaşamı olumsuz etkilemektedir. Yapılan araştırmalar son yüzyılda gerçekleşen depremlerin neden olduğu maddi hasarın 40 milyon doları bulduğunu söylemektedirler (Çelik, 2020). Gerçekleşen afetlerin olumsuz etkilerinin en büyük sebeplerinden biri toplumun bu konudaki bilinçsizliği ve bilgi eksikliğidir. Şengün ve Küçükşen (2019) toplumun afet konusundaki bilinçsizliğinin afetlerin gerçekleşmesine de neden olabileceğini belirtmektedir.

Toplumun her kesimini birçok yönde etkileyen afetlerin etkilerinin azaltılması, toplumsal ve ekonomik zararların minimum boyutlara getirilmesi büyük önem taşımaktadır. Bu durumun sağlanması için yapılacak en önemli faaliyet doğru ve etkili bir afet eğitimi verilerek toplumun bilinçlendirilmesidir (Mazman Budak, 2019). AFAD tarafından afet eğitimi *“Başta deprem olmak üzere ülkemizde sıkça görülen afetlere yönelik olarak, afetlerin öncesi, sırası ve sonrasında yapılacak doğru davranışları bireylere kazandırmak.”* şeklinde tanımlanmaktadır (AFAD, 2024). Afet eğitimleriyle afetlerle mücadele edebilme gücü kazanılması amaçlanmalıdır. (Asharose ve Sasi, 2015).

Afetler konusundaki eğitimler yapılacak çalışmaların amaçlarına göre çeşitlilik göstermektedir. Afet eğitimleri daha çok saha içinde çalışacak kişilere verilmektedir (Erkan vd., 2011). Fakat afet eğitimi çok kapsamlı bir konudur ve sadece afet sonrası ilk müdahaleyi kapsamamalı, afet öncesi ve afet anından da yapılması gerekenler hakkında bilgi verilmelidir (Aybay, 2023). Afet eğitimi toplumsal yapıya, teknolojik yeterliliklere, toplumun sosyoekonomik düzeyine göre farklılık gösterebilmektedir ve bu koşullar göz önünde bulundurularak eğitim planlaması yapılmalıdır (Koçbeker, 2019).

Afet eğitimi sadece yetişkinlere verilmesi gerek bir eğitim değildir. İlkokul hatta okul öncesi kademesinden başlayarak, çocukların gelişim düzeylerine uygun olarak verilmeli ve afete hazır bir toplum yetiştirilmesi sağlanmalıdır (Özgüven, 2006). Afet bilinci olan bir toplumun oluşturulması için gerekli eğitimler, afet konusunda uzman kişiler tarafından verilmeli ve devamlılık göstermelidir (Erkan vd., 2011; Mızrak, 2018). Bazı durumlarda gerekli bilgi birikimine sahip gönüllü bireyler tarafından da bu eğitimler verilebilir (Akın, 2017). Okul öncesi kademesinden başlayan eğitimler daha kalıcı olmakta ve çocuklara küçük yaşlardan itibaren bu bilinç yerleştirilebilmektedir (Mazman Budak, 2019).

Arı ve Yılmaz (2016) afet eğitiminin öncelikli olarak eğitim kurumlarında, sistematik bir şekilde ve somut etkinliklerle verilmesi gerektiğini; nitekim ABD, Japonya gibi ülkelerde de bu şekilde uygulandığını belirtmektedir. Çünkü somut etkinliklerle kalıcı bir şekilde öğrenme sağlayan çocuk bu eğitimi içselleştirir ve afet bilincini kazanarak afete hazır hale gelebilir (Kansızoğlu, 2014). Afet konusu önemlidir ve geleneksel yöntemlerle değil, yaparak yaşayarak öğrenmeyi, keşfetmeyi, uygulama yapmayı sağlayan yöntemlerle öğretilmesi gerekmektedir (Arı ve Yılmaz, 2016). Okullarda afet eğitimi ara disiplini, bir ders şeklinde planlanarak verilmek yerine, diğer disiplinlerle bütünleştirilerek verildiğinde daha etkili olmaktadır (Kırıkkaya vd., 2011). Durna (2019)'a göre de çocukların uygulama yaparak aktif bir şekilde kazandıkları afet bilinci, diğer yöntemlerle öğrendiklerine nazaran daha kalıcı olmaktadır.

1.5. AFET YÖNETİM SÜRECİ

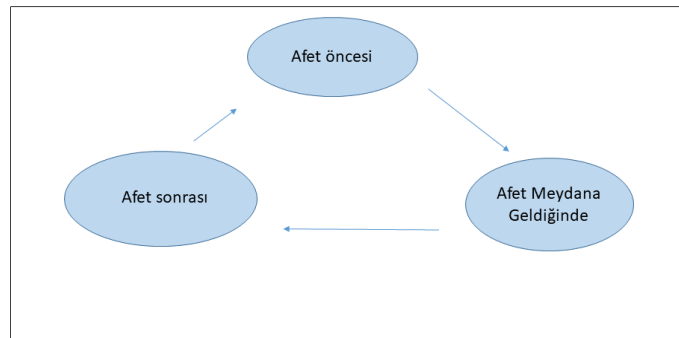
Afetler sonucunda meydana gelen kayıpların azaltılması, afet anında, afet öncesinde ve afet sonrasında gerekli planlamaların yapılması ve alınabilecek önlemlerin alınması, ilgili bütün kurum ve kuruluşların iş birliğinin sağlanması ve gerekli

müdahalelerin yapılması şeklinde sürecin bir bütün halinde yönetilmesi olayına afet yönetimi denir (Şahin, 2019). Kadioğlu (2017) de, afet yönetimini sadece afet anında ve sonrasında yapılacak müdahaleler olmadığını, önceden alınacak önlemlerin ve yapılacak planlamalarında büyük önem taşıdığını belirtmektedir. Afet öncesi, afet anı ve sonrası için gerekli çalışmalar yanında yeniden inşa sürecinin yönetilmesi de afet yönetimi içerisinde yer almaktadır (Ergünay, 2005).

Afet yönetimi, “Afetlerin önlenmesi ve zararlarının azaltılması amacıyla, afet öncesi, sırası ve sonrasında alınması gereken önlemler ve yapılması gereken çalışmaların planlanması, yönlendirilmesi, koordine edilmesi, desteklenmesi ve etkin olarak uygulanabilmesi için toplumun tüm kurum ve kuruluşlarıyla, imkân ve kaynaklarının belirlenen stratejik hedefler ve öncelikler doğrultusunda kullanılmasını gerektiren, çok yönlü, çok disiplinli ve çok aktörlü, dinamik ve karmaşık bir yönetim sürecidir.” (AFAD, 2014b). AFAD tarafından ise “Afetlerin önlenmesi ve zararlarının azaltılması, afet sonucunu doğuran olaylara zamanında, hızlı ve etkili olarak müdahale edilmesi ve afetten etkilenen topluluklar için daha güvenli ve gelişmiş yeni bir yaşam çevresi oluşturulabilmesi için toplumca yapılması gereken topyekûn bir mücadele süreci.” şeklinde tanımlanmıştır (AFAD, 2018).

Afetlerin gerçekleşmesinin kaçınılmaz oluşu toplumun afetlerle yaşamayı öğrenmesini gerektirir. Teknolojinin gelişmesiyle bütün konularda olduğu gibi afet konusunda da bilgiye ulaşmak daha hızlı ve daha kolay hale gelmiştir. İletişim araçları yardımıyla afetler daha kolay ve hızlı bir şekilde tespit edilebilir, daha hızlı organize olunabilir ve planlamalar daha etkili yapılabilir (Aybay, 2023). Afet yönetimi; afet öncesi, afet sırası ve afet sonrası süreçleri kapsayan döngüsel bir süreçtir (Özmen vd., 2015).

Şekil 1.1. Afet Yönetimi Faaliyet Döngüsü



Afet yönetimi bir süreci kapsamaktadır. Bu sebeple birbirleriyle bağlantılı olarak hatta birbirlerinin başarısını etkileyerek devam eder (Özmen vd., 2015). Yani afet yönetimi süreçlerinin birinde başarısız olunursa diğer süreçlerde bu durumdan etkilenir. Afetlerin olumsuz etkilerinin azaltılması için yapılması yapılacak faaliyetlerin önceden planlanması, gerekli olan hazırlıkların yapılması ve ilgili bütün paydaşların sürece katılması gerekmektedir. Afet yönetimi tek yönlü bir yönetim sistemi değildir. İlgili tüm kurum ve kuruluşların sürece dâhil edilmesini gerektiren, çok yönlü ve bütünsel bir sistemdir (Aybay, 2023; Özmen vd., 2015).

Afet yönetiminin amaçlarında birisi de afetlere karşı hazırlıklı olmaktır. Bu hazırlık önlenemez olan afetlerin önlenebilecek parametrelerinin yönetilmesi ve kontrol altında tutulması olarak düşünülebilir (Dikmenli ve Yakar, 2019). Afetlere hazırlık aşamasında bireylerin yaşam alanları, evleri, çalışma ortamları gibi değişkenlerin yanında, psikolojilerinin de yaşanabilecek olası durumlar için hazır hale getirilmelidir. Coşkun (2011)'a göre bu psikolojik hazırlık evresi diğer evrelerden daha fazla önem taşımaktadır. Bireylerin kendileri için yaptığı hazırlıklar, alacakları önlemler ve verilecek etkili bir afet eğitimi ile afetlerin olumsuz etkileri azalabilir, hatta oluşabilecek can kaybı bile azaltılabilir (Shaw vd., 2012).

1.6. DEPREMİN TANIMI VE DEPREMLE İLGİLİ KAVRAMLAR

Yer kabuğunda meydana gelene kırılmalar sonrası yeryüzünde meydana gelen sarsımlara deprem denir (Erkoç vd., 2000). Diğer bir ifadeyle jeolojik olaylardan kaynaklı olarak yerin belirli şiddetlerle sarsılması olayı deprem olarak tanımlanabilir (Çelik, 2020). Deprem “Tektonik kuvvetlerin veya volkan faaliyetlerinin etkisiyle yer kabuğunun kırılması sonucunda ortaya çıkan enerjinin sismik dalgalar hâlinde yayılarak geçtikleri ortamları ve yeryüzünü kuvvetle sarsması olayıdır.” (AFAD, 2023).

Depremin büyüklüğü ve depremin şiddeti tanımları kavramsal olarak bazı karışıklıklara sebep olmaktadır. AFAD (2024) tarafından depremin büyüklüğü “Depremin ortaya çıkardığı toplam enerjiyi karakterize eden, aletsel ölçüm ve hesaplama sonucunda bulunan değer” şeklinden tanımlanırken depremin şiddeti ise “Depremlerin insanlar, çevre, yapılar ve doğa üzerinde meydana getirdiği etkiler, hasarlar veya değişimlerin gözleme dayalı olarak derecelendirilmesi” olarak tanımlanmaktadır. Yani deprem sonrası ifade edilen değerler depremin büyüklüğünü belirtmektedir.

Depremle ilgili başka kavramlar ise AFAD (2024) tarafından;

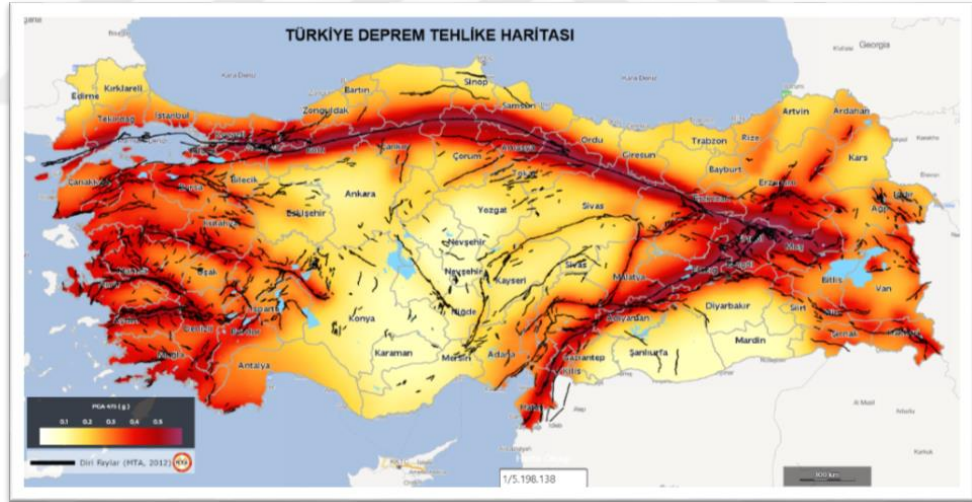
“Deprem Tehlikesi: Hasar ve can kaybı yaratacak büyüklükte bir depremden kaynaklanan yer hareketinin belirli bir yerde ve belirli bir zamanda oluşma ihtimali.

Deprem Riski: Deprem tehlikesinin gerçekleşmesi durumunda, fiziksel, ekonomik ve sosyal kayıpların meydana gelme olasılığı.” şeklinde tanımlanmaktadır.

1.6.1. Türkiye’de Deprem Tehlikesi

Dünyada çok sayıda deprem olmakta fakat bunlardan büyüklüğü belli bir seviyenin üzerinde olanlar hissedilebilmektedir (Çelik, 2020). Depremlerin büyüklüğü, depremin sebep olduğu zararı büyük oranda etkilemektedir. Bununla birlikte bazı durumlarda, meydana gelen küçük depremler büyük depremlerin de habercisi niteliğinde olabilmektedir (Tajima ve Hayashida, 2018). Deprem çok ciddi can ve mal kaybına sebep olan yıkım gücünün yanı sıra patlamalar, yangınlar, tsunami gibi başka felaketleri de tetikleyebilen bir afet türüdür (Akyel, 2000).

Şekil 1.2. Türkiye Deprem Tehlikesi Haritası



Yukarıda yer alan AFAD tarafından hazırlanan Türkiye deprem risk haritasında da görüldüğü üzere ülkemiz önemli fay hatları üzerinde bulunmakta ve her yıl çok sayıda deprem meydana gelmektedir. Bu depremlerin ortalama yılda iki tanesi büyük hasarlara ve yıkıma neden olurken, ülkemizde 1900’lü yıllardan bu yana 240’ın üzerinde ölüme sebep olan deprem yaşanmıştır (Şahin, 2019). Deprem fay hatlarının bulunduğu bölgelerde meydana gelen hareketlerden kaynaklanan ve büyük oranda can ve mal kaybına neden olabilecek bir afettir (İşçi, 2008). Ülkemizde nüfusun gün

geçtikçe kırsal kesimden kentlere doğru yoğunlaşması, yüksek deprem riski bulunan bölgelerde, deprem tehlikesi yaşayan insan sayısının artmasına sebep olmaktadır (Şahin, 2019). Ayrıca sanayi ve enerji kuruluşlarının da bu bölgelerde olduğu göz önünde bulundurulduğunda olası büyük bir depremin, büyük çaplı bir yıkıma ve zarara sebep olması kaçınılmazdır. Bütün bunlar düşünüldüğünde deprem için ciddi anlamda hazırlıkların yapılması zorunludur. Gerekli önlemlerin alınmaması durumunda olası bir deprem sonrası 2023 Kahramanmaraş depreminde olduğu gibi ağır sonuçlarla karşılaşmak kaçınılmazdır.

1.7. DEPREMİN ETKİLERİ

Deprem ülkemizin çok sık karşılaştığı ve birçok yönden kayıp yaşanmasına sebep olan bir afet türüdür. Depremin sebep olduğu kayıpların en önemlilerinden biri de psikolojik kayıplardır. Yaşanan depremler, can ve mal kayıplarının yanı sıra bireylerin sosyal hayatlarını da olumsuz etkilemekte ve bu durum psikolojik açıdan birçok kaybın gerçekleşmesine sebep olmaktadır (Bıçakçı ve Ergüney Okumuş, 2023). Bireylerin afet sonrası yaşadığı kayıplar, can ve mal kaybıyla birlikte güvende olma duygusunun kaybı olarak da karşımıza çıkmaktadır (Güre, 2021).

Depremin sebep olduğu hasarlar çok yönlü ve uzun vadeli (Bıçakçı ve Ergüney Okumuş, 2023). Tabi ki bu etkilerin sebebi sadece doğal bir afet olan deprem değil, depreme karşı yapılan hazırlıkların ve deprem bilincinin yetersiz olmasıdır. Akyel (2007)'in belirttiği gibi kişiler ve kurumlar tarafından alınan önlemlerin yetersiz kalması depremin yıkıcılığının artmasına sebep olmaktadır. Deprem sadece olayı birebir yaşamış bireyler değil, çevresinden ve yakınlarından kayıp yaşayanları, olaya müdahale eden kişileri, gönüllüleri, arama kurtarma ekiplerini, gerçekleşen depremi medya aracılığıyla uzaktan takip eden kişileri de etkilemektedir (Işıklı ve Tüzün, 2017; Kukuoğlu, 2018).

Afetler sonrası birey çevresinde birçok olumsuz görüntü ile karşı karşıya kalmaktadır. Bu durum bireyde birçok psikolojik travmaya sebep olmakta, hatta bu travmaların bazıları kalıcı olabilmektedir. Bu nedenle afetler sonrası oluşan travmalar bireyin yaşam kalitesini uzun vadeli olarak olumsuz etkileyebilmektedir. Afetlerin sadece travmaya sebep olan olayı birebir yaşayan bireyleri değil, olaydan çok uzak olup da medya aracılığıyla gelişmeleri takip eden bireylerde psikolojik olarak etkileyebilmesi sebebiyle afet yönetimi başlı başına uzmanlık gerektiren bir konu olarak ele alınmalı,

süreç toplumun her açıdan en az etkileneneği şekilde yönetilmeye çalışılmalıdır (Işık vd., 2012). Afetler medya aracılığıyla çok geniş kitlelere ulaşmakta ve yaşanan psikolojik etkiler daha geniş kapsamlı hale gelebilmektedir. Depremler ayrıca ekonomik problemleri de beraberinde getirdiğinden, bireyler bu süreç sonrasında yaşadıkları maddi sıkıntılar (ekonomik krizler, işlerini kaybetme gibi) nedeniyle de psikolojik problemler yaşayabilmektedirler (Kukuoğlu, 2018).

Deprem sonrası ihtiyaçlar doğrultusunda olaya müdahale eden birçok meslek grubu bulunmaktadır. Bunlar başta arama kurtarma ekipleri olmak üzere, madenciler, güvenlik güçleri, mühendisler, sağlık çalışanları, öğretmenler, psikologlar şeklinde sıralanabilir (Bıçakçı ve Ergüney Okumuş, 2023). Arasan Özbay (2015), deprem sonrası yardım çalışanlarında stresin çokça görülen bir durum olduğunu belirtmiştir. Başta 6 Şubatta gerçekleşen Kahramanmaraş merkezli deprem olmak üzere ülkemizde yaşanan birçok afet göstermektedir ki olaya müdahale eden ekiplerde olaydan ciddi anlamda psikolojik olarak etkilenmektedir (Bıçakçı ve Ergüney Okumuş, 2023).

1.7.1. Deprem Psikolojik Etkileri

Deprem kişilerin hayatlarını tehdit etmesinin yanında sebep olduğu kaybetme korkusuyla (ailesini, yakınlarını, evlerini, işlerini, özel eşyalarını) güvende olma duygularının kaybolmasına neden olmaktadır (Nakajima, 2012). Bunun yanında depremlerden sonra travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) sıkça yaşanmakta ve bunun gibi psikolojik etkiler uzun vadede devam edebilmektedir (Karabacak Çelik, 2023). Depremler sonrası karşılaşılan psikolojik etkiler, bireylerin olaya maruz kalma derecesine göre değişiklik göstermesinin yanı sıra toplumun ciddi bir kesimi tarafından yaşanmaktadır (Yıldırım, 2021).

Depremler diğer afetlerde olduğu gibi kişilerin yaşam dengelerini tümüyle etkileyen ve sarsıcılığı yüksek olaylardır. Beklenmedik anda gerçekleşen ve bireyin bütün düzenini değiştirebilen depremler sonrası kişilerin yoğun stres yaşadığı görülmektedir (Erdoğan ve Aksoy, 2020). Friedman (2015; akt. Işıklı ve Tüzün, 2017), bu stresin dört tepki şeklinde karşımıza çıktığını belirtmektedir.

- Korku, endişe, öfke, suçluluk, çaresizlik, utanç, yas, umutsuzluk gibi duygusal tepkiler,

- Uyum problemleri, dikkat dağınıklığı, unutkanlık, rahatsız edici ses ve görüntüler, kafa karışıklığı gibi bilişsel tepkiler,

- Baş dönmesi, çarpıntı, bulantı, nefes darlığı, yorgunluk, huzursuzluk, gerginlik, iştah kaybı, uyuyamama gibi fiziksel tepkiler,

- Güvensizlik, tahammül edememe, içine kapanma, terk edilme hissi, yargılayıcı davranma, aşırı kontrolcü olma gibi sosyal tepkiler olarak karşımıza çıkmaktadır (Işıklı ve Tüzün, 2017).

Depremler sonrası özellikle ilk anlarda bireylerde yoğun bir şekilde korku, kaygı ve endişe gibi durumlar yaşanmaktadır (Bıçakçı ve Ergüney Okumuş, 2023). Bunun yanında olayın tekrar tekrar yaşanıyor gibi hissedilmesi, sesler ve görüntüler ile hatırlanması, kayıplar sonrası yoğun üzüntü gibi durumların yaşanmasıyla da sık karşılaşılmaktadır (İkizer ve Gül, 2017).

Depremler sonrası meydana gelen tüm bu psikolojik etkiler doğal bir süreçtir. Dolayısıyla zamanla azalması, bireylerin olaya yakınlığı, yaşanan kayıplar ve bireysel farklılıklara bağlı olarak belirli bir süre sonrasında normalleşmeye başlaması beklenmektedir (Kukuouğlu, 2018). Sönmez (2022) de deprem sonrası ilk dönemde gelişen travma kaynaklı durumların geçici ve kısa dönemli olmasının beklendiğini ifade etmektedir. Depremlerden sonra olayı birebir yaşasın ya da yaşamamasın birçok kişi olaydan psikolojik şekilde etkilenmekte, genellikle bu durum zamanla azalmaktadır. Fakat bu durum bazı kişilerde daha kalıcı psikolojik bozukluklara da sebep olmaktadır (Tural vd., 2004).

Deprem gibi afetlerin travmatik etkileri, kişilerin bireysel özellikleri, önceki yaşantıları, ruhsal problemlerinin olma durumu gibi değişkenlere bağlı olarak değişmektedir (Sönmez, 2022). Afetler birçok insanda travmatik etkilere sebep olmasına karşın, bireysel farklılıklar sebebiyle bazı kişiler bu durumu kısa vadede atlatamamakta bu durum beklenenin üzerinde gerçekleşebilmekte ve kalıcı ruhsal bozukluklara bile neden olabilmektedir (Altınöz ve Kaptanoğlu, 2018).

İKİNCİ BÖLÜM

STRES, DEPREM STRESİ VE DEPREM STRESİ İLE BAŞ ETME STRATEJİLERİ

2.1. STRES KAVRAMI VE STRES KAYNAKLARI

Kişilerin bireysel sınırlarının zorlanması ve bu sınırlar içerisindeki güvenli alanlarının tehdit edilmesi durumunda yaşayacakları psikolojik durum stres olarak ifade edilebilir (Lazarus, 1966). Dışarıdan gelen ve strese sebep olan her şey de stresör denir (Aydın, 2008).

Stres kelimesi “Latince” kökenlidir ve zorlanma, gerilme, baskı anlamında çeşitli nesnelere, yapılar ve kişiler için kullanılabilir (Sözen, 2015). Stres sözcüğünün kelime anlamından yola çıkılarak canlı ve cansız organizmanın dışarıdan gelen etkilere karşı yapısını bozmamak için gösterdiği direnç şeklinde tanımlanabilir (Güçlü, 2001). Organizma dışarıdan gelen uyarılara karşı dengesini korumak ve karşılaştığı yeni durumlar sonrasında kendi normaline dönme eğilimindedir. Bu nedenle bu uyarılara karşı stres olarak ifade edilen bir direnç gösterir.

Ekonomi ve teknolojinin gelişmesiyle toplumun her alanında yaşanan değişimler sonucu bu değişimlere ayak uydurmaya çalışan bireylerde modern çağın hastalığı denilen stres durumu sıklıkla görünmeye başlamıştır (Kaya ve Alım, 2015). Yaşanan stres durumunda ortada bir belirsizlik durumu vardır ve olay sonucunda yaşananlar birey için önemlidir (Kara 2012). Stres, bireyi hem bedensel hem de ruhsal olarak etkileyen bir durumdur. Stresin sebeplerinin iyi belirlenmesi, stresin kontrol altında tutulması ve gerektiğinde belirli ölçüde kullanılması için önemlidir (Kaya ve Alım 2015). Nitekim stres bireyi etkileyen bir durumdur. Stres, bireye etkileri bakımından olumlu ve olumsuz stres olarak sınıflandırılabilir (Can, 2013). Bireyler yaşadıkları stres ile baş edebilmek için bazen olayı doğru bir şekilde anlama, doğru bir şekilde yorumlamaya ve yaşadıkları olaya çözüm üretmeye çalışma gibi bilinçli çabalar harcarken, bazen de olayı bastırma, içine kapanma, duygularını başka kişilere yöneltme gibi bilinçsiz tepkiler geliştirebilir (Kirman, 2023). Bireyler stres sonrasında yaşadıkları ruhsal durumların etkisiyle olduğundan daha sert tepkiler verebilmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2008).

Bireylerin güvende olma duygusu sarsıldığında stres yaşadığı bilinmekte, doğal afetlerde bireylerin güvende olma duygusunu ciddi anlamda sarsmaktadır (Kirman, 2023). İnsanlarda stres oluşmasının en önemli sebeplerinden biriside kişinin yaşadığı ortamda ve hayat düzeninde meydana gelen değişikliklerdir (Erkman ve Çetin, 2008).

2.1.1. Bireysel Stres Kaynakları

Uyarıcı tanımlarına göre stres, tepki tanımlarına göre stres, uyarıcı tepki tanımlarına göre stres olmak üzere üç şekilde tanımlanabilen stres, uyarıcılar ve onlara verilen tepkiler arasındaki ilişkileri içermektedir (Akbudak 2010). Diğer bir ifadeyle stres, sadece strese sebep olan ya da sadece bu uyarıcıya verilen tepkiler olarak tanımlamak yetersiz kalmaktadır. Ayrıca stres kaynakları ve bunlara verilen tepkiler kişiden kişiye farklılık göstermektedir. Yaşamını toplum içinde sürdüren birey için strese sebep olan uyarıcılarla karşılaşmak ve dolayısıyla stres yaşamak kaçınılmazken bu stres, bireysel farklılıkları da içermektedir. Bireylerin stres kaynaklarını farklı biçimlerde algılaması ve kişisel yaşantıları stres eğilimlerinde farklılık olmasının sebepleri arasında gösterilebilir (Aksoy, 2012). Dışarıdan gelen bir uyarıcı, bir kişi için strese sebep olurken başka bir kişi için strese sebep olamamaktadır. Yani kişi karşılaştığı bir durumla baş edemiyorsa, bu durum sonrası stres yaşayabilmektedir (Sözen, 2015). Stres ile ilgili yapılan çalışmalar sonucunda stresin sebeplerinin en önemlerinden birisinin bireyin kişisel özellikleri olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Akbudak, 2010).

Bireyin yaşadığı stres düzeyini etkileyen bireysel özellikler Akbudak (2010) tarafından aşağıdaki gibi sınıflandırılmıştır:

1. Demografik ve algısal değişkenler.
2. Kişilik nitelikleri.
3. Yaşam ve kariyer değişikliği.

Bu maddeler gösteriyor ki bireyin yaşadığı stres düzeyini, cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi gibi değişkenler etkilemektedir. Ayrıca bireylerin kişisel özellikleri, yaşadıkları olayla baş edebilme güçleri ve stresin büyüklüğünü değiştirmektedir. Bunların yanında sürekli değişen toplumsal yapı, teknolojik ve bilimsel değişmeler ve bunların beraberinde getirdiği problemler stresin kaynağının çoğalmasına ve yaşanan stres yüzeyinin artmasına sebep olabilmektedir.

2.1.2. Örgütsel Stres Kaynakları

Örgütsel stres kaynakları, bireyin bulunduğu örgütün beklentileri, örgütün yapısı ve yapının işleyişi, fiziki koşullar ve bunlardaki değişimler etkilemektedir (Altan 2018). Akbudak (2010) örgütsel stres kaynaklarını;

- ücret sistemi,
- meslek farklılıkları,
- rol belirsizlikleri,
- rol çatışması,
- sorumluluk,
- fizik ve fiziki mekan ve çevre şartları,
- yoğun iş gücü,
- katılım,
- iletişim kopukluğu ve eksiklikleri,
- yönetim tarzı,
- iş güvenliği,
- zaman yönetimi şeklinde ele almıştır.

Altın (2018) ise çalışmasında örgütsel stres kaynaklarını aşağıdaki gibi sınıflandırmıştır.

• Bir örgütteki bireyler arasındaki ilişkilerden kaynaklı stres kaynakları; örgüt içerisinde bulunan bireylerle beraber çalışmada problem yaşama, rekabet, ayrımcılık, çıkar çatışması, dedikodu, statü farklılıkları gibi nedenler bireylerin iş ortamlarında stres yaşamasına neden olabilmektedir.

• Örgütteki fiziksel koşullardan kaynaklı stres kaynakları; örgüt çalışanların buldukları ortamlarda sıcaklık, ışık, mekân, gürültü, çalışan insan sayısı, yapılan iş kaynakları, maruz kanılan zararlı maddeler, bireyin stres yaşamasına sebep olabilmektedir.

• Örgütte izlenen politikalardan kaynaklı stres kaynakları; örgütte adaletsizliğin oluşu, eşit iş işe eşit ücret verilmemesi durumu veya yetersiz ücret verilmesi bireyin iş tanımının gerçekçi olmayışı strese sebep olmaktadır.

- Örgütsel yapıya bağlı stres kaynakları, bireyin örgüt içinde karar alma sürecinin etkisi, iş yükü fazlalığı, terfi alma ve ilerleme durumu örgütteki bürokratik yapı, bireyin stres düzeyi üzerinde etkilidir.

2.2. ÖĞRETMENLERİN STRES YAŞAMA NEDENLERİ

Stres canlıların dışarıdan gelen uyaranlara karşı geliştirdiği bedensel, duygusal ve davranışsal tepkiler olarak ifade edilmekte ve kontrol altında alındığında yararlı olabileceken alınmadığı zamanlarda ise canlıyı tüketen bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır (Balaban, 2000). Bireylerin buldukları ortamlarda birçok stresör vardır. Her birey bu stresörleri aynı şekilde algılamaz ve bu stres kaynaklarından aynı düzeyde etkilenmez. Bu nedenle bu stresörler her birey için farklı düzeyde stres oluşturur. İş ortamlarından kaynaklı stres kişiden kişiye değişiklik gösterebilir. Bireylerin yapmakta olduğu meslekler ve iş ortamları stres kaynağı olabilmektedir. Stresle başa çıkmanın temel amacı stresi tamamen ortadan kaldırmak değildir. Zaten stres kaynaklarında ortadan kaldırma her zaman mümkün olmamaktadır. Asıl amaç, bireyin fiziksel ve psikolojik sağlığını koruyarak yaşanan stresi belli bir seviyeye getirmek, bu stresi olumlu olarak kullanmaya çalışmaktır (Şanlı, 2017). Bir uyarıcının strese sebep olup olmaması kişilerin bireysel özellikleri, stres kaynağı olabilecek durumu algılama biçimleri, psikolojik durumları, strese maruz kalma süreleri gibi etkenlere göre değişiklik göstermektedir. Stresle baş edebilmek için stres kaynağı ve bireyin bu kaynağı algılama biçimi büyük önem taşımaktadır. Buna rağmen bazı bireysel stresle baş etme yöntemlerinden söz edilebilir. Bunlar fiziksel rahatlama sağlayan hareketler, meditasyon, düzenli yeme alışkanlığı kazanma, yeterli ve kaliteli uyku, zaman kontrolü sağlayabilme gibi yöntemlerdir (Balaban, 2000).

Bireyler yaşadıkları ortam kadar çalışma ortamlarından da etkilenmektedir. Günümüzde çalışma saatlerinin fazla olması bireyin iş ortamlarında çok fazla zaman geçirmesine ve bu ortamlarda stres kaynaklarından fazlaca etkilenmelerine sebep olmaktadır. İş ortamlarında yaşanan stres hem bireyin iş performansını hem de günlük yaşantısını etkilemektedir (Şanlı, 2017). Öğretmenlik mesleği yoğun stres yaşayan meslek gruplarından biri olarak kabul edilmektedir (Arslan ve Çeçen, 2007). Öğretmenler sınıf ortamlarındaki davranış problemleri, sınıf mevcutlarının fazla olması, okul yönetiminden yeteri kadar yardım alamamak, isteğe bağlı olmaksızın yapılan yer değiştirmeler, çevredeki öğretmen algısı, öğretmenler arasında yaşanabilecek sorunlar,

maddi problemler gibi sebeplerle yoğun stres yaşayabilmektedir (Balaban, 2000). Doğan (2008)'ın ifadesiyle öğretmenlerin yaşadıkları stres, öğrencilerin yaşlarına ve sınıf düzeylerine göre de değişiklik göstermektedir. Öğretmenlerin tüm toplumu etkileyecek bir nesil yetiştirdiği düşünülecek olursa yaşadıkları stres sadece kendileri ve çalıştıkları kurumun değil diğer kurumları ve toplumunda etkilenmesine sebep olmaktadır. Öğretmenlerin çalışma ortamlarında yaşadığı stresi azaltabilmek ve kontrol altında tutabilmek için yaptıkları işi ve çalıştıkları okulu iyi tanımaları ve benimsemeleri bunun için gerekirse eğitimler almaları sağlanabilir. Ayrıca öğretmenlerin yaşadıkları stresi azaltmada en etkili yöntemlerden biri de çalışma arkadaşlarından ve çevrelerinden aldıkları sosyal destektir (Balaban, 2000).

Deprem gibi afetler sonrası çocukların hayatlarında önemli bir yeri olan öğretmenlerin ve okul ortamlarındaki değişimlerin büyük etkisi vardır (İşmen, 2001). Yapılan araştırmalar deprem bölgesinde yaşayan öğretmenlerin, deprem sonrası yaşadıkları stres sonucu, süreç içerisinde görev yapmakta zorlandıkları, dikkatlerini toplamada problem yaşadıkları ve çabuk öfkelenedikleri sonucuna ulaşılmıştır (Yıldız, 2000; akt. İşmen, 2001).

2.3. DEPREM STRESİ

Deprem insanların hayatını derinden etkileyen ve ruhsal problemlere yol açabilecek önemli bir afettir. Uzun yıllardır insanlığın karşılaştığı bu sorunla baş edilmesi ve bunun için çeşitli yollar bulması gerekmektedir (Kirman, 2023). Depremler sonrası meydana gelen artçı sarsıntılar ve medya aracılığıyla yayılan görüntüler insanların psikolojik açıdan yıpranmasına sebep olmaktadır (Sönmez, 2022).

Deprem ülkesi olmamız itibariyle bireyler deprem yaşamamış olsa bile bir gün yaşama ihtimali sebebiyle deprem stresi yaşamaktadırlar. Stres ile baş etme yöntemleri kişiden kişiye göre değişebileceği gibi aynı şekilde insanların yaşadıkları olaylar sonrasında verdikleri tepkiler bireysel özelliklerine göre farklılık göstermektedir (Yüksel, 2000). Kimi insanlar yaşadıkları durumu kolay atlatılabilirken, kimileri bu durumdan daha çok etkilenebilir. Bazı insanlar yaşadıkları stresi yönetebilmek için doğru ve etkili yöntemler kullanıp süreci sağlıklı bir şekilde yönetebilirken, bazı insanlar ise sakin kalmayıp süreç içerisinde zorlanabilmektedirler (Kirman, 2023). Yaşanan afetlerden sonra bireylerin tepkileri değişiklik gösterse de Özkan ve Çetinkaya Kutun (2021), afetlerden sonra bireylerin tepkilerini;

- Afet sonrası ilk saatlerde yaşanan ve bireyi fizyolojik olarak da etkileyen “*şok dönemi*”,
- Afet sonrası ilk günleri kapsayan ve bireyin ilk günleri kapsayan ve bireyin içinde bulunduğu ruhsal sürecin yansıması olan “*tepki süreci*”,
- Afetin sonuçlarının daha net hissedildiği ve bu duruma duygusal tepkilerin verildiği “*farkındalık süreci*”,
- Yaşananların kabullendirildiği ve hayata devam edilmeye başlandığı “*iyileşme süreci*” olmak üzere dört bölümde sınıflandırmıştır.

2.3.1. Travma Sonrası Stres Bozukluğu

ASB ve TSSB, yaşanan afet sonrası ilk karşılaşılan ruhsal bozukluklardan biridir (Sönmez, 2022). Travma sonrası ilk dönemde (ilk üç ay) meydana gelen stres tepkisi “*Akut stres bozukluğu (ASB)*”, bu durum daha uzun süre devam ederse “*Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB)*” olarak tanımlanmaktadır (Sönmez, 2022). Deprem sonrası bireyde zaten var olan bazı psikolojik problemler daha yoğun olarak ortaya çıkmakta, bazen ise yaşanan deprem hafif düzeydeki sıkıntıların daha çok büyümesine sebep olmaktadır (Aker ve Işık, 2017). Deprem tipi TSSB, afet gibi travma oluşturacak durumlar için daha önce yaşanmış ama bir şekilde bastırılmış travmaları tetikleyip, gün yüzüne çıkmasına sebep olabilir (Hacıoğlu vd., 2022). Deprem sonrası erken dönemde korku, panik halinde olma, uyku problemleri, aşırı kaygı, dikkat dağınıklıkları, öfke patlamaları gibi tepkiler görülebilir. Bu durumların zaman içerisinde azalması beklenmektedir (Sönmez, 2022). Deprem gibi travmaya sebep olan olaylar sonrasında meydana gelen stres, cinsiyet, eğitim seviyesi, bireyin yaşadığı kültürel çevre, bireyin travma geçmişi, olay neticesinde yaşanan kayıplar, alınan psikolojik yardım gibi faktörlere göre değişiklik göstermektedir (Goldmann ve Galea, 2014).

Travma sonrası stres durumunda en fazla karşılaşılan olaylar, bireyin olayı tekrar tekrar yaşıyormuş gibi hissetmesi ve bu durum sonrasında karşılaşılan sorunlardır (Sönmez, 2022). Bununla birlikte travma sonrası bireylerde görülen davranışlardan birisi de yaşanan durumu hatırlatan her şeyden uzak durma, kaçma davranışıdır (Elçi vd., 2023). Travma sonrası bireylerde sıklıkla görülen kaçınma davranışı, bireyin kendisini olayın travmatik etkilerinden korumak için geliştirdiği ve kişinin duygu durumunu kontrol altında tutmasını sağlayan bir davranıştır (Hacıoğlu vd., 2022). Birey bu şekilde yaşanan olayı hatırlamaktan ve tekrar yaşamış gibi hissetmekten uzaklaşmış

olabilir. Fakat bu durum olayın çözülmesini geciktirebilmektedir (Sönmez,2022). Bireylerin yaşadığı olaylar sonrası verdiği tepkilerin, içinde buldukları stresi aşmaları için yeterli olmadığı durumlarda TSSB karşılaşılan bir durumdur (Kirman, 2023). Bunların yanında deprem sonrası bireylerde farkındalığın azalması, ilgisizlik, donukluk, hissizlik gibi durumlarla karşılaşılabilir ve bu tepkiler kısa süreli de olsa bireyi yaşanan olayın olumsuz etkilerinden koruyabilir. Fakat bu durum olumlu duyguların yaşanmasını da engelleyebilmektedir (Sönmez, 2022).

Yaşanan travma sonrası stres bozuklukları, bireylerin demografik özellikleri, yaptıkları meslek türleri, kişilik özellikleri gibi değişkenlere göre farklılık göstermektedir. Kadınlarda, afet bölgesinde görev yapan bireylerde bu durum daha yoğun yaşanmaktadır (Armağan vd., 2006). Bireylerin kişisel özellikleri, depreme maruz kalma düzeyleri, geçmiş yaşamları TSSB yaşama düzeyleri üzerinde etkilidir (Pak Güre, 2022). Travma sonrası stres bozukluğu kişiden kişiye ve bireyin önceki yaşantılarına göre değişiklik gösterdiği gibi travma sonrası yaşanan olaylara bağlı olarak da değişiklik gösterebilir. Örneğin, deprem sonrası göç yaşamış bireylerde TSSB'nin daha yoğun yaşandığı varsayılmaktadır (Hacıoğlu vd., 2022).

Bütün bu durumların yanında yaşanan travmaların bazı bireylerde psikolojik problemlere yol açmadığı, hatta bireylerin bu olaylar sonrasında olumlu davranışlar sergilediği görülmekte, bu durum da “*travma sonrası büyüme*” olarak isimlendirilmektedir (Sönmez, 2022). Bazı bireyler yaşadıkları travmalar neticesinde hayatı sorgulayıp yaşadıkları olayla baş edebilme güçlerini arttırabilmekte ve yaşamı anlamlandırabilmektedir (Ezerbolat ve Yılmaz Özpolat, 2016). Tabi bu durum yine bireyin kişilik özellikleri ve çevresel faktörlere göre değişiklik göstermektedir. Sönmez (2022) depremedelerde bu durumun diğer travmalara göre daha az yaşandığına değinmektedir.

2.3.2. İkincil Travma

Her insan travmaya sebep olabilecek durumlar yaşayabilmekte ve buna karşı gösterilen tepkiler kişiden kişiye değişiklik göstermektedir. Bazı kişiler bu travmaları belirli süreler sonrasında atlatabilirken, bazı insanlarda bu sürecin atlatılması için psikolojik destek gerekli olabilmektedir (Kahil, 2016). Deprem sonrası yaşanan stres durumu depremi birinci dereceden yaşayan bireylerde daha yoğun olarak görülmekte, bu durumda o bölgedeki insanların daha fazla psikolojik risk altında olduğunu

göstermektedir (Hacıoğlu vd., 2022). Ayrıca deprem sonrası stresörlerin fazla olması da travmayı tetikleyebilmektedir.

Fakat bu durumun yanında deprem gibi afet durumları sonrası olaya birebir maruz kalmayan, fakat olaya bir şekilde müdahil olan (yakınlarını kaybeden, medyadan takip eden, yardım amacıyla olaya müdahale eden) kişilerde meydana gelen travma da “*ikincil travma*” olarak ifade edilmektedir (Bıçakçı ve Ergüney Okumuş, 2023). Başka bir ifadeyle de depreme maruz kalmayıp çevresindeki olaylar nedeniyle deprem sonrası stres ve travma yaşayan bireylerin yaşadığı durum “*dolaylı travmatizasyon*” olarak isimlendirilmektedir (Kukuoğlu, 2018). Bireyler olayı birebir yaşamasa ve yaşanan olay bireyi tehdit etmiyor olsa bile, travma yaşayan bireylerle konuşmanın dahi bireyde travmaya neden olduğu görülmektedir (Gökçe ve Yılmaz, 2017). Bu travmalar olayı birebir yaşamış kişilerin yaşadığı travmalarla aynı tepkilere ve etkilere neden olabilmektedir (Bride, 2004). İkincil travma bireylerde genellikle stres, anksiyete, tetikte olma hali şeklinde karşımıza çıkabilmektedir (Bıçakçı ve Ergüney Okumuş, 2023).

Ülkemizde yaşanan büyük depremler düşünüldüğü zaman depremi hissetmiş, kayıp ve yıkım yaşamamış bireylerde bile çok büyük etkilerinden söz edilebilmektedir. Bu durumda büyük depremler için sadece deprem yaşandığı bölge değil tüm ülkenin bir deprem alanı olarak ifade edilebileceğini gösterir (Bıçakçı ve Ergüney Okumuş, 2023). Ülkemizde birçok depremde büyük kayıplar yaşamış, bu durumda ülke çapında görevi ne olursa olsun birçok kişinin durumdan etkilenmesine, stres yaşamasına, günlük yaşantısının aksamasına neden olmuştur. Büyük depremlerin toplumun tamamında büyük bir kaosa neden olduğundan ve geniş çaplı, çok yönlü bir etkiye sebep olduğundan bahsedilebilir. Afetler sonrası ikincil travmatik stres yaşayan bireylerde de olayı birebir yaşayanlara benzer tepkiler görülebileceği göz önünde bulundurulduğunda, bu konuda alanında uzman kişiler tarafından gerekli müdahalelerin yapılması ve destek sağlanması büyük önem taşımaktadır (Yılmaz, 2007).

2.4. DEPREM STRESİ İLE BAŞ ETME

Bireyler deprem gibi ani gerçekleşen ve kontrol edilemeyen bir olay sonrası yaşadıkları stres ile baş edebilmek için çeşitli yöntemler geliştirmek durumundadırlar. Bunlardan ilki yaşadıkları olayın sebebini anlamaya çalışmadır (Kirman, 2023). Bireyler yaşadıkları olayı anlamlandırmaya ve olayın sebebini bulmaya çalışırken kendi

yaşam biçimlerine ve sosyo kültürel birikimlerine göre yaklaşımlar gerçekleştirirler (Sönmez, 2022). Bireyler genellikle deprem gibi felaketler sonrasında olayı dini süreçler ile anlamlandırma eğilimindedir. Bireyler yaşadıkları olaylarla baş edemedikleri zaman dini inançlarına başvururlar ve bu durum yaşadıkları kaygıyı azaltabilmelerinde etkilidir (Pargament, 2000; akt. Kirman, 2023). Kişilerin yaşadıkları kayıpları daha kolay atlatmalarını sağlayan ahiret inancı da stresle baş etmelerinde yardımcı faktörlerden birisidir (Yılmaz, 2023). Bunun yanında depremin bir doğal olay olması, bilimsel çalışmalarla ifade edilmesi ve gerekli önlemler alınmadığı için kayıpların yaşanıyor olması bireylerin bu süreci anlamlandırmak için kullandıkları başka bir yöntemdir (Kirman, 2023).

Depremin neden olduğu başka bir durum ise korku ve endişedir. Bireyler yaşadıkları olayın kendilerine zarar verme olasılığına karşı hem fiziksel hem de ruhsal olarak endişe duyarlar ve bu durum korku duygusunun ortaya çıkmasına neden olur. Kirman (2023), afetlerden sonra bireylerde korku duygusunun yaşanmasının doğal bir durum olduğunu ifade etmektedir. Olması gereken olayın üzerinden belirli bir zaman geçmesinin ardından korku ve endişenin azalması ve hayata devam edilebilmesidir (Nakajima, 2012).

Deprem yaşanmasının üzerinden belirli bir zaman geçmesine rağmen bireylerde kaygı ve stres durumu devam edebilir. Bunun en önemli nedenlerinden biri belirsizlik durumudur (Alkan, 1998). Deprem sonrası bireylerde acı ve keder, umutsuzluk, gerginlik gibi duygularda yaşanabilmektedir (Kirman, 2023). Bunun yanında deprem genellikle insanların farkında olduğu fakat yaşama ihtimali uzak görülen bir afettir. Sonuçları çok ciddi olan deprem genellikle insanlar tarafından yok sayılmakta bu da gerekli önlemlerin alınmasına ve duruma psikolojik olarak hazır olunmasına engel olmaktadır (Sönmez, 2022).

Bununla birlikte Kirman (2023) bireyin depremi bizzat yaşamamış olduğu durumlarda suçluluk duygusunun ortaya çıktığından bahsetmektedir. Bireyler deprem sonrası insanlar hayatlarını kaybederken hayatta oldukları, yaşamaya devam etmek için yeme, içme, barınma ihtiyaçlarını karşıladıkları için suçluluk duyabilmektedirler (Çakar ve Tatlı, 2021)

Deprem sonrası bazı bireylerde de yaşanan olaydan kaçma, konuşmalardan uzak durma, konuyu kapatma gibi durumlarda görülebilir (Kirman, 2023). Deprem sonrası

bireyler olayı hatırlatan uyarıcılardan uzak durmaya çalışabilir ve bu şekilde depremin sebep olduğu psikolojik etkiyi belirli oranda azaltabilir. Fakat yaşanan travmanın bireyin hayatını kontrol altına almasının önüne geçmek amacıyla bu durumun kontrollü bir şekilde çözülmesi gerekmektedir (Sönmez, 2022).

Depremlerden sonra bireylerin içine kapanma, korku, öfke, kaygı gibi duygusal tepkiler vermesi yaşanan olayın olağan sonucudur ve bireyin zayıflığından kaynaklanmamaktadır. Deprem sonrasında bireylere yapılacak psikolojik müdahalelerde ilk olarak bireyin yaşadığı ruhsal durumun normal ve bu sürecin geçici olduğu anlatılmalıdır (Sönmez, 2022). Bireylerin bu psikolojik süreci daha kolay atlatabilmelerinin yollarından birisi günlük yaşantılarına ve uğraşlarına geri dönmesinin sağlanmasıdır. Birey işine ve gündelik basit problemlerine geri dönüp onlarla ilgilendiğinde ve o sorunları çözmeye uğraştığında depremin psikolojik etkilerini de azaltmış olur. Bununla birlikte gündelik sorunların çözüm yöntemlerini deprem sonrası oluşan stresi çözmek için de kullanılabilir. Bireyler bu süreçte madde kullanımı, olumsuz ortamlarda bulunma gibi baş etme yöntemlerinden uzak tutularak, doğru beslenme, spor, düzenli yaşam gibi yöntemlere yönlendirilmelidir. Aker ve Işık (2017) stresin azaltılmasında bu yöntemlerin etkili olduğunu belirtmektedir.

2.4.1. Deprem Sonrası Psikolojik Destek

Deprem gibi geniş çaplı travma oluşturabilecek durumlarda bireyin ilk yardım, beslenme, barınma, sağlık gibi ihtiyaçlarının sağlanmasının ardından psikolojik ve sosyal müdahalelerin de yapılması gerekmektedir. Bu durum "*psikolojik ilk yardım*" olarak nitelendirilen, travma sonrası yapılan ve daha ciddi sorunların önlenmesi sağlanan ilk müdahaledir (Direk ve Yüksel, 2018). Travma sonrası ilk dönemde yapılan psikolojik destek bireyin kendini güvende hissetmesine ve olayın ilk etkilerini azaltmaya yönelik olmalıdır (Sönmez, 2022). Deprem sonrası ilk dönemde gerçekleşen travmaların kısa süre sonra etkisinin azalarak ortadan kalkması beklenir. Bu durum yapılacak ilk müdahalelerle düzelmeyorsa ve başka durumları tetikliyorsa psikiyatrik destek gerekebilmektedir (Direk ve Yüksel, 2018).

Bunların yanı sıra afet bölgesinde çalışmak, bireyin zorlu koşullarda anında müdahale etmesini ve içinde bulunduğu durumu yönetebilmesini gerektirir. Bu da bireyin psikolojik ve ruhsal açıdan zorlanmasına ve stres yaşamasına sebep olur (Pak Güre, 2022). Yapılan araştırmalar afet bölgelerinde çalışanların, olaya sürekli maruz

kalma ve kendi hayatlarını tehlikeye atmalarından dolayı yoğun stres yaşadığını ortaya koymaktadır (Cansel ve Ucuz, 2022). Diğer bir ifadeyle depremler için yardımda bulunan kişilerin kendileri buldukları ortamın koşullarından kaynaklı olarak hem psikolojik hem de fizyolojik olarak tehdit altında hissetmekte, bu durumda bireyin stres yaşamasına sebep olmaktadır (Pak Güre, 2022). Afet bölgelerinde birebir çalışan kişilerin psikolojik açıdan olayı atlatabilmeleri ve yaşadıkları stresin kontrol altında alınmasının sağlanması için uzmanlar aracılığıyla görevlilere psikolojik yardım sağlanmalıdır (Işıksan, 2021). Afetlerden önce ve sonra görev yapan kişiler için hem önleyici hem iyileştirici müdahalelerde bulunmak gerekmektedir (Pak Güre, 2022). Depreme müdahale eden ekipler arasında öğretmenler de yer almaktadır ve deprem sonrası yardım çalışanlarının yaşayabilecekleri travmalar öğretmenlerde de görülebilmektedir (Bıçakçı ve Ergüney Okumuş, 2023).

2.5. DEPREM, ÇOCUKLAR VE ERGENLER

Yaşanan depremlerden sonra olaydan etkilenen gruplardan biri de çocuklardır. Çocuklar süreçte yetişkinlerden farklı tepkiler gösterebilir (Karabulut ve Bekler, 2019). Korku, kaygı, aileden ayrılamama, uyku problemleri, kâbus görme, iştah kaybı gibi tepkilerin yanında okul dönemi çocuklarda okuldan uzaklaşma, ders başarısında düşme, arkadaşlarına karşı öfke gibi durumlarla karşılaşılabilir (Erden ve Gökdil, 2009; İşmen, 2001; Sönmez, 2022). Deprem gibi büyük psikolojik yıkıma ve travmaya sebep olan bir afet sonucunda savunmasız durumda olan çocukların etkilenmesi kaçınılmazdır (Korkmaz ve Altınsoy, 2023). Afet sonrası verilen tepkiler yaş gruplarına göre değişiklik gösterebilmektedir (Yavuz ve Dikmen, 2015). Ergenlik döneminde ise madde kullanımı, olumsuz arkadaş ortamı gibi yöntemlere başvurulabilir. Yaşadıkları dönemin psikolojik etkilerinin yanında bir de afet gibi bir yıkım yaşamak bu dönemdeki bireylerin psikolojik problemler yaşamasına sebep olabilir (Erden ve Gökdil, 2009). Deprem sonrası belirli bir süre geçtikten sonra bile çocuklarda depresyon, stres gibi psikolojik problemler görülebilmektedir (Irkıçatal, 2014). Deprem sonrası yetişkinler için olduğu gibi çocuklar içinde temel ihtiyaçların karşılanması ardından psikolojik destek sürecinin başlaması, uzman kişiler tarafından gerekli faaliyetlerin uygulaması ve gerekli durumlarda bu sürece ailelerinde katılması gerekmektedir (Akman ve Altınel, 2012).

Çocukların yaşadıkları bu stresin ortadan kaldırılmasının en önemli yolu çocuklara güvende olduklarının hissettirilmesidir. Günlük yaşama daha hızlı dönmeleri sağlanmalı, gerekli durumlarda okullarda konu ile ilgili psikolojik destek sağlanmalı, durum çözülemiyorsa uzmanlara yönlendirme yapılmalıdır (Sönmez, 2022). Depremden etkilenen önemli gruplardan biri olan çocuklarla temas eden bütün bireylerin neler yapmaları gerektiğini bilmesi ve duruma hazırlıklı olması önemlidir. Süreçte çocuklarla iletişime geçen bütün bireylerin konu hakkında gerekli bilgiye sahip olması gerekmektedir (Demircioğlu vd., 2019). Bu durum göz önünde bulundurulduğunda çocuklarla yakın temas içerisinde bulunan öğretmenlerinde afetler sonrası psikolojik ve ruhsal olarak iyi durumda olması büyük önem taşımaktadır.

Danışman ve Okay (2017), depremin etkilerinin en fazla çocuklarda görüldüğünden bahsetmektedir. Afet sonrası birçok birey süreci atlatabilmek için yardım almalıdır. Bu konuda süreçten en fazla etkilendiği düşünülen çocuklar ve ergenler de gerekli psikolojik destek verebilecek programlara ve kurumlara yönlendirilmelidir (Kukuoğlu, 2018). Afet sonrası çocuk ve ergenlerde psikolojik müdahale gerektiren durumlar bazen yetişkinlerle benzerlik gösterebilmektedir (Erden ve Gürdil, 2009). Bu konu ile ilgili okullarda psikolojik danışmanlara önemli görevler düşmektedir (Kukuoğlu, 2018).

Çocukluk döneminde olaylar arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemede zorluk yaşadığı için deprem gibi bir olay sonrasında çocuklar durumdan daha fazla etkilenebilmektedir (Sarman, 2012). Bazı durumlarda deprem sonrası çocuk ve ergenlerde görülen tepkiler yetişkinlerle benzerlik gösterebilir (Kukuoğlu, 2018). Aynı şekilde çocuklarda da yetişkinlerde olduğu gibi deprem sonrası meydana gelen travmaların boyutunda önceki yaşantı, depremden etkilenme miktarı, yaşanan kayıplar, var olan psikolojik problemler gibi durumlar etkili olmaktadır (Yıldırım, 2022). Bunun yanında çocukların deprem sonrası aile içi ilişkileri, çevreden aldıkları destek, ailenin eğitim ve sosyo ekonomik düzeyi depremden etkilenme düzeylerini etkilemektedir (Kıratlı, 2001).

2.6. DEPREM VE EĞİTİM ORTAMLARININ İLİŞKİSİ

Depremler önlenemeyen, zamanı ve büyüklüğü belirlenemeyen bir afet türüdür. Bunun yanında zararları sadece can ve mal kaybıyla ifade edilmemektedir. Depremlerden etkilenen olgular içerisinde sosyal ortamlardan, okullardan da bahsetmek

gerekir. Bu durumda toplumun sosyal yaşamının bu süreçten olumsuz etkilenmesine ve olay sonucunda bazı travmalar oluşmasına sebep olabilir (Çelik, 2020). Bu travmaların çözümü için en önemli yöntemlerden birisi eğitimidir (Tuna vd., 2012). Depremler önlenemez ama zararlarının olabildiğince azaltılması toplumun en temelden başlayarak bilinçlendirilmesi ve eğitilmesi ile mümkündür (Aydın ve Coşkun, 2010). Hayatımızdaki deprem gerçeğinin farkında ve deprem konusunda bilinçli bir nesil yetiştirerek gerekli önlemlerin alınması ve olumsuz etkilerin azaltılması sağlanmalıdır.

Deprem insan yaşamı üzerinde ciddi sıkıntılara yol açan ve günlük yaşayışı sekteye uğratan bir afettir. Birçok alanda olduğu gibi eğitim alanı da depremin olumsuz etkilerinden payına düşeni almaktadır (Gezer ve Şahin, 2022). Depremler sonrası eğitim ortamlarında yaşanan hasarlar, öğrencilerin ve personelin hayatlarını kaybetmesi gibi travmatik olaylarla birlikte eğitimin uzaktan devam etmesi gibi nedenlerle eski yaşantıya dönme ve yaşanan sürece adapte olma durumu zorlaşabilir (Baytiyeh, 2018; Karabulut ve Bekler, 2019). Ayrıca eğitim öğretim faaliyetleri okul binalarında meydana gelen hasarlar, öğrencilerin ve öğretmenlerin güvenliği, eğitim araç gereçlerinde oluşabilecek zararlar, eğitim personelinin kaybı, depremin sebep olduğu hasarlar neticesinde oluşan finansal sorunlar gibi yönlerden sıkıntıya uğrayabilmektedir (Demir Yıldız ve Demir Öztürk, 2023b).

Barınma ve gıda ihtiyacı devam ederken, bireyler olayın travmatik etkilerini çok sıcak bir şekilde yaşarken bireylerin eğitim ihtiyaçları da geri planda kalmaktadır. 6 Şubat 2023 tarihinde meydana gelen Kahramanmaraş merkezli depremler sonrası birçok eğitim kurumu zarar görmüş, birçok okul binasında hasar meydana gelmiş ve birçok öğrenci için eğitime ihtiyaç duyulmuştur (Telli Yamamoto ve Altun, 2023). Ayrıca deprem sonrasında okullar belli bir süreyle tatil edilmiş, depremin yoğun olarak etkilediği bölgelerdeki öğrenciler farklı şehirlerdeki okullara devam etmişlerdir (Türkiye Gazetesi, 2023). Deprem sonrası öğrencilerin eğitim faaliyetlerinden uzak kalması ve farklı okullarda hatta farklı şehirlerde eğitimlerine devam etmek zorunda kalmaları durumunda psikolojik olarak etkilenmelerine sebep olabilmektedir. Okullarda alınacak önlemlerle ve deprem sonrası yapılacak müdahalelerle eğitim öğretim faaliyetleri devam etmeli ve oluşan zararlar giderilmeye çalışılmalıdır. Deprem sonrası bireyler ve özellikle çocuklar çevrelerindeki insanları gözlemleyerek, deprem anında ve

sonrasında neler yapması gerektiğini öğrenerek konu hakkındaki bilinçlerini arttırabilir (Demir Yıldız ve Demir Öztürk, 2023a).



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu araştırmanın amacı devlet okullarındaki öğretmenlerin ve yöneticilerin depreme ilişkin yaşantılarının ve deprem stresi ile baş etme stratejilerinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda araştırmada nitel araştırma modeli kullanılmıştır. Bu bölümde araştırmanın yöntemine uygun olarak araştırmanın deseni, çalışma grubu, veri toplama aracı, verilerin toplanması, verilerin analizi, geçerlilik ve güvenilirlik alt başlıkları ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

3.1. ARAŞTIRMANIN DESENİ

Sosyal bilimlerin araştırma konulara daha çok insan ve insan davranışları üzerine olduğu için doğa bilimlerinde olduğu gibi genellenebilen araştırma yöntemleri sosyal bilimler için yetersiz kalmaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2018). Pozitif bilimlerin aksine insanın davranışlarını ve kendine has özelliklerini inceleyen sosyal bilimler alanında yapılan araştırmalarda, niteliğe önem veren araştırma yöntemi olarak nitel araştırma yönteminin kullanılması, insan davranışları üzerine derinlemesine bir inceleme yapılmasına ve insan ile ilgili bütün olgular üzerinde çalışılmasına olanak sağlamaktadır (Baltacı, 2017).

Nitel araştırma, insan ve insan davranışlarının kendine ait koşullar altında ele alınmasına ve bu koşullar doğrultusunda elde edilen olguların derinlemesine incelenmesini ve değerlendirilmesini sağlama yönelik araştırmalara denir (Gürbüz ve Şahin, 2018). Nitel araştırma Yıldırım ve Şimşek (2008) tarafından, “gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi nitel veri toplama tekniklerinin kullanıldığı, algıların ve olayların doğal ortamda gerçekçi ve bütüncül bir biçimde ortaya konmasına yönelik nitel bir sürecin izlendiği araştırma” şeklinde tanımlanmaktadır.

Nitel araştırmalar, nicel araştırmalardan farklı olarak elde edilen verilerin derinlemesine incelenmesini ve bu doğrultuda yorumlanmasını gerektirdiği için genelleme yapma kaygısı duyulmamaktadır (Karataş, 2015). Ayrıca bilginin kişiye özel olması üzerinde durulan nitel araştırmalarda, araştırma için az sayıda katılımcı ile derinlemesine veri almaya odaklanılır (Baltacı, 2019). Diğer bir deyişle, nicel araştırmalarda olduğu gibi geniş bir örneklem ihtiyaç duyulmamaktadır. Bu araştırma da

devlet okullarında görev yapan yöneticilerin ve öğretmenlerin deprem stresi ile baş etme stratejilerini belirlemeyi amaçlayan nitel bir araştırmadır.

Bu bağlamda, devlet okullarındaki öğretmenlerin ve yöneticilerin depreme ilişkin yaşantılarının ve deprem stresi ile baş etme stratejilerinin incelenmesi amacıyla uygun olarak nitel araştırma desenlerinden, bireylerin bir olgu ile ilgili deneyimlerinin anlaşılması ve bu olgulara anlam kazandırılması amacıyla kullanılan, fenomenolojik araştırma deseni olarak da adlandırılan olgu bilim deseni kullanılmıştır.

Fenomonoloji, var olduğunu bildiğimiz, sıkça karşılaştığımız, farkında olduğumuz, bize tanıdık gelen fakat tam olarak anlamlandıramadığımız olguların incelenmesini amaçlar (Tekindal ve Uğuz Arsu, 2020). İnsan davranışlarının kesin olmadığı, ortama ve koşullara göre değiştiği varsayımıyla, olgu bilim deseninde derinlemesine bir araştırma amaçlanmaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2018). Fenomonolojik desende olgulara ilişkin yeni ve farklı bilgilere ulaşmak amaçlanır.

Olgu bilim deseni bireylerin deneyimleri doğrultusunda yaşamı nasıl algıladıkları, yaşantılarını anlamlandırma aşamasında kurdukları anlam ilişkilerini incelemek ve diğer bireyler ile arasındaki ortak özellikleri belirlemek amacıyla yapılan araştırmalar için kullanılabilir en iyi desenlerden birisidir (Ceylan Çapar ve Ceylan, 2022). Olgu bilim deseninde olgular ile ilgili ayrıntılı bilgi edinilmesi amaçlanır (Gürbüz ve Şahin, 2018). Bu araştırmada olgu bilim deseninin, devlet okullarında görev yapan yöneticilerin ve öğretmenlerin depreme ilişkin yaşantıları ve deprem stresi ile baş etme stratejilerini incelenmesi amacı ile örtüştüğü görülmektedir.

3.2. ÇALIŞMA GRUBU

Nitel araştırmalarda, nicel araştırmalarda olduğu gibi elde edilen sonuçların bütün evrene genellemesi amacı olmadığı için çalışma grubu daha küçüktür. Bir konuya ilişkin çoğunluğun ne düşündüğünün belirlenmeye çalışılmasının aksine, belirlenen çalışma grubunun konuyla ilgili düşüncelerinin detaylarına odaklanılır (Baltacı, 2018). Bu nedenle nitel araştırmalarda çalışma grubu araştırma problemine çözüm sunabilecek niteliklere sahip katılımcılardan seçilir (Baltacı, 2017).

Bu araştırmanın çalışma grubunu 2023-2024 eğitim öğretim yılı içerisinde Muş ili Merkez ilçesindeki devlet okullarında (ilkokul, ortaokul ve lise) görev yapan 10 okul yöneticisi ve 20 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubu, amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme ve uygun örnekleme tekniği ile

oluşturulmuştur. Örneklemde “üçgenleme” (triangulation) yapılmıştır. Üçgenleme birden fazla veri toplama yöntem veya kaynağının birlikte kullanılarak birbirlerinin zayıf yönlerini gidermelerinin sağlanmasıdır (Başkale, 2016). Amaçlı örneklemede katılımcılar araştırmacı tarafından, araştırma amacına uygun olduğu düşünülen kişiler arasından seçilir (Gürbüz ve Şahin, 2018). Ölçüt örnekleme, araştırma öncesinde belirlenen birtakım ölçütler sağlayan katılımcılarla yapılan örnekleme sürecidir (Baltacı, 2018). Bu çalışmada, araştırmaya katılacak öğretmen ve okul yöneticilerinin son yaşanan depremi hissetmiş olmaları ve hali hazırda deprem riski taşıyan bir bölgede yaşamlarını sürdürüyor olmaları ölçüt olarak kabul edilmiştir. Uygun örnekleme ise, araştırmacının yakın olduğu ve ulaşması kolay olan katılımcıların seçildiği, araştırmanın daha pratik olmasını sağlayan örnekleme türüdür (Yıldırım ve Şimşek, 2021). Bu çalışmada araştırmacının yakın olduğu çevreden, araştırma koşullarını sağlayan katılımcılar seçilmiştir.

Tablo 3.1. Çalışma Grubundaki Katılımcıların Demografik Bilgileri

Değişkenler	Gruplar	f	%
Cinsiyet	Kadın	15	50
	Erkek	15	50
Yaş	20-25	1	3
	26-30	6	20
	31-35	8	27
	36-40	7	23
	41-45	5	17
	46 ve üstü	3	10
	Medeni Durum	Evli	25
Bekâr		5	17
Branş	Sınıf Öğretmeni	8	27
	İngilizce	5	17
	Sosyal Bilgiler	1	3
	Teknoloji Tasarım	1	3
	Fen Bilimleri	2	7
	Okul Öncesi	2	7
	Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi	1	3
	Edebiyat	1	3

Tablo 3.1. Çalışma Grubundaki Katılımcıların Demografik Bilgileri (Devamı)

	Tarih	1	3
	Özel Eğitim	3	10
	Rehberlik	1	3
	Türkçe	2	7
	Görsel Sanatlar	1	3
	Matematik	1	3
Öğretmenlikteki Kıdemi	1-5	7	23
	6-10	9	30
	11-15	5	17
	16-20	3	10
	21 ve üstü	6	20
Yöneticilikteki Kıdemi	1-5	4	13
	6-10	2	7
	11-15	3	10
	15 ve üstü	1	3
Görev Yaptığı Okul Kademesi	Okul Öncesi	1	3
	İlkokul	12	40
	Ortaokul	13	43
	Lise	4	13
Okulundaki Hizmet Süresi	0-5	19	63
	6-10	10	34
	11-15	1	3

Tabloda araştırmanın katılımcılara ait cinsiyet, yaş medeni durum, branş, öğretmenlikteki kıdemi, yöneticilikteki kıdemi, görev yaptığı okul kademesi, okulundaki hizmet süresi gibi demografik bilgilere yer verilmiştir. Bununla birlikte ilgili bilgilere ilişkin frekans ve yüzdeler de yer verilmiştir.

3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Nitel araştırma yöntemlerinde veri toplama aracı olarak yapılandırılmış görüşme, yarı yapılandırılmış görüşme, yapılandırılmamış görüşme gibi görüşme yöntemlerinin yanı sıra, gözlem, odak grup görüşmesi, metin analizi gibi araçlarda kullanılmaktadır (Baltacı, 2019). Bu çalışmada, nitel araştırmalarda, gözleme kıyasla daha kısa süre içerisinde yapılabilen, katılımcılarla yüz yüze ve sözlü iletişim yoluyla verilerin toplandığı görüşme türlerinden yapılandırılmış görüşme yöntemi kullanılmıştır.

Yapılandırılmış görüşme yönteminde, araştırmacının daha önceden araştırma konusuyla ilgili hazırladığı sorular, belirli bir sıra ile katılımcılara sorulur (Gürbüz ve Şahin, 2018).

Bu araştırmada katılımcıların görüşleri yüz yüze yapılan görüşmeler ile alınmıştır. Devlet okullarındaki öğretmenlerin ve yöneticilerin depreme ilişkin yaşantılarının ve deprem stresi ile baş etme stratejilerinin incelenmesi amacıyla 8 adet demografik soru ve sekiz adet açık uçlu sorudan oluşan yapılandırılmış görüşme formu hazırlanmıştır. Görüşme formundaki sorular hazırlanırken konuyla ilgili daha önce yapılmış çalışmalar incelenmiş, gerekli alan yazın taraması yapılmıştır. Bu alan taraması sonucunda elde edilen bilgiler ışığında bir soru havuzu oluşturulmuştur. Hazırlanan sorular geçerliliğinin belirlenmesi için eğitim yönetimi ve nitel araştırma konusunda bilgili bir uzmana, bir rehberlik ve psikolojik danışmanlık uzmanına incelenmiştir. Ayrıca araştırma soruları, anlaşılır olup olmama durumunun belirlenmesi için bir Türkçe öğretmeni tarafından incelenmiştir. Araştırma soruları belirlendikten sonra, hazırlanan yapılandırılmış görüşme formunun test edilmek amacıyla, çalışmaya katılmayacak iki öğretmen ile pilot uygulama yapılmıştır. Yapılan bu uygulamalar ve alınan görüşler sonrasında görüşme formuna son şekli verilmiştir.

Bu araştırma da araştırmacı tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu” ve “Yapılandırılmış Görüşme Formu” kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların demografik özelliklerinin belirlenmesi amacıyla cinsiyet, yaş, medeni durum, branş, öğretmenlikteki kıdem, yöneticilikteki kıdem, görev yaptığı okul kademesi, okuldaki hizmet süresi soruları yer almaktadır.

3.3.1. Yapılandırılmış Görüşme Formu

Yapılandırılmış görüşme formunda araştırma amacına uygun olarak sekiz adet açık uçlu soru yer almaktadır.

1) Ülke olarak yakın zamanda bir deprem daha atlattık. Bu bağlamda; bir öğretmen/yönetici olarak okuldayken ve öğrencilerle birlikteyken neler hissediyorsunuz?

2) Sizce okullarımız depreme hazırlıklı mı? Değilse neden? Ayrıca nasıl hazır hale getirilebilir?

3) Deprem stresi yaşıyan bir meslektaşınıza öğretmen/yönetici olarak nasıl destek olabilirsiniz?

4) Depremi yaşadıkdan sonra günlük yaşantınızda ve sosyal ortamlarınızda ne gibi değişikliklerin meydana geldiğini paylaşır mısınız?

5) Deprem stresiniz var mı? Varsa azaltmak için neler yapıyorsunuz/yapmalısınız?

6) Okul saatleri içerisinde bir deprem olması durumunda öğretmenler neler yapmalıdır?

7) Deprem sonrasında okul ortamına ve eğitim öğretim sürecine uyum sağlamada problemler yaşadınız mı? Yaşadıysanız problemlerden bahseder misiniz?

8) Deprem anında neler hissettiğinizi paylaşır mısınız? Hissettiğiniz bu duygular daha sonra da devam etti mi açıklar mısınız?

3.4. VERİLERİN TOPLANMASI

Araştırma sorularının hazırlanması sonrasında veri toplamak amacıyla gerekli izinler için başvurular yapılmıştır. Bu kapsamda Muş Alparslan Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'na yapılan başvuru sonrası gerekli izinler alınmış ve bu izin belgesi araştırmanın ekler bölümüne elenmiştir (Ek-1). Muş İl Milli Eğitim Müdürlüğü ile yapılan protokol de ekler bölümüne eklenmiştir (Ek-2).

Gerekli planlamalar ve izinler tamamlandıktan sonra görüşme yapılmak için belirlenen öğretmen ve okul yöneticileriyle iletişime geçilmiş, araştırma ile ilgili bilgiler verilip görüşme yapmak için randevular alınmıştır. Araştırmaya katılan öğretmen ve okul yöneticilerinin tamamı gönüllü olarak katılım sağlamış ve bunu onaylamak için gönüllü katılım sözleşme formu imzalamışlardır.

Araştırmada veriler 2023-2024 eğitim-öğretim yılı içerisinde Muş ili merkez ilçesindeki devlet okullarında (ilkokul, ortaokul ve lise) görev yapan 10 okul yöneticisi ve 20 öğretmenden elde edilmiştir. Görüşmeler katılımcılardan izin alınarak ses kaydına alınmıştır. Katılımcılara, yapılan görüşmelerin ve ses kayıtlarının kesinlikle üçüncü bir kişiyle paylaşılmayacağı bilgisi verilmiştir. Alınan ses kayıtları, analiz edilmek amacıyla, katılımcıların kişisel bilgileri açıklanmayacak şekilde yazıya dökülmüştür.

3.5. VERİLERİN ANALİZİ

Verilerin analizi aşamasında, öncelikle ses kayıtları yazıya dökülmüş, katılımcılara gerekli gördükleri ekleme ve çıkarmaları yapmaları için gönderilmiştir.

Araştırma sorularının çözümlenmesi yapılırken nitel analiz yöntemlerinden birisi olan içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. İçerik analizinde elde edilen veriler ayrıntılarıyla incelenir ve yeni kavramlara ulaşmaya çalışılır (Baltacı, 2019). İncelenen verilerden elde edilen kavramlar, birbiriyle ilişkisi bakımında kategorilere ayrılır ve temalar oluşturulur (Karataş, 2017).

İçerik analizi yapılırken bilgisayar programından yararlanılmıştır. Veriler araştırmacı tarafından içerik analizi uygulanmış, elde edilen sonuçlar çerçevesinde gerekli olan kategoriler ve temalar oluşturulmuştur. Analiz sonuçları katılımcılara kodlar verilerek tablolar şeklinde sunulmuştur. Araştırmanın analiz sonuçları verilirken veriler, nitel araştırmaların yapısını bozmayacak şekilde ifade edilmiştir (Demirkasımoğlu, 2021).

3.6. GEÇERLİK VE GÜVENİLİRLİK

Bir araştırmada geçerlik ve güvenilirlik, hem nicel hem de nitel araştırmalar için ele alınması gerek önemli bir olgudur. Bir araştırmanın hem geçerli hem de güvenilir olması araştırmacı tarafından ayrıntılı bir şekilde incelenmeli ve bunların sağlanması dikkate alınmalıdır. Nitel ve nicel araştırmalar için bu iki önemli kavram aynı şekilde ele alınmamaktadır (Karataş, 2015). Nicel araştırmalarda geçerlik ve güvenilirlik kavramları daha çok sayısal verilerle ifade edilirken, nitel araştırmalar için durum, nicel veriler kullanılmadığı için daha zordur (Baltacı, 2019).

Geçerlik ve güvenilirlik kavramlarının nicel araştırmalar için kullanılıyor olması, nitel araştırmalarda bu kavramlar yerine inandırıcılık, aktarılabilirlik, tutarlılık gibi kavramların kullanılmasına neden olmaktadır (Başkale, 2016). Nitel araştırmalarda güvenilirliğin artırılmasının yolu, araştırmanın her aşamasında yapılan uygulamaların sistematik ve açık bir şekilde ifade edilmesidir (Demirkasımoğlu, 2021).

Bu araştırmanın geçerlik ve güvenilirliğinin sağlanması için, araştırma soruları hazırlanırken hem nitel araştırmalar konusunda hem de eğitim yönetimi alanında bir uzmandan destek alınmıştır. Araştırma sorularının uygunluğunun test edilmesi için bir psikolojik danışman ve rehberlik uzmanına danışılmış ve görüşleri alınmıştır. Ayrıca bir Türkçe öğretmeninden destek alınarak soruların dil bilgisi açısından uygun hale getirilmesi sağlanmıştır. Bu gibi uzman görüşleri alınarak araştırmanın geçerlik ve güvenilirliği artırılmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda veri toplama aşamasında katılımcılarla belirli bir zaman geçirilmiş ve veri toplama aşaması öncesinde

katılımcılarla samimi bir ortam sağlanmaya çalışılmıştır. Katılımcıların tamamen gönüllü olmalarına ve kişisel bilgilerinin gizli tutulmasına özen gösterilmiştir. Verilerin analizi aşamasında tez danışmanı ile sürekli değerlendirmeler yapılarak alınan dönütler uygulanmıştır. Araştırma grubu belirlenirken üçgenleme yöntemi kullanılmış ve elde edilen verilerin birbirinin zayıf yönlerini gidermesi sağlanmıştır. Sosyal bilimlerde üçgenlemede amaç farklı bakış açılarıyla elde edilen sonuçların karşılaştırılmasıdır (Işık ve Semerci, 2019). Araştırma verilerinde katılımcı olan öğretmen, müdür ve müdür yardımcılarını ayrı ayrı Ö1, Ö2,..., M1, M2,..., MY1, MY2,... şeklinde belirtilmiştir. Katılımcıların demografik özellikleri ayrıntılı bir şekilde tablo ile verilmiş ve analizler bu doğrultuda yapılmıştır. Çalışma içerisinde araştırmacıların görüşleri hiçbir şekilde değiştirilmeden ve herhangi bir yorum katılmadan doğrudan verilmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen kodların ve temaların uyum içinde olmasına özen gösterilmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde devlet okullarında görev yapan öğretmen ve yöneticilerin depreme ilişkin yaşantıları ve deprem stresi ile baş etme stratejilerine ilişkin elde edilen bulgulara ve bu bulguların yorumlarına yer verilmiştir. Araştırma kapsamında öğretmenlerin ve yöneticilerin deprem stresinin durumu, bu stresle baş edebilmek için kullandıkları stratejiler, okulların olası deprem karşısındaki hazırlık durumu, okulların depreme hazırlanması için yapılması gerekenler, öğretmenlerin olası bir deprem karşısında yapması gerekenlere ilişkin sorulara cevap aranmıştır. Katılımcılar tarafından verilen cevaplar analiz edilmiştir. Analiz sonucunda elde edilen veriler tema, varsa alt tema, kod, katılımcı sayısı şeklinde tablolar aracılığıyla ifade edilmiştir. Tablolara birlikte katılımcıların doğrudan yanıtlarına da yer verilmiştir.

4.1. DEPREM ANINDAKİ HİSLER

Öğretmenlerin ve yöneticilerin deprem anındaki hisleri sorulduğunda verdikleri cevaplar doğrultusunda boşluk, çaresizlik, her şeyin bitmesi, kaygı, korku, stres, şok yaşamak, yakınları için endişelenme kodları ortaya çıkmıştır.

Tablo 4.1. Deprem Anındaki Hisler

Kod	f	N
Boşluk	1	M5
Her şeyin bitmesi	1	Ö17
Çaresizlik	3	MY2, Ö2
Stres	3	MY2,Ö9,Ö17
Şok	5	M4,MY4,Ö7,Ö9,Ö17
Yakınları için endişe	5	Ö3,Ö7,Ö12,Ö13,Ö17
Kaygı	9	M3,MY1,MY3,Ö1,Ö2,Ö5,Ö7,Ö15,Ö20
Korku	20	M1,M2,M3,MY5,Ö2,Ö3,Ö5,Ö6,Ö8,Ö9,Ö10,Ö11,Ö12,Ö13,Ö14,Ö16

4.1.1. Boşluk

Sadece bir katılımcı (1/30) deprem anında neler hissettiği sorulduğunda boşluk hissi yaşadığını ifade etmiştir.

M5 “Hissettiğim duygular... Evet, depremde ben de Kayseri’de yakalandığım için şiddetli bir şekilde depremi hissettim. Bir boşluk yani. Başka... Aklıma bir şey gelmiyor.”

Katılımcı depreme deprem bölgesine çok yakın bir yerde yakalandığını, bu sebeple depremi çok şiddetli hissettiğini, o anda yaşadığı duygunun ise bir boşluk hissi olduğunu ifade etmiştir.

4.1.2. Her Şeyin Bitmesi

Katılımcılardan biri (1/30) deprem anında neler hissettiği sorulduğunda hayatın anlamsız geldiğini ifade etmiştir.

Ö17 “Deprem anında her şeyin bittiğini, dünyanın sonu olduğunu düşünüyor insan.”

Katılımcılardan biri deprem anında hissettiği duygular için artık yaşamının bittiğini, bu nedenle de geriye kalan her şeyin anlamsız geldiğini düşündüğünü ifade etmiştir.

4.1.3. Çaresizlik

Katılımcılardan çok az bir kısmı (3/30) deprem anında neler hissettiği sorulduğunda çaresizlik yaşadıklarının ifade etmişlerdir.

MY2 “Deprem anında bir kere depremi durdurabilme gibi bir gücümüz yok. O olmadığı için tabii ki bir çaresizlik hissi oluyor.”

Ö2 “Çaresizlik ve ne yapacağını bilememe durumuyla yüzleştim. İnsan bildiklerini de uygulayamıyor gerçi.”

Ö6 “Deprem anında çok korktum. Yani... Herkes tabii çok korkmuştur. Çok üzücüydü gerçekten, korkutucuydu. Allah bir daha yaşatmasın. Çok yoğun korku hissettim. Yani dizlerimin bağı çözüldü. Yani tarif etmem gerekirse dizlerimin bağı çözüldü.”

Katılımcılar, deprem ne zaman olacağı bilinmeyen ve hiçbir şekilde müdahale edilmeyen bir afet olduğu için bu durum karşısında ne yapacaklarını bilmediklerini ve

bu sebeple çaresiz kaldıklarını ifade etmiştir. Ayrıca bu çaresizlik duygusunun bildiklerini bile uygulamalarına engel olduğunu belirtmişlerdir.

4.1.4. Stres

Katılımcılardan bazıları (3/30) deprem anında neler hissettikleri sorulduğunda diğer hislerinin yanında stres de hissettiklerini dile getirmişlerdir.

MY2 “Ama sonrasında kendimizi ya da o an yanımızda bulunan kişileri nasıl güvende tutabiliriz, neler yapabiliriz, o düşüncelerle geçiriyoruz. Ve sonrasında acaba nasıl çıkabiliriz, bulunduğumuz yeri nasıl terk edebiliriz, bu tür düşüncelerle genelde geçiyor. Yani biraz daha stresli ve çaresizlikle karışık işler.”

Ö9 “Ama depremin de bir an önce geçmesini bekledim. O an içimden gelen tek şey dua etmek. O anın stresiyle kendimi saklayacak bir yer, kendimi koruyacak bir yer bile bulamadım.”

Ö14 “Ne hissettim? Çok korktum. Ailemle beraber, en azından onlarla beraber olayım düşüncesi geldi. Korku, stres, hüznün hepsi bir aradaydı yani.”

Katılımcılar deprem anında buldukları ortamı bir an önce terk edebilme, hayatta kalabilme, güvenli alan oluşturma korkusuyla beraber stres yaşadıklarından söz etmişlerdir. Bunun yanında deprem anında yaşadıkları stresin karar verme mekanizmalarını etkilediğinden ve yapacakları şeyleri unuttuklarından kendilerine güvende hissedemediklerinden bahsetmişlerdir.

4.1.5. Şok

Katılımcılardan bazıları (5/30) deprem anında neler hissettiği sorulduğunda deprem anında ne yapacaklarını bilemeyip bir süre şok yaşadıklarını ifade etmişlerdir.

M4 “Şöyle diyeyim, ilk deprem oldu. Hani kısa süre diye çok panik olmamaya çalışıyorsun. Sonra ikincisinde daha da hızlanınca tabii aileyi uyandırdık. Herkese bir görev davranıp yaptık. İşte sen çocuğu al, ben çocuğu al. Battaniyeyi alıp böyle bir şeyler alıp hani dışarı doğru, kapıya doğru gitmeye çalıştık. Ama yani bunun bir mantığı yok. Çünkü 10. katta oturuyorsun. Aslında sağlıklı düşünmüyorsun o anda. Ne yaptığını bilmiyorsun. 10. katında bir insanın kalktığı deprem esnasında kapıya doğru gitmesi, orada aşağı inemeyecek ve yukarı çıkamayacak. Burada bir şey oluyor, bocalama oluyor, kararsızlık oluyor. Burada sağlıklı düşünülüyor insan açıkçası, öyle diyeyim. İnsan aslında da sağlıklı düşünemiyor açıkçası. Öyle düşünüyorum.”

MY4 “Deprem anında bizim evimiz beşik gibi sallandı ya. Ya biz böyle olduğumuz yerde kaldık, hani ne yapacağımızı şaşırdık. O an beynimiz durdu bizim. Duruyorsun, sadece bakıyorsun, hani böyle bir sabit bir eşyanın yanına sığınman gerekiyor ya, onu yapamadık biz. Az önce belirttiğim gibi o an gerçekten soğukkanlı olmak gerekiyor. Önceden belirlenen bir yerde oturman gerekiyor. Hani o çök kapan duruşunu yapman gerek, o cenin pozisyonunu alman gerek. Ama uzun bir aradan sonra bir deprem yaşayınca, böyle şaşırtıyor, biz sallanıyor muyuz ya biz diyorduk.”

Ö7 “İlk sallantıda neler olduğunu anlayamadım önce. Sonrasında deprem olduğunu fark edince kendimi dışarıya attım. Merdivenlerden çıktım aslında bu bir yanlıştı o anki korkuyla. Önce bitmesini beklemeliydik.”

Ö9 “Sadece işte o anda neler yapabileceğim aklıma geldi ve hiçbirini yapamadım. Öylece kaldım. Ama dediğim gibi sonrasında düşününce de aslında depreme hazırlıklı olmadığımızı, deprem olacak evet bunu biliyoruz ama bunu kabullenmekte zorlanıyoruz.”

Ö14 “Deprem anında küçük bir şok yaşadım. Çünkü hiç beklemediğimiz bir anda gece yarısı bir deprem oldu ve yataklarımızdan fırladık. Ne yapacağımı şaşırdım. Hani yerimde kaldım. Gitsem mi kalsam mı ne yapacağımı bilemedim.”

Katılımcılar deprem anında başlangıçta olayı anlamadıklarından, ne yapacaklarını bilmediklerinden ve bir süre şok yaşadıklarından bahsetmişlerdir. O anda neler yapacaklarını bilmediklerini, bildiklerini de uygulayamadıklarını belirtmişlerdir. Bunun sebebi olarak da depremin gece olmasından, uykudan uyandırmasından söz etmişlerdir.

4.1.6. Yakınları İçin Endişe

Katılımcılardan bazıları deprem anında neler hissettikleri sorulduğunda yakınları ve sevdikleri için endişe ettiklerini ifade etmişlerdir.

Ö3 “Deprem anında ilk aklımıza gelenler hep her zamanki gibi sevdiklerimiz. Yani ben mesela geçen depremde ilk uyandım. Bir yandan böyle hani onları paniklememeye çalışıyorum. Gidip acaba hiç uyandırmasam mı diye düşünüyorum, haberleri yoksa diye düşünüyorum. Ama bir yandan da onlara koşmaya çalışıyorsun, çocuklarınıza.”

Ö7 “Şu şekilde sonrasında sevdiklerini düşünüyor insan korku yaşıyor, ölüm korkusu yaşıyorsun, sevdiklerini merak ediyorsun.”

Ö12 “Sevdiklerime ulaşamamanın endişesi vardı üzerimde. Ne yapacağımı bilmiyor oluşumun bir endişesi, stresi vardı üzerimde.”

Ö13 “Deprem büyük bir hani sürekli içinde yaşayan bir şey değil de olursa ilk böyle hep ailemi ve akrabalarımı götürecek muhteşem büyüklükte bir doğal afet olarak hani şu an en büyük korkum olarak kaldı açıkçası evet.”

Katılımcılar deprem gibi büyük bir afet karşısında kendileri için endişe etmelerinin yanı sıra sevdikleri için, onların hayatları için de endişe ettiklerini söylemişlerdir. Bir an önce onlardan haber almak istediklerini, onlara bir şey almasından korktuklarını dile getirmişlerdir.

4.1.7. Kaygı

Katılımcıların üçte birine yakını (9/30) deprem anında neler hissettiği sorulduğunda yaşadığı duygulardan birinin kaygı hissi olduğunu ifade etmişlerdir.

Ö1 “O an gözümün önünde, o ses kulaklarımda, bunu hatırladığımız zaman o ses gitmiyor bende. Ben çok etkilendim yani. O dolabın sesi ciddi olarak baya sürdü. 2-3 dakikalık sürdü. Bundan ben çok etkilendim.”

Ö5 “Ana problemin işte binaların yapısı olup acaba ne kadar dayanacak? İşte yer yarılrsa ne yapabilirim? Ona bir çözüm yok. Nereye kaçabiliriz?”

Ö15 “Yani o anda hissettiğiniz şey, sarsıntının acaba sizin bulunduğunuz yerden kaynaklanıp kaynaklanmadığı, Onu bir düşünüyorsunuz bir an. Çocuklarınızı yanınıza nasıl getireceğinizi düşünüyorsunuz. Ya da artık tutunacak bir yer arıyorsunuz işin doğrusu. Ve sarsıntı devam eder mi, etmez mi, büyüklüğüne kadar bunu kestiremiyorsunuz. Hani kestirirseniz bile tedbirden başka hiçbir şey elinizden gelmiyor ne yazık ki. Bu duygular tabii ki bir müddet devam ediyor.”

Ö20 “Deprem anında kaos ortamı olduğu için kaygı ve üzüntü bir arada yaşadık. Bu duygular belli bir süre devam etti.”

Katılımcılar deprem anında depremin şiddeti, sebep olduğu korku, binanın yıkılma ihtimali gibi duygularla birlikte kaygı hissettiklerinden bahsetmişlerdir. Deprem sonrası yaşanan kaos ortamı bu kaygının devam etmesine sebep olmuştur.

MY1 “Yani ben depremim ilk, özellikle Maraş depremi olduğu zaman yataktaydım. Depremin ilk dalgasıyla uyandım. Yataktan hiç kalkmadım. Yani o süreçte hiç kalkmadım. İşte benim hanım ve çocuklar, çocuk uyandı, geldi. Baba dedi, Tamam dedim sakın ol. Binadan çıkmadım çünkü zaten dışarıda inanılmaz derecede kar

yağıyordu. Sadece Hanıma şunu söyledim. İnşallah bu deprem Muş'a yakın bir yerdedir. Niye dedi? Dedim eğer bizden ne kadar uzaksa yıkım etkisi şok daha fazladır.”

Ayrıca bir katılımcı depremi şiddetli hissetmesi dolayısıyla depremin merkezinin neresi olduğunu düşündüğünden ve deprem sonucu yıkımın şok fazla olmasından endişe ettiğinden bahsetmiştir.

4.1.8. Korku

Katılımcıların büyük çoğunluğu (20/30) deprem anında hissettikleri duygular sorulduğunda korku hissinden söz etmişlerdir.

M1 “O an gözümün önünde, o ses kulaklarımda, bunu hatırladığımız zaman o ses gitmiyor bende. Ben şok etkilendim yani. O dolabın sesi ciddi olarak baya sürdü. 2-3 dakikalık sürdü. Bundan ben şok etkilendim.”

M2 “Elbette ki korku hissettik, dehşet bir andı. Bir de yaşadığımız bölge, Muş gibi bir yerde, 1966-1970, 1966 Varto depremi, 1970 yılında Bingl depremi, diğer taraftan Van depremi, Karlıova depremi, Elziğ depremi, Diyarbakır'da olan depremler, Bitlis deprem, Muş kaynaklı olan depremler oldukça fazla olduğundan dolayı deprem bir nevi alışkanlık şok olduğundan dolayı bir ünsiyet, bir alışma meydana geldi. Fakat deprem gerçekten zor, Allah kimsenin başına getirmesin diyecek.”

MY5 “Bu deprem olaylarıyla ülkemizin jeopolitik konumu gereği zaten her daim karşılaşma durumumuz mümkün. Bu durumda ciddi anlamda korku, panik yaşıyoruz. lm hatırlıyoruz. Can kayıpları ve benzeri durumlar bizi telaşlandırıyor.”

5 “Çünkü bu depremde yaşanılan sonuçta yerlerin ayrılması televizyonda gördüğümüz durumlar beni daha şok korkuttu. Mesela sadece bir binanın yıkılması da değil, yerin yarılmasına karşı yapabilecek bir çözüm olanağımız nedir?”

8 “Deprem anında öleceğimi hissettim. Çünkü ilk sarsıntıda hemen ne olduğunu anlamaya çalıştım. Sarsıntı artmaya başlayınca hemen bulundum yatağın yanına çktm. Ve şok uzun sürdüğü için, saniyeler şok uzun sürdüğü için binamın biraz sonra yıkılacağını düşündüm. Öleceğimi düşündüm, yani o sıra aklıma sadece o geldi. Bir korku, panik duygusu oldu.”

10 “Deprem anında aslında ilk başta şok fazla ben heyecanlanmadım ya da korkmadım çünkü daha öncesinde de böyle küçük depremler yaşamıştım. Sadece süre uzamaya başlayınca öncekilerden farklı olduğunu hissedip bu sefer insanın içine bir

Korku ve stres oluyor. Dedim herhalde bu sefer gerçekten büyük bir deprem içerisindeyiz ya da herhalde biz burada kalacağız binanın altında diye düşündüm.”

Ö11 “Fazlasıyla korku hissettim. Ölüme yakın hissetmek tarifi zor bir durum. Sonrasında zamanla giderek hafifledi bu durum. Ama ne zaman bir haber ya da ne bileyim bir yerde bir şey görsem yine aynı korkuyu tekrar hissediyorum. Allah bir daha hiç birbirimize yaşatmasın inşallah.”

Ö14 “Ne hissettim? Çok korktum. Ailemle beraber, en azından onlarla beraber olayım düşüncesi geldi. Korku, stres, hüznün hepsi bir aradaydı yani.”

Ö16 “Deprem anında bina yıkılacakmış gibi duygusuna kapıldık. Yani buraya kadarmış bu duygular içerisindeydik.”

Deprem gibi yıkım gücü çok büyük olan bir afet sonucunda katılımcılardan çoğu deprem anında çok korktuklarını belirtmiştir. Katılımcıların deprem anında hissettikleri korkunun büyük bir kısmı ölüm korkusu olarak karşımıza çıkmaktadır. Katılımcılar deprem anda yaşadıkları binanın yıkılmasından ve bir göçük altında kalmaktan korktuklarından bahsetmiştir. Depremi gece oluşu, uykudan uyandırması, artçı depremlerin devam etmesi ve şiddetli olması katılımcıların korkusunun artmasına neden olmuştur.

4.2. DEPREM SONRASI HİSLER

Deprem sonrası hisler temasına bağlı olarak ailesi için endişe, hazırlıklı olma, kaygı, kendini kontrol etme ihtiyacı, okul saatleri içerisinde deprem olma korkusu, sorumluluk, stres, tedirginlik, devam eden deprem korkusu, çaresizlik, suçluluk kodları yer almaktadır. Bu bölümde buna bağlı olarak bu kodların detaylı analizine ve katılımcıların yanıtlarından doğrudan alıntılara yer verilmiştir.

Tablo 4.2. Deprem Sonrası Hisler

Kodlar	f	N
Kendini kontrol etme ihtiyacı	1	Ö2
Çaresizlik	1	Ö7
Suçluluk	1	M3
Hazırlıklı olma	3	MY3,Ö9,Ö12
Sorumluluk	6	M2,M5,MY1,MY2,Ö7,Ö8
Stres	6	M4,Ö5,Ö7,Ö11,Ö12,Ö14

Tablo 4.2. Deprem Sonrası Hisler (Devamı)

Ailesi için endişe	7	M1,MY2,Ö2,Ö4,Ö13,Ö19
Kaygı	8	M5,M14,Ö2,Ö4,Ö12,Ö13,Ö17
Devam eden deprem korkusu	14	M1,M4,M5,MY3,MY4,MY5,Ö2,Ö5,Ö7,Ö8,Ö11,Ö14,Ö18
Tedirginlik	16	M4,MY3,MY4,Ö2,Ö3,Ö4,Ö6,Ö8,Ö10,Ö13,Ö15,Ö17,Ö18,Ö20
Okul saatleri içerisinde deprem olma korkusu	17	M1,M4,M5,MY3,MY4,MY5,Ö2,Ö5,Ö7,Ö8,Ö14,Ö19

Deprem sonrası hisler temasına bağlı olarak ailesi için endişe, hazırlıklı olma, kaygı, kendini kontrol etme ihtiyacı, okul saatleri içerisinde deprem olma korkusu, sorumluluk, stres, tedirginlik, devam eden deprem korkusu, çaresizlik, suçluluk kodları yer almaktadır. Bu bölümde buna bağlı olarak bu kodların detaylı analizine ve katılımcıların yanıtlarından doğrudan alıntılara yer verilmiştir.

4.2.1. Kendini Kontrol Etme İhtiyacı

Katılımcılardan sadece bir tanesi (1/30) deprem sonrasında neler hissettikleri sorulduğunda öğrenciler karşısında kendini kontrol etme ihtiyacı duyduğunu ifade etmiştir.

Ö2 “Öğrencilerin de benzer kaygılara sahip olduğunun da farkındayım aslında. Onlara bu hislerinin çok normal olduğunu hissettirmek istiyorum ama bir yandan da kendi hislerimi açarak onların kaygı durumuna, durumun artmasına da neden olmak istemiyorum. Bunun dışında kendi duygularımı bu yüzden kontrol altına almaya çalışıyorum diyebilirim. Tabii ki yaşanan deprem sonrasında bu çok da mümkün olmuyor.”

Katılımcı deprem sonrası hissettiği kaygıyı öğrencilerin de hissettiğini bildiğinden söz etmiştir. Öğrencileri daha fazla kaygılandırmak ve korkutmak istemediği için kendisini kontrol etme ihtiyacı duyduğunu ifade etmiştir. Öğrencileri daha fazla korkutmadan onları normal hayata döndürebilmek için kendi duygularını bastırma ve kontrol etme ihtiyacı hissetmektedir.

4.2.2. Çaresizlik

Katılımcılardan yalnızca bir tanesi (1/30) deprem sonrası hisleri sorulduğunda çaresizlik hissi yaşadığını ifade etmiştir.

Ö7” Nereye gitsem aynı şey devam edecek, tekrar yaşanabilir diye bitmeyen, çaresizlik içerisinde bitmeyen korkular yaşıyorsun.”

Katılımcı depremin kaçılmayacak bir afet olması sebebiyle ve devam edecek endişesiyle çaresizlik hissettiğini dile getirmiştir. Olayın sık gerçekleşmesi katılımcıda bundan sonra hep deprem olacağı ve hiçbir şey yapamayacağı endişesine sebep olup çaresizlik hissetmesine neden olmuştur.

4.2.3. Suçluluk

Katılımcılardan biri (1/30) deprem sonrası hisleri sorulduğunda suçluluk duygusu hissettiğini ifade etmiştir.

M3 “O rutinlerinizin aslında sizin için dediğim gibi bir nimet olduğunu anlıyorsunuz. Oradaki görüntüleri gördükçe tabii ki biz buna sadece ekranlardan şahit olduk ve ufak bir sarsıntı hissettik ama ekranlardan şahit olduğca tabii ki üzerinizde bir baskı oluşturuyorsunuz. Sanki yediğiniz yemek, içtiğiniz su böyle boğazınızda kalıyor. Sanki hani onların hakkını da yiyormuş gibi hissediyorsunuz.”

Katılımcı, günlük yaşantımızda gerçekleştirdiğimiz faaliyetlerin aslında ne kadar kıymetli olduğunu anladığına değinmiştir. Ayrıca günlük rutinelere dönmüş olmasının ve depremi sadece hissetmiş olmasının bir suçluluk duygusuna sebep olduğunu ifade etmiştir. Depremden daha fazla etkilenmiş insanlara karşı eski normale dönmenin suçluluğunu duyduğunu söylemişti.

4.2.4. Hazırlıklı Olma

Katılımcıların küçük bir bölümü (3/30) deprem sonrasında neler hissettikleri sorulduğunda artık depreme hazırlıklı olduklarını hissettiğini söylemiştir.

MY3 “Ama her zaman hazırlıklı olmamız lazım deprem konusunda. Biz öğretmenler, idareciler ve öğrenciler olarak her zaman hazırlıklı yapmalıyız.”

Ö9 “Korktuğumuz zamanlar da oluyor ama dediğimiz gibi korku bir yöntem değil. Bundan en zararsız şekilde nasıl kurtulabiliriz? Bunun araştırmalarını yapıyoruz, bunun konuşmalarını yapıyoruz öğrencilerle ve bu şekilde yönlendirmelerimizi yapıyoruz.”

Ö12 “Öğretmen olarak da çocuklarla zaman zaman depreme dair konuşuyoruz. Depremi etkilerinden bahsediyoruz, nasıl korunacağımızdan bahsediyoruz. Herhangi

bir olumsuz hissim yok. Sadece ne olduğunu bilerek artık ona hazırlıklı bir şekilde çocuklarla motive konuşmaları yapıyoruz.”

Katılımcılardan bazıları depremden sonra depremin zararlarından nasıl korunacaklarını bilerek depreme hazırlıklı olduğundan bahsetmiştir. Depremden sonra korkunun korunmak için bir yöntem olmadığından bu durumda ancak hazırlıklı olarak ve ne yapacağını bilerek hareket etmenin faydalı ve gerekli olduğunu ifade etmiştir.

4.2.5. Sorumluluk

Katılımcıların bir kısmı (6/30) deprem sonrası hisleri sorulduğunda okulda bir sorumluluk hissettiklerini ifade etmişlerdir.

M2 “Evet, bir yönetici iki durumda bulunur. Biri deprem anında hem kendi canını kurtarmak diğer taraftan sorumlu olduğu hem okul hem de öğrencileri sorumluluğunu hissetmektir.”

M5 “Hani depremden sonra bir süre okuldan hiç ayrılmadım. Bir dakika bile. Olur ya, ola ki ben yokken bir deprem yaşanır da hani kontrol panik halinde olur arkadaşlar diye.”

MY2 “Şimdi bir yönetici olarak kendi sorumluluğumuz altındaki öğretmen, öğrenci ve personelden sorumluyuz. Bu nedenle de biraz daha yükümüz ağır ve depremde acaba gerektiği gibi davranabilecek miyiz? Bu sorumluluğumuz altındaki kişileri güvenli bir şekilde tahliye edebilecek miyiz? Bu tür düşüncelerimiz tabii ki oluyor.”

Ö7 “Tabii okul içinde olduğumuz için sorumluluğumuz daha büyük. Böyle bir an yaşanacağını düşünmek bile... İnsanı strese sokuyor, kaygılandırıyor.”

Katılımcılardan okul yöneticileri görevlerinin verdiği sorumluluk sebebiyle olası bir deprem anında üzerlerine büyük bir görev düştüğünden ve yüklerinin daha fazla diğerlerinden daha ağır olduğundan söz etmişlerdir. Bu sorumluluğun doğru bir şekilde yerine getirilmesi gerektiğinden bahsetmişlerdir. Deprem sonrası belli bir süre okulda kalıp okulu kontrol altında tutmaya çalıştıklarını ifade etmişlerdir.

MY1 “Depremden sonraki öğrencilerin ve o deprem bölgesinde yaşayan bu olaylardan, görsel medyadan uzak tutmamız gerekiyor. Çünkü biz yetişkinler bunu atlatma süreciyle çocukların bilinçaltında bunları atlatma süreci çok daha fazla. Doğal olarak parçalanmış insan cesetlerini görmeleri ya da yıkımları görmeleri onların geleceğe daha kaygılı bir biçimde bakmalarına neden oluyor.”

Ayrıca bir katılımcı, öğrencilerin depreme dair görüntülerden ve haberlerden uzak tutulması gerektiğini, bunun gelişmeleri için önemli olduğunu, çocukların bu durumu daha zor atlattıklarını ifade etmişti.

Ö8 *“Bunun dışında sorumluluk duygusu ekleniyor tabii ki. Çünkü bir öğretmen olarak buradaki bütün öğrencilerin sorumluluğu bizde oluyor. Eğer bir deprem olursa okul esnasında, ders esnasında ne yapacağız diye düşünüyoruz. O yüzden öğrencileri nasıl tahliye edebiliriz? Ya da onlara karşı duygularında değişiklik olduğu zaman depremden sonra travma sonra stres bozukluğunda neler yapabiliriz diye bir sorumluluk duygusu oluşuyor. Tabii ki kendi branşımın da etkisinin olduğunu düşünüyorum. Rehberlik branşının. Çünkü biz bu süreçte deprem bölgesinden gelen öğrencilerimiz olmuştu. Okulda çok fazla bu sürece maruz kalmış ve ailesi tarafından duyguları düzelememiş öğrencilerimiz olmuştu. Bireysel psikolojik danışmayla en az 5-6 oturumda bu süreçleri ilerlettik. Yani şunu söyleyebilirim ki tedirginlik duygusu hissediyorum ve sorumluluk duygusu bu süreçte daha etkin olmuştu.”*

Katılımcılardan biri ise deprem anında okulun tahliyesi ve çocukların güvenliği konusunda endişe etmesinin yanı sıra branşı gereği (rehberlik) öğrencilerin deprem sonrası yaşayacağı olası travmalarla baş edebilmek adına kendini sorumlu hissettiğini ifade etmiştir. Yani olası bir deprem sonrası çocukların psikolojik açıdan desteklenmesi konusunda sorumluluk duyduğunu belirtmiştir.

4.2.6. Stres

Katılımcıların bir bölümü (6/30) deprem sonrası hisleri sorulduğunda deprem sonrasında stresli olduğunu ifade etmiştir.

Ö5 *“Öğrencilerle birlikteyken bir endişem oluyor. Sonuçta kendimin de korktuğum bir doğal afet varken... ..küçük çocuklara nasıl sahip çıkabilirim? Kendi korkumu nasıl yönetirim? Onlara nasıl sahip çıkabilirim bu korkuyla beraber? Bunları bir düşünüyorum. Bu düşünceler de tabii bende ister istemez bir stres oluşturuyor.”*

Ö7 *“Tabii okul içinde olduğumuz için sorumluluğumuz daha büyük. Böyle bir an yaşanacağını düşünmek bile... İnsanı strese sokuyor, kaygılandırıyor. Bu sınıf içinde başımıza gelecek olursa ne yapabilirim acaba? Sakin kalabilecek miyim? Özverim davranabilecek miyim? Bu düşünceler içerisindeyim ve bunlar beni stresli olmamı sağlıyor.”*

Ö11 “Deprem sonrasında fazlasıyla stresli hissediyorum. Aslında okul içerisinde normal karşılayabilecek olası masa sıra sesleri, herhangi bir gürültü ilk haklı depremi getiriyor.”

Ö14 “Deprem olduğu için gerçekten çok üzgünüm ve stresli hissediyorum. Okuldayken de çocukların en ufak bir sesle deprem mi oluyor demesi beni de strese sokuyor. O yüzden biraz stresli hissediyorum.”

Katılımcılar deprem sonrası yoğun bir şekilde stres hissettiklerinden bahsetmişlerdir. Bu stres sebebiyle en ufak bir sestən, gürültüden bile etkilendiklerini söylemişlerdir. Ayrıca okuldayken öğrencilerin sorumluluğu, onları kontrol etme, koruma ve güvenliklerini sağlama ihtiyacı da öğretmenlerde yoğun bir stres oluşturmaktadır.

4.2.7. Ailesi İçin Endişe

Katılımcıların üçte birine yakını (7/30) deprem sonrasında neler hissettikleri sorulduğunda aileleri için endişe ettiklerini ifade etmişlerdir.

M1 “Öncelikle doğrusunu söylemek gerekirse, böyle bir durumda önce aklıma ailem gelir. Evim gelir. Çocuklar gelir. Yani samimi olmamız gerekiyor.”

MY2 “Ama sonrasında kendimizi ya da o an yanımızda bulunan kişileri nasıl güvende tutabiliriz, neler yapabiliriz, o düşüncelerle geçiriyoruz.”

Ö2 “Ayrıca öğrencilerin yanı sıra kendi ailem için de tedirgin oluyorum.”

Ö4 “Yani kendimizi düşünmemiz yanda akrabalarımızı, çocuklarımızı düşünmemiz vesaire. Bu gibi bir durumlarda ister istemez böyle gelgitler hissedebiliyoruz. Yani kendini bir tarafa bırakıp öğrenciyi veya çocuğu düşünme noktasında öyle kaygılarımız da olabiliyor maalesef.”

Katılımcılar depremi ailelerine zarar verecek büyük bir afet olarak gördüklerini ifade etmektedirler. Depremden sonraki süreçte aileleri için endişelendiklerinden, akıllarının sürekli çocuklarında kaldığından bahsetmektedirler. Kendilerinden önce çocuklarının ve ailelerinin güvende olduklarını bilme ihtiyacı hissetmektedirler.

Ö19 “Çünkü benim de bir çocuğum var. O da okulda. O sırada ne yapabilir? Kaçar mı? Korkar mı? Öğretmeni acaba yeterli olabilir mi?”

Ayrıca katılımcılardan biri deprem sonrası süreçte bir taraftan okulda görevini yaparken bir taraftan da okulda olan çocuğu için kaygılandığından söz etmiştir. Öğretmenin çocuğunu güvende tutup tutmayacağından endişelendiğini dile

getirmiştir. Olası bir deprem anında çocuğunun güvenliğinden endişe ettiğini söylemiştir.

4.2.8. Kaygı

Katılımcıların üçte birine yakını (8/30) deprem sonrasında neler hissettikleri sorulduğunda kaygılı olduklarını ve bu hissin devam ettiğini ifade etmişlerdir.

M4 “Şimdi bu bağlamda okulda öğrencilerle birlikteyken başta bir iki ay okulda bir tedirginlik, stres, bir kaygı vardı.”

Ö2 “Bir de olası bir deprem durumunda depremle ilgili yeterli bilgiye acaba sahip miyim, sahip değil miyim bu konuda da kaygılanıyorum. Deprem durumunda bildiklerimi uygulamaya dökebilecek miyim, soğukkanlı davranıp öğrencileri yönlendirebilecek miyim gibi düşünceler beni bunaltıyor.”

Ö4 “Tabii depremin insan üzerinde psikolojik anlamda çok etkileri var. Gerçekten de insanlar deprem kavramı gördüğünde bir tedirgin, bir kaygı, bir endişe içerisine giremiyorlar. Biz de öyle bir tedirginlik içerisine girdik. Deprem özellikle de insanların duygularında, algılarında çok olumsuz bir duygu anlamında bir izlenim oluşturduğu için ister istemez tedirgin olduk, endişelendik, telaşlandık.”

Ö13 “Şimdi mesela ben Adana'ya gitmek istiyordum ama o eve gitmek istemiyordum. Hani o kadar etkilemişti ve ailem bu cumartesi taşınıyorlar. Biz de cumartesi gidiyoruz. Yani o derece etkileyici taşınmalarını istemiştik ve bizim gidişimize ailem evini değiştiriyor artık. Ve hala evet, o ortama girdiğimde hala duygularım devam ediyor açıkçası. O bir geceyi orada geçireceğim mesela 10. katta. Nasıl geçireceğim, uyuyacağımı hiç bilmiyorum.”

Ö17 “Ondan sonra tabii ki o anın verdiği ruh hali biraz devam etti. Her an deprem olacak mı hissi? Yani ne olacak? Acaba altında kalacak mıyız? Hazırlıklı mıyız? O düşüncelerdeniz. Ondan sonra tabii ki bu duygu hali belli bir süre devam etti.”

Katılımcılar olası bir deprem olmasında ve deprem olduğunda yaşayacaklarından kaygılandıklarını, o anda neler yapmaları gerektiğini bilip bilmediklerini, bilseler dahi bunları uygulayabilip, uygulayamayacaklarından duydukları kaygıyı dile getirmişlerdir. Bunun yanında yaşayacakları ortamın güvenliğinden emin olmadıkları için de kaygılı olduklarını da belirtmişlerdir.

4.2.9. Devam Eden Deprem Korkusu

Katılımcılardan çoğu (15/30) deprem sonrası hisleri sorulduğunda deprem olma korkusunun hala devam ettiğini ifade etmiştir.

M1 “Bu korku sürekli devam ediyor bazılarında, bazıları çabuk atlatıyor. Araba sürerken veya kanepede çocuk, ben de habersiz, oyun oynarken böyle sallantı olursa, acaba deprem mi oluyor falan gibisinden korku insanda kalıyor, ister istemez.”

M4 “Bu hisler devam etti hala da etkisi var içinde. Hala da mesela evde bazen böyle deprem oluyor, korkusu oluyor. Mesela bir şeyle sallanınca deprem oluyor, korkusu”

Ö2 “Henüz izlediklerimin, duyduklarımın etkisinden tam olarak da çıkabildiğimi söyleyemem. Hala bu etki devam ediyor. Deprem olma korkusu.”

Ö5 “Yani uzun bir süre devam etti tabii. Korku, panik, ne yapacağım telaşı. Ne yapabilirim? İki yapacağım imkânların kısıtlı olması.”

Ö11 “Ama ne zaman bir haber ya da ne bileyim bir yerde bir şey görsem yine aynı korkuyu tekrar hissediyorum. Allah bir daha hiç birbirimize yaşatmasın inşallah.”

Katılımcılar deprem anında yaşadıkları korkunun daha sonra da devam ettiğini söylemişlerdir. Uzun süre yaşadıkları olayın etkisinden çıkamadıklarını, yeni bir deprem haberi duydukları zaman korkularının tetiklendiğini ve tedirginliklerinin devam ettiğini ifade etmişlerdir. Ayrıca en ufak bir seste, gürültüde, sallantıda “Deprem mi oluyor?” diye endişe ettiklerini, her an deprem oluyor gibi hissettiklerini söylemişlerdir. Sürekli sallandıklarını hissettiklerini ve o anın o psikolojinin geçmediklerini belirtmişlerdir. Artçı depremlerin devam etmesi ve bunların hissedilmesi de katılımcıların korkusunun devam etmesine neden olmuştur.

4.2.10. Tedirginlik

Katılımcıların yarısı (15/30) deprem sonrası hisleri sorulduğunda tedirginlik hissettiklerini ifade etmişlerdir.

Ö4 “Tabii depremin insan üzerinde psikolojik anlamda çok etkileri var. Gerçekten de insanlar deprem kavramı gördüğünde bir tedirgin, bir kaygı, bir endişe içerisine giremiyorlar. Biz de öyle bir tedirginlik içerisine girdik. Deprem özellikle de insanların duygularında, algılarında çok olumsuz bir duygu anlamında bir izlenim oluşturduğu için ister istemez tedirgin olduk, endişelendik, telaşlandık.”

Ö10 “Evet, öğrencilerle birlikteken aslında biraz daha insan gergin oluyor. Çünkü tek başına olduğumuz zaman kendimizi düşünmek ya da kendimizi o deprem anında kurtarmak daha basit olabilecek. Öğrenciler olduğu zaman bazen insan bunu düşündüğünde gerilebiliyor. Öncelik o kadar öğrencinin sorumluluğu. Onların hani sağ salim çıkabilmesi.”

Ö13 “Onun haricinde bilmediğim yapılara girmekte çok zorlanıyorum artık. Bilmediğim bir asansöre, daha önce hiç girmediğim bir asansöre giremiyorum. Ya o esnada deprem olursa diye bir hani girdiğim anı sürekli aklımdan geçiyor. Sosyal olarak da bunları etkiledi bende.”

Ö15 “Daha önceden de bir iki depreme tanık olduğum için. Ama onları ilk hissettiğimde aylarca süren bir tedirginlik, sürekli ne yazık ki böyle lambaya bakma, acaba tekrar sallanıyor mu, oluyor mu, şiddetlenecek mi, şiddetlenirse ne yapacağız, kaçacak mıyız hesabı.”

Katılımcılar deprem sonrası hisleriyle ilgili yoğun olarak tedirginlik hissettiklerini ifade etmişlerdir. Katılımcılar yeni ortamlara girdiklerinde, kapalı alanlarda, okulda öğrencilerle birlikteken tedirgin olduklarını söylemişlerdir. Deprem insanı psikolojik olarak çok fazla etkilediği için maruz kaldıkları olumsuz durumlar neticesinde de sürekli tedirgin olduklarını söylemişlerdir.

Ö18 “Yani okuldayken her an deprem olma ihtimali var. Sınıflarımız kalabalık. O arada onları nasıl baş edeceğiz, nasıl öğrencileri tahliye edeceğiz? Nasıl onları dışarı çıkaracağız? Hep böyle yaşanacak kaos falan düşünüyorum yani. Ya gerektiği gibi müdahale edemezsek, ya o arada kontrol edemezsek ne olur diye düşünüyoruz. Bu bizi tedirgin ediyor.”

Ö20 “Deprem sonrasında büyük bir tedirginlik hissettik. Ama zamanla tabii ki alıştığımız için zamanla ama yine de okuldayken özellikle kapalı alanda olduğumuz için ciddi manada okulun güvenliğinden de endişe duyuyoruz. Sonuçta okulumuz da bu bağlamda biraz eski bir okul.”

Ayrıca katılımcılar okul binalarının sağlamlığından endişe ettiklerini okul saatleri içerisinde olası bir deprem durumunda okulun kalabalık olması durumunun tahliye de sıkıntı yaşama ihtimalinin de tedirginliğe sebep olduğunu belirtmişlerdir.

Ö2 “Ayrıca öğrencilerin yanı sıra kendi ailem için de tedirgin oluyorum.”

Ayrıca katılımcılardan biri deprem anında okulda bulunması halinde öğrencilerin güvenliğinin kendini tedirgin etmesiyle birlikte, yanında olmadığı ailesi için de tedirgin olduğunu ifade etmiştir.

4.2.11. Okul Saatleri İçerisinde Deprem Olma Korkusu

Katılımcıların yarısından fazlası (17/30) deprem sonrası hisleri sorulduğunda okul saatleri içerisinde bir deprem olmasından endişe ettiklerini ifade etmişlerdir.

M1 “Öğrencilerle birlikte olduğu esnada bu öğrencilere bu hengâmede bunları nasıl bir yönlendirme yapabiliriz? Bu çocukları bu heyecan ve bu büyük bir telaş içerisinde bu çocukları nasıl yönlendireceğiz?”

M3 “Tabii ki korku hissediyoruz. Ülke zor zamanlardan geçti. Küçük bir deprem de değildi. O yüzden bu bölgede de olma ihtimali olması sebebiyle, bu bölgenin de tehlike altında olması sebebiyle biz de korku hissediyoruz. Okuldayken hissettiğimiz farklı bir şey var. Yani çıkamama korkusu var açıkçası. En üst katlardan alt katlara inememe korkusu var. Tabii ki binaların da bu anlamda Yani dayanıklı olup olmadığını bildiğimiz için altında kalabiliriz korkusu var. Bilmiyorum, inşallah olmaz.”

MY4 “Deprem zamanında okula gelip giderken, özellikle bu deprem sonrasında, artçı depremler olduğu zamanlarda okulda başımıza gelecek mi, o anları okulda yaşayacak mıyız diye çok korkuyorduk.”

Ö5 “Öğrencilerle birlikteyken bir endişem oluyor. Sonuçta kendimin de korktuğum bir doğal afet varken küçücük çocuklara nasıl sahip çıkabilirim? Kendi korkumu nasıl yönetirim? Onlara nasıl sahip çıkabilirim bu korkuyla beraber? Bunları bir düşünüyorum.”

Ö7 “Tabii okul içinde olduğumuz için sorumluluğumuz daha büyük. Böyle bir an yaşanacağını düşünmek bile... İnsanı strese sokuyor, kaygılandırıyor. Bu sınıf içinde başımıza gelecek olursa ne yapabilirim acaba? Sakin kalabilecek miyim? Özverili davranabilecek miyim?”

Ö13 “Ama yüksek bir ses duyduğumda, mesela bir çığlık sesi duyduğumda hala bir korku hissediyorum. Bir öğretmen olarak okulda deprem anında ne kadar etkin olabileceğim konusunda korkuyorum daha çok.”

Katılımcılardan birçoğu okul saatleri içerisinde deprem olmasından endişe ettikleri ve bu durumdan korktuklarını söylemiştir. Bu korkunun, hem katılımcıların okul binalarının yapı olarak yetersiz olduğunu düşünmelerinden hem de deprem anında

çok fazla sayıda öğrenciyi kontrol altında ve güvende tutabilme endişesinden kaynaklandığını ifade etmiştir. O anda kendini ve öğrencileri kontrol edebilme düşüncesi, katılımcılarda korku ve kaygıya neden olmuştur. Katılımcılar, öğretmen ve okul yöneticisi olarak öğrencilerin sorumluluğunu hissettiklerini ve bu sorumluluğun ağırlığıyla bildiklerini de uygulayamama endişesi duyduklarını ifade etmiştir.

Ö11 “Yaşanması muhtemel bir deprem anında bütün öğrencileri koruyamamak korkusu, yetersizlik duygusu hissettiriyor.”

Ö19 “Ben acaba öğretmenim öğrencilerime yeterli olabilir miyim? O sırada onları gerçekten rahatlatılabilir miyim? Mesela Allah korusun bina yıkılmasa bile. O sırada onları sakinleştirebilir miyim diye çok düşünüyorum.”

Ayrıca katılımcılar deprem anında yapılması gerekenler konusunda ne kadar yeterli olduklarını sorguladıklarından, sorumlu oldukları öğrencileri koruyamamaktan korktuklarından ve yetersizlik duygusu hissettiklerinden de söz etmişlerdir.

4.3. DEPREMİN STRESİNİ AZALTMA STRATEJİLERİ

Deprem stresini azaltma stratejileri temasına bağlı olarak eylemsel stratejiler ve zihinsel stratejiler alt temaları oluşmuştur.

Tablo 4.3. Deprem Stresini Azaltma Stratejileri

Alt temalar	Kod	f	N
Eylemsel Stratejiler	Plan yapmak	2	MY4,MY1
	Açık havaya çıkmak	2	M3,MY3
	Yapının kontrolünü yaptırmak	4	M2,MY1,MY2,Ö2
	Fiziksel tedbir almak	12	MY4,Ö2,Ö6,Ö7,Ö8,Ö9,Ö11,Ö13,Ö15,Ö17,Ö18
Zihinsel Stratejiler	Konuyla ilgili bilgi edinmek	2	MY5,Ö12
	Bilgilendirme yapmak	2	M4,MY2
	Unutmaya çalışmak	2	Ö6,Ö13,Ö18
	Bir şey yap(a)mamak	3	Ö6,Ö13,Ö18
	Zamana bırakmak	3	M2,Ö10,Ö20
	Düşünmemeye çalışmak	4	Ö2,Ö3,Ö10,Ö18
	Kendini rahatlatmaya çalışmak	4	MY4,Ö5,Ö15,Ö19
	İnanca sarılmak	10	M1,M5,Ö1,Ö2,Ö4,Ö8,Ö9,Ö11,Ö17,Ö19

4.3.1. Eylemsel Stratejiler

Eylemsel stratejiler alt temasına bağılı olarak gerekli tedbirleri almak, yapının kontrolünü yaptırmak, plan yapmak, açık havaya çıkmak kodları yer almaktadır. Aşağıda bu kodlara ilişkin detaylı analizlere ve katılımcıların verdiği cevapların doğrudan alıntılarına yer verilmiştir.

4.3.1.1. Plan Yapmak

Katılımcıların sadece iki tanesi (2/30) deprem stresi ile nasıl baş edebildikleri sorulduğunda deprem anında yapılacaklarla ilgili plan yaptıklarını dile getirmişlerdir.

M4 “Aile olarak nasıl davranacağız? Depremde nasıl davranacağız? Hangi yöne doğru gideceğiz? Diyelim ki bizim son kat olduğu için çatıya doğru gidebiliriz. Çünkü biz 10. katta aşağı inme şansımız yok. Çıkabileceğimiz bir üst katımız ancak oraya çıkabiliriz. Bir de deprem sırasında kimin ne yapacağını aramızda görelim. Mesela iki çocuğumuz varsa, işte sen şu çocuğu al, şu çocuğu alacaksın. Sonra şurada bekleyeceğiz gibi bir bilgilendirme yaptık. Depremde ilk zamanında bir hazırlığımız oldu. Deprem hazırlığı çantası oldu.”

MY1 “Evlerimizi, yapılarımızı ona göre dizayn etmemiz, ona göre planlamamız ve ona göre yapı stoklarımızı ona göre yapmamız gerekir.”

Katılımcılar olası bir deprem anında yapılacaklarla ilgili hem evde, aile içerisinde hem de genel olarak toplumsal planlama yapmanın deprem stresini azaltacağını düşünmektedir. Aile içerisinde gerekli planları yaparak deprem anını daha kolay atlatabileceklerini ifade etmişlerdir. Ayrıca deprem öncesinde planlı yapılaşma ve depreme dayanıklı bina stoklarıyla depreme hazırlıklı hale gelmenin deprem stresini de azalttığını belirtmişlerdir.

4.3.1.2. Açık Havaya Çıkmak

Katılımcılardan iki tanesi (2/30) deprem stresi ile nasıl baş edebildikleri sorulduğunda açık havaya çıkmak gerektiğinden söz etmişlerdir.

M3 “Azaltmak için tabii ki yürüyüşlere çıkmalı. Açık hava tercih edilmeli. Yani kapalı alanlarda kalınmamalı. Kapalı alan daha çok deprem korkusunu tetikliyor çünkü.”

MY3 “Stressiz andan uzaklaşmak için hemen bulunduğumuz ortamdaki daha açık bir alana gittiğimizde daha güvenli bir alana gittiğimizde daha sağlam bir yapıda kaldığımız zaman o hislerimiz azalmakta.”

Katılımcılar, stresi azaltmak için kapalı ortamlardan uzak durup, açık havada ve daha güvenli ortamlarda bulunmak gerektiğini ifade etmişlerdir. Ayrıca yürüyüş yapmak, temiz hava almak gibi yöntemlerin stresi azaltacağını belirtmişlerdir.

4.3.1.3. Yapının Kontrolünü Sağlamak

Katılımcıların küçük bir bölümü (4/30) deprem stresi ile nasıl baş edebildikleri sorulduğunda yaşamlarını sürdürdükleri yapının depreme dayanıklı olup olmadığına dair kontrolünü yaptıklarını ifade etmişlerdir.

MY1 “Evlerimizi, yapılarımızı ona göre dizayn etmemiz, ona göre planlamamız ve ona göre yapı stoplarımızı ona göre yapmamız gerekir.”

MY2 “Bize düşen sadece tedbirler almaktır. O tedbirleri kendimizce yeterli olduğunu düşünüyorsak çok fazla stres yaşamamızın da bizim için olumlu etkilerinin olmadığını biliyoruz. Yani tedbir derken bizim kendimizce yapabileceklerimizdir. Belki yani bina noktasında olabilir. Depreme dayanıklı mı değil mi? O gibi raporları almaktır ya da işte ailemizi, çevremizi bilinçlendirmek bu noktada. Deprem öncesinde, deprem sırasında, deprem sonrasında neler yapılabilir? Bize düşen görevler nelerdir? Bunları en iyi şekilde yapabilir miyiz? Kendimizi bu noktada belki test edebiliriz. Bu stresle de baş edebiliriz bu şekilde.”

Ö2 “Bunun dışında acaba evim depreme dayanıklı mı diye bazı denetleme dayanıklılığını ölçtürmek için birtakım yerlere başvurduğum. Gelip bu konuda denetlendi.”

Katılımcılar evlerinin binalarının depreme dayanıklılığından endişe ettiklerini ve deprem sonrasında bunun kontrolüne yaptırılması için gerekli yerlere başvuruda bulduklarından bahsetmişlerdir. Görevliler gelip gerekli denetimleri yaptıktan sonra deprem streslerinin azaldığını ifade etmişlerdir. Ayrıca yapılacak evlerin depreme dayanıklı olarak yapılması gerektiğini, deprem stresinin kontrol altında tutulması için önemli gördüklerini söylemişlerdir.

4.3.1.4. Fiziksel Tedbir Almak

Katılımcıların üçte birinden fazlası (12/30) deprem stresini azaltmak için neler yapabilecekleri sorulduğunda gerekli tedbirleri aldıklarından söz etmişlerdir.

Ö2 *“Bu stresle başa çıkmak için öncelikle bazı fiziksel önlemler alma yolunu seçtim. Bu fiziksel önlemlerle kastettiğim daha basit şeyler deprem çantası hazırlama, Evde bazı eşyaların yerlerini değiştirme gibi bazı basit önlemlerin yanında eşyaların aslında duvara monte edilmesini sağlama ve bunlarla ilgili bazı bilgiler toplama. Nerede daha güvenli olur? Veya çıkış yollarını kapatıyor mu, kapatmıyor mu? Bu tip şeylere dikkat ettim. Bunun dışında acaba evim depreme dayanıklı mı diye bazı denetleme dayanıklılığını ölçtürmek için birtakım yerlere başvurduğum. Gelip bu konuda denetlendi.”*

Ö7 *“Yani depremin çok olağan bir felaketi olduğunu, tek yaptığımız hatanın evlerimizi, eşyalarımızı ve önlemlerimizi bu felakete hazırlamadığımızı fark ettim. Bu şekilde çevremi düzenleyince ya da kendimi bilinç olarak buna hazırlayınca stresimi daha da azaldığımı fark ettim.”*

Ö8 *“Deprem çantası hazırladım. Önceden deprem çantam yoktu. O yaşam üçgenini oluşturmak için deprem anında nereye çökebileceğimizi ayarladık. O bölgeye deprem çantasını koyduk. Depremden sonra nerede buluşacağımızı ayarladık. Bu tür durumlar hem dua hem inanç yapısı hem de evde oluşturduğumuz birkaç değişiklikle bu süreçte deprem stresimizi azaltmaya çalıştık.”*

Ö11 *“Bunun için öncelikle eksiksiz bir deprem çantası hazırladım. İçerisine işte yiyecek, su, düdüğü, ilaçlarım, gerekli evraklarım, gerekli bilgilerim hepsi eksiksiz bir şekilde hazırladım bunları. Başucuma, sığınma alanıma koydum. Bunun haricinde gideceğim ortamların işte kalabalık olup olmamasına, içine girdiğim binanın sağlam olup olmamasını kontrol ederek gidiyorum gideceğim yerlere. Bunun haricinde. Depremden sonra Çok stresliydim ve bu stresimi azaltmak için çevre ve şehircilik müdürlüğünden ekip istedim. Evimin kontrol edilmesini istedim. Apartmanın genel kontrol edilmesini sağladım. İşte perde duvar neymiş onu öğrendim. Bunun gibi farklı şeyler. İşte evin nerelerinde var, ben nerelere saklanabilirim. Bunun gibi şeyler, bilgiler edindim. Güvenliğini sağlattım. Onun haricinde yapabileceğim başka bir şey olmadığını düşünerek bıraktım.”*

Ö17 “Azaltmak için de dediğim gibi önce evdeysem evin içinde güvenlik alanı oluşturuyorum. O yüzden de deprem çantası hazırlıyorum.”

Katılımcılar depremin zararlarından korunmanın yollarından biri olarak depreme hazırlıklı olmaya görmektedirler. Bunun için deprem çantası hazırlama, eşyaları sabitleme, ev içerisinde olası deprem anı için yaşam alanları oluşturma gibi hazırlıklar yaptıklarını belirtmişlerdir. Girip çıktıkları ortamlara özellikle binalara dikkat ettiklerinden, kalabalık yapılardan uzak durduklarından, binalara dikkat ettiklerini kalabalık ortamlardan uzak durduklarını ifade etmişlerdir. Bu şekilde gerekli önlemleri alıp hazırlıkları yaptıkları zaman deprem streslerinin azaldığını ifade etmişlerdir.

Ö19 “Onun dışında mesela kapıları kilitlerken ya da kapıları kapatırken mesela yatak odası kapısını birazcık daha aralıklı bırakıyorum. Çünkü deprem olduktan sonra kapı sıkışabilir, açılmayabilir. Çocuklar mesela yanımda yatırmaya çalışıyorum ya da yanımda yatmayalarsa en azından ulaşabileceğim bir mesafede. Ya da telefonum önceden mesela şarjda mutfakta bulunuyorken Daha sonrasında yattığım odada, başucumda su bulunması, telefon bulunması.”

Katılımcılardan biri ise deprem için aldığı tedbirlerden bahsederken ev ortamını çocuklarına göre de düzenlediğini ifade etmiştir. Olası bir deprem anında kendi güvenliğinin yanında çocuklarına olabildiğince hızlı ulaşabilmek için yakın olmalarını sağlamaya çalıştığını söylemiştir.

4.3.2. Zihinsel Stratejiler

Zihinsel stratejiler alt temasına bağlı olarak konuyla ilgili bilgi edinmek, bilgilendirme yapmak, bir şey yap(a)mamak, düşünmemeye çalışmak, inanca sarılmak, kendini rahatlatmaya çalışmak, unutmaya çalışmak, zamana bırakmak, günlük yaşama dönmek kodları yer almaktadır. Aşağıda bu kodlara ilişkin katılımcıların doğrudan yanıtlarına ve detaylı analizlere yer verilmiştir.

4.3.2.1. Konuyla İlgili Bilgi Edinmek

Katılımcılardan iki tanesi (2/30) deprem stresi ile nasıl baş edebildikleri sorulduğunda konuyla ilgili bilgi edindiklerini ifade etmişlerdir.

MY5 “Hazırlık aşaması sosyal medya olsun, normal eğitici videolar olsun, neler yapılabilir o durumda. Hayatta kalabilme adına, çevrendeki insanlara faydalı olabilme adına video ve tarzı eğitimlere, bilgilere baktım.”

Ö12 “Ama daha sonrasında uzmanları dinleyerek, psikologları dinleyerek kendimi daha hazırlıklı hale getirdim. Böyle bir olay bir daha yaşanırsa nasıl müdahale edeceğimi, nasıl davranmam gerektiğini biliyorum artık. Bu konuda hazırlandım.”

Katılımcılar konuyla ilgili uzman kişilerden bilgi edinerek bu stresle daha kolay baş edebileceklerini düşünmektedirler. Ayrıca depremin zararlarından korunmak için yapılması gerekenleri araştırıp öğrenerek bu stresi yönetebileceklerini ifade etmişlerdir. Olası bir deprem anında neler yapacaklarını öğrendiklerini, hayatta kalabilmek için bilgi edindiklerini söylemişlerdir. Katılımcılar depreme zihinsel olarak hazırlıklı olmanın deprem stresini azaltacağını düşünmektedirler.

4.3.2.2. Bilgilendirme Yapmak

Katılımcıların iki tanesi (2/30) deprem stresi ile nasıl baş edebildikleri sorulduğunda çevresini bilgilendirdiklerini ifade etmiştir.

M4 “Hazırlık olarak da ev içinde bilgilendirme yaptık. Aile olarak nasıl davranacağız? Depremde nasıl davranacağız? Hangi yöne doğru gideceğiz?”

MY2 “Ailemizi, çevremizi bilinçlendirmek bu noktada. Deprem öncesinde, deprem sırasında, deprem sonrasında neler yapılabilir? Bize düşen görevler nelerdir? Bunları en iyi şekilde yapabilir miyiz? Kendimizi bu noktada belki test edebiliriz. Bu stresle de baş edebiliriz bu şekilde.”

Katılımcılar aile içerisinde deprem ile ilgili bilgilendirme yaparak çevresini ve ailelerini depreme karşı bilgilendirerek deprem stresini azaltabileceklerini düşünmektedirler. Herkes depremle ilgili ne yapması gerektiğini ve görevlerini bilirse bu durumu daha kolay atlatabileceklerini ve bunun da deprem stresini azaltacağını belirtmişlerdir.

4.3.2.3. Unutmaya Çalışmak

Katılımcılardan iki tanesi (2/30) deprem stresiyle baş edebilme stratejileri sorulduğunda depremi unutmaya çalıştıklarını ifade etmişlerdir.

Ö14 “Azaltmak için depremle ilgili haberlerden uzak kalmaya çalışıyorum. Deprem aklıma geldiği zaman başka işler yaparak unutmaya çalışıyorum. Çünkü şu an yapabileceğim bir şey yok.”

Ö16 “Şu aslında onunla yaşamayı öğrenmemiz gerektiğini anladım. Başka türlü akluma bir şey gelmedi. Bireysel olarak unutmaya çalışıyordum. Her zaman deprem olacak korkusundan olmayacak düşüncesine geçiş yaptım.”

Katılımcıların bazıları depremin olması muhtemel bir şey olduğunu kabul ettiklerini ve ellerinden bir şey gelmediğini bildiklerini bu nedenle de depremi unutmaya çalıştıklarını ifade etmişlerdir. Depremi hatırlatan her şeyden uzak durmaya çalışarak depremi unutmaya ve bu yöntemle deprem stresiyle baş etmeye çalışmaktadırlar.

4.3.2.4. Bir Şey Yap(a)mamak

Katılımcıların az bir kısmı (3/30) deprem stresiyle baş edebilmek için herhangi bir şey yap(a)madıklarını ifade etmişlerdir.

Ö6 “Azaltmak için yani özellikle yaptığım bir şey yok.”

Ö13 “Sadece bu stresle yaşıyorum. Ama bir şey yapmıyorum. Yönetmek için bir çözüm mesela. Yok. Yani şiddetine bakmaya çalışıyorum. Mesela deprem haberi geldiğinde ya da deprem olacağını düşünüp korktuğumda kaç şiddeti bana zarar verebilir gibi. Aslında bu da mantıklı değil yani. Bilimsel bir şey yok ama böyle bir şey var.”

Ö18 “Yani yapabileceğim bir şey yok, düşüncesinden de kaynaklanıyorum. Yapacağım, değiştirebileceğim bir şey yok ki. Yani ben neyin stresini yaşayacağım?”

Katılımcılar deprem stresiyle baş edebilmek için bir şeyler yapamadıklarından bahsetmişlerdir. Bu stresi yönetmek için ellerinden bir şey gelmediğini, böyle bir çözümlerinin olmadığını dile getirmişlerdir. Deprem anı için ellerinden bir şey gelemeyeceğini düşündükleri için böyle bir stresle baş etmek için de çözümleri olmadığını düşünmektedirler.

4.3.2.5. Zamana Bırakmak

Katılımcıların az bir kısmı (3/30) deprem stresiyle baş edebilmek için süreci zamana bıraktıklarını ifade etmişlerdir.

M2 “Hayat devam ediyor yani sadece hep aynı sıkıntıyı hisseden bir insan hiçbir şeyden lezzet alması mümkün değil. Olaylar insanları alışkanlığa haline getiriyor. Bir de insanın yapısında nisyen dediğimiz unutmaya duygusu var. Bu Allah'ın insana vermiş olduğu aslında en büyük nimetlerden bir tanesi. Unutmak kötü ama hiçbir şeyi

unutmasak, aynı stresi aynı anda hep hatırlasak hayat zor gelir. O unutmama hissiyle deprem veya diğer şeylerde unutuluyor ya da hafife alınıyor diyebilir.”

Ö10 “Daha sonrasında ama tabii stres gittikçe azaldı. Çünkü hani zaman geçti, zaman geçtikçe bulunduğumuz yerde hani deprem olmadı. Onu hissetmeye, hissetmeye. Yani o stres de artık hani arka plana gitti.”

Ö20 “Deprem zamanında deprem stresini yaşamıştım ve bayağı fazla strese maruz kalmıştım. Daha sonra zaman geçtikçe haberler, duyulan haberler azaldıkça deprem stresimiz de azaldı.”

Katılımcılar deprem sonrası yakın zamanda yaşadıkları stresin yoğun olduğunu ama zaman geçtikçe olayı belli bir miktarda unuttuklarını ve alıştıklarını ifade etmişlerdir. Yani katılımcılar depremden sonra günlük rutinlere dönerek, yaşanan duyguları zamana bırakarak deprem stresini azaltabileceklerini düşünmektedirler.

4.3.2.6. Düşünmemeye Çalışmak

Katılımcıların bir kısmı (4/30) deprem stresiyle nasıl baş ettikleri sorulduğunda konuyu düşünmemeye çalıştıklarını ifade etmişlerdir.

Ö2 “Deprem konusunda düşünmemeye veya bu düşünceler beni bunalıtığında ise dua ederek rahatlamaya çalıştım. Elimden geleni yaptım bundan sonrası benim elimde değil diyerek kendimi rahatlatmaya çalıştım. Ve dediğim gibi burada en çok başvurduğum yöntem daha fazla bu konu hakkında düşünmemeye çalışmak oldu.”

Ö3 “Ben bunu hep doğru bir yöntem mi bilmiyorum ama bilinçaltıma atmaya çalışarak halletmeye çalışıyorum. Yani aklıma getirmemeye çalışıyorum hep. Aklıma geldiği an öyle başka şeyler düşünüyorum. Ne kadar doğru bir yöntem? Düşünüdür.”

Ö10 “O dönemlerde rahatlamak için çok fazla depremi düşünmemeye gayret ediyordum. Çünkü düşündüğüm anlarda aklıma senaryolar, burada olsa ne yapalım, dışarıda olsa ne yapalım, okulda olsa... Deprem ne yapabilirim, işte okulda öğrenciler var, işte evde yalnızım, işte dışarıda insanlar var diye.”

Ö20 “Mümkün mertebe bu depremle ilgili haberleri dinlememeye, depremle evhamlandırarak haberleri dinlemeye, uzak durmaya çalışıyorum.”

Katılımcılar depremle baş edebilmek için depremi yaşayanları ve depremi düşünmemeye çalıştıklarını söylemişlerdir. Bunun nedeni olarak da depremi düşündükleri zaman streslerin arttığını ve düşünmenin bir çözüm olmadığını ifade etmişlerdir. Yani katılımcılar deprem stresini deprem stresinin üstünü örterek ve belki

de bu duygularını öteleyerek konuya çözüm bulmaya çalışmışlardır. Depremle ilgili düşüncelerden, haberlerden ve ortamlardan uzak durarak deprem stresini azaltmaya çalışmaktadırlar.

4.3.2.7. Kendini Rahatlatmaya Çalışmak

Katılımcıların az bir kısmı (4/30) deprem stresıyla baş edebilmek için kendilerini rahatlatıcı aktivitelere yönlendiklerini belirtmişlerdir.

MY4 “Ama azaltmak için de o anki ruh halinden uzaklaşıp kendime farklı şeylere vermeye çalışıyorum. Bir şeyler izleyip bir şeyler dinlemeye çalışıyorum veya birileriyle sohbet etmeye çalışıyorum.”

Ö5 “Böyle bir stres yaşadığımda sakinleştirici hareketleri tavsiye edebilirim. Bir sanatsal uğraşı. Ya da biraz müzik.”

Ö15 “Hani ne yaparsanız da bazı durumlardan kaçamıyorsunuz. En fazla evimizde deprem tedbirlerini almamız işimize yarayabilir. Ama bina yıkılırsa veya yıkılmazsa sonrasında neler yapılabilir o ana bakar yani işin doğrusu. Azaltmak için stresi dediğim gibi biraz daha rahat tutuyorum kendimi düşünce olarak.”

Ö19 “Psikolojik olarak kendimi rahatlatıyorum.”

Katılımcılar deprem stresi yaşadıkları zaman, yaşadıkları stresten uzaklaşmaya çalıştıklarını, yaşadıkları olumsuz duygulardan kurtulabilmek için kendilerini rahatlatmaya çalıştıklarını ifade etmektedirler. Katılımcılar bazen buldukları ortamdan uzak durarak, bazen ise farklı ve rahatlatıcı aktiviteler yaparak deprem stresini yönetmeye çalışmaktadırlar.

4.3.2.8. İnanca Sarılmak

Katılımcıların üçte biri (10/30) deprem stresıyla baş edebilmek için inançlarına sarıldıklarını ifade etmişlerdir.

M5 “Yani bu stresle baş etmek için inancım... İnancım, evet. İnancım ile baş ediyorum.”

Ö1 “Soğukkanlı oluşumdan kaynaklı tevekkül sabır manası da bence içerikli. Allah'tan geldiğini bilirsek, ona göre hayatımızı şekillendirirsek biraz daha azaltabiliriz stresimizi.”

Ö8 “Stresi azaltmak için ilk önce dua ettik tabii ki o süreçte. Hem bize hem de ailemize, arkadaşlarımıza Allah yardımcı olsun diye dua etmeye başladık.”

Ö9 “Bir korkuyla sürekli yaşanmayacağını düşünüyorum. İnançlı insanlarız. Öyle bir anda tabii ki önce önlemlerimizi almamız gerekiyor. Her şey tamamsa ve ona rağmen öleceksek ölürüz yani. Bu bizim kaderimizde vardır diye düşünüyorum. Ama bu tamamen böyle önlemsiz değil de önlemleri aldıktan sonra bir şey oluyorsa yine sonucunda ölüm varsa ölürüz diye düşünüyorum. Bunu böyle hayatımın geneline yaymaktan ziyade düşüncemin yani Allah'a olan inancım bu yönde olduğu için kendimi daha güçlü hissediyorum. Ve o korkum bu şekilde azalmış oluyor.”

Ö17 “Onun dışında dua edip yatıyorum. Yapacak bir şey yok.”

Katılımcılardan birçoğu deprem stresiyle baş edebilmek için dua ve tevekkül ettiklerini ifade etmişlerdir. Katılımcılar deprem stresini yönetebilmek için inançlarına sarıldıklarını, yaşanan ve yaşanabilecek bir olası bir depremin Allah'tan geldiğini bildiklerini söylemişlerdir. Alabilecekleri önlemleri aldıktan sonra dua etmekte ve bunun kendilerini daha güçlü hissettirmesini sağlamaktadırlar.

4.4. DEPREM STRESİNİN VARLIĞI

Deprem stresinin varlığı temasına bağlı olarak deprem stresim var ve deprem stresim yok kodları yer almaktadır. Kodların detaylı analizine ve katılımcı yanıtlarına aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 4.4. Deprem Stresinin Varlığı

Kod	f	N
Deprem stresim yok	11	M1,M3,M5,MY1,MY2,MY5,Ö1,Ö5,Ö15,Ö18,Ö20
Deprem stresim var	19	M2,M4,M5,MY4,MY5,Ö2,Ö3,Ö6,Ö7,Ö8,Ö9,Ö10,Ö11,Ö12,Ö13,Ö14,Ö16,Ö17,Ö19

4.4.1. Deprem Stresim Yok

Katılımcıların bir kısmı (11/30) deprem stresi yaşayıp yaşamadığı sorulduğunda deprem stresi yaşamadıklarını ifade etmiştir.

M5 “Bende yok. Bilmiyorum, bazı şeylere inanıyorsun, ölüm diyorsun. Ondan sonra olacak yani. Öyle korkuya sahip değilim ben.”

MY3 “Şu an deprem stresim yok.”

Ö5 “Yani ekranda ya da ne bileyim çevrede böyle bir duyup görmediğim sürece çok fazla stres olmuyor.”

Ö18 “Onun dışında çok da deprem stresi, fazla yaşamıyorum.”

Katılımcılardan bazıları deprem stresi yaşamadıklarını, özellikle bu konuya dair bir görüntü ve haber duymadıkları zaman çok fazla akıllarına gelmediğini ifade etmiştir.

4.4.2. Deprem Stresim Var

Katılımcıların büyük çoğunluğu (19/30) deprem stresi yaşayıp yaşamadıkları sorulduğunda deprem stresi yaşadıklarını söylemişlerdir.

M2 *“Deprem stresim yoktur desem yalan olur. Çünkü ani gelen şeyler, insan kendini hazırlıksız hissediyor.”*

M4 *“Deprem stresimiz, benim özellikle deprem stresim çok oldu. Altı gün eve gidemedim. Yani başka böyle çok az katlı olan yerlere gittik. Akranın yanına gittik. Deprem stresimiz ciddi anlamda oldu. Bizim kaldığımız ev çok katlı olduğu için çok çok fazla bir deprem stresi yaşadık. Yani hala da etkisi var üzerinde.”*

MY5 *“Deprem stresi ciddi anlamda yaşayan birisiyim.”*

Ö2 *“Evet, biraz önceki verdiğim cevaplardan da anlaşılacağı üzere deprem stresi yaşıyorum. Yaşadım ve hala yaşamaya devam ediyorum. Belli oranda tabii ki bir azalma olduğu zamanla. Ama bu azalmaya rağmen hala ciddi bir deprem stresi yaşadığımı söyleyebilirim. Deprem olma ihtimali gün içinde veya gece mutlaka aklıma gelir hala.”*

Ö10 *“İlk dönemlerde çok fazla kaygılanmışım çünkü hani tekrardan bir peşinden deprem olsa büyük bir deprem olsa işte okuldayken olsa evdeyken olsa diye çok fazla senaryoları kafamda canlandırıyordum hani neler olabilir olsa ne yapabilirim gibi şeyler o aralar mesela çok kaygım oluşmuştu hani ne yapmalıyım, neler yapmalıyım diye.”*

Ö11 *“Tabii ki deprem stresi yaşıyorum. Deprem bölgesinde yaşıyorum sonuç olarak. Yakın zamanda işte bu atlattığımız büyük depremden sonra ister istemez sürekli aklımızda.”*

Katılımcılar özellikle deprem bölgesinde yaşadıkları ve depremi hissettikleri deprem stresi yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Katılımcıların, deprem üzerinden zaman geçtikçe streslerinin azaldığı fakat hala ciddi anlamda stresli oldukları görülmektedir. Gün içinde özellikle gece depremi hatırladıklarını ve bu stresi yaşamaya devam ettiklerini belirtmişlerdi.

Ö12 *“Deprem stresim vardı. Bilmediğim bir şeydi çünkü. İlk yaşadığım büyük depremdi ve hazırlıksızdım. O yüzden çok stresliydim.”*

Katılımcılardan biri depremi ilk defa hissettiğini ve bu nedenle tanıdık olmadığı bir duygu olduğu için hazırlıksız olduğunu ve bu sebeple çok stresli olduğunu ifade etmişti.

4.5. DEPREME HAZIRLIK İÇİN ÖNERİLER

Depremi hazırlık için öneriler temasına bağlı olarak az katlı binalar yapılmalı, binanın sağlamlığı kontrol edilmeli, dayanıklı olmayan binalar yıkılmalı, depreme dayanıklı yapılar yapılmalı, denetim yapılmalı, deprem bilinci oluşturulmalı, deprem ile ilgili dersler eklenmeli, deprem tatbikatı yapılmalı, eğitimler verilmeli, eşyalar sabitlenmeli, eylem planı hazırlanmalı, okul binasında önlemler alınmalı, yetkililer sorumluluklarını yerine getirmeli kodları yer almaktadır. Bu kodlara ilişkin ayrıntılı analizlere ve katılımcılara ait cevaplara aşağıda yer almaktadır.

Tablo 4.5. Depreme Hazırlık İçin Öneriler

Kod	f	N
Deprem ile ilgili dersler eklenmeli	1	MY1
Eylem planı hazırlanmalı	1	Ö11
Az katlı binalar yapılmalı	2	M5,Ö16
Dayanıklı olmayan binalar yıkılmalı	2	Ö2,Ö6
Denetim yapılmalı	2	Ö3,Ö10
Depreme dayanıklı yapılar yapılmalı	3	Ö3,Ö4,Ö9
Okul binasında önlemler alınmalı	4	Ö3,Ö6,Ö11,Ö19
Yetkililer sorumluluklarını yerine getirmeli	4	M2,MY5,Ö2,Ö14
Deprem bilinci oluşturulmalı	5	M5,Ö9,Ö14,Ö17,Ö18
Eşyalar sabitlenmeli	5	Ö2,Ö3,Ö6,Ö12,Ö13
Deprem tatbikatı yapılmalı	7	M4,MY4,Ö7,Ö10,Ö13,Ö18,Ö19
Eğitimler verilmeli	7	M3,Ö8,Ö12,Ö13,Ö16,Ö17,Ö20
Binanın sağlamlığı kontrol edilmeli	10	M2,M5,MY1,Ö1,Ö2,Ö4,Ö6,Ö10,Ö14,Ö16

4.5.1. Deprem ile ilgili dersler eklenmeli

Katılımcıların sadece bir tanesi (1/30) depreme hazırlıklı olmak için okul müfredatlarına deprem ile ilgili ders eklenmesi gerektiğini ifade etmiştir.

MY1 “İnsanlarımızın depremle yaşanılabilir bir süreç olduğunu belirtmek istiyoruz. Gençlerimizi eğitim süreci içerisinde hepsine aktarabilmiş olsaydık bu

ölümler bu acılar çok daha az alacaktı. Yani daha az bir şekilde yaşayacaktık. Umarım bir gün müfredata doğal afetler dersi eklenir.”

Katılımcı depremin sürekli meydana geleceğini ve toplumun buna hazırlıklı olması gerektiğini düşünmektedir. Bu bilincin de ancak eğitim öğretim süreci içerisinde tüm topluma kazandırılabilir olduğunu düşünmektedir. Katılımcı tüm toplumun deprem konusunda bilinçli olmasının depremin zararlarını azaltabileceğini ve bu nedenle okul müfredatlarına doğal afetler dersi konulması gerektiğini düşünmektedir.

4.5.2. Eylem Planı Hazırlanmalı

Katılımcıların sadece bir tanesi (1/30) okulların depreme hazırlıklı olması için eylem planı hazırlaması gerektiğini ifade etmiştir.

Ö11 “Deprem anında uygulanabilecek birkaç farklı, sadece bir yöntem değil birkaç farklı yöntem olabilir. Bunların başında önemli bir eylem planı hazırlanması gerekir. Bunun da sadece öğretmenle biteceğini sanmıyorum. İdareci, yardımcı, personel, okuldaki bütün çalışanların belli bir plan çerçevesinde hareket ederek Bir yöntem geliştirilebilir.”

Katılımcı okulların tüm personelinin dâhil edildiği detaylı ve kapsamlı bir eylem planı hazırlanmasının okulları depreme hazırlıklı hale getirmek için önemli olduğunu dile getirmiştir. Bu plan çerçevesinde herkes üzerine düşen sorununu yerine getirdiği takdirde okullar depreme daha hazır olabileceğini belirtmiştir.

4.5.3. Az Katlı Binalar Yapılmalı

Katılımcıların bazıları (2/30) depreme hazırlık için neler yapılabilecekleri sorulduğunda az katlı binaların yapılması gerektiğini ifade etmiştir.

M5 “Öncelikle yeni yapılan binaların, hani daha az katlı olabilir deprem bölgesindeki okullarımız. Şu an yeni bir binamız yapıldı yine dört katlı ama hani her şey incelenerek planlanabilir, öyle düşünüyorum.”

Ö16 “Çok yüksek katlı olmalarından ziyade daha az katlı ve küçük sınıflar şeklinde düzenlenebilir.”

Katılımcılar özellikle deprem bölgesinde yapılan okulların daha az katlı olarak yapılması gerektiğini bu şekilde depreme daha dayanıklı olacağını ifade etmişlerdir.

4.5.4. Depreme Dayanıklı Olmayan Binalar Yıkılmalı

Katılımcıların küçük bir kısmı (2/30) okulların depreme hazırlıklı hale gelmesi aşamasında dayanıklı olmayan binaların yıkılması gerektiğini belirtmişlerdir.

Ö2 “Ayrıca depreme tamamen dayanıklı olmayan binalar varsa onlara da tespit edilip o binaların tamamen okul olarak kullanılmaması rahatlatıcı bir çözüm olarak düşünülebilir.”

Ö6 “Bence son yapılan yani yeni yapılan binalar okul binaları iyi durumda diye düşünüyorum ama Mesela çok eski okul binaları var. İşte deprem yönetmeliğinden önce yapılmış olanlar. Bir de hani böyle zamanla işte betonun, işte demirin eskimesi, yıpranmasıyla işte binanın hasar görme durumu daha da artıyor. Bazı okulların, eski okulların bence yıkılması lazım. Yeni binaların da mutlaka kontrol edilip güçlendirilme yapılması gerekiyor. Güçlendirilme yapılması gerekiyor.”

Katılımcılar yapılan denetimler sonrasında okul binaları eğer depreme dayanıklı değilse kesinlikle boşaltılması ve en kısa sürede yıkılması gerektiğini ifade etmişlerdir. Bu şekilde okul binalarının daha güvenli olacağını ve bu durumun öğretmenleri ve öğrencileri rahatlatacağını düşünmektedirler.

4.5.5. Denetim Yapılmalı

Katılımcıların sadece iki tanesi (2/30) depreme hazırlıklı olmak için sık sık denetim yapmak gerektiğini ifade etmiştir.

Ö3 “Yani bence sık sık sürekli denetlenmeli ve yenilenmeli bu önlemler diye düşünüyorum.”

Ö10 “Yaşandığı zaman da hazırlıklı olmadığımız için belki problem yaşayabiliriz. Bunun için de sürekli denetim yapılması gerekiyor diye düşünüyorum.”

Katılımcılar, okulların depreme dayanıklı hale getirilmesi için alınan önlemlerin sürekli denetlenmesi gerektiğini ifade etmektedir. Gerekli önlemler alınmalı, bunlar sıklıkla kontrol edilmeli ve geliştirilmelidir.

4.5.6. Depreme Dayanıklı Yapılar Yapılmalı

Katılımcıların küçük bir bölümü (3/30) okulların depreme hazırlıklı hale getirilmesi için okulların depreme dayanıklı olarak yapılması gerektiğini ifade etmişlerdir.

Ö3 “Teknik olarak çok bir şey bilemiyorum, söyleyemeyeceğim. Ama bir sürü televizyonda gördüğümüz yöntemler var. Ray yöntemi diyorlar, bir şeyler kuruluyor kolonların üzerine. O tür şeyler yapılabilir ve kesinlikle yapılmalı diye düşünüyorum. Sadece binanın sağlamlığıyla yetinilmemeli. O gerekli teknik değişiklikler neyse bence yapılmalı.”

Ö9 “Özellikle okullar yapılırken depreme dayanıklı yapılması lazım. Yani kısa vadeli değil de uzun vadeye yayılarak ona yönelik, ileriye yönelik çalışmalar yapılması gerekiyor. Temellerin çok iyi atılması gerekiyor bu bağlamda.”

Katılımcıların bazıları depreme hazırlık için başlangıçta gerekli bütün önlemler alınarak depreme dayanıklı binalar yapılması gerektiğini belirtmiştir. Yani okul binaları en baştan itibaren depreme göre planlanmalı ve bütün tedbir tedbirlerle güvenli bölgelerde dayanıklı binalar yapılmalıdır.

Ö4 “Deprem riskinin fazla olduğu illerde depreme daha dayanıklı bir okulların yapılması gerekir diye düşünüyorum. Ve bir de okulların sadece eğitim, öğretim yuvası olmasının yanında özellikle de bu doğal afetler gibi durumlarda halkımızın sığınacağı bir sığınak olma özelliğinin de dikkate alınarak yapılması gerektiğini düşünüyorum. Mesela hani evler yıkılıyor, bir şey oluyor. Okullar sağlam düşüncesiyle vatandaşlarımız ne yapıyor? Kendini okullara atıyor. Burada kendi can güvenliğini güvence altına alma noktasında ne yapıyor? Okulları kendine bir kalkan olarak da görebiliyor. Hani o anlamda da okulların depreme dayanıklı yapılması gerektiği taraftarıyım”.

Katılımcılardan birisi ise okul binalarının depreme dayanıklı olarak yapılması gerektiğini, yeri geldiğinde okul binalarının toplanma ve barınma alanı olarak da kullanılıyor olmasıyla ifade etmiştir. Yani okul binalarının sağlam ve güvenilir olması, bir yandan toplumun geleceği olan çocukların güvende olması rahatlığını hissettirirken, diğer taraftan da olası bir deprem ya da başka bir afet sonrası toplum tarafından kullanılacak bir sığınak olması için de önem taşımaktadır.

4.5.7. Okul Binalarında Önlemler Alınmalı

Katılımcıların küçük bir bölümü (4/30) okulların depreme hazırlıklı hale getirilebilmesi için okul binalarında önlemler alınmasına gerektiğini ifade etmiştir.

Ö3 “Mesela işte ne bileyim, kapılar kontrol edilmeli sürekli. Merdivenlere gerekli önlemler alınmalı.”

Ö6 “Onun dışında bir de toplanma alanları mesela bizim toplanma alanımızda kendi okulumuzun bulunduğu yerde toplanma alanının arkasında yine binalar var. Biz deprem olsa biz orada toplanmış olsak arkadaki binalar da üstümüze gelebilir, yıkılabilir. Yani bu da bir ihtimal, yüksek bir ihtimal. Farklı bir toplanma alanının yani okulların toplanma alanlarının binalardan uzak olması gerektiğini düşünüyorum. Yani okullara Bununla ilgili bahçe yapılırken, düzenlemesi, planlaması yapılırken buna göre yapılması gerekiyor. Binalardan uzak olması gerektiğini düşünüyorum.”

Ö11 “Asansör ve merdiven yanlarına deprem anında kullanılamaz yazıları asılabilir. Bu sayede çocukların yıl içerisinde bu önemli bilgiyi gizli bir şekilde öğrenmeleri sağlanabilir.”

Ö19 “Çünkü mesela bir yangın sırasında veya bir deprem sırasında bizim merdivenlerimiz var. Diyelim ki deprem anı bitti, geçti. Onları kullanmamız lazım. Çoğu zaman o kapılar kapalı. Ya da o kapıların önünde engeller var. Bu engeller kaldırılabilir.”

Katılımcılar okul merdivenleri, asansörler, yangın çıkışları, okulu giriş çıkış kapıları gibi okul binası içinde alınabilecek önlemlerin okulların depreme hazırlıklı olması için önemli olduğunu ifade etmişlerdir. Çıkışların acil durumlar için hazırlıklı halde olmadığını, bir deprem anı için tahliye sırasında sorun olabileceği ve bu konuda önlemler alınması gerektiğini belirtmişlerdir. Ayrıca bir katılımcı olası bir deprem için toplanma alanlarının güvenli olmadığını bu durumun okulun yapılma aşamasında planlanması gerektiğini ifade etmiştir.

4.5.8. Yetkililerin Sorumluluklarının Yerine Getirmeli

Katılımcılardan bazıları (4/30) okulların depreme hazırlıklı hale gelmesi için yetkililerin sorumluluklarını yerine getirmeleri gerektiğini ifade etmiştir.

M2 “Tabi bu yönetici, yani okul yöneticisinden ziyade teknik elemanlar valilik ya da özel idare, afet, bayındırlık çevre bakanlığında bulunan elemanlar ve kurum amiri, üst kurum amirleri, valiler bu konuda çok ciddi manada hassasiyet gösterirlerse bence bu sıkıntı çok rahat bir şekilde çözüleceğine inanıyorum. Okul müdürleri, okul idarecileri ancak gördükleri, eksiklikleri bir üst makama taşımakla mükellefler. Onun dışında fazla yaptırım güçleri yok.”

MY5 “Yani bu konuda uzmanların görüşleri alınarak depreme daha hazırlıklı bir şekilde hazırlık yapılabilir. Deprem uzmanları, jeoloji mühendisleri ve benzeri uzman kişiler.”

Ö2 “Bunların titizlikle yapılması ve yetkililer tarafından birtakım sağlamlaştırma çalışmaları yapılırsa eğer çok daha güvenli hale getirilebilir.”

Ö14 “Bunun için uzmanların gelip binaların tespitini hani ne kadar dayanıklı, dayanıklı mı değil mi bunu tespit etmeleri gerekiyor. Ve bunun için çalışmalar yapmaları gerekiyor.”

Katılımcılar okulların depreme hazırlıklı olması için önce konuyla alakalı olan üst yetkililerin üzerlerine düşen görevleri yapması ve önlemleri alması gerektiğini düşünmektedir. Konuyla ilgili bütün paydaşların görevlerini yerine getirerek uzman kişilerin görüşleri doğrultusunda önlemlerin alınmasının önemli olduğunu ifade etmişlerdir.

4.5.9. Deprem Bilinci Oluşturulmalı

Katılımcıların küçük bir kısmı (5/30) depreme hazırlıklı olmak için toplumda deprem bilinci oluşturması gerektiğini ifade etmişlerdir.

M5 “Öğrencilerde, öğretmenlerimizde, personelimizde bir hazıroluşluk seviyesi oluşturmalıyız. Ne yapmaları gerektiği konusunda. Hep yapıyoruz ama mesela bir okulda teneffüste alarmı çalmışlar, çocukların hepsi bahçeden içeriye girip sıranın altına girmişler. Hep öyle alışmış çünkü çocuklar deprem olduğunda o sıranın altına girilecek. O hazıroluşluk yok maalesef, onu oluşturmamız gerekiyor.”

Ö9 “Ülke olarak biz bazı şeyleri çok çabuk unutuyoruz. Deprem oluyor sanki o anla kalıyor ama öyle değil. Aslında deprem var olan bir şey ve sürekli olacağını bildiğimiz bir şey. Bu aşamada hepimizin bilinçlenmesi gerekiyor.”

Ö14 “Yani öğretmenler ve öğrenciler bilinçlendirilebilir. Belki hani deprem anında Nereye gidebiliriz? Hangi kapıdan çıkabiliriz? Belki bunu yapmamız lazım.”

Ö17 “Deprem bilincinin öğrencilerden itibaren tüm öğretmenlere, verilere geçmesi gerekiyor.”

Ö18 “Öğrencilere depremin her an gelebileceği, depremin artık bizim hayatımızın normal olduğunu öğretmek, deprem anında nasıl davranmaları gerektiğini güzelce kavratarak, artık göstererek ancak hazırlanabiliriz. Deprem bilici oluşturmalıyız.”

Katılımcılar depreme hazırlıklı olabilmek için hem öğretmenlerde hem öğrencilerde hem tüm toplumda bir deprem bilinci oluşturulması gerektiğini ifade etmiştir. Deprem anında neler yapılabileceği konusunda öğrenciler hazırlanmalı ve bu bilinçli bir şekilde yapılarak öğrencilere kavratılmalıdır.

4.5.10. Eşyalar Sabitlenmeli

Katılımcıların küçük bir kısmı (5/30) depreme hazırlık aşamasında okulda eşyaların sabitlenmesi gerektiğini ifade etmişlerdir.

Ö2 *“Ve gerek dolapların veya başka eşyaların duvara monte edilmesi gibi birçok çalışma oldu. Aslında bunlar da benim daha küçük depremler için en azından beni rahatlatıyor bir nevi. Ama bunun gibi önlemlerin alınması okul daha güvenli bir hale getiriyor.”*

Ö3 *“Bina eğer sağlamısa, bir defa bizim sınıftaki dolaplarımızın, panolarımızın hepsinin çok sabit bir şekilde yenilenmesi gerekiyor. Yani sabitlenmesi gerekiyor. Şu anda ben kendi okulumuzun da onun da olduğunu düşünmüyorum. Kesinlikle zaten sürekli dolaplar yer değiştirildiği için dolaplarımız sabitlenmemiş durumda. En azından onlar sabitlenmeli. Çocukların üzerine düşebilecek, yıkılabilecek her şey kontrol edilmeli.”*

Ö6 *“Ayrıca okullardaki panolar olsun, dolaplar olsun hepsinin sabitlenmesi gerektiğini düşünüyorum. Şu an mesela bizim sabit olmayan dolaplarımız var.”*

Ö12 *“Yeni bir binaya taşınacağız biz de okul olarak. Depreme daha dayanıklı bir binaya. Sınıf içerisindeki dolaplarımızın işte monte edildiği çocuklara deprem eğitiminin verildiği bir sürecin içerisine giriyoruz. Bununla birlikte daha hazırlıklı hale geleceğimizi düşünüyorum.”*

Ö13 *“Yani bina sağlam ama sıralarımız, masalarımız bunlar sağlam değil ve hiçbiri de sabit değil. Bazı sınıflarımızda dolaplar var, onların hiçbiri sabit değil. Ondan sonra akıllı tahtanın demirleri bile kendiliğinden çıkıyor. Deprem esnasında onların ne kadar sağlam kalacağını, birinin üstüne düşmeyeceğini bilmiyorum açıkçası. Sabit olsalar bile onlara güvenemiyorum. Bu tarz bir önlem alınabilir. Her şeyi sabitleme gibi bir önlem alınabilir.”*

Katılımcılar okul binalarının depreme dayanıklılığının tespit edilip güvenliğinin sağlanmasının ardından okul içerisinde eşyaların, dolapların, panoların sabitlenmesi gerektiğini belirtmişlerdir. Ayrıca dolap, masa, sıra, tahta gibi araç gereçlerin

sağlamlığının da kontrol edilmesi gerektiğini ifade etmişlerdir. Katılımcılardan biri bu önlemlerin alınmasının özellikle daha küçük çapla depremler için rahatlatıcı olduğunu ifade etmiştir.

4.5.11. Deprem Tatbikatı Yapılmalı

Katılımcıların bir bölümü (7/30) okulların depreme hazırlıklı hale getirilmesi için deprem tatbikatları yapılması gerektiğini ifade etmiştik.

M4 “Bununla ilgili Yani öğretmen arkadaşlar sınıfları zaman zaman bilgilendirme yapıyor. Bu konuda tatbikat da yaptık.”

MY4 “Tatbikatı yaptık ama ben onda da verimli olduğunu düşünmüyorum. Okul öncesi boyutunda düşünürsem tatbikat zamanı mesela çocuklara ayakkabılarını giydirip çıkarmadık biz. Gerçek bir tatbikat olacaksa çocukların ayakkabılarını falan giydirmeyeceksin. Direkt sireni duyduklarında çocukları hocaların anlattığı gibi dışarı çıkaracaksın.”

Ö7 “Tatbikatlar dikkate alınıp o duyguya girerek yapılması gerektiğini düşünüyorum ama bu şekilde yapılmıyor. Hele ki yakın bir zamanda ülkemizde böylesine sarsıcı bir depremin etkilerini yaşadık. Daha detaylı bir çalışma ve düzenli bir tatbikat yapılmalı. Çocukları da işin içine katarak Şu şekilde hani acil çıkış yolunu çocukların tamamen öğrenmesi, toplanma alanını bilmeleri açısından sürekli bir şekilde öğrencilere bilgiler verilmeli. Öğretmenlerin neler yapabileceği deprem anında bunu kısa bir tatbikatla değil de uzun sürede sık sık denenerek yaşatılması düşündüğünü.”

Ö10 “Ama bir de onun dışında önceden tatbikatlar falan yapıyordu artık ama son zamanlarda biraz daha tatbikatlar da hani yapılmamaya başladı. Aslında yapılırsa daha iyi olur çünkü o esnada öğrenciler de en azından ne yapacaklarını bilir. Öğretmenler de ne yapacaklarını bilir. Çünkü şu anda mesela Ani bir deprem olsa tahliye ederken biraz kaotik bir durum ortaya çıkabilir.”

Ö13 “Çünkü panik anında bildiğimiz her şey uçacak ve bunun bir tatbikatının kesinlikle yapılması gerekiyor. Ve yapmadık. Bu konuda eksik olduğunuzu düşünüyorum.”

Ö19 “Ya da tatbikat yapılabilir ama geçerli aralıklarla gerçekten ciddi tatbikatlar yapılabilir.”

Katılımcıların depreme hazırlık için deprem anında öğretmenlerin, öğrencilerin ve bütün personelin neler yapması gerektiğinin bilinmesinin önemli olduğunu ve bunun

için deprem tatbikatlarının yapılması gerektiğini belirtmiştir. Ayrıca, katılımcılar yapılan tatbikatların yetersiz olduğunu, daha sık ve daha detaylı tatbikatlar yapılarak konunun öğrenciler için daha iyi kavratılması gerektiğini ifade etmektedirler. Tatbikatların sık sık tekrar edilmesi ve hem amacına hem de hitap ettiği öğrenci seviyesine uygun olarak yapılması gerekmektedir.

4.5.12. Eğitimler Verilmeli

Katılımcıların bir bölümü (7/30) depreme hazırlık için öğretmenlere ve öğrencilere eğitim verilmesi gerektiğini düşünmektedir.

M3 “Önce binanın, daha sonra tabii kişilerin, idarecilerin, öğretmenlerin, velilerin ve öğrencilerin eğitilmesiyle olabilir.”

Ö8 “Daha düzenli hem öğretmenlere hem öğrencilere yönelik bir eğitim veya okulları nasıl boşalacak ya da deprem esnasında daha ciddi bir durumda ne yapabiliriz bir eğitimin verilmesini tavsiye edebilirim. Öğrencilere ve öğretmenlere yönelik olarak sadece öğretmenlere yönelik değil.”

Ö12 “Yeni bir binaya taşınacağız biz de okul olarak. Depreme daha dayanıklı bir binaya. Sınıf içerisindeki dolaplarımızın işte monte edildiği çocuklara deprem eğitiminin verildiği bir sürecin içerisine giriyoruz. Bununla birlikte daha hazırlıklı hale geleceğimizi düşünüyorum.”

Ö13 “Mesela deprem anında tahliye etmekle uğraştığımız zaman birçok ezilme gibi durumlarla karşılaşacağımızı düşünüyorum. Çünkü çocukların yeterli eğitime sahip olduğunu düşünmüyorum. Ayrıca öğretmenlere de yeterli eğitim verildiğini düşünmüyorum bu konuda.”

Ö20 “Bunu sürekli gündemde tutularak, sürekli eğitimler verilerek hem okullarımızın güçlendirilmesi hem de öğrencilerin psikolojilerinin depreme hazırlıklı hale getirilmesi yönünde hazır hale getirilebilir.”

Katılımcılar depreme hazırlıklı olabilmek için deprem anında yapılması gerekenler konusunda hem öğretmenlere, hem diğer personele, hem de öğrencilere eğitimler verilmesi gerektiğini ifade etmişlerdir. Eğitim öğretim süreci içerisinde verilecek eğitimlerle hem öğretmenler hem de çocuklar bilinçlendirilebilir ve depreme hazır hale getirilebilir. Katılımcılara göre hem deprem anı için hem de depremden sonra yaşanabilecek psikolojik problemler için gerekli eğitimlerin verilmesi gerekli görülmektedir.

4.5.13. Binaların Sağlamlığı Kontrol Edilmeli

Katılımcıların üçte biri (10/30) okulların deprem hazırlıklı hale getirilmesi için neler yapılabileceği sorulduğunda binaların sağlamlığını kontrol edilmesi gerektiğini ifade etmişlerdir.

M2 “Baktığımız zaman binalar daha modern, daha güzel görünürken, iç tarafında demir ve çimento aksanında maalesef aynı şeyler hissetmiyoruz. Bunu şu şekilde izah edebilirim. Çok yakınlarda yapılan bazı binalar teknik tahliller sonucunda yıkılıp yenine yeni binalar yapılıyor. Fakat çok eskiden belki 50-60 yıllık binalar ise baktığımız zaman fiziki ya da modern olarak pek güzel görmesek dahi bunlar daha sağlam, tahlil aldıkları zaman, demir veya kolonlarda numuneler aldıkları zaman onları daha sağlıklı görünüyor şeklinde deneyimlerim oldu.”

M5 “Öncelikle karot incelemesi yapılabilir. Biz bunun için başvurduk ama sıra okulumuza gelmedi, yapılmadı.”

MY1 “Ve depremden sonra da gerekli bilimsel çalışmalar, tahliller yapılmadı. Bunlar yapılmalı. Binalar ne kadar sağlıklı, ne kadar sağlam, kaç şiddetindeki bir depreme dayanıklı bilmiyoruz işin doğrusu.”

Ö1 “Bizim okul için bahsettiğimiz zaman dışarıdan sağlam görünüyor ama içerisini bilemiyorum. Denetlenmesi gerekiyor.”

Ö4 “Tam olarak dayanıklı olup olmaması noktasında gerçek anlamda bir birimin oluşturulması ve bu birimin özellikle de yapacağı analizler testler sonucunda alacak mı çıkabilir E tabii ki şimdi kırk elli yıllık veya altmış yıllık yapılan binalar var, okullar var. Ya yani malumunuz biliyorsunuz yani bir kumun, bir çimentonun bir demirin de bir ömrü vardır. Yani bunlar şey değildir yani. Sağlam değildir yani. Hep böyle ömür boyu veya yıllara meydan okuyabilecek yapılar değil. Yani bunların da bir gözden geçirmesi gerektiğini düşünüyorum.”

Ö6 “Bence son yapılan yani yeni yapılan binalar okul binaları iyi durumda diye düşünüyorum ama Mesela çok eski okul binaları var. İşte deprem yönetmeliğinden önce yapılmış olanlar. Bir de hani böyle zamanla işte betonun, işte demirin eskimesi, yıpranmasıyla işte binanın hasar görme durumu daha da artıyor. Bazı okulların, eski okulların bence yıkılması lazım. Yeni binaların da mutlaka kontrol edilip güçlendirilme yapılması gerekiyor. Güçlendirilme yapılması gerekiyor.”

Ö10 “Bizim bulunduğumuz bölgelerde deprem bölgesi olduğu için sadece okuldan ziyade acaba okulun temel kısmı sağlam mı? Bulduğu konum hani ondan çok hakim değilim hani güçlendirme olarak aslında düzenli olarak periyodik kontroller yapılabilir hani kolonlar okulun duvarları vesaire kontrol edilerek. Eğer bir eksiklik varsa hani eğer bir güçlendirme çalışması yapılabilecekse o yapılabilir ya da komple bir sorun varsa yıkılıp tekrardan yapılabilir.”

Katılımcılar depreme hazırlık için ilk olarak binanın sağlamlığının kontrol edilmesi gerektiğini ve bu konuyla ilgili gerekli denetimlerin yapılması gerektiğini belirtmişlerdir. Binaların yapılarıyla ilgili ayrıntılı incelemeler yapılarak depreme dayanıklılık durumu belirlenmeli ve bunlar periyodik olarak gerçekleştirilmelidir. Okul binalarında bir problem varsa gerekli önlemler alınmalı, ihtiyaç duyulduğunda güçlendirme çalışmaları yapılmalıdır. Bu kod altında yanıt veren katılımcıların çoğu okul binalarının depreme dayanıklı olmadığını düşünmektedir. Fakat bazı katılımcılar eski binaların daha sağlam olduğunu düşünürken, bazıları yeni binaların deprem için daha hazırlıklı olduğunu düşünmektedir. Ama genel olarak katılımcıların birçoğu bu konuda gerekli denetimlerin yapılması gerektiğini ifade etmiştir.

4.6. OKULLARIN DEPREME HAZIRLIKLIL OLMA DURUMU

Okulların depreme hazırlıklı olmalı temasına bağlı olarak depreme hazırlıklı, kısmen hazırlıklı depreme hazırlıklı değil kodları yer almaktadır. Aşağıda bu kodlara ilişkin detaylı analizlere ve doğrudan katılımcı yanıtlarına yer verilmiştir.

Tablo 4.6. Okulların Depreme Hazırlıklı Olma Durumu

Kod	f	N
Depreme hazırlıklı	2	M1,MY2
Kısmen hazırlıklı	4	M4,MY3,Ö10,Ö13
Depreme hazırlıklı değil	20	Ö1,Ö2,Ö3,Ö5,Ö8,Ö9,Ö11,Ö12,Ö14,Ö15,Ö16,Ö17,Ö18,Ö19,Ö20

4.6.1. Depreme Hazırlıklı

Katılımcıların çok küçük bir bölümü (2/30) okulların depreme hazırlıklı olup olmadığı sorulduğunda hazırlıklı olduğunu ifade etmişlerdir.

M1 “Bizim okul yeni olduğu için okulumuz depreme hazırlıklı. Yani sağlam bir yapı olarak yapıldığı kanaatindeyim. Zaten depremden sonra analiz istedik ve okulun sağlam olduğu yönünde rapor geldi.”

MY2 “Okullar noktasında da depreme dayanıklı olmayan okullar tespit edilip, yıkım kararı verildi, yeni okullar yapılmaya başlandı. Dolayısıyla bu noktada biraz daha rahat hissediyoruz. Okulumuzun depreme uygun olabileceğini düşünüyoruz.”

Katılımcılar okullar için gerekli önlemlerin alındığının depreme dayanıklı olmayan binaları yıkılıp yenilerinin yapıldığını, bu sebeple okulların depreme hazırlıklı olduğunu düşündüklerini söylemişlerdir. Bunun dışında okul binası boyutunda gerekli analizlerin yapıldığını ve okulların depreme hazırlıklı olduğunu belirtmişlerdir.

4.6.2. Kısmen Hazırlıklı

Katılımcıların küçük bir bölümü (4/30) okulların depreme hazırlıklı olup olmadığı sorulduğunda okulların deprem için kısmen hazırlıklı olduğunu ifade etmiştir.

M4 “Şimdi bizim okulumuz şöyle diyeyim. Kısmen hazırlıklıdır. Tam hazırlıklı sayılmaz. Yani hazırlıklı demek şu an çok ciddi olmadığı için bir de de binamızın yapılış dizaynından dolayı O açıdan baktığımızda hazırlıklı gibi sayılır. Ama yapılış yılı ve yapılacak analizleri bilmediğimiz için hazırlıklı olmamalı bilemiyoruz. Çünkü şu andaki betondaki kaç cc olduğunda iyi bir ölçüm yapamadık. Çünkü yaparsak ancak ona göre net bir şey söyleyebiliriz.”

MY3 “Bazı okullarımız depreme hazırlıklı, bazı okullarımız depreme hazırlıklı değildir. Önceden yapılan okullar, çok katlı okullar biraz daha deprem açısından sıkıntılı okullardır. Tek kat ya da iki katlı okullar depreme daha dayanıklı olduğunu düşünüyorum.”

Ö10 “Aslında diğer evlere göre biraz daha sağlam yapıldığını biliyorum okulların ama ne kadar sağlam tabii orası da yine tartışılır çünkü eski okullarımızda sonuç olarak.”

Ö13 “Yani bir deprem atlattığımız için ve okulda hiçbir hasar almadığı için ben şu an öyle hissediyorum. Ama genel olarak düşündüğümde çok büyük eksikliklerimiz var.”

Katılımcılar okulların depreme tam olarak hazırlıklı olmadığını, okul binalarının güvenli olduğu söylene bile bundan tam olarak emin olamadıklarını, binalar sağlam olsa bile okul içinde alınan önemlerin yetersiz olduğunu düşündüklerini söylemişlerdir.

4.6.3. Depreme Hazırlıklı Değil

Katılımcıların büyük çoğunluğu (20/30) okulların depreme hazırlıklı olup olmadığı sorulduğunda okulların depreme hazırlıklı olmadığını ifade etmişlerdir.

M3 “Özellikle tatbikat yaptığımızda bunu görebiliyoruz. Kaç dakikada çıkılıyor onu hesap edebiliyoruz. Yani yaklaşık bir yedi sekiz dakikayı buluyor ki bu da depremin altında kalacağımızın göstergesi. Hazırlıklı değil bence.”

MY5 “Yaşanılan son depremde aslında sadece okullarımızın değil çoğu devlet binamızın ya da yaşadığımız sosyal konutların depreme hazırlıklı olmadığını gördük.”

Ö2 “Aslında okullarımızın da diğer yapılar gibi, diğer binalar gibi depreme çok da hazır olduğunu düşünmüyorum. Yapı olarak çok da hazır olduğunu düşünmüyorum.”

Ö3 “Hiç hazır olduğunu düşünmüyorum. Hele de ülkemizin bu durumunu gördükten sonra, depremden sonraki durumlarını gördükten sonra ben hazır olduğuna kesinlikle inanmıyorum. Mesela kontrol yapıldı, dayanıklıymış deniliyor, ben ona bile inanmıyorum. Hiç güvenilir gelmiyor. Söylenilen, yapılanlar bana güvenilir gelmiyor.”

Ö17 “Yani kesinlikle hazırlıklı olduğunu düşünmüyorum.”

Ö20 “Depreme hazırlıklı değil okullarımız. Hem maddi anlamda hem de öğrencilerin psikolojik bağlamda hazır değil.”

Katılımcılar okulların hem bina bağlamında hem de deprem bilinci bağlamında depreme hazırlıklı olmadığını düşünmektedirler. Katılımcılardan bazıları yapılan denetimlerin yetersiz olduğunu, okullara güvenli denilse bile buna inanmadığını dile getirmiştir. Ayrıca bazı katılımcılar deprem tatbikatlarının yetersiz olduğunu, yapılan tatbikatlarda da okulların gerekli sürede boşaltılamadığını ifade etmişlerdi.

MY1 “Bizim okullarımız, Japonya’da deprem olduğu zaman bütün halk, herkes okullara sığıyor. Çünkü en sağlam yapılar okullardır. Ama ülkemiz için aynı şeyleri söyleyebilme şansımız yok. Maalesef okullarımız hem fiziki şartlar anlamında. Hem de konum anlamı itibariyle bana göre depreme hazırlıklı değiller.”

Katılımcılardan biri ise okul binalarının en sağlam yapılar olması gerektiğini ve ihtiyaç durumunda toplanma ve sığınma alanı olarak kullanılması gerektiğini, fakat ülkemizde okulların bu bağlamda da depreme hazırlıklı olmadığını ifade etmiştir.

4.7. DEPREMİN HAYATA YANSIMALARI

Depremi hayata yansımaları temasına bağılı olarak ailesi için endişelenmek, deprem bilinci oluşturmak, deprem olacak mı korkusu yaşamak, depremin psikolojik etkileriyle baş etmek, empati geliştirmek, kalabalık ortamlardan, çok katlı binalardan uzak durmak, sosyal ortamdanda soyutlanmak, depremi sürekli konuşmak, yardımlaşmak, yaşadığı ortamı değiştirmeyi düşünmek, depremden duygusal olarak etkilenmek kodları yer almaktadır. Aşağıda bu kodlara ilişkin detaylı analizleri ve doğrudan alıntılara yer verilmiştir.

Tablo 4.7. Depremi Hayata Yansımaları

Kod	f	N
Depremi psikolojik etkileriyle baş etmek	1	MY5
Depremden duygusal olarak etkilenmek	1	MY2
Empati geliştirmek	2	M3,M4
Yardımlaşmak	2	M5,MY1
Sosyal ortamdanda soyutlanmak	4	Ö2,Ö4,Ö5
Yaşadığı ortamı değiştirmeyi düşünmek	4	Ö8,Ö9,Ö16
Depremden sürekli konuşmak	7	Ö1,Ö2,Ö7,Ö8,Ö10,Ö11,Ö15
Deprem bilinci oluşturmak	9	MY3,MY4,Ö3,Ö5,Ö7,Ö8,Ö14,Ö18
Deprem olacak mı korkusu yaşamak	9	MY4,MY5,Ö6,Ö8,Ö9,Ö10,Ö13,Ö16,Ö17
Kalabalık ortamlardan ve çok katlı binalardan uzak durmak	9	M3,M4,Ö6,Ö8,Ö9,Ö13,Ö16,Ö19,Ö20
Ailesi için endişelenmek	11	M5,MY4,Ö2,Ö3,Ö4,Ö6,Ö12,Ö13, Ö17,Ö19

4.7.1. Depremi Psikolojik Etkileriyle Baş Etmek

Katılımcıların sadece bir tanesi (1/30) depremden sonraki yaşantısında depremi bıraktığı psikolojik etkilerle baş etmek zorunda kaldıklarını ifade etmiştir.

MY5 “Kesinlikle başta da belirtmiştim, bu psikolojiyi atlatmak gerçekten ağır oluyor. Hem öğrenci, hem öğretmen arkadaşları, hem yönetici arkadaşlar olarak bunu atlatmak zor oluyor. Depremi atlatmak birinci aşama, en zor aşama depremi

psikolojisini atlatmak daha zor oluyor. Ve bunu çoğu arkadaşla etrafımızda görebildik, şahit olduk.”

Katılımcılardan biri deprem sonraki yaşantılarında ne gibi değişiklikler olduğu sorulduğunda depremin bıraktığı psikolojik etkilerle baş etmek zorunda kaldıklarını ifade etmiştir. Katılımcı deprem sonrasında hem kendisinin hem de çalışma arkadaşlarının ve öğrencilerin depremin bıraktığı psikolojik etkilerle baş etmek zorunda kaldığını bahsetmiştir. Bu sürecin herkes tarafından zor atlatıldığını belirtmiştir.

4.7.2. Depremden Duygusal Olarak Etkilenmek

Katılımcıların sadece bir tanesi (1/30) deprem sonrası hayatında ne gibi değişiklikler meydana geldiği sorulduğunda depremden duygusal olarak çok fazla etkilendiğini belirtmiştir.

MY2 “Tabii biraz duygusal süreçler geçirdik. Çok üzücü süreçler. Ama bir şekilde hayata dönmemiz gerekiyordu. Bir şeyleri yapmamız gerekiyordu. Normal yaşantımızı devam ettirmemiz gerekiyordu. Dolayısıyla onların kendi iç gücümüzle, belki çevremizin de desteğiyle atlattık.”

Katılımcı depremden sonra depremin duygusal etkisinin çok fazla olduğunu, büyük üzüntü yaşadığını ve bu süreci kendi iç dünyasında aşmaya çalıştığını ifade etmiştir.

4.7.3. Empati Geliştirmek

Katılımcıların iki tanesi (2/30) deprem sonrasında neler yaşadıkları sorulduğunda diğer insanlarla empati geliştirmeye başladıklarını ifade etmiştir.

M2 “Tabii şimdi deprem yaşayan insanlar diğer insanlara karşı daha şefkatli davranmaya başlar. Çünkü dünyanın geçici olduğunu hissediyor. Her an herkes aynı sıkıntıyı yaşayabilir. Bu öfke kontrolü olabiliyor.”

MY2 “Bu açılan sosyal yaşantımıza dönmemiz bizim için de biraz zorluklar içerdi. Çünkü sürekli aynı şeyleri düşündük. Neler yapabiliriz? Bunu çok ciddi bir şekilde bundan etkilenen kişilere nasıl yardımcı olabiliriz?”

Katılımcılar depremden sonra bu süreçten daha çok etkilenen kişilerle empati geliştirdiklerini, aynı olayı yaşama ihtimalleri olduğu için onların neler hissettiğini, ve onlara nasıl yardımcı olabileceklerini düşündüklerini belirtmişlerdir.

4.7.4. Yardımlaşmak

Katılımcıların sadece iki tanesi (2/30) deprem sonrası hayatlarında ne gibi değişiklikler olduğu sorulduğunda bu sürecin onlar için yardımlaşmaya dair bir fırsat olduğunu ifade etmişlerdir.

M5 “Sonra öğrencilerimizle deprem bölgesine yardımlarda bulunduk. Onlar çok güzel oldu. O da dayanışmayı geliştirdi okulumuzda. Çocuklarımız en sevdikleri oyuncakları paylaştılar. Belki duymuşsunuzdur. Sevgini paylaş kampanyası yaptı. Deprem sonrasında çocuklarımız bu fedakârlığı dayanışmayı pekiştirdiler.”

MY1 “Yani ben depremin ikinci günü kendim de deprem bölgesine gittim. Oradaki insanların hayata bakışları, umut. En İyi ilaç, zaman ve çevresel anlamda, ülke anlamında gerçi doğusuyla, batısıyla, kuzeyle, güneyle bütün insanların birlik olup o süreçten onları çıkartması en iyi destek oldu. Birlik yaşamımızda da o insanları olabildiğince o süreçten, o ortamdan uzaklaştırmamız gerekiyor.”

Katılımcılar deprem sonrası okullarda ve bireysel olarak yardım kampanyaları düzenlendiğinden ve bunlara katıldıklarından bahsetmişlerdir. Bu şekilde hem deprem bölgesinde yardıma bulunmuş ve onların sorunları az da olsa çözülmeye çalışılmış hem de öğrenciler adına dayanışma duygusu oluşturduğunu ifade etmişlerdir.

4.7.5. Sosyal Ortamlardan Soyutlanmak

Katılımcıların küçük bir bölümü (3/30) deprem sonrasında hayatlarında ne gibi değişiklikler meydana geldiği sorulduğunda sosyal ortamlardan soyutlandıklarını ifade etmişlerdir.

Ö2 “Depremi izleyen ilk günlerde kendimizi daha güvende hissetmek için daha güvenli bir yer arayışında bulunduk. Bu da birazcık bizim sosyal ortamımızdan soyutlanmamıza sebep oldu. Herkes bir nevi kabuğuna çekildi diyebiliriz.”

Ö4 “Hani insan depremi yaşadktan sonra artık sosyal ilişkilerinde bir soyutlamada söz konusu olabiliyor. Artık önceliklerin oluyor. Mesela önceden örnek vereyim, insanlar evden kahve giderlerdi, oturup çay içerlerdi, muhabbet ederlerdi vesaire. Ama depremi yaşadktan sonra ister istemez ortamları terk edip sadece ailesiyle zaman geçirme daha fazla zaman ayırması mesela bu bir değişim olarak diyebiliriz.”

Ö5 “Çünkü kendi atlatamadığım, zorlandığım bir duygu durumunda karşıdakini sakinleştirmeye çalışmak bana bir ekstra yük gibi geldi. Öyle olduğu için biraz arkadaşlarımdan, sohbet alanlarından uzaklaştım.”

Katılımcılar deprem sonrasında önceliklerinin değiştiğini ve bu durumun sosyal hayatlarını da etkilediğini belirtmiştir. Deprem sonrası ailesini ve kendisini daha çok düşünmeye ihtiyacı taşıyan katılımcılar sosyal ortamlardan uzaklaşmaya başlamışlardır. Ayrıca sosyal ortamlarda sürekli aynı konunun konuşulması da katılımcıların kabuğuna çekilmesine ve arkadaş çevrelerinden uzaklaşmasına neden olmuştur.

Ö4 “E tabii ki. E bir kopma oluyor. Yani hayat ile aranda bir kopma oluyor yani. Bir nevi sanki bir uçurumun kenarına gelmiş gibi bir duygu içerisine insanlar gidiyor. Dedim ya her şey anlamsızlaşıyor, değersizleşiyor. Yani bir medcezir olayı yaşıyorsun kendi düşüncende, kendi duygularında. Yani ne yaptığını bilmiyorsun. Sadece böyle hiçbir şey olmamış gibi seyirci kalabiliyor insan yani. Orada bir kopma söz konusu olabiliyor.”

Bir katılımcı deprem sonrası hayatı sorgulaması ve birçok şeyin anlamsız gelmesi nedeniyle hayatın anlamsız geldiğini ifade etmiştir.

4.7.6. Yaşadığı Ortamı Değiştirmeyi Düşünmek

Katılımcıların küçük bir bölümü (3/30) deprem sonrası hayatlarında ne gibi değişiklikler olduğu sorulduğunda yaşadıkları ortamı değiştirme düşünmeye başladıklarını ifade etmişlerdir.

Ö8 “Çoğu kişiden şey oldu. Evlerini değiştirme süreci oldu. Çevremdi. Hani bunu ben de düşündüm. Hepimiz depremden sonra binamızın belediye tarafından kontrol edilmesi için başvuruda bulunduk. Benim yaşadığım binada belediyenin gelip kontrol ettiğini ve mütahitin yaptığı belgeler ortaya çıkarıldı. Yaşadığım binada altına market vardı. Marketin kolon kesip kesmediğine dair araştırmalar yapıldı. Hani biz yaşadığımız binayı sorgulamaya başladık. Bununla alakalı başvurularda bulunduk. Birçok kişi de evini değiştirip daha zemini sağlam olan yerlere geçme ya da az katlı binalara geçmeye başladılar.”

Ö9 “Öncelikle biz şu anda hepimiz apartmanda oturuyoruz. Ama ben ileriye dönüp kendim, ailemin güvenliği için müstakil, tek katlı, daha sakin bir yer ve depremin olmadığını düşündüğüm yerlerde yaşamayı, hayatımı oralarda devam ettirmeyi planlıyorum. Bunlar benim önceki düşüncelerimde yoktu. Deprem yaşadktan sonra

bunlar benim için önemli oldu ve nerede yaşayacağımı karar verirken bunları artık göz önünde bulunduruyorum.”

Katılımcılar depremden sonra yaşadıkları evleri ve yaşam şekillerini değiştirmeyi düşündüklerini söylemişlerdir. Katılımcılarda özellikle çok katlı binalarda yaşamak yerine daha az katlı ve doğayla iç içe ortamları tercih etme düşünmesi başlamıştır.

Ö8 “Problemler yaşadık, evet. Depremden sonra zaten ben şu an görev yaptığım şehirde yaşamıyordum. Hemen o süreçte kendi memleketime gittim. En büyük sorunu 6 yıldır burada çalışıyorum. Hiç dönmek istemedim. Benim yaşadığım bölge deprem için çok az riskte olan bir bölge. Kesinlikle buraya dönmek istemedim. Okula adapte olmada, şehre adapte olmada çok büyük sıkıntılar yaşadım.”

Ayrıca katılımcılardan biri için yaşadığı bölgenin deprem bölgesi olması, katılımcının bu durumu sorgulamasına ve bu tür bölgelerden uzakta, deprem riski az olan yerlerde yaşamak istemesine neden olmuştur.

4.7.7. Sürekli Depremden Konuşmak

Katılımcıların üçte birinde azı (7/30) deprem sonrası hayatlarında ne gibi değişiklikler meydana geldiği sorulduğunda deprem sonrası sürekli deprem konuştuklarını ifade etmiştir.

Ö2 “İzlediklerimiz, duyduklarımız, konuştuklarımız ise bizi aslında daha fazla kaygılandırdı. Kaygı düzeyimizin artmasına sebep oldu. Deprem sırasında bir süre sosyal ortamımızda sadece depremi konuştuk. Bu durum kimi zaman bizim rahatlamamıza sebep oldu ama kimi zaman ise duyduklarımızla birlikte tekrar daha fazla kaygılandık. Günlük yaşantımızda da birtakım önemli değişiklikler olduğunu söyleyebilirim.”

Ö7 “Çok fazla sohbet konusu olduğunu uzun zamandır yokken son bir yıl içinde çok fazla sohbet edildiğini duyuyorum.”

Ö8 “Günlük yaşamda çok fazla konuşmalarımızda, arkadaş ortamlarımızda hep depremden ilgili konuşmaya başladık.”

Ö10 “İlk dönemlerde deprem yaşadıktan sonra aslında sosyal hayatta sürekli deprem konuşuluyordu. Her şeyde öncelik haline gelmişti. Herkes evinin sağlam olup olmadığını öğrenmek istiyordu. Bununla ilgili muhabbet ediyordu. Okuldayken de sürekli deprem olsa okulda ne yapabiliriz, neler yapılabilir gibi konuşmalar oluyordu.”

Ö11 “Çoğunlukla kalabalık ortamlarda bulunuyoruz ve genelde konuşulan konular ister istemez bir süre sonra mutlaka deprem anına geliyor. Herkes yaşadığı anları paylaşıyor ya da bu olmasa bile depremden bizden daha kötü, daha çok etkilenmiş olan depremedeler hakkında konuşmalar oluyor. Onlar hakkında neler yapabileceğimiz hakkında tartışıyoruz. Bu şekilde ister istemez konuştuğumuz konular deprem çerçevesinde şekilleniyor.”

Katılımcılar deprem sonrası bir süre sürekli sosyal ortamlarda gündemin deprem olduğundan herkesin depremden ve o anda yaşadıklarından bahsettiğini belirtmişlerdir. Depremin herkesin önceliği olduğunu, her ortamda deprem olursa neler yapılacağı hakkında konuştuklarını söylemişlerdir. Hem özel yaşantılarında hem de iş hayatlarında sürekli deprem konuşulması bazen rahatlama sağlarken bazen de daha fazla tedirgin olmalarına neden olduğunu ifade etmişlerdir.

4.7.8. Deprem Bilinci Oluşturmak

Katılımcıların üçte birinden azı (8/30) deprem sonrasında hayatlarında ne gibi değişiklikler meydana geldiği sorulduğunda deprem bilinci oluştuğunu ifade etmiştir.

MY3 “Sosyal ortamda ve çevremde gördüğüm kadarıyla genelde insanlar biraz daha bilinçli oluyor. Biraz daha deprem tatbikatları yapıyorlar, deprem çantaları hazırlıyorlar. Olabilecek en ufak bir şeyde yeni bir sığınma alanları, toplanma alanları oluşturuyorlar. Belediyeler, AFAD bununla ilgili çalışmalar yapıyor, valilik de destekliyor bu çalışmalarını. AFAD, özellikle AFAD, başta okullar olmak üzere bir sürü yerde tatbikatlar yapıyor. Günlük yaşantımızda da insanlar biraz daha bilinçli hale geldiğini düşünüyorum. Biraz daha bilinçli bir yaşam tarzı benimsediklerini düşünüyorum.”

Ö3 “Günlük yaşantımda öncelikle hemen acilen bir deprem çantası hazırlandı. Odaları bir kontrol ettim. Hani bizi çıkışımıza engelleyecek ya da üzerimize düşebilecek bir şeyler var mı? Çocukların odasını genellikle değiştirdim. Dolapların yerlerini, yatakların yerlerini. Bunları ilk etapta yaptım.”

Ö7 “Yakın çevremde arkadaşlarımda da çoğu kişi fener, el feneri ve düdük temin ettiler. Bunlar daha güvende hissettiriyor muhtemelen. Önceden çok daha az bilgiye sahipken şu an toplum olarak daha fazla haberleri takip ediyoruz. Depremle ilgili şeyleri araştırıyoruz. Daha çok deprem anda yapılması ya da yapılmaması gereken şeyler hakkında bilgi edilmeye çalışıyoruz.”

Ö8 “Hayatımızda neler yapabiliriz deprem olduğu zaman, neler düzeltebiliriz? Ya da deprem anında ne yapmalıyız? Ya da şurada toplanalım gibi konuşmalar meydana geldi. Deprem çantası hazırladık.”

Ö14 “Öncelikle bir deprem bilinci oluştu kendi adıma. Daha öncesinde depremle ilgili bu kadar bilgimin olduğunu düşünmüyordum. Deprem olduktan sonra, depremin nedenleri, depremin sonrasında olabilecek şeyleri öğrendim. Sosyal yaşamımda da deprem olduktan sonra Telefonuma deprem uygulaması indirdim. Ve ilk zamanlar sürekli deprem oldu mu olmadı mı diye bakıyordum. Ayrıca hani mesela binaların yapısı uygun mu? Kolon var mı? Bunlar çok dikkatimi çekmeye başladı.”

Ö18 “Mesela deprem çantası hazırlamaya başladık bir kere. O deprem çantasındaki malzemeleri yeniliyoruz sürekli. Hatta deprem olduğunda mesela evde nereye sığınmamız gerektiği öyle noktalar belirledik. Günlük yaşamımızda da ben mesela önceden nargile içerken, közünü söndürmeden gidiyordum. E şimdi mesela söndürüp gidiyorum artık. Düşer de evi yakar diye ya da balkonu yakar diye.”

Katılımcılar depremden sonra deprem konusunda daha çok bilgi edindiklerini, deprem ile ilgili hazırlık yapmaya başladıklarını, depremin zararlarından korunma yollarını araştırdıklarını belirtmişlerdir. Deprem sonrasında günlük yaşamlarını depreme göre düzenlemeye başladıklarını, yaşadıkları ortamı depreme uygun olarak düzenlemeye başladıklarını söylemişlerdir. Yani katılımcılar deprem sonrasında deprem hakkında daha fazla araştırma yapmaya başlamış ve deprem bilinci oluşmuştur.

4.7.9. Deprem Olacak Mı Korkusu Yaşamak

Katılımcıların bir bölümü (8/30) depremden sonra hayatlarında ne gibi değişiklikler olduğu sorulduğunda deprem olacak mı korkusu yaşadıklarını ifade etmişlerdir.

MY4 “Diken üstünde oturuyordum ben. Diken üstündeydim. Her an bir deprem olacak gibiydi. Bizim ev bir de çok sallanıyordu. Biz o artçıları çok hissediyorduk yani orada.”

MY5 “Sosyal anlamda arkadaşlarla tedirgin bir şekilde bir şey yaparken, konuşurken gözümüz, kulağımız ya lambada, ya kapıda, ya da bir sehpa olabiliyor. Yani o hissi o an atlatamıyoruz. Sürekli halde beynimizi kemiriyor. Sürekli deprem olacaktıymış hissini yaşıyoruz.”

Ö6 “Uyurken mutlaka aklımda. Yani düşünmediğim bir gece yok. Ki yaşamamış biri olarak bunu söylüyorum. Yaşama ihtimali olarak. Evet, yaşama ihtimali olarak.”

Ö9 “Depremi yaşadktan sonra özellikle en ufak bir sarsıntıda acaba deprem mi oldu hissini yaşıyorsun ve anlık böyle bir o korkuyu tekrar hissediyorsun. Günlük olarak artık böyle sarsıntılara daha hassas tepkiler vermeye başladık. Hemen o an aklımıza geliyor.”

Ö10 “Çünkü en ufak bir titremede bile sanki deprem olmuş gibi, acaba deprem oldu mu diye kontrol etme ihtiyacı duyuyorduk. Hatta ilk dönemlerde çocuklar da sürekli psikolojileri biraz alt üst olmuştu ve en ufak bir titremede sıraları masaları titrediği anda deprem oluyor diye. Hatta bazen bağırmaya başlayan öğrenciler de oluyor.”

Ö13 “Günlük hayatımda en ufak sarsıntıda, mesela dışarıdan büyük bir araç geçtiğinde bunu hissediyorsun. Hemen deprem mi oluyor acaba? Ya da bir son dakika haberi geldiğinde bir yere, telefona, televizyona hemen ilk aklımdan geçen şey deprem mi oluyor?”

Katılımcılar depremden sonraki hayatlarında sürekli deprem olacak mı endişesi yaşadıklarını, en ufak sallantıda deprem oluyormuş gibi hissettiklerini, devamlı tedirgin olduklarını ve bu durumun psikolojik açıdan kendilerini olumsuz etkilediğini belirtmişlerdir. Her haberde akıllarına depremin geldiğini, sosyal ortamlardaki her konuşmada depremi hatırladıklarını, bu durumun uykularını bile böldüğünü söylemişlerdir.

4.7.10. Kalabalık Ortamlardan ve Çok Katlı Binalardan Uzak Durmak

Katılımcıların üçte birine yakını (9/30) depremden sonra hayatlarında ne gibi değişiklikler meydana geldiği sorulduğunda kalabalık ortamlardan ve çok katlı binalardan uzak durmaya başladıklarını ifade etmişlerdir.

M3 “Tabii ki insanların yaşam tarzı değişmeye başladı. Çok katlı binaları kimse tercih etmiyor artık. Kendim için de söyleyeyim. Ben müstakil evde büyüdüm. Müstakil artık bahçeli evlere geçiş yapması herkesin yani şu anda o düşünce oluştu. Bu düşünce koronada oluştu. Daha sonra da depremde de bence zirveye ulaştı yani öyle düşünüyorum.”

M4 “Yani günlük yaşantımızda, özellikle ilk başta çok ciddi anlamda kalabalık ortamlardan kaçmaya çalıştık. Çok atlı binalara çıkmamaya çalıştık. Asansöre binerken tedirgin olmuştum.”

Ö6 “Evet, depremden sonra özellikle yüksek katlı binalarda oturan arkadaşlarımın evine bir müddet gidemedim. Onların binalarına giremedim. Hala daha bir binaya girdiğimde binanın kolonlarını yokluyorum. Yani elimle böyle yumruk atıyorum kolonlara, içi boş mu, dolu mu diye. O bende bir takıntı gibi bir şey oldu. Hala yaşıyorum bunu. Sosyal ortamlarda da şöyle, mesela gittiğimde bir an önce eve gitmek istiyorum.”

Ö13 “Onun haricinde bilmediğim yapılara girmekte çok zorlanıyorum artık. Bilmediğim bir asansöre, daha önce hiç girmediğim bir asansöre giremiyorum. Ya o esnada deprem olursa diye bir hani girdiğim anı sürekli aklımdan geçiyor. Sosyal olarak da bunları etkiledi bende.”

Ö16 “Çevremize baktığımız zaman da yüksek binalardan kaçış gördük. İnsanlar daha güvenli, böyle tek katlı binalara yöneldiklerini gördük. Daha çok doğayla iç içe olmaya çalıştıklarını gördük. Çünkü şehir merkezlerinde depreme dayanıklı yapıların az olduğu, kırsal kesimlerde daha böyle dağlı kesimlerde depreme daha dayanıklı yapıların olacağı düşüncesiyle insanlar artık şehir merkezinden uzaklaşıp böyle tepelik dağlık yerlerde ev yapmaya ve kendi binalarını kontrol etmeye başladılar.”

Katılımcılar deprem sonrasında çok katlı binalardan, tanımadıkları kalabalık yapılardan, bilmedikleri asansörlerden uzak durduklarını, binaların kolonlarını incelemeye başladıklarını ve bu ortamların kendilerini tedirgin ettiğini söylemişlerdir. Katılımcılar girdikleri her ortamda bu tedirginlerin devam ettiğini ve sosyal hayatlarının bu durumdan etkilendiğini belirtmişlerdir. Hatta yaşamlarını devam ettirecekleri ortamların şehir merkezinden uzak yerlerde olmasını istediklerini ifade etmişlerdir.

4.7.11. Ailesi için Endişelenmek

Katılımcıların üçte birinden fazlası (11/30) deprem sonrasında hayatlarında ne gibi değişiklikler olduğu sorulduğunda aileleri için endişelendiklerini ifade etmişlerdir.

MY4 “Sosyal ortamlarda benim genelde aklım evde kalıyordu. Ailemde kalıyordu. İşimi görüyordum dışarıda. Sonra eve geçiyordum. Onlarla birlikteydim. Veya onları da alıp dışarıya çıkıyordum. Hep beraber hareket ediyordum. Öyle arkadaşlarla falan bir

şeyler yapamıyordum. İster istemez aklım ailemde, sevdiğimlerde kalıyordu. Bir yerlerde oturma, arkadaşlarımla bir yerlere gitme falan olayı yoktu bende.”

Ö12 “Birinci dereceye etkilenmemiş olmama rağmen sevdiğim insanlar deprem bölgesindeydi. Bu konuyla alakalı sorun yaşamıştım.”

Ö13 “Ya da bir son dakika haberi geldiğinde bir yere, telefona, televizyona hemen ilk aklımdan geçen şey deprem mi oluyor? Çünkü benim ailem Adana'dayken bu depremi yaşadık. O yüzden onlara karşı böyle bir şey, acaba aileme mi bir şey oldu gibi bir düşüncem var sürekli.”

Ö17 “İster istemez okula geldikten sonra deprem olduğu zaman aileni düşünüyorsun öncelikle. Burada da öğrencilerle beraber, aslında bir ailesin. Sarsıntı geçene kadar, bir hafta iki hafta o sıkıntıyı, o stresi yaşıyoruz.”

Ö19 “Onun dışında çocukların mesela belli bir süre bize yakın uyumaları, bunun gibi şeyler düşünüyorduk.”

Katılımcılar deprem sonrası yaşantılarında sürekli ailelerin düşündüklerini, onlara bir şey olmasından endişe ettiklerini, akıllarının sürekli ailelerinde kaldığını ifade etmişlerdir. Özellikle ebeveyn olan katılımcılar, süreçte çocuklarının yanlarında olmadıkları zaman sürekli onları düşündüklerini, hemen çocuklarının yanına gitme isteği duyduklarını söylemişlerdir. Bunun yanında kendileri uzakta olsalar bile aileleri deprem bölgesinde yaşayan katılımcılar sürekli aileleri için endişelenmektedirler. Katılımcılar aileleri için endişelenmelerinin sosyal hayatlarını da etkilediğini belirtmişlerdir.

Ö2 “Mesela ailemizde sürekli aynı odada bulunma isteği gerçekleşti veya evde yalnız kalama. Bu iş hayatımıza bile yer geldiğinde aksamalara sebep oldu. Bunun dışında sürekli aile bireylerinin nerede olduğunu bilme ihtiyacımız oldu. Mesela aile bireylerinden bir tanesi evde kalırken diğerinin işe gitmesi gerektiği durumda ama evde biri yalnız kalamıyor. Bu tip durumlarda sürekli bir arada bulunma isteği oluşması iş hayatıyla ilgili bazı görevlerin aksamasına sebep olabiliyor. Dediğim gibi bunun dışında aile bireylerinin nerede olduğunu bilmeye ihtiyacı ile sürekli sorular sormaya başladı. Neredesin? Ne zaman gelirsin gibi sorular artış gösterdi.”

Katılımcılardan biri deprem sonrasında sürekli ailesi için endişelendiğini, sürekli ailesi ile bir arada bulunmayı istediğini bu durumda iş hayatını da etkilediğini ve iş hayatında aksamalara yol açtığını ifade etmiştir.

Ö4 “Yani yaşayan insanlar daha çok ailelerine olan bağlılıkları daha da arttığını görünüyor. Yani bizzat bunu gözlemledim. Kendi normal ortamlardan soyutlama pek fazla o ortamlara girmeme ve sadece ailesini öncelenen olarak yani öyle bir yaşantıyı gördük.”

Başka bir katılımcı ise deprem sürecinden sonra insanların aileleri ile iletişimlerinin arttığını, bu sürecin bireylerin ailelerine dönmesine neden olduğunu, aileye bağlılığın arttığını ifade etmiştik.

4.8. DEPREMZEDELERE DESTEK YOLLARI

Depremzedelere destek yolları temasına bağlı olarak deprem ile ilgili hazırlıklı olmaya yönlendirmek, duygudaş olmak, gerekli önlemlerin alındığı konusunda rahatlatmak, günlük rutinlerine dönmelerini sağlamak, konuşmak, dinlemek, tevekkül ve dua etmesini tavsiye etmek, uzman kişilere yönlendirmek, yanında olduğunu hissettirmek kodları yer almaktadır. Bu kodları ilişkin ayrıntılı analizlere ve katılımcıların doğrudan yanıtlarına aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 4.9. Depremzedelere Destek Yolları

Kod	f	N
Gerekli önlemlerin alındığı konusunda rahatlatmak	1	M4
Günlük rutinlerine dönmelerini sağlamak	3	MY2,MY3,Ö11
Duygudaş olmak	4	Ö2,Ö6,Ö9,Ö14
Tevekkül ve dua etmesini tavsiye etmek	4	M2,Ö1,Ö18,Ö19
Uzman kişilere yönlendirmek	7	M1,M5,MY1,Ö5,Ö10,Ö13,Ö15
Yanında olduğunu hissettirmek	7	MY1,MY2,MY5,Ö8,Ö14,Ö16,Ö20
Deprem ile ilgili hazırlıklı olmaya yönlendirmek	8	Ö1,Ö7,Ö9,Ö12,Ö16,Ö17,Ö18,Ö19
Konuşmak, dinlemek	10	MY4,Ö2,Ö3,Ö4,Ö6,Ö8,Ö9,Ö10,Ö11

4.8.1. Gerekli Önlemlerin Alındığı Konusunda Rahatlatmak

Katılımcıların yalnızca bir tanesi (1/30) deprem stresi yaşayan meslektaşlarına nasıl destek olabileceği sorulduğunda gerekli önlemlerin alındığını ve deprem stresi yaşamaması gerektiği konusunda rahatlatmaya çalıştığını ifade etmişlerdi.

M4 “Bir de binamızın hani giriş çıkışlarının müsait olduğundan dolayı daha az tehditli olmalarını önerdik yani. Yani bu konuda mesela çok kat olmaması, giriş çıkışlarımızın iki merdivenimiz olması artı yangın merdivenimiz olması bu olabilecek bir depremde stres etmemeleri tavsiye ettim yani.”

Okul yöneticisi olan katılımcı okul içerisinde gerekli önlemlerin alındığını bu nedenle okulun deprem anı için güvenli olduğunu ve öğretmenlere bu konuda stres yapmaması gerektiğini tavsiye ettiğini belirtmişti.

4.8.2. Günlük Rutinlere Dönmelerini Sağlamak

Katılımcıların küçük bir bölümü (3/30) deprem stresi yaşayan meslektaşlarına nasıl destek olabileceği sorulduğunda onları günlük rutinelere dönmeleri konusunda teşvik ettiklerini ifade etmişlerdir.

MY2 “Şimdi deprem sıkıntısı, stresi yaşadığımız zaman bu stresi atmanın en kolay yolu normal hayata geçiştir. Geçiş sürecidir. Bu süreci güzel bir şekilde atlatmaktır.”

MY3 “Onun kafasını dağıtacak etkinliklerde onu bulundurabiliriz, teselli edebiliriz. Onu o anda farklı bir aktivitelere yönlendirerek onun kafasını dağıtıp onu teselli edebileceğimizi düşünüyorum. Hayata dönmesini sağlamalıyız.”

Ö11 “Onun haricinde normal herhangi yaşantımızda deprem öncesinde nasıl günlük planlar yapıyorsak işte gezme, oturma, kafe, sohbet, muhabbet gibi ona benzer etkinlikler düzenleyerek kafasından deprem anını atması için bir plan programı yaparım.”

Katılımcılar deprem stresini azaltmak için deprem öncesi rutinlerine dönmeyi gerektiğini düşünmektedirler. Bu nedenle böyle bir stresle karşı karşıya olan meslektaşlarına da günlük hayat dönmelerini tavsiye ettikleri, eski sosyal ortamlarına yönlendireceklerini, arkadaşlarının stresini azaltacak aktiviteler yapacaklarını belirtmişlerdir.

4.8.3. Duygudaş Olmak

Katılımcıların küçük bir bölümü (4/30) deprem stresi yaşayan meslektaşlarına nasıl destek olabileceği sorulduğunda onlarla duygudaş olabileceklerini ifade etmişlerdir.

Ö2 “Aslında bu stresi yaşayan bir meslektaşımı en iyi anlayacak olan kişi de yine ben olabilirim bu durumda. Çünkü aynı duyguları yaşayan iki insan birbirini çok daha

iyi anlayacak ve daha iyi destek olabilecektir diye düşünüyorum. Öncelikle yaşamış olduğu stresi azaltması için bana kendini açmasını sağlamaya çalışırım. Bazı şeyleri anlatmış olmak onun kaygılarını azaltıcı bir etki uyandırabilir onda. O yüzden onu dinlediğimi ona hissettiririm. Ayrıca duygudaşlık da iyileştirici bir etkiye sahip. Bu yüzden aynı duyguları benim de yaşadığımı ona belirtirim. Tabii ki bunları yaparken onu daha fazla kaygılandırmamaya çalışırım. Sadece bu hisleri ben de yaşıyorum. Senin de bunları yaşamış olman normal.”

Ö6 “Yani aynı stresi ben de yaşadığım için onunla duygudaş olabilirim.”

Ö9 “Deprem stresi yaşayan arkadaşlarımız oldu mu? Evet oldu. Bunu biz kendimiz de yaşadık. Arkadaşlarımız da yaşadık. O dönemde birbirimize çok destek olduk. Yan yana olduk. Aynı duyguları paylaştık. Bu bize bir yandan güç verdi. Beraber olduğumuzu, aynı şeyleri paylaştığımızı bilmek bizlere güç verdi. Arkadaşlarımızla konuştuğumuzda hani o anki korkuyu atlatabilmek için ne yapabiliriz?”

Ö14 “Ona yalnız olmadığını söylerim. Aynı şekilde bizim de aynı stresi yaşadığımızı ve bunun geçici olduğunu söylerim.”

Katılımcılar kendileri de deprem stresi yaşadıkları için böyle bir durumda olan meslektaşlarıyla duygudaş olduklarını, onları anladıklarını ve bu duygularını da karşındakilerine ifade ederek onların stresini azaltmaya çalıştıklarını ifade etmişlerdir. Katılımcılar aynı duyguları paylaştıkları arkadaşlarına bunu yansıtarak birbirlerinden güç alabileceklerini düşünmektedirler.

4.8.4. Tevekkül ve Dua Etmesini Tavsiye Etmek

Katılımcıların küçük bir kısmı (4/30) deprem stresi yaşayan meslektaşlarına nasıl destek olabileceği sorulduğunda onları tevekkül ve dua etmeye yönlendireceklerini ifade etmişlerdir.

M2 “Şimdi bu biraz da kadere inanç ile ilgilidir. Bir insan kendi hayatıyla ilgili ya da yaşadığı toplumdaki tedbirlerini gördükten sonra kadere teslim olması lazım. Eğer o kader inancı insanda ciddi manada yerleşirse bu deprem stresi de azalabilir. Günümüzde görüyoruz ki bazen deprem riski olmayan illerde dahi depremler olabiliyor. Hatta fay hatları yok denilir. Daha sonra işte şuradan şöyle bir fay hattı meydana geldi denilir. Onun için insan biraz daha kadere inancı olarak soğuk halini yaşaması lazım. Çünkü tedbiri gördükten sonra bazı şeyler var. Kaçınılmaz başa gelince geliyor bu inanç. O stresi kaldıracağına inanıyorum.”

Ö1 “Yani Allah'tan olduğunu söylememiz lazım. Yani tevekkül manasını iyi anlamamız lazım. Eğer kaybettiğimiz, zarar gördüğümüz bir şey varsa o konuda sabretmemiz gerekiyor.”

Ö18 “Deprem Allah'tan gelir deriz. Başka ne diyeceğiz? Çünkü deprem önceden kesinlikle bilinmeyen bir şey. Ne zaman geleceği, nereye vuracağı hiçbir şekilde bilinmeyen bir şey.”

Ö19 “Onun dışında dua edip sakinleşmesi lazım. Gerçekten yani psikolojik olarak kendini sakinleştirmesi lazım.”

Katılımcılar deprem ile ilgili gerekli tedbirleri aldıkları takdirde ellerinden başka bir şey gelmediğini, bu nedenle bu aşamada Allah'a sığınmanın gerektiğini düşünmektedirler. Bu nedenle katılımcılar deprem stresi yaşayan meslektaşlarına da tedbir aldıktan sonra tevekkül ve dua etmelerini tavsiye edebileceklerini söylemişlerdir. Ayrıca bu davranışın olayı kabullendirici ve rahatlatıcı bir etkisi olduğunu belirtmişlerdir.

4.8.5. Uzman Kişilere Yönlendirmek

Katılımcıların bir bölümü (7/30) deprem stresi yaşayan meslektaşlarına nasıl destek olabileceği sorulduğunda onları uzman kişilere yönlendireceklerini ifade etmişlerdir.

M1 “Başka da öyle uzman gerektirecek, ihtisas gerektirecek bir konuda psikolojik desteğe yönlendiririm.”

Ö10 “Eğer çok ciddi boyutta bir hani stresi varsa çok ciddi manada o zaman da herhalde psikolog ya da psikiyatriye yönlendirip onu tavsiye etmek daha doğru olur çünkü yani ben de çok fazla bilgim olmadığı için bu noktada hani onu nasıl rahatlatabilirim ya da neler yapabileceğini belki eksik söyleyebilirim. O yüzden hani böyle daha uzmanların olduğu videolara ya da böyle daha iyi bilgisinin olduğunu düşündüğüm arkadaşlar varsa onlara yönlendirebilirim diye düşünüyorum.”

Ö13 “Ama belki de psikolojik bir yardım alması için yönlendirebilirim. Tek yardımım bu olabilir. Ama ben bir şey söyleyemem.”

Ö15 “Bence bu konu bizi aşıyor açıkçası, psikolojik destek almaya yönlendirebiliriz.”

Katılımcılar deprem stresi yaşayan meslektaşlarına ellerinden geldiği kadar yardım ettikten sonra eğer bir çözüme ulaşamadıklarını görüyor ve düşünüyorsa

karşısındakileri profesyonel destek almayı yönlendirebileceklerini belirtmişlerdir. Stresin boyutunun fazla olması durumunda arkadaşlarının uzman kişilerden yardım almasının daha doğru olduğunu düşünmektedirler.

MY1 “O stresle yaşayan bütün öğretmen arkadaşlarımız hatta bütün insanların bana göre profesyonel destek alması lazım. Çünkü profesyonel destek almadığı zaman eğer çok fazla etkilenmişse o süreçten kurtulmaları çok zordur.”

Ayrıca bir katılımcı bu süreçte herkesin profesyonel bir desteğe ihtiyacı olduğunu, bunun sürecin atlatılması için önemli olduğunu düşündüğünü belirtmiştir.

4.8.6. Yanında Olduğunu Hissettirmek

Katılımcılardan bazıları (7/30) deprem stresi yaşayan bir meslektaşına nasıl destek olabileceği sorulduğunda onlara yanında olduğunu hissettirebileceğini ifade ettireceklerini ifade etmişlerdir.

MY1 “Hayatını kaybeden arkadaşlarımız oldu. Hala görüştüğümüz arkadaşlarımız da var. Bu anlamda sadece onların yanında olabiliriz. Bağlılığımızla onlarla beraber olabiliriz.”

MY2 “İşte burada da öğretmenin yanında ya da depremden etkilenen kişinin yanında olduğumuzu hissettirmemiz gerekiyor. Onun normal hayatına geçişinde sıkıntı yaşamadığını, o gücü kendinde hissetmesi noktasında yardımcı olmamız gerekiyor.”

MY5 “Bu durumda ailevi olarak, bireysel olarak, mesleki olarak, onun yanında olarak, onun yalnız olmadığını bu tarz durumlarda beraber birbirimize destek olmamız gerektiğini hatırlatmak en güzel durum olabilir.”

Ö14 “Yani başka hani onu sakinleştirmek için yanında olduğumu söylerim.”

Ö20 “Sürekli yanında olarak ve onun kaygısını azaltacak konuşmaları yaparak daha sonra yalnız bırakmayarak veya yalnız bırakmayarak ve sürekli işte güzel şeylerden bahsederek kaygısını azaltabiliriz yani.”

Katılımcılar deprem stresi yaşayan meslektaşları için destek olurken onların yanında olduklarını hissettirmeye çalıştıklarını belirtmişlerdir. Onları anlamaya çalıştıklarını, sıkıntılarını paylaştıklarını, yalnız olmadıklarını dile getirdiklerini ifade etmişlerdir.

4.8.7. Deprem ile İlgili Hazırlıklı Olmaya Yönlendirmek

Katılımcıların üçte birinden azı (8/30) deprem stresi yaşayan meslektaşlarına nasıl destek olabileceği sorulduğunda deprem ile ilgili hazırlık yapmaları için yönlendireceklerini ifade etmiştir.

Ö1 “Ama ona uygun şekilde tedbirler almamız gerekiyor. Çünkü insandan da kaynaklı zararlar olabilir.”

Ö7 “Bina dayanaklıklarını araştıran verileri incelemesini öneririm. Bulduğumuz ortamı da depreme hazır şekilde düzenleyip, deprem çantası hazırladıktan sonra tüm önlemlerimizi, gerekli şeyleri yaptıktan sonra rahatlamasını sağlarım.”

Ö12 “Daha bilinç sahibi olmasını sağlayacak konuşmalar yaparım. Youtube'da çok bilgilendirici videolar var. Bunları paylaşıyorum meslektaşlarımla. İşte depreme stresi azaltmak bir şeyleri bilerek daha mümkün. Depremi ne olduğunu bilirsek, nasıl hazırlanacağımızı bilirsek, deprem esnasında ve sonrasında ne yapacağımızı bilirsek daha hazırlıklı hale gelebiliriz.”

Ö16 “Bu süreci alışmamız gerektiğini, bir Japonya gibi, uzak doğu ülkelerine gibi, böyle deprem kuşağı olan ülkelerdeki insanların yaşam tarzlarına bakarak, bunların depreme yaşamayı öğrendiklerini, bizim de bunlara bağlı olarak depreme yaşamayı öğrenmemiz gerektiğini söyleriz.”

Ö18 “Tedbirini almasını, gerisini çok düşünmemesi gerektiğini söylerim. Hazırlığını yapsan, deprem çantan olsun, ne yapman gerektiğini bil. Hatta sen de arada tatbikat yap, ailenle beraber. Ama onun dışında çok da düşünme derim yani.”

Katılımcılar çevresindeki insanlardan ve meslektaşlarından deprem stresi yaşayanlara hazırlık yapmalarını önerdiklerini belirtmişlerdir. Katılımcılar yaşam tarzlarını değiştirerek, depremin doğal bir olay olduğunu kabul ederek ve depreme hazırlıklı olduklarında bu durumun zararlarından korunabileceklerini düşündükleri için çevrelerine de o şekilde telkinde bulunmaktadır. Katılımcılar meslektaşlarına deprem çantası hazırlamalarını, evlerini depreme göre dizayn etmelerini, gerekirse aile içinde tatbikat yapmalarını tavsiye edeceklerini söylemişlerdir. Bu şekilde deprem sonucu kayıpların, ölümlerin ve insan kaynaklı zararların azaltılabileceğini düşünmektedirler.

4.7.8. Konuşmak, Dinlemek

Katılımcıların üçte biri (10/30) deprem stresi yaşayan meslektaşlarına nasıl destek olabileceği sorulduğunda onlarla konuşarak ve onları dinleyerek destek olabileceklerini ifade etmişlerdir.

MY4 “Deprem stresi yaşayan bir meslektaşımın onun stresini kontrol altına alınmak için ancak sohbet edip konuşabilirim. Ara ara belki yanına giderim, moral motive olsun diye yine bir konuşma falan olur.”

Ö6 “Aynı şeyleri yaşadığımızın bilincinde olup yaşayabileceğimizin bunu herkesin yaşayabileceğinin, herkesin başına gelebileceğinin bilincinde olup, konuşarak, birlikte dertleşerek o stresi azaltabiliriz.”

Ö9 “Arkadaşlarımıza da bunun geçici olduğunu, bu korkuyla sürekli yaşanmayacağını, hayat kalitemizin düşeceğini böyle konuşmaları yaparak birbirimizi motive ettik.”

Ö10 “Hani çok fazla benim hani bu konuda aşırı bilgim olmadığı için sadece hani böyle bir sakinleştirici cümleler kurarak hani daha böyle örnekler vererek bir sakinleştirmeye çalışabilirim.”

Ö12 “Meslektaşlarımın da varsa deprem yaşayan meslektaşlarımın travmasını tetiklemeyecek şekilde onlarla konuşuyorum. Onları rahatlatmaya çalışıyorum. Neler yapabileceğimizi konuşuyoruz.”

Katılımcılar bu süreçte daha fazla konuştuklarından, birbirlerini dinleyerek duygularını paylaştıklarından ve deprem stresini bu şekilde azaltmaya çalıştıklarından bahsetmişlerdir. Bu nedenle böyle bir stres yaşayan meslektaşları için de yapacakları en doğru şeyin öncelikle onları dinlemek, anlamaya çalışmak ve yanlarında olduklarını hissettirmek olduğunu düşünmektedirler.

4.9. OKULLARIN DEPREME HAZIRLIKLILIKLI OLMAMA SEBEPLERİ

Okulların depreme hazırlıklı olmama sebepleri temasına bağlı olarak deprem bilinci eksikliği, sınıfların kalabalık oluşu, okul binaların sağlam olmayışı kodları yer almaktadır. Bu kodlara ilişkin detaylı analizlere ve katılımcı görüşlere aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 4.10. Okulların Depreme Hazırlıklı Olmama Sebepleri

Kod	f	N
Sınıfların kalabalık oluşu	2	Ö11,Ö12
Okul binalarının sağlam olmayışı	5	M2,Ö8,Ö12,Ö15,Ö18
Deprem bilinci eksikliği	7	MY2,Ö8,Ö12,Ö15,Ö16,Ö18,Ö20

4.9.1. Sınıfların Kalabalık Oluşu

Katılımcıların iki tanesi (2/30) okulların depreme hazırlıklı olmama sebepleri sorulduğunda, sınıfların kalabalık oluşundan bahsetmişlerdir.

Ö11 “Özellikle bazı kalabalık sınıflarda çocukların geçebilecekleri alan bile yokken, herhangi bir deprem anında çocukların sığınabilecekleri alanlar çok kısıtlı. Bunun için öncelikle sınıf mevcutlara azaltılmalı, sıraların yanlarında gerekli mesafe bırakılmalı ve herhangi bir deprem anında çocuklara sığınma alanı açılmalıdır.”

Ö12 “Sınıflarımız kalabalık. Okulların boşaltılması çok zor.”

Katılımcılar okulların kalabalık olması ve olası bir deprem anında sığınacak yer olmaması sebebiyle okulların depreme hazırlıklı olmadığını düşündüklerini ifade etmişlerdi. Katılımcılara göre kalabalık sınıflar, hem deprem anında çocukların sığınacak yerlerinin olmamasına hem de tahliye sırasında kaosa sebep olabilmektedir.

4.9.2. Okul Binalarının Sağlam Olmayışı

Katılımcıların küçük bir bölümü (5/30) okulların depreme hazırlıklı olmama sebepleri sorulduğunda okul binalarının sağlam olmadığını ifade etmişlerdir.

M2 “Baktığımız zaman binalar daha modern, daha güzel görünürken, iç tarafında demir ve çimento aksanında maalesef aynı şeyler hissetmiyoruz.”

Ö8 “Çünkü bu süreçte biz evet ülke olarak birkaç büyük deprem yaşadık ama çok eskide kaldı ve bu da milli eğitimin okullara yansıtılmasını, binaların sağlam olduğunu da düşünmüyorum.”

Ö12 “Çünkü zaten zamanında depreme hazırlıklı bir şekilde inşa edilmediler.”

Ö15 “Ülkemizde inşaat sektörü ve ne yazık ki kurumların yaptığı binalar, bunların denetimleri çok böyle yeterli değil aslında. Bir özel sektördeki kadar güzel yapılmıyor. Hepsi yıkılabilecek binalar mı? Hayır. Ama çok eski binalar var. Bunların denetimleri yapıldı. Yıkılanlar yıkıldı. Yenileri de yapılıyor ama Yeni binalar da açıkçası çok dayanıklı değil maalesef.”

Ö18 “Fiziki yapı ve deprem bilinci. Hiçbir şekilde depreme hazırlıklı değiliz. Ne fiziki yapımız hazır depreme ne de biz hazırız.”

Katılımcılar okul binalarının depreme dayanıklı olmadığını ve bu sebeple okulların depreme hazırlıklı olmadığını düşünmektedirler. Katılımcılara göre okul binalarında deprem sonrası yapılan denetimler ve alınan önlemler yeterli değildir. Katılımcıların bazıları okul binalarının zamanla deprem için uygun olmayan duruma geldiğini, bazıları ise zaten depreme uygun olarak inşa edilmediğini ifade etmişler.

4.9.3. Deprem Bilinci Eksikliği

Katılımcıların üçte birinden azı (7/30) okulların depreme hazırlıklı olmama sebepleri sorulduğunda toplumda deprem bilinci eksikliği olduğunu ifade etmişlerdir.

MY2 “Yani bina noktasında iyi ama insan olarak, insan faktörü olarak belki eksiklerimiz vardır. Çünkü tam olarak ne yapmamız gerektiğini aslında tam da bilmiyoruz. Nasıl güvende olabileceğimizi hangi durumlarda evet bizim hani televizyondan ya da işte tatbikatlardan bildiğimiz belli davranışlar var. Çöp kapın tutun gibi. Ama bunları o esnada yeterince yapabilecek miyiz? Tabi bu noktada insan düşünmüyor elbette.”

Ö8 “Yaşadığımız depremlerden birisi bu en son Kahramanmaraş depremi. Bundan sonra da evet deprem gündemimiz doldu ama okullarda ekstra bir değişiklik yapılmadı. Biz ara ara tabi ki deprem tatbikatı yapıyorduk ama Burada da çok büyük sorunlar yaşıyorduk. Çocuklar ya ciddiye almıyordu ya da alındığı zaman okulda çok büyük bir kargaşa çıkıyor. Tahliye etmede hem süre uzuyor hem öğrenciler birbirini ezebiliyor. Yani bu konuyla ilgili bir bilincimiz yok.”

Ö12 “Çocuklarımızın yeterli bilince ve velilerimizin de aynı şekilde yeterli bilince sahip olduğunu düşünmüyorum.”

Ö15 “Ayrıca öğrencilerimiz ve öğretmenlerimiz hiçbirimiz bence hazırlıklı değiliz. Yani o bilince sahip değiliz. Deprem yaşandığı anda ve sonrasındaki bir ayda herkeste bir stres, gerginlik, biraz daha bilgili olma durumu var. Ondan sonra herkes ne yazık ki eski günlük hayatına dönüyor.”

Ö16 “Çünkü hala bir deprem ülkesi olduğu bilincimiz yerinde değil. Öyle bir bilince çok sahip değiliz maalesef.”

Katılımcılar, öğretmenlerde, öğrencilerde, velilerde hatta tüm toplumda deprem bilinci eksikliği olduğunu belirtmişlerdir. Bu nedenle okullar fiziki olarak depreme

hazırlıklı olsalar dahi deprem anında ve sonrasında neler yapılacağı bilinmediği için depreme hazır olunmadığını düşünmektedirler. Deprem bilinci eksikliğini de verilen eğitimlerin yetersiz olması, depremin sonucu ne kadar ağır olursa olsun hemen unutuluyor olması, durumu ciddiye alınarak çalışma yapılmıyor olması ile açıklamaktadırlar.

4.10. DEPREM ANINDA ÖĞRETMENLERE DÜŞEN ROLLER

Deprem anında öğretmenlere düşen roller temasına bağlı olarak, deprem anında güvenli alan oluşturulmalı, deprem konusunda bilgi sahibi olmalı, deprem sonrası öğrencileri sakinleştirmeli, doğru bir şekilde tahliye etmeli, önceden belirlenen plana uyulmalı, sakin ve soğukkanlı olmalı, tahliye sonrası güvenliği sağlamalı kodları yer almaktadır. Bu kodlara ilişkin katılımcı yanıtlarına ve detaylı analizlere aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 4.11. Deprem Anında Öğretmenlere Düşen Roller

Kod	f	N
Tahliye sonrası güvenliği sağlamalı	1	Ö2
Deprem sonrası öğrencileri sakinleştirmeli	2	MY3,Ö12
Deprem konusunda bilgi sahibi olmalı	10	M2,MY5,Ö1,Ö2,Ö3,Ö4,Ö9,Ö12,Ö16
Önceden belirlenen plana uymalı	12	M1,M2,M5,MY1,Ö2,Ö3,Ö4,Ö8,Ö10,Ö11,Ö13,Ö18
Deprem anında güvenli alan oluşturmalı	16	M4,MY4,MY5,Ö2,Ö6,Ö7,Ö8,Ö9,Ö10,Ö13,Ö15,Ö16,Ö17,Ö18,Ö19,Ö20
Sakin ve soğukkanlı olmalı	17	M1,M2,M5,MY2,MY4,Ö1,Ö2,Ö3,Ö5,Ö6,Ö7,Ö9,Ö10,Ö12,Ö14,Ö18,Ö19
Doğru bir şekilde tahliye etmeli	21	M1,M3,M4,M5,MY1,MY3,MY4,MY5,Ö2,Ö5,Ö6,Ö7,Ö8,Ö10,Ö13,Ö15,Ö16,Ö17,Ö18,Ö19,Ö20

4.10.1. Tahliye Sonrası Güvenliği Sağlamalı

Katılımcıların yalnızca biri (1/30) öğretmenlerin deprem sonrası yapması gerekenler sorulduğunda tahliye sonrası öğrencilerin güvenliğini sağlamaları gerektiğini ifade etmiştir.

Ö2 *“Ve tamamen ortamın güvenliği sağlanana kadar öğrencilerin dağılmasına izin verilmemesi gerekiyor. Çünkü pek çok olumsuz şeylerle karşılaşabiliyoruz.*

Kaybolma vakalarıyla falan karşılaşılabilir. Bu yüzden o güvenli noktayı bütün öğrencilere toplayarak orada öğretmen ve öğrencilerin bir arada bulunması ve gerekirse velilerin gelip öğrencileri almasının beklenmesi gerekiyor.”

Katılımcı depremde sarsıntı geçtikten ve tahliye işlemi bittikten sonra çocukların güvenliğini sağlamanın da öğretmenlerin üzerine düşen rollerden biri olduğunu düşünmektedir. Öğrencilerin deprem sonrası kaybolma, ulaşılama gibi sıkıntılar yaşanmaması için gerekirse velilerine teslim edene kadar onlarla bir arada olması gerektiğini ifade etmiştir.

4.10.2. Deprem Sonrası Öğrencileri Sakinleştirmeli

Katılımcıların iki tanesi (2/30) deprem anında öğretmenlere düşen roller sorulduğunda deprem sonrası öğrencileri sakinleştirmesi gerektiğini belirtmiştir.

MY3 “Psikolojik olarak zor durumda olan öğrenciler varsa onlarda rehberlik servisiyle ya da idareciler ile o öğrencilere yardımcı olmalı.”

Ö12 “Çocukları da muhtemelen o anda sakinleştirir, organize eder, güvenli bir alanı alırım. Sonrasında da konuşur, streslerini azaltır ve ilerle iletişime geçerim.”

Katılımcılar öğretmenlerin deprem bittikten sonra o anada panik yapan ve korkan öğrencileri sakinleştirmesi gerektiğini ve gerekirse bu konuda rehber öğretmenlerden destek alması gerektiğini ifade etmişlerdir.

4.10.3. Deprem Konusunda Bilgi Sahibi Olmalı

Katılımcıların üçte biri (10/30) deprem konusunda öğretmenlere düşen roller sorulduğunda öğretmenlerin deprem konusunda bilgi sahibi olması gerektiğini ifade etmişlerdir.

M2 “Depremden önce bir defa kendisi iyi bir bilgiyi alması lazım ki bir uygulayıcı olarak öğrencilere de aynı şeyi uygulayabilsin.”

MY5 “Bunu yapabilmenin ön koşulu da bilgiden geçiyor. Yani hem deprem konusunda, deprem anında yapılması gerekenler hakkında hem de stres yönetimi konusunda bilgi sahibi olmak gerekiyor. Deprem gibi ani bir olay sırasında 30 40 tane size ihtiyacı olan ve genellikle olayı tam olarak anlayamayan öğrenciyi kontrol etmek çok zor. Ve bu olayda iş tamamen öğretmene düşüyor. Bunun için hem kriz yönetimini sağlamak hem de olayı en az zararla atlattmak için soğukkanlılık ve bilgi çok önemli diye düşünüyorum.”

Ö1 “Doğru yönlendirmeler yapması için de önce bir ister istemez bir bilgi birikimi olması gerekiyor. Nasıl davranması gerekiyor ile ilgili, ilk yardım konusuyla ilgili. Bu konularda bir bilgi birikimi varsa, bir de soğukkanlı olursa, bunlar yapılsa bence yerindedir.”

Ö4 “Anlamlı ve etkili, samimi ve şeffaf bir şekilde bunun bir eğitiminin alınması bütün okullarda yani bana sorarsanız ben hocama şunu söyleyeyim yani tabii bu benim fikrim. Deprem kuşağında olan bir ülkedeyiz. Deprem kuşağında olan bir ülkede olmamızdan dolayı bana göre birinci sınıftan ta on ikinci sınıfa kadar doğal afetler dersi diye bir dersin okul ya da eğitim müfredatlarına dair olması gerektiğini düşünüyorum. Çünkü sen bir deprem kuşağında yaşayan bir ülkesin. Her an hazırlıklı olman lazım.”

Ö9 “Tabii bunu da uygulayabilmemiz için bunları bilmemiz gerekiyor. Özellikle okullarda öğretmenlere, öğrencilere Bunun gerçekten böyle güzel bir şekilde eğitiminin verilmesi gerektiğini düşünüyorum.”

Ö12 “Öğrencileri iyi yönlendirmeleri gerekiyor. Bunun için de eğitilmiş olmaları gerekiyor diye düşünüyorum.”

Katılımcılar okul saatleri içerisinde gerçekleşebilecek bir deprem için deprem anında öğretmenlere çok büyük görev düştüğünü ve bu görevleri yerine getirebilmeleri için öğretmenlerin önce bu konu hakkında bilgi sahibi olmaları gerektiğini düşünmektedirler. Öğrencileri doğru bir şekilde yönlendirmeleri için konuyla ilgili bilgili olmalarının yanı sıra, bunu o anda uygulayabilmek için yeterli stres yönetimini sağlayabilme konusunda da bilgi sahibi olmaları gerektiğini ifade etmişlerdir. Katılımcılar, öğretmenlerin verilen eğitimlerin ek olarak kendileri de çeşitli eğitimlere başvurarak bu konudaki bilgilerini arttırmaları ve depreme hazır hale gelmeleri gerektiğini ifade etmişlerdi.

4.10.4. Önceden Belirlenen Plana Uymalı

Katılımcıların yarısına yakını (12/30) deprem anında öğretmenlere düşen roller sorulduğunda önceden belirlenen plana uymaları gerektiğini ifade etmişlerdir.

M1 “Biz toplantılarımıza, bu seneki toplantımızda öğretmenlerimize iki acil çıkış kapısının olduğunu, deprem ve yangın ve diğer türlü felaketler karşısında iki acil çıkış kapısının olduğunu, her katta iki sınıfın ona yakın olduğunu ve o çıkış kapılarına yönelmeler gerektiğini söylemişiz.”

M2 “Deprem ile ilgili önceden yapılan tatbikatların çok faydalı olduğuna inanıyorum. Çünkü o anda söylediğin zaman daha önceki tatbikata yapılan şeyler belki bir senaryo olarak görünebilir ama uygulamada öğrenciler ya da kişi kendi başına tatbikat yaptığından dolayı o hale çok rahat bir şekilde geçişi yapıp, kontrol altına hem kendisine hem de diğer mesul olduğu personel, öğrencilere yardımcı olabilir.”

MY1 “Ve daha önce okulun bir tahliye planının olması gerekiyor. Bütün sınıfların, bütün öğrencilerin ve bütün öğretmenlerin, idare kadronun ve bütün çalışanların bu plan dahilinde hareket etmesi gerekiyor.”

Ö2 “Bunun için öncelikle bir okulun bir planının olması gerekiyor. Herkesin ne yapacağını bilmiş olması gerekiyor. Aslında öğretmenlere de bu noktada soğukkanlı halde olup uygulama kalıyor. Bu noktada bir toplanma noktası da daha önce belirlenmiş olması gerekiyor.”

Ö11 “Herhangi bir deprem anda sadece öğretmenler değil. Okulda çalışan bütün yetkili personelin mutlaka belirli bir plan çerçevesinde hareket etmesi gerekir. Bu plan nasıl olabilir? Mesela öğretmenler öğrencilerin dışarı çıkmasıyla sorumlu olabilir. Yardımcı personeller herhangi bir gaz kaçağı var mı? Yanıcı, yakıcı, alkol ve benzeri maddelerin bulunduğu odaların kontrolü sağlanabilir. İdareciler yine aynı şekilde genel koordinasyonu düz koordine edebilir, düzenleyebilir. Bunun gibi düzenlemeler yapılması gerekir. Sadece öğretmende değil, bütün çalışanlarda içinde bulunduğu bir hareket planı yapılması gerekir.”

Ö13 “Normalde tahliye planımıza uyulması lazım.”

Katılımcılar olası bir deprem anı için önceden belirlenen bir plan olması gerektiğini ve bu plan doğrultusunda herkes gibi öğretmenlerin de üzerine düşen görevleri yerine getirmesi gerektiğini belirtmişlerdir. Katılımcılara göre deprem anında öğretmenlerin görevi okulun hazırladığı tahliye planını doğru bir şekilde uygulamak ve okulu sorunsuz olarak boşaltmaktır.

4.10.5. Deprem Anında Güvenli Alan Oluşturmalı

Katılımcıların yarısından fazlası (16/30) deprem anında öğretmenlere düşünen rollerin başında deprem anında güvenli alan oluşturmak olduğunu ifade etmiştir.

MY5 “Acil durum konusunda deprem yaşandığı zaman çocuklara güvende olduklarını hissettirerek deprem kurallarına uygun çök, kapan, tutun okulun sıralarının güvenli olduğu yerlerde depremi atlattıklarını belirtmemiz gerekiyor.”

Ö2 “Deprem sürerken sınıfı terk etmeden sınıf içinde öğrencilerle durması gerekiyor. Öncelikle öğretmenin. Bunun dışında öğrencileri güvenli noktalara sığınarak çöküp kapanmalar için yönlendirmesi gerekiyor. Tabii ki kendisi de bunları yaparak örnek olması gerekiyor.”

Ö7 “Gerekli uyarıları yapıp sarsıntı bitene kadar önceden belirlediğimiz alanlarda, yerlerde tatbikatlar da yapılarak tabii ki öğrendikleri gibi çöp kapan tutum pozisyonunda doğru yerde durmalarını istemeliyiz.”

Ö10 “İşte ilk sakinliği sağladıktan sonra öğrencilerle öğrencilerinin çok kapan tutun tekniğini kullanmasını sağlaması lazım. Çünkü hani o esnada deprem uzun da sürebilir, çok kısa da sürebilir. Eğer hani zaten uzun sürüyorsa öğretmenin kesinlikle hani ilk sakin kalıp öğrencileri yerlerinde tutup ardından çöp kapan tutun tekniğini yapması lazım.”

Ö13 “Öncelikle öğrencileri güvenli bir şekilde, deprem bitene kadar o buldukları ortamda güvenliklerimizi sağlamalı.”

Ö19 “Biz de onlara mesela oturup kapanmalarını, sıralardan destek almalarını, panik yapmamaları gerektiğini. Bağırılmalarını gerektiğini, deprem bitene kadar kımıldamamaları gerektiğini.

Katılımcılar öğretmenlerin deprem anında öğrencilerin güvenliğinden sorumlu olduğunu ve deprem bitene kadar çocuklar için güvenli bir alan oluşturması gerektiğini söylemiştir. Sınıf içerisinde bu güvenli alanın deprem tatbikatlarında belirlenen yerler olduğunu ve çöp kapan tutun tekniği uygulanarak depremin geçmesini beklemesi gerektiğini dile getirmişlerdir. Ayrıca öğretmenler de bunu yaparak hem kendi güvenliğini sağlamış, hem de öğrencilere hem de öğrencilere örnek olduklarını ifade etmişlerdir. Bunun yanında öğrencileri sakinleştirmek ve güvende olduklarını hissettirmenin de öğretmenlere düşen bir görev olduğunu belirtmişlerdir.

4.10.6. Sakin ve Soğukkanlı Olmalı

Katılımcıların yarısından fazlası (17/30) deprem anında öğretmenlerin neler yapması gerektiği sorulduğunda sakin ve soğukkanlı olmaları gerektiğini ifade etmişlerdir.

M2 “Öğretmen soğukkanlı olmalı. Bir tek kendisi değil, sorumlu olduğu öğrenciler var. En başta yapması gereken şey soğukkanlı olmak.”

Ö2 “Evet, okul saatleri içerisinde olası bir deprem durumunda öncelikle öğretmen soğukkanlı olmaya gayret etmesi gerekiyor. Çünkü pek çok bilgiye sahibiz ama bunları uygulayabilmemiz için soğukkanlı olmamız gerekiyor.”

Ö3 “Öncelikle çok soğukkanlı olmamız lazım ki ben bunu İzmir'de yaşadım. O soğukkanlılığı korumak gerçekten çok zor. Bahçede olduğumuz halde yine de o anda panikliyorsunuz. Çok farklı bir ortam.”

Ö9 “Okul saatleri içerisinde bir deprem olması durumunda biz öğretmenler sakin kalmayı başarmalıyız. Bunu başarabilir miyiz bilmiyorum. Tabii ki bir panik olacak ama sonuçta sorumlu olduğumuz öğrencilerimiz var. Kendi hayatımızda var ama öğrencilerimizde var. O öğrenciler sonuçta okuldayken bize emanetler.”

Ö10 “İlk olarak herhalde bir öğretmenin yapabileceği en iyi şey sakin kalmak o esnada. Küçük oldukları için çok çok panik olacaklar ve diğer yanındaki arkadaşlarını da strese sokacaklar. O anda işte öğretmenin çok sakin kalması önemli diye düşünüyorum. Öğretmen ne kadar soğukkanlı ve sakin kalabilirse sanırım öğrencileri de o kadar sakinleştirip rahat bir şekilde tahliye edebilir ya da herhangi bir hengâmenin önüne geçebilir.”

Ö18 “Deprem anında da sakin olmamız lazım. Eğer ilk önce biz kendimizi dışarı atarsak ya da biz panik yaparsak kimseye bir faydamız olmaz.”

Katılımcılar deprem anında öğretmenlerin öğrencilerin paniklemesini önlemek ve kargaşayı engellemek için öncelikle soğukkanlı ve sakin kalabilmesi gerektiğini belirtmişlerdir. Katılımcılar öğretmenlerin okulda ve sınıfta sorumlu olduğu birçok öğrenci olduğunu ve bunların yaşanan olaylardan zarar görmemesi ya da olayın en az zararlı atlatılabilmesi için öğretmenlerin panik yapmaması ve kontrollü davranması gerektiğini ifade etmişlerdir. Ayrıca deprem anında bildiklerini uygulayabilmek için de sakin kalmalarının önemli olduğunu düşünmektedirler.

4.10.7. Doğru Bir Şekilde Tahliye Etmeli

Katılımcıların büyük bir bölümü (21/30) deprem anında öğretmenlere düşen roller sorulduğunda okulun doğru bir şekilde tahliye edilmesi gerektiğini ifade etmişlerdir.

M5 “Sonra deprem bittikten sonra sınıflarını tahliye etmeliler güvenli bir şekilde. Zaten öncesinde alanlarını belirlemiştik. Onların her yıl tatbikatlar yapıyoruz. Bu alanlara çocuklarını indirmeliler.”

MY3 “Tabii bütün çocukları güvenli bir şekilde okul bahçesine çıkarmalı. Sınıflar düzenli bir şekilde, öğrenciler dağılmayacak. Yapılan tatbikatlar ile deprem anında çocukların neler yapılacağı belli olmuştur. O aşamada öğretmenler Öğrencileri sınıf sınıf bahçeye çıkarmalı, toplanma alanlarına götürüp orada yoklama almalı. Eksik öğrenci varsa onları belirlemeli.”

MY5 “Ondan sonra da depremde güvenli bir şekilde atlattıktan sonra okulun dışındaki güvenli alana toplanması gerektiğini belirtmemiz gerekiyor.”

Ö7 “Sarsıntı bitince belirlenen toplanma alanlarına gitmek için acil çıkış yolunu kullanmalı ve çocukları tahliye etmeliyiz bu şekilde.”

Ö13 “Daha sonra okul tahliye planına göre de öğrencileri boşaltmalı.”

Ö19 “Deprem bittikten sonra binayı güvenli bir şekilde terk etmelerini sağlayabiliriz.”

Katılımcılar deprem anında sarsıntı bittikten sonra öğretmenlerin okulu doğru bir şekilde tahliye etmesi gerektiğini ifade etmişlerdir. Katılımcılar deprem anında sarsıntı bittikten sonra okulu boşaltma ve öğrencilerin güvenli bir şekilde tahliye edilmesi görevinin öğretmenlere düştüğünü belirtmişlerdir. Katılımcılar tarafından öğrencilerin güvenli bir alana çıkarılması için önceden yapılan tatbikatlar doğrultusunda davranılması gerektiği ifade edilmiştir.

4.11. OKULA UYUM SAĞLAMADA YAŞANAN PROBLEMLER

Okula uyum sağlamada yaşanan problemler temasına bağlı olarak boşluk hissi yaşanması, deprem bölgesinden gelen öğrencilerle ilgili sorunlar, duygusal olarak etkilenme, eğitim-öğretime odaklanmada problem yaşanması, öğrencilerin deprem ile ilgili görüntülere maruz kalmaları, öğrencilerin kaygılı olmaları, öğretmenlerin stres yaşamaları, öğretmenlerin kaygılı olmaları, uyum sağlamada problem yaşamama, velilerin kaygılı olmaları kodları yer almaktadır. Bu kodlara ilişkin katılımcı yanıtlarına ve detaylı analizlere aşağıda yer verilmiştir.

Tablo 4.12. Okula Uyum Sağlamada Yaşanan Problemler

Kod	f	N
Boşluk hissi yaşanması	1	Ö15
Duygusal olarak etkilenme	1	Ö6
Öğrencilerin deprem ile ilgili görüntülere maruz kalmaları	2	Ö2,Ö10
Velilerin kaygılı olmaları	2	M4,M5
Öğretmenlerin stres yaşamaları	3	M5,M14,M19
Uyum sağlamada problem yaşamama	3	MY3,Ö18,Ö20
Öğretmenlerin kaygılı olmaları	4	MY4,Ö2,Ö9.Ö10
Deprem bölgesinden gelen öğrencilerle ilgili sorunlar	6	M1,M3,M4,MY1
Eğitim öğretime odaklanmada problem yaşama	10	M2,Ö2,Ö4,Ö8,Ö10,Ö11,Ö12,Ö13,Ö16
Öğrencilerin kaygılı olmaları	12	M2,MY4,Ö1,Ö2,Ö5,Ö7,Ö10,Ö11,Ö13,Ö14,Ö16

4.11.1. Boşluk Hissi Yaşanması

Katılımcıların sadece biri (1/30) deprem sonrasında okula uyum sağlamada ne gibi problemler yaşadığı sorulduğunda boşluk hissi yaşadıklarını ifade etmiştir.

Ö15 “Yani problem şöyle, uzun bir boşluk oluştu. Biz birebir içinde olmadık. Maraş'takiler kadar iyi hissetmedik. Üzücü bir durum tabii ki. Ama onlar kadar stres ve gerginlik bizde de oldu. Böyle benim şahsımda çok okula adaptasyonum olmadı. Korkuyor muydum? Hayır. Ama uzun bir boşluk oldu. Herkes bir şeyler yaşadı. Yeniden olur mu? Ki artçı sarsıntılar epey de bir devam etti. Pek çok ilde, farklı yerlerde herkes yeni bir deprem daha olacak diye endişe içerisinde girince uyum sorunlarını yaşadık maalesef. 3-4 haftalık bir boşluk sanki böyle bir yıl kadar okuldan uzak kalmışız gibi hissettirdi doğrusu.”

Katılımcı, deprem sonrasında uzunca bir süre devam eden bir boşluk hissi yaşadıklarını belirtmiştir. Katılımcı, bu süreci yaşadıklarını anlamlandıramadıkları, geleceğe dair endişe duydukları stresli bir süreç olarak ifade etmiştir. Katılımcının bu boşluk hissi okula adapte olmasına da engel olmuştur.

4.11.2. Duygusal Olarak Etkilenme

Katılımcıların sadece biri (1/30) deprem sonrası okula uyum sağlamada ne gibi problemler yaşadığı sorusuna duygusal olarak çok fazla etkilendiklerini söylemiştir.

Ö6 “Yani o deprem sonrası yaşananların ağır bir üzüntüsü. Bir müddet okul ortamına ve eğitim sürecine uyumu tabii yani engelledi, yani etki etti. Üzdü bizleri, hepimizi çok üzdü. Ama yani yaralar hep birlikte sarılıyor. Yani bazı şeyleri de işte konuşarak, üstünden zaman geçerek yenebiliyoruz, aşabiliyoruz. Belli bariz çok net bir problem yaşamadık ama o üzüntü, üzüntüyü yaşadık, ağır yaşadık yani. Ondan dolayı biraz bir dönem hani bir mutsuzluk hakim oldu üstümüzde. Ama sonra yavaş yavaş toparladık çocuklarla.”

Katılımcı okul ortamında uzun bir müddet üzüntünün hâkim olduğunu ve bu durumun eğitim öğretimi engellediğini söylemiştir. Deprem sonrası okula uyum sürecinde öğretmenlerin, öğrencilerin hatta tüm toplu toplumun yaşadığı bu üzüntünün adaptasyonu zorlaştırdığını belirtmiştir.

4.11.3. Öğrencilerin Depremle İlgili Görüntülere Maruz Kalmaları

Katılımcıların küçük bir bölümü (2/30) Deprem sonrasında okula uyum sağlamada ne gibi problemler yaşandığı sorusuna öğrencilerin depremle ilgili görüntülere maruz kaldığını ifade etmiştir.

Ö2 “Bir tarafta depremi az da olsa hissedilen veya medya aracılığıyla izleyen öğrencilerin taşımış oldukları stres.”

Ö10 “Öğrencilerin de çok artık televizyonlarda, sosyal medyada sürekli işte deprem, işte yaralılar ya da çıkarılmayan insanlar gördükçe çocukların da hani psikolojisi bozulmuştu.”

Katılımcılar, deprem sonrası öğrencilerin tanık olmaması gereken ve onları psikolojik açıdan etkileyen birçok üzücü görüntüye tanık olduklarını, bu durumun çocukların üzerinde birçok olumsuzluğa ve strese neden olduğunu, bunun da okula uyum sağlamada problemlere yol açtığını belirtmiştir.

4.11.4. Velilerin Kaygılı Olmaları

Katılımcıların çok küçük bir bölümü (2/30) deprem sonrasında okula uyum sağlamada ne gibi problemler yaşandığı sorulduğunda velilerin kaygılı olduklarını belirtmişlerdir.

M4 “Ama öğrencilerimizin, ailelerimizin zaman zaman beni arayıp da çocuğumuz okula gelmek istemiyor, korkuyor gibi şeylerle karşılaştık.”

M5 “Evet, öğretmenlerimden ziyade velilerimde biz bu kaygıyı yaşadık. Hani birkaç öğretmenimde bir panik oldu, hani sürekli dışarıda kalma içeri girmeme isteği oldu. Ama onun dışında velilerim çocuklarını okula göndermediler. Yaklaşık bir on velim bir yılsonuna kadar geçen yılı böyle uzaktan takip ettiler, gelmediler.”

Katılımcılar, okula deprem sonrası uyum sürecinde velilerin çocukları için kaygılandıklarını, sürekli onların yanında olma isteği duyduklarını, hatta çocuklarını okula göndermediklerini, bu durumda eğitim ve öğretim sürecine adapte olma sürecini olumsuz etkilediğini belirtmiştir.

4.11.5. Öğretmenlerin Stres Yaşamaları

Katılımcıların küçük bir bölümü (3/30) deprem sonrası okula uyum sağlamada ne gibi problemler yaşadıkları sorulduğunda öğretmenlerin stresli olduğunu dile getirmişlerdir.

M5 “Öğretmen de stres halindedir. Genelde akrabaları Malatya'da olan, depremde olan kişiler, yakınlarını kaybedenler de bu kaygı daha fazla oldu.”

Ö14 “Deprem sonrasında en ufak bir sestem bile tetiklendiğimi anladım. Öğrenciler de aynı şekilde. En ufak bir sesle, bir gürültüye. Onlar da artık böyle deprem olacakmış gibi bakıyorlardı. O biraz bizi uyum sağlamada zorladı.”

Ö19 “Okula uyum sağlamada problem yaşadım. Evet. Çünkü kalabalık ortamda insanlar ister istemez tedirgin oluyor. Neler yapabilirim direkt onu düşünür. Okuldayken ne yapabilirim? Öğrencilere ne yapabilirim? Öğrencilere ne katabilirim? Kendi stresimi nasıl azaltabilirim? Çocuklara bu stresi yansıtmadan onların stresini nasıl azaltabilirim?”

Katılımcılar deprem sonrası öğrencilerle birlikte öğretmenlerin de deprem stresi yaşamasının eğitim öğretiminin sürecine uyumu zorlaştırdığını belirtmiştir. Öğretmenlerin hem kendi aileleri için endişe duyması hem de okul anında bir deprem yaşama ihtimalinin oluşturduğu stres ve yaşadıkları bu süreci öğrencilere yansıtmamaya çalışmaları okula uyum sağlamada problem yaşamalarına neden olmuştur.

4.11.6. Uyum Sağlamada Problem Yaşamama

Katılımcıların küçük bir bölümü (3/30) deprem sonrasında okula uyum sağlamada ne gibi problemler yaşadığı sorulduğunda herhangi bir problem yaşamadıklarını ifade etmişlerdir.

MY3 “Okulda bir problem yaşamadım. Çünkü benim okulun tek katlı okul olduğu için ve eski bir okul olduğu için deprem dayanıklı olduğunu düşünüyorum. Problem yaşamadık ama zamanın bize neler getireceğini bilemediğimiz için tatbikatlar yaptık bu konuda. İlerleyen zamanlarda olur da böyle bir durumda karşılaştığımız zaman neler yapmamız gerektiği ve can güvenliği için hem bizim hem öğrencilerin can güvenliği için neler yapmamız gerektiğini anlamak için tatbikatlar ile bu problemin üstesinden geldiğimizi düşünüyorum.”

Ö18 “Yok yaşamadım.”

Ö20 “Herhangi bir problem yaşamadım. Uyum sağlamada ilk başta tabii ki de uyum sağlayamadık. Zaman geçtikçe verilen eğitimler sonucunda bir uyum sağlamada kolaylık yaşadık. Ve daha sonra kolayca uyum sağladık.”

Katılımcılar deprem sonrası okullarının deprem için uygun olduğunu düşündükleri için uyum sağlamada sorun yaşamadıklarını dile getirmiştir. Ayrıca okula dönüş sürecinde verilen eğitimler ve alınan önlemler bu süreci kolaylaştırdığını belirtmişlerdir.

4.11.7. Öğretmenlerin Kaygılı Olmaları

Katılımcıların bir kısmı (4/30) deprem sonrasında okula uyum sağlamada ne gibi problemler yaşadıkları sorulduğunda öğretmenlerin kaygılı olduğunu ifade etmiştir.

MY4 “Ben kendi adıma ve çevremdeki öğretmenleri gözeterekten kolay bir uyum süreci olmadı bizim için. Hani böyle en ufak bir şeyde dahi deprem mi oldu? Sallanıyor muyuz diye hemen birbirlerine soruyorlardı. Çocuklarla dediğim gibi hani başta o depremden hemen sonraki günlerde Okula geliyorduk ama hani okulda değil gibiydik. Binalarda durmak istemiyorduk. Bizim uyum sağlamamız çok uzun bir zaman almıştı. Hani böyle bir iki ay falan buldu.”

Ö2 “Evet deprem sonrasında okula aslında bir sürü ara verildi ama buna rağmen okula döndüğümüzde hepimiz çok taze duygularla sahipti. Bu şekilde okula dönmüştük. Hem öğretmenler hem idareciler hem de öğrenciler henüz deprem sitesinden kurtulmuş değildi.”

Ö9 “Deprem sonrasında okul ortamında şöyle, zaten depremden sonra bir ay gibi bir süre okula gelmedik. O süreçte evdeydik. Tabii korkumuz vardı ama yavaş yavaş o düşünceye alıştık. Okula geldikten sonra da ne yaptık? Okulumuz depreme dayanıklı mı? Kolonlara baktık. Hani deprem olursa nerelere saklanabiliriz? Ne yapabiliriz? Nerede durmamız daha iyi olur? Böyle düşüncelerde bulunduk.”

Ö10 “O çocuklar sordukça da ister istemez hani insan kendisi de gerilmeye başlıyor hani kendisi de uyum sağlaması sıkıntı yaşıyor. Ben de düşünmeye başlıyorum. Öğrenciler sorduk da acaba ne olsa ne yaparız diye. Çünkü öğrenciler sürekli hani okul sağlam mı? İşte deprem olsa ne yapacağız? İşte deprem olur mu? Sürekli bunları soruyorlardı.”

Katılımcılar deprem sonrası öğretmenlerin yaşadığı stresin devam ettiğini, deprem olacak mı kaygısı yaşadıklarını, bunun da eğitim ve öğretim sürecine uyumda bu problemlere yol açtığını ifade etmiştir. Öğretmenlerin yaşadıkları kaygının belli bir süre devam etmesi, okuldayken akıllarında sürekli deprem olması, kapalı ortamlardan uzak durma isteği süreci zorlaştırmıştır.

4.11.8. Deprem Bölgesinden Gelen Öğrenciler İle İlgili Sorunlar

Katılımcıların bir bölümü (6/30) deprem sorusunda okula uyum sağlamada ne gibi problemler yaşadığı sorusuna deprem bölgesinden gelen öğrenciler olduğunu ve onların uyum sağlamada sorun yaşadıklarını ifade etmiştir.

M1 “Öğrencilerimizde, buraya gelen öğrencilerimiz oldu, deprem bölgesinden buraya gelenler oldu. Onlarda bir moral bozukluğu, şöyle bir yani ailelerinde kayıp olmamalarına rağmen öğrencilerde bir travmanın oluşunu biz böyle uzaktan bakınca belli oluyor. Bunu hissettik. Dolayısıyla depremin kendi facia olarak, afet olarak, başlı başına olması bile insanda bir korku bırakıyor. Ama herhalde ailede kayıp varsa, bazı aileler var, bir kişi tek kalmış. Bunlar için büyük bir travma dönüşüyor. Ama öğrencilerimiz de kayıp olmamasına rağmen, o korkuyu biz onlarda görebiliyoruz bunu.”

M3 “Okul ortamına uyum sağlamada tabii ki yeni öğrenciler geldi biliyorsunuz dışarıdan. Gaziantep'den, Hatay'dan, Maraş'tan öğrencilerimiz geldi. Ben tabii ki yaşadık yani bu anlamda PDR öğretmenlerimiz birlikte aşmaya çalıştık tabii ki. Bu problemler çocuklar tabii ki uyumlu değildi hani dışarıdan gelmişlerdi ve buradaki ortama uyum sağlayamadılar. Ve tabii ki tabii ki sorunlar oluştu. Ne sorunları dersiniz

çocuklar buraya uyum sağlayamadığı için burayı terk etmek istediler. Kaçmak istediler. Okuldan çok kaçırlar oldu. Bu anlamda öğrencileri durdurmak imkansız hale geldi bazen. Diğer çocukları etkilediler. Sınıftaki diğer çocukları etkilediler. Bu da kargaşaya sebep oldu. Ve depremde yaşadıklarından ötürü bazı çocuklarımızda davranış problemleri oluşmuştu. Bunları öğretmenlerimizle ve PDR ile beraber koordineli bir şekilde yani onları rahatlatmaya çalıştık.”

M4 “Deprem bölgesinden gelen öğrencilerimizde problemler oldu. Deprem korkusu oldu, gelmek isteyemeyenler oldu, depresyon ilacı kullananlar oldu vs. O konuda biz ciddi sıkıntı yaşadık. Deprem bölgesine gelen öğrencimiz vardı.”

MY1 “Deprem bölgesinden gelen öğrencilerimizde bu problemler vardı. Yani çocukların geçen sene bizim yaklaşık 22 tane öğrencimiz vardı. Deprem bölgesinden gelen 22 tane öğrencimiz vardı. Bu öğrencilerimizdeki en büyük etmen sürekli ilk baştaki, özellikle ilk 15 günde işte sağa sola bakmaları, hayata boş bir amaç için bakmaları.”

Ö2 “Bir yandan da depremi yaşamış ve deprem bölgesinden gelen öğrencilerin yaşamış oldukları duygular vardı. Deprem bölgesinden gelen öğrencileri de dinlemek aslında burada gerekiyor. Bir yandan diğerlerini kaygılandırmamak gerekirken ama onlara da eğilmemiz gereken noktalar var. Çünkü ağır bir travma geçirme ihtimalleri de söz konusu.”

Ö13 “Onun haricinde hala öğrencilerimiz yüksek bir ses olduğunda irkilenler var öğrencilerimizden. Bunu yaşayanlar vardı geçen yıl bize misafir gelenlerden. Onlar birazcık zorlamıştı bizi.”

Katılımcılar deprem sonrasında deprem bölgesinden okula gelen misafir öğrencilerle ilgili problem yaşadıklarını belirtmiştir. Deprem bölgesinden gelen ve olayı çok daha şiddetli yaşayan öğrenciler yeni bir şehre, okula, arkadaş çevresine ve öğretmene alışmada ve bu yeni durumlara uyum sağlamada problem yaşadıklarını dile getirmişlerdir. Bunun yanında katılımcılara göre deprem bölgesinden gelen çocuklardan bazılarının kayıp yaşamış olması, kayıpları olmasa dahi depremden sonra stres bozukluğu yaşıyor olması çocukların öğretim sürecine uyum sağlamasını engellemiştir. Bu çocukların sürekli deprem stresi yaşıyor olması ve olayın psikolojik boyutlarını atlatamamış olmaları hem diğer öğrencileri hem de öğretmenleri olumsuz etkilediğini

dile getirmişlerdir. Bu öğrencilerin okuldan uzaklaştıklarını, zaman zaman okuldan kaçtıklarını, sürekli korku ve tedirginlik yaşadıklarını belirtmişlerdir.

4.11.9. Eğitim Öğretime Odaklanmada Problem Yaşama

Katılımcıların üçte biri (10/30) deprem sonrası okula uyum sağlamada ne gibi problemler yaşandığı sorusuna bu süreçte eğitim öğretime odaklanmada problem yaşadıkları ifade etmişlerdir.

M2 “Öğrencilerin başarıları çok iyi olmasına rağmen depremden sonra artık öğrencilerin ders çalışma, kitap okuma, aynı programı uygulama, sıkıntıları meydana geldi. Bizler de aynı şeyi yaşadık.”

Ö8 “Eğitim-öğretim sürecinde tabii ki biz öğretmenler olarak da o depremi yaşadığımız için kendimiz adapte olamıyorduk.”

Ö10 “Herkes okuldan aslında uzaklaşmıştı. Yani bütün öğretmen öğrencileri döndüğü zaman aslında hiç kimsenin aklına hani böyle ders, hani derslerin konu anlatalım ya da test çözelim gibi bir düşünce yoktu. Herkes hani sadece tekrar zorluktan dolayı bir geri dönüş yapıyordu. Hani öğrenciler de, öğretmenler de.”

Ö13 “O yüzden böyle eğitim öğretim çok daha ikinci planda kaldı. Bir yerde oturabiliyor olmak, bu depremi düşünmemek, haberlerden uzak durabilmek sanki bu birinci plana geldi gibi.”

Katılımcılar deprem sonrası okula dönüşte hem kendilerinin hem de öğrencilerin eğitim öğretime adapte olmakta zorlandıklarını söylemiştir. Katılımcılar deprem dönüşü öğrencilerin ve öğretmenlerin önceliğinin değiştiğini ve bunun da okula uyum sağlamada sorunlara sebep olduğunu ifade etmiştir. Katılımcılar öğrencilerin derslerden uzaklaştığını, eğitim-öğretim sürecindeki rutinlerini uygulayamadıklarını, hatta başarılarının düştüğünü dile getirmiştir.

Ö2 “Ama tüm bunlara dikkat etmiş olmama rağmen deprem sonrasında öncelikle aile bireylerinden ayrılmak tabii ki çok zorlayıcı oldu. Derse adapte olmak da beni zorladı. Zaman zaman öğrencileri teskin etmekte de zorlandığımı söyleyebilirim.”

Katılımcılardan biri, deprem sonrası okula geri döndüklerinde ailesinden ayrıldığı için kendinin de zorlandığını ve bu durumun adaptasyonu zorlaştırdığını ifade etmiştir.

Ö4 “Şimdi Hemen bir hafta öncesinde depremden çıkmış bir öğrencilerle seni bir ders yapman, senin kendi derse adapte etmen veya o öğrencileri derse adapte etmen mümkün değil, biraz zor. Yani bu nasıl? O korku duygularının yavaş yavaş minimize

edilmesi, azaltılması ve çocukların da belli bir süreden sonra depremin bir hayatın bir gerçeği olduğu algısının oluşması sonucunda yavaş yavaş ancak peyderpey öyle ortadan kalkar yoksa anında kalkmaz yani.”

Başka bir katılımcı ise yaşanan sürecin çok zor olduğunu, hem öğretmenlerin hem de öğrencilerin eğitim öğretim sürecine kısa sürede adapte olmasının mümkün olmadığını, bunun için bir zamana ihtiyaç duyulduğunu söylemiştir.

4.11.10. Öğrencilerin Kaygılı Olmaları

Katılımcıların üçte birinden az fazlası (11/30) deprem sonrasında okula uyum sağlamada ne gibi problemler yaşandığı sorusuna süreçte öğrencilerin kaygılı olduğunu ifade etmişlerdir.

M2 “Bir gün öncesinde Maraş'a akrabalarını ziyarete giden bir öğrencim aynı gün depreme yakalanıyor. Daha sonra gelince en ufak bir sestem etkileniyor.”

Ö5 “Öğrencilerde şöyle oldu mesela bizim deprem yaşayan öğrencilerim vardı işte geçen yıl. Gecenin bir yarısı bile arıyorlardı işte aile diyor ki çocuğum sakinleşmiyor bir sesinizi duysa falan diye. Telefonda onları sakinleştiriyordum. Onlarla konuşurken daha soğukkanlı davrandığımı fark ettim.”

Ö7 “Tabii ki yaşadığım ilk dönemlerde, ilk bir ay içerisinde özellikle çocuklar çok fazla depremle ilgili anılarını, o an yaşadıkları hisleri anlattıkları için sık sık kaygı yaşıyorlardı gün içinde. Ya deprem olursa öğretmenim diye soruyorlardı. Yani her an deprem olursa diye korku yaşadık tabii ki.”

Ö10 “O esnada öğrencilerden sürekli hani depremle alakalı sorunlar geliyordu ya da öğrenciler depremle ilgili çok fazla strese girdikleri için hani en ufak bir sallantıda ya da en ufak bir arkadaşının masayı sıra gitmesinde hani deprem mi oluyor acaba diye sürekli kaygılanıyorlardı ya da bazı öğrenciler de bunu fırsat bilerek hani diğer öğrencilerin korkusunu kullanıyordu. Hani bu dönemde maalesef öğrencileri hani sakin tutmak, öğrencilere bir şey olacağını anlatmakla geçti belli bir dönem.”

Ö11 “Geldiğimde bir uyum sürecinde kendi adıma değil öğrenciler adına sorunlar, problemler gördüm. Ya da onların sorularını depremde olan kayıplar hakkında. Depremde olan kayıpları hakkında onların psikolojilerini bozmadan nasıl cevap verebileceğim, onları nasıl normal hayata döndürmeye çalışabilirim diye düşündüm ve bu biraz zamanımı aldı.”

Ö14 “Deprem sonrasında en ufak bir sestem bile tetiklendiğimi anladım. Öğrenciler de aynı şekilde. En ufak bir sesle, bir gürültüye. Onlar da artık böyle deprem olacakmış gibi bakıyorlardı. Öğrencilerin bu durumu biraz bizi zorladı.”

Katılımcılar deprem sonrası süreçte öğrencilerin çok korktuğunu sürekli depremden ve o anda yaşadıklarından bahsettiğini en ufak bir sestem veya sallantıda deprem olduğunu düşündüklerini ifade etmiştir. Öğrencilerin yaşadığı bu korku ve deprem olacak kaygısı öğretmenlerin eğitim öğretimi sürecine uyum sağlamasını da engellemiştir. Çünkü bir müddet öğrencileri sakinleştirmek, olayın psikolojik etkilerini azaltmak ve öğrencilerin yaşadıkları kaygıyı azaltmaya çalışmakla geçmiştir.

4.12. KATILIMCI CEVAPLARINA GÖRE OKUL YÖNETİCİLERİ VE ÖĞRETMENLERİN KARŞILAŞTIRILMASI

Tablo 3’e bakıldığında deprem sonrasındaki hisler temalarında korku, kaygı, stres, çaresizlik kodlarında öğretmen ve okul yöneticileri arasında önemli bir farklılık görülmezken sorumluluk kodu farklılık göstermektedir. Okul yöneticisi olan katılımcılar deprem sonrası kendi hayatları için endişelenmelerinin yanı sıra okul personeli ve öğrenciler için de kendilerini sorumlu hissettiklerini dile getirmişlerdir.

Tablo 5’e bakıldığında katılımcılardan öğretmen olanların çoğunluğu deprem stresi yaşadığını belirtirken okul yöneticisi olan katılımcılarda ise sadece 4 tanesi deprem stresi yaşadığını belirtmiştir. Bu araştırma sonuçlarına göre okul yöneticilerinin öğretilere göre daha az deprem stresi yaşadığı söylenebilir.

Deprem stresi ile baş etme stratejilerine bakıldığında (Tablo 4) ise eylemsel stratejiler alt temasında öğretmenlerin genellikle fiziksel tedbirler aldığı görülürken, yöneticilerin ise daha çok plan yapmak, açık havaya çıkmak, yapının kontrolünü sağlamak gibi tedbirler aldığı görülmektedir. Zihinsel stratejiler alt temasında ise okul yöneticilerinin konu ile ilgili bilgi edinmek, bilgilendirme yapmak gibi stratejiler başvururken öğretmenler daha çok inanca sarılma, unutmaya çalışma, kendini rahatlatmaya çalışma, zamana bırakma, düşünmemeye çalışma gibi stratejiler kullanmaktadır.

Tablo 7’de okulların depreme hazırlıklı olma durumu temasına bağlı olarak katılımcıların çoğunun okulların depreme hazırlıklı olmadığını düşündükleri görülürken depreme hazırlıklı olduğunu düşünen katılımcıların tamamının ve kısmen hazırlıklı olduğunu düşünen katılımcıların da yarısının okul yöneticisi olduğu görülmektedir.

Ayrıca katılımcılara okulların depreme hazırlıklı olması için yapılması gerekenler sorulduğunda okul yöneticisi olan katılımcılar daha çok bina yapısına dair alınabilecek önlemler üzerinde dururken öğretmenler sınıf ve okul içerisinde alınacak önlemler üzerinde durmuşlardır (Tablo6).

Ayrıca Tablo 11’de okula uyum sağlamada yaşanan problemler temasında deprem bölgesinden gelen öğrenciler kodunda yer alan katılımcı cevaplarının çoğunluğunun okul yöneticilerine ait olduğu görülmektedir. Bunların yanı sıra deprem anındaki hisler (Tablo 2), depremin hayata yansımaları (Tablo 8), depremzedelere destek yolları (Tablo 9), okulların depreme hazırlıklı olmama sebepleri (Tablo 10) temalarına ilişkin öğretmenler ve okul yöneticileri arasında önemli farklılıklar görülmemektedir.



SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmanın bu bölümünde, araştırmadan elde edilen verilerin analizi sonrası ulaşılan sonuçlar ile araştırmanın katılımcıları olan okul yöneticileri ve öğretmenlerin depreme ilişkin yaşantıları ve deprem stresi ile baş etme stratejilerine yönelik ilgili alan yazına ilişkin tartışmalara yer verilmiştir.

Deprem anındaki hisler teması, katılımcıların deprem anında hissettikleri duygularla ilgili olarak boşluk, çaresizlik, her şeyin bitmesi, kaygı, korku, stres, şok, yakınları için endişelenmek kodlarını içermektedir.

Depremi hisseden öğretmen ve okul yöneticileriyle yapılan görüşmeler neticesinde katılımcıların büyük çoğunluğunun deprem anında yoğun bir korku ve bu korkuyu takip eden bir kaygı hissettikleri görülmektedir. Yaşanılan bu korkunun depremin çok şiddetli hissedilmesi, yıkımın ve kayıp sayısının çok olmasının verdiği endişeden kaynaklandığı görülmektedir. Kirman (2023) benzer şekilde depremde hem depremi birebir yaşayan, hem hisseden, hem de uzaktan takip eden bireylerin yoğun bir kaygı ve korku hissettiklerini belirtmiştir. Kutlu Ünal (2015) de çalışmasında katılımcıların deprem anında korku, kaygı, panik, tedirginlik yaşadıkları sonucuna ulaşmıştır. Öğretmenler ve yöneticilerinin deprem anında olayı anlamlandıramadıkları ve bildiklerini de uygulayamadıkları, bir şok ve bunun yanında bir boşluk hissettikleri görülmektedir. Akalın vd., (2020) çalışmasında bireylerin deprem anında neler yapması gerektiği konusunda yeterli bilgiye sahip olmadığı, bilgi sahibi olanların da bilgilerini kullanamadıklarını bu nedenle gerekli eğitimlerin verilmesi gerektiği sonucuna ulaşmıştır. Araştırmaya katılan öğretmenler deprem anında kendi hayatları için korkmalarının yanında aileleri için de endişe duymaktadırlar. Deprem anında öğretmen ve yöneticilerin yaşadıkları korkuların strese neden olduğu ve bunun da karar verme ve uygulama mekanizmalarını olumsuz etkilediği görülmektedir. Bu karar verme mekanizmasına engel olan duygulardan birisi de hiss edilen elden bir şey gelememesi hissi ve çaresizliktir. Ayrıca yapılan görüşmeler sonucunda katılımcılardan birinin deprem anında ne yapacağını bilmedikleri, o anda her şeyin bittiğini düşündükleri görülmektedir. Benzer şekilde Bağbancı (2015) deprem anında bireylerin yaşadıkları şok ile neler yapacağını bilemediklerini, yaşanan kriz anını çözememelerinin bir paniğe sebep olduğunu belirtmiştir.

Deprem sonrası hisler teması, katılımcıların deprem sonrası hissettiği duygularla ilgili olarak çaresizlik, suçluluk, kendilerini kontrol etme ihtiyacı, hazırlıklı olma, sorumluluk, stres, aile için endişe, kaygı, tedirginlik, devam eden deprem korkusu, okul saatleri içerisinde deprem olma korkusu kodlarını içermektedir.

Öğretmen ve okul yöneticileriyle yapılan görüşmeler sonucunda, katılımcıların çoğunun deprem sonrasında okul saatleri içerisinde deprem olmasından korktukları görülmüştür. Yapılan araştırmalara göre de deprem sonrası dönemde bireylerde korku, kaygı, suçluluk gibi duygusal durumlar görülmektedir (Filiz vd., 2023). Katılımcılar okul saatleri içerisinde olası bir deprem durumunda hem okul binalarının güvenilirliğinden emin olamamaları sebebiyle kendi hayatları için, hem de o anda yapmaları gerekenleri uygulayamama endişesiyle sorumlu oldukları öğrencilerin hayatları için korkmaktadır. Bununla birlikte birçok katılımcı deprem sonrasında tekrar deprem olmasından korkmakta ve deprem kaygısını yaşamaya devam etmektedir. Sürekli endişe içerisinde ve tetikte beklemekte bu durumda psikolojisini olumsuz etkilemektedir. Kutlu Ünal (2019) çalışmasında benzer şekilde deprem sonrasında insanların büyük korku ve kaygı yaşadıklarını, bunun daha sonra da devam ettiğini, hatta bu durumun bazı kişilerde kalıcı psikolojik etkiler bıraktığı sonucuna ulaşmıştır. Öğretmen ve okul yöneticileri deprem sonrasında okul binalarının güvenilir olmadığını düşünmeleri, kapalı ortamlarda rahatsız olmaları, okulların kalabalık olması sebebiyle öğrencilerin güvenliğini sağlayamama ihtimali olması ve olası bir deprem anında ailelerinden uzak oldukları için endişelenmekte ve tedirginlik hissetmektedir. Katılımcılar depremden sonra uzak kaldıkları ailelerinin güvende olduklarını hissetme ihtiyacı duymakta ve onlar için endişe etmektedirler. Arslan (2023) çalışmasında benzer şekilde öğretmenlerin deprem sonrası yakınları için endişelendikleri ve deprem riski yüksek olan bölgelerden uzak durmaya çalıştıklarını ifade etmiştir. Ayrıca Karabulut Bekler (2019) çalışmasında, deprem sonrasında çocukların ailelerinden, ailelerinde çocuklardan ayrı kalmak istemediği sonucuna ulaşmıştır. Deprem sonrasında okul yöneticileri ve öğretmenler öğrencilerin güvenliğinden ve deprem sonrası normal hayata dönme aşamasında onların psikolojik sağlıkları konusunda da kendilerini sorumlu hissetmektedirler. Bütün bu durumlar öğretmenlerin ve okul yöneticilerinin yoğun bir stres yaşamasına neden olmaktadır. Tekrar deprem olma endişesi, öğrencilerin sorumluluğu ve onların güvenliğini sağlama ihtiyacı, bu süreçte aileler için endişelenme

gibi durumlar strese sebep olmaktadır. Ayrıca bazı katılımcılar deprem sonrası olası bir deprem durumunda neler yapmaları ve nasıl davranmaları gerektiğini, nasıl hazır olacağını bildikleri için daha rahat hissetmektedir. Bağbancı (2015) çalışmasında afete maruz kalan bireylerin afet anında yapması gerekenler konusunda daha hazırlıklı olduğunu, yani afet yaşayan bireylerin afet farkındalığının daha yüksek olduğunu sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca AFAD'ın 2024'te yaptığı çalışmada afete maruz kalmış bireylerin afet konusunda bilgilerinin arttığı sonucu görülmektedir. Aynı çalışmada afete maruz kalan bireylerin %65'inin afet konusunda bilinçlendiği ifade edilmektedir. Bu sonuçlar da bu çalışmayla sonuçlarıyla paralellik göstermektedir.

Bunların yanı sıra öğretmenlerin ve okul yöneticilerinin depremden kaçamadıklarını düşündükleri için çaresiz hissettikleri, yaşadıkları ve hissettikleri duyguların öğrencilere yansımaması için kendilerini kontrol etmeye çalıştıkları, yaşanan üzücü olay sonrasında günlük rutinelere devam ederken suçluluk hissettikleri de görülmektedir. Yapılan araştırmalarda depremden daha az etkilenen bireylerde suçluluk duygusu yaşanabileceğini göstermektedir (Filiz vd., 2023). Kirman (2023) da araştırmasında bu çalışmaya benzer şekilde deprem sonrası depremden daha az etkilenen insanların günlük hayatlarına dönerken suçluluk duygusu hissettiklerinden bahsetmektedir.

Deprem stresini azaltma stratejileri teması öğretmen ve okul yöneticilerinin yaşadıkları stresi yönetme stratejilerine bağlı olarak eylemsel stratejiler ve zihinsel stratejiler alt temalarını içermektedir.

Katılımcıların deprem stresini azaltmaya yönelik eylemsel stratejiler alt temasında plan yapmak, açık havaya çıkmak, yapının kontrolünü sağlamak, fiziksel tedbir almak kodları yer almaktadır.

Öğretmen ve okul yöneticileriyle yapılan görüşmeler neticesinde, katılımcıların depremin neden olduğu stresle baş etmek için öncelikle hazırlıklı olmak gerektiğini düşündükleri ve bunun için evlerinde, yaşam alanlarında deprem için gerekli tedbirleri aldıkları, deprem çantası hazırlama, eşyaları sabitleme gibi fiziksel önlemlerle hazırlık yaptıkları görülmektedir. Ayrıca evlerinin yaşadıkları binaların kontrolünü sağlayıp deprem için güvenli olduğunu tespit etmek de katılımcıların stresini azalmasını sağlamaktadır. Olası bir deprem için hem aile içerisinde hem yakın çevrede hem de genel olarak tüm toplumu kapsayan bir plan yapılması ve bu plana uygun olarak hareket

edilmesi katılımcıları rahatlatmaktadır. Bunun yanında katılımcılara göre kapalı ortamlardan uzak durarak daha güvenli ortamlarda bulunup açık havaya çıkmak stresi azaltan yöntemlerden birisidir. Bir çalışmada afetler için evlerinde acil durum çantası bulunduran bireylerin afetler için hazırlıklı olma durumlarının daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Ertuğrul ve Ünal, 2020). Deprem için gerekli önlemler alındığında yaşanan travmayla baş edebilmenin kolaylaştığı ve deprem stresinin azaldığı görülmektedir (Akalin vd., 2020). Çoban vd., (2017) araştırmasında bireylerin deprem için hazırlık yaptıklarında depremin bireyler üzerindeki olumsuz etkilerinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların deprem stresini azaltmaya yönelik zihinsel stratejiler alt temasında konuyla ilgili bilgi edinmek, bilgilendirme yapmak, unutmaya çalışmak, bir şey yapamamak, zamana bırakmak, düşünmemeye çalışmak, kendini rahatlatmaya çalışmak, inanca sarılmak kodları yer almaktadır.

Öğretmenler ve okul yöneticileriyle yapılan görüşmeler neticesinde yaşadıkları stres ile baş etmek için inançlarına sarıldıkları görülmektedir. Katılımcılar dua ederek depremin Allah'tan geldiğini bilip tevekkül ederek deprem stresini azaltmaya çalışmaktadırlar. Gülmez (2008) dua etmek, inançlarına sarılmak gibi yöntemlerin deprem stresiyle baş etme stratejilerinden biri olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde Kardeş (2013) de çalışmasında manevi duyguların bu stresi azaltmada etkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yapılan araştırmalarda dini inanca yönelmenin ve dua etmenin deprem gibi bir afetin sebep olduğu stresin yönetmede yardımcı olduğu görülmektedir (Kirman, 2023; Yılmaz, 2023).

Deprem stresini azaltmak için neler yaptıkları sorulan öğretmen ve yöneticilerden bazıları konuyla ilgili bilgi edinip deprem anda ve deprem sonrasında neler yapmaları gerektiğini öğrenerek streslerini azaltabildiği görülmektedir. Ayrıca bazı katılımcıların çevresini çevresinde görev dağılımı yaparak bilgilendirdikleri ve bu şekilde bir bilinç oluşturmaya çalıştıkları görülmüştür. Bağbancı (2015) çalışmasında afetlere hazırlık için yapılması gereken en önemli adımlardan birinin bireylerin seviyelerine uygun olarak verilecek eğitimler olduğunu belirtmektedir. Kocaman (2019) da çalışmasında benzer şekilde afet eğitimi alan bireylerin afet için daha hazır olduğunu düşündüklerini belirtmektedir. Ertuğrul ve Ünal (2020) çalışmasında okullardaki afet ve acil durum

planı hakkında bilgisi olan bireylerin afetler için daha hazırlıklı olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Katılımcılardan bazıları deprem stresini hissettiklerinde bu stresi azaltmak için kendilerini rahatlatmaya çalıştıkları, bazılarının da deprem düşüncesinden ve depremi hatırlatan şeylerden uzak durmaya çalıştıkları, bazılarının ise depremi tamamen unutmaya çalıştığı görülmektedir. Aker (2012) deprem sonrası bireylerin sevdikleri aktiviteleri yaparak yaşadıkları stresi azaltabileceklerini belirtmiştir. Bunların yanında bazı katılımcılar ise deprem stresini azaltmak için bir yöntemlerin olmadığını ancak zamana bırakarak bu stresten kurtulmaya çalıştıkları görülmektedir. Nakajima (2012) Deprem sonrası yaşanan korku ve kaygının zamanla günlük hayata dönerek azalabileceğini belirtmektedir.

Deprem stresinin varlığı temasında öğretmen ve okul yöneticilerinin deprem stresi yaşama durumuna bağlı olarak deprem stresim yok ve deprem stresim var kodları yer almaktadır. Öğretmen ve okul yöneticilerinin büyük bir bölümünün deprem bölgesinde yaşama ve ülkemizin bir deprem ülkesi olması dolayısıyla deprem stresi yaşadıkları görülmektedir. Bazı katılımcılar ise depremle ilgili bir olaya denk gelmedikleri sürece böyle bir stres yaşamamaktadırlar. Kirman (2023) benzer şekilde deprem sonrası hem depremi birebir yaşayan, hem hissedeni, hem de uzaktan takip eden bireylerin yoğun bir kaygı ve korku hissettiklerini belirtmiştir. Deprem sonrası dönemde bireylerde korku, kaygı, suçluluk gibi duygusal durumlar görülmektedir (Filiz vd., 2023). Çelik ve Gündoğdu (2022), afetlerden korkmanın bireyleri afetler için önlem almaya ittiğini ifade etmektedir. Diğer bir deyişle; bireylerin yaşadığı deprem stresi, deprem için hazırlıklı olmalarını ve gerekli önlemleri almalarını sağlayabilir.

Deprem hazırlık için öneriler temasında öğretmen ve okul yöneticilerinin okulların depreme hazırlıklı hale gelmesi için yapılması gerekenlere yönelik önerilere bağlı olarak deprem ile ilgili dersler eklenmeli, eylem planı hazırlanmalı, dayanıklı olmayan binalar yıkılmalı, az katlı binalar yapılmalı, denetim yapılmalı, depreme dayanıklı yapılar yapılmalı, okul binasında önlemler alınmalı, yetkililer sorumluluklarını yerine getirmeli, deprem bilinci oluşturulmalı, deprem tatbikatı yapılmalı, eğitimler verilmeli, binaların sağlamlığı kontrol edilmeli kodları yer almaktadır.

Öğretmen ve okul yöneticileri okulların depreme hazırlıklı olması için ilk olarak okul binalarının sağlamlığının kontrol edilmesi, dayanıklı olmayan binaların yıkılması ve yerine depreme dayanıklı ve az katlı binalar yapılması gerektiğini düşünmektedir. Okul binalarının sağlam olması hem öğretmen ve yöneticilerinin, hem de sorumlu oldukları öğrencilerin can güvenliği için büyük önem taşımaktadır. Katılımcılar için yapılacak okul binalarının en baştan planlı bir şekilde ve deprem için güvenli alanlarda yapılması gerektiği görülmektedir. Araştırmaya katılan öğretmen ve okul yöneticileri okulların depremi hazır hale getirilmesi için hem öğretmenlere hem de diğer personele hem de öğrencilere eğitim verilerek bilinçlendirilmesi gerektiği görülmektedir. Bu eğitimler ışığında sık ve detaylı olarak yapılacak tatbikatların da önemli olduğu düşünülmektedir. Toplumun depreme hazırlıklı hale gelmesi çocuklara küçük yaşlardan itibaren deprem eğitimi verilmesiyle mümkün olabilir (Demirkaya 2007). Okulların depreme hazırlıklı hale gelmesi için öğretmenlerin, okul personelinin, öğrencilerin ve velilerin tamamını kapsayan planlar oluşturulmalı ve hazırlıklar yapılmalıdır (Özmen vd., 2015). Ayrıca bu araştırmaya benzer şekilde Uğur ve Işık (2020), toplumda deprem bilincinin eksik olduğunu ve bu bilincin politika yapıcılar tarafından yapılacak planlamalarla topluma kazandırılması gerektiğini ifade etmektedir. Katılımcılardan birisi de deprem anı ve sonrası için bir eylem planına hazırlanması gerektiğini düşünmektedir. Katılımcılar depreme hazırlıklı hale gelebilmeleri için öncelikle toplumda deprem bilinci oluşturulması gerektiğini ifade etmişlerdir. Toplumun tamamına afetlerle yaşamanın öğretilmesi ve gerekli önlemlerin alınması gereklidir (Kuru ve Kazancı, 2023). Araştırmaya katılan okul yöneticilerinden biri ise topluma bu bilincin kazandırılmasının temelden başlatılması gerektiğini ve okul müfredatına deprem ve doğal afetlerle alakalı derslerin eklenmesini gerekli görmektedir. Kırkaya vd., (2011) çalışmasında bu araştırmanın sonucunu destekler nitelikte okul müfredatında afet yönetiminin ayrı bir ders olarak okutulması gerektiğini ifade etmiştir. Öğretim programlarındaki afetlere ilişkin kazanımların incelendiği bir çalışmada, afetlerle doğrudan ve dolaylı olarak ilişkili çok az sayıda kazanım olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Sözcü ve Aydınöz, 2019). Bütün bunlar düşünüldüğünde tüm kademeler için afet eğitimi dersinin verilmesi büyük önem taşımaktadır (Demirci ve Yıldırım, 2015). Çelik ve Gündoğdu (2022) çalışmasında okullarda yapılan deprem tatbikatlarının yetersiz olduğunu, tatbikatların özenli ve doğru bir şekilde yapılması durumunda

öğretmenlerin, öğrencilerin ve bütün personelin kendini güvende hissedeceğini belirtmiştir. Ayrıca katılımcılardan okulların depreme hazır hale gelmesi, okul binası içerisinde yapılacak düzenleme, yönlendirme, eşyaları sabitleme gibi alınacak önlemlerle depreme hazırlık yapılabileceği önerilmektedir. Kuru ve Kazancı (2023) çalışmasında bütün okulların tüm okul personelini ve öğrencileri kapsayan bir afet planının olması ve bu planın uygulanacağı tatbikatların yapılması gerektiğini belirtmektedir. Bütün bunlar dışında konuyla alakalı üst yetkililerin de görevlerini yerine getirmesi, gerekli önlemler alması ve düzenli denetim yapması da katılımcılar tarafından depreme hazırlık için önemli görülmektedir. Toplumun afetlere hazır olmasının en önemli aşamalarından biri, devletin yapacağı yasal düzenlemelerle gerekli önlemleri almak, acil durum planları yapmak ve toplum bilinçlenmesini sağlamaktır (Uğur ve Işık 2020).

Okulların depreme hazırlıklı olma durumu temasında öğretmen ve okul yöneticileri ile yapılan görüşmelere göre okulların olası bir deprem için hazırlıklı olup olmama durumuna bağlı olarak depreme hazırlıklı, kısmen hazırlıklı, depreme hazırlıklı değil kodları yer almaktadır.

Öğretmen ve okul yöneticileri ile yapılan görüşmeler sonucunda katılımcıların çoğunluğunun okulların olası bir deprem için hazırlıklı olmadığını düşündükleri görülmektedir. Bazı katılımcılar ise okul binalarının deprem için hazırlıklı olduğunu düşünmelerine rağmen okul içerisinde depreme hazırlıklı olmadığını düşünmektedir. Az sayıda katılımcı ise okullara da gerekli analizlerin yapıldığını ve okulların deprem için hazırlıklı olduğunu düşünmektedir. Doğan ve Kırkıncıoğlu (2020) sağlık kuruluşları gibi okullarda deprem anı için fiziksel olarak afetlere dayanıklı yapılar olması gerektiğini belirtmiştir.

Depremi hayata yansımaları teması, katılımcıların deprem sonrası hayatlarında ne gibi değişiklikler olduğu ve depremin hayatlarını nasıl etkilediğine bağlı olarak depremden duygusal olarak etkilenmek, depremin psikolojik etkileriyle baş etmek, empati geliştirmek, yardımlaşmak, sosyal ortamlardan soyutlanmak, yaşadığı ortamı değiştirmeyi düşünmek, depremden sürekli konuşmak, deprem bilinci oluşturmak, kalabalık ortamlardan ve çok katlı binalardan uzak durmak, ailesi için endişelenmek kodları yer almaktadır.

Öğretmen ve okul yöneticileriyle yapılan görüşmeler sonucunda katılımcıların deprem sonrasında sürekli ailelerin düşündükleri, onlar için endişe ettikleri ve bu endişenin hem sosyal hayatlarını hem de iş hayatlarını olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. İsmen (2006), Sarman (2012), Karabulut Bekler (2019) ve Ataç ve Özsever (2021) araştırmasında deprem sonrası çocukların ailelerinden, ailelerinde çocuklardan ayrı kalmak istemediği sonucuna ulaşmıştır. Katılımcıların bazılarının deprem sonrasında tekrar deprem olmasından endişelendikleri, devamlı tedirgin oldukları ve psikolojik açıdan olumsuz etkilendiği görülmektedir. Bu sebeple çok katlı binalardan ve kalabalık ortamlardan uzak durmaya çalışmakta, hatta bazı katılımlar yaşadıkları ortamları değiştirmeyi bile düşünmektedir. Bazı katılımcılar deprem sonrası belli bir süre sosyal ortamlarda ve iş ortamlarında sürekli deprem hakkında konuştukları görülmektedir. Bu durum bazen olayın stresini azaltmak için faydalı olurken bazı katılımcıların sosyal ortamlardan uzak durmasına neden olmaktadır. AFAD (2014) çalışmasında birçok kişinin afetler sonrasındaki süreçte evlerinde ve işyerlerinde afet hakkında konuştukları sonucu sonucunu elde etmiştir. Bazı katılımcıların deprem sonrası süreci daha yoğun yaşayan ve daha fazla yaralan kişilerle empati kurabildikleri ve bu durumda yardımlaşmayı desteklediği görülmektedir. Yıldırım (2022) çalışmasında deprem sonrası bireylerin empati duygusunun geliştiğinden bahsetmektedir. Ayrıca katılımcılardan biri depremden çok etkilendiklerini ve yoğun bir şekilde üzüntü yaşadıklarını ifade ederken diğer bir katılımcı ise deprem sonrası önlem almanın depremin neden olduğu psikolojik bunalımı yönetmek ve atlatmak için faydalı olduğunu düşünmektedir. Araştırmaya katılan öğretmen ve okul yöneticilerinin bazılarında deprem sonrası depreme hazırlık için çalışmalar yaptığı eğitimler aldığı ve bu durumda deprem bilinci oluşturduğu görülmektedir. Uğur ve Işık (2020) deprem yaşamış bireylerin deprem bilincinin daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Çelik ve Gündoğdu (2022) çalışmasında bir afet yaşamış hatta afetten maddi ve manevi yara almış bireylerin olası bir deprem için daha hazır oldukları sonucuna ulaşmıştır.

Depremzedelere destek yolları teması, katılımcıların deprem stresi yaşayan bir meslektaşına nasıl destek olabileceklerine ilişkin düşüncelerine bağlı olarak gerekli önlemlerin alındığı konusunda rahatlatmak, günlük rutinlerine dönmelerini sağlamak, tevekkül ve dua etmelerini tavsiye etmek, duygudaş olmak, uzman kişilere

yönlendirmek, yanında olduğunu hissettirmek, depremle ilgili hazırlıklı olmaya yönlendirmek, konuşmak, dinlemek kodları yer almaktadır.

Öğretmenler ve okul yöneticileriyle yapılan görüşmeler sonucunda, katılımcıların deprem stresi yaşayan meslektaşlarına destek olmak için genellikle onlarla konuştukları, onları dinledikleri, onlarla duygudaş olarak yanlarında olduklarını hissettirmeye çalıştıkları görülmektedir. Aker (2012), Bedirli (2014), Kardeş (2013) ve Özden (2013) de bireylerin deprem sonrasında konuşarak ve dinleyerek birbirlerine destek olarak bu stresi azaltabileceklerini belirtmektedir. Ayrıca meslektaşlarına depremin olan bir durum olduğunu hissettirerek dua ve tevekküle yönlendirmektedirler. Katılımcıların bazıları ise meslektaşlarının deprem ile ilgili gerekli önlemleri almaları ve ellerinden geldiğince hazırlık yapmaları konusunda yönlendirerek ve onların günlük rutinelere dönmesini sağlayarak meslektaşlarının deprem stresini azaltabileceğini düşünmektedir. Aral (2023) deprem sonrası günlük rutinelere dönmenin stresle baş etmek için destekleyici olduğunu belirtmektedir. Bütün bunların yanında çalışmanın katılımcıları olan öğretmen ve okul yöneticileri meslektaşlarının deprem stresini azaltmak için ellerinden bir şey gelmediğini hissettikleri anda onları uzman yardımı almaya yönlendirebileceklerini ifade etmektedir. Depremler sonrası topluma verilecek psikolojik desteğe en az sağlık, barınma, beslenme desteği kadar önem taşımaktadır (Akpınar ve Köksalan, 2003). Yönetici olan bir katılımcı ise okul içerisinde gerekli önlemlerin alındığı konusunda onları rahatlatmaya çalışmaktadır. Deprem için gerekli önlemler alındığında yaşanan travmayla baş edebilmenin kolaylaştığı ve deprem süresinin azaldığı görülmektedir (Akalin vd., 2020). Yapılan çalışmalarda, afetler sonrasında alınacak psikolojik desteklerin bireylerin süreçle baş edebilmesi için önemli olduğu, bu şekilde daha rahat ve sakin kalabildikleri görülmektedir (Bağbancı, 2015).

Okulların depremi hazırlıklı olmama sebepleri teması öğretmen ve okul yöneticilerin okulların deprem için neden hazırlıklı olmadığını düşündüklerine bağlı olarak sınıfların kalabalık oluşu, okul binalarının sağlam olmayışı, deprem bilinci eksikliği kodları yer almaktadır. Öğretmen ve okul yöneticileriyle yapılan görüşmeler sonucunda katılımcıların düşüncelerine göre öğretmenlerde, öğrencilerde, velilerde hatta tüm toplumda deprem bilinci eksikliği olduğu görülmektedir. Bunun yanında, katılımcıların sınıfların kalabalık olması sebebiyle olası bir deprem anı için kaos yaşanacağını, karmaşa çıkmasa bile sınıflarda öğrencilerin deprem anı için güvende

tutulabilecek alanın çok az olduğunu düşündükleri ve okul binalarının deprem için gerektiği kadar sağlam olmadığı kanaatinde oldukları görülmektedir. Turhan ve Turan (2012) çalışmasında okulların fiziki olarak olası bir afet için hazırlıklı olmadığı okul içerisinde ve okul çevresinde alınan önlemlerle okulların afet için hazırlıklı hale getirilmesi gerektiği sonucuna ulaşmıştır. Bireylerin afet eğitimi düzeyleri, afete hazırlıklı olma durumlarıyla doğru orantılıdır. Çelik ve Gündoğdu (2022) çalışmasında öğretmenlerin yaşadıkları ve çalıştıkları bölgelerin deprem için risk taşıdığını düşünmelerine rağmen deprem için hazırlıklı olmadıklarını düşündükleri sonucu bu çalışmayla paralellik göstermektedir. Sözen ve Genç (2023) yaptığı çalışmada katılımcıların deprem konusunda belli bir seviyede bilgi sahibi olduğu fakat deprem için yeteri kadar hazırlıklı olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Okullar bir afet anı için ilk olarak ulaşılabilir yerler ve sığınma alanlarıdır (Akpınar ve Köksalan, 2003). Bu durum göz önünde bulundurulduğunda okulların afetler için güvenli alanlar olması zorunludur.

Deprem anında öğretmenlere düşen roller teması öğretmen ve okul yöneticilerinin deprem anında öğretmenlerin yapması gerektiğine dair düşüncelerine bağlı olarak tahliye sonrası güvenliği sağlama, deprem sonrası öğrencileri sakinleştirme, deprem konusunda bilgi sahibi olmalı, tahliye sonrası güvenliği sağlamalı, deprem sonrası öğrencileri sakinleştirmeli, deprem konusunda bilgi sahibi olmalı, önceden belirlenen plana uymalı, deprem anında güvenli alan oluşturmalı, sakin ve soğukkanlı olmalı, doğru bir şekilde tahliye etmeli kodları yer almaktadır. Öğretmen ve okul yöneticileri ile yapılan görüşmeler sonucunda, katılımcıların deprem anında öğretmenlerin önce sakin ve soğukkanlı olması gerektiğini ancak bu şekilde sorumlu oldukları öğrencilerin güvenliğini sağlayabileceklerini düşündükleri görülmektedir. Çalışmanın katılımcısı olan öğretmen ve okul yöneticileri, öğretmenlerin deprem anında öğrencilerin güvenliğinden sorumlu olduğunu ve deprem bitene kadar onlar için güvenli bir alan oluşturması gerektiğini düşünmektedir. Bununla birlikte, katılımcıların deprem anında öğretmenlerin yapması gerekenlerle ilgili doğru bir şekilde tahliye etmeleri gerektiği konusunda neredeyse görüş birliği olduğu görülmektedir. Katılımcılar tarafından bu tahliye işleminin sorunsuz olabilmesi için de öğretmenlerin deprem konusunda bilgi sahibi olmaları gerektiği, önceden belirlenen bir plan olması ve bu plana uyulması gerektiği ifade edilmiştir. Ertuğrul ve Ünal (2020) yaptığı çalışmada bu konuyu destekleyen nitelikte acil durum afet eğitimi alan bireylerin almayan bireylere oranla

deprem için daha hazır oldukları sonucuna ulaşmıştır. Genel olarak bütün toplumun afetlere hazırlıklı olması için alanında uzman kişiler tarafından doğru ve etkili afet eğitimi verilmesi gerekmektedir (Mızrak 2018). Afet anı için okullarda yapılan planlar güncel tutulmalı ve gerekli tatbikatlar yapılmalıdır (Akpınar ve Köksalan, 2003). Ayrıca katılımcılara göre deprem sonrası öğrencileri sakinleştirmek ve onların güvenliğini sağlamak da öğretmenlere düşen görevlerdendir. Afet sonrasında yapılması gereken en önemli şeylerden biri çocukların güvenliğinin sağlanabilmesidir (Erbil, 2023).

Okula uyum sağlamada yaşanan problemler teması öğretmen ve okul yöneticilerinin deprem sonrası okula uyum sağlamada yaşadıkları problemlere bağlı olarak boşluk hissi yaşanması, duygusal olarak etkilenme, öğrencilerin deprem ile ilgili görüntülere maruz kalmaları, velilerin kaygılı olmaları, öğretmenlerin stres yaşaması, uyum sağlamada problem yaşamama, öğretmenlerin kaygılı olmaları, deprem bölgesinden gelen öğrencilerle ilgili sorunlar, eğitim-öğretime odaklanmada problem yaşama, öğrencilerin kaygılı olmaları kodları yer almaktadır.

Öğretmen ve okul yöneticileriyle yapılan görüşmeler sonucunda okula uyum sağlamada yaşanan problemlerin sebebi olarak öğretmenlerin, öğrencilerin ve velilerin kaygılı olmaları, bunun yanında öğretmenlerin deprem stresi yaşadıklarını gördükleri sonucuna ulaşılmıştır. Tarhan ve Mukba (2015) deprem sonrası öğrencilerde yoğun bir korku ve kaygı yaşandığı sonucuna ulaşmıştır. Karabulut ve Bekler (2019) çalışmasında deprem sonrasında öğrencilerde korku ve kaygı bir duyguların olabileceği gibi bazı davranış problemlerine de rastlanabileceğini ifade etmektedir. Arslan (2023) çalışmasında deprem sonrası okullarda yaşanan en önemli sorunlardan birinin öğrencilerin motivasyon eksikliği yaşaması ve okula devam konusunda yaşanan problemler olduğu sonucuna ulaşmıştır. Deprem sonrası devam eden bu kaygı ve stresin eğitim ve öğretime odaklanmada problem yaşanmasına neden olduğu görülmektedir. Bağbancı (2015) deprem sonrası bireylerde görülen korku, kaygı, tedirginlik gibi duyguların işlerine konsantre olmalarını engellediğini ve uyum sağlamada problem yaşadıklarını belirtmiştir. Limoncu ve Atmaca (2018) çalışmasında deprem sonrası öğrencilerin okula uyum sağlamada, derslerine odaklanmada problem yaşadıklarını ifade etmektedir. Arslan (2023) çalışmasında deprem sonrasında öğrencilerde davranış problemlerinin yaşandığını belirtmekte ve deprem sonrası öğretmenlere, öğrencilere ve velilere psikososyal yardım yapıldığı sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca öğretmen ve okul

yöneticileri deprem sonrası deprem bölgesinden gelen misafir öğrencilerin okula uyum sağlamada ve olayın psikolojik etkilerini atlatmada sorun yaşadıkları görülmektedir. Güven (2019) da çalışmasında benzer sonuçlara yer vermiştir. Deprem sonrası buldukları ortamları ve okulları terk etmek ve yeni ortamlara alışmaya çalışmak zorunda olan çocukların uyum sağlamada problem yaşadıkları görülmektedir. Deprem sürecinden duygusal olarak çok etkilenen katılımcıların bazılarının deprem sürecinden duygusal olarak çok etkilendiklerini belli bir süre boşluk hissi yaşadıklarını ifade ederken bazı katılımcıların uyum sağlamada problem yaşamadıkları görülmektedir. Kirman (2023) depremde olağanüstü durum neticesinde yaşanan şokun ve boşluk duygusunun bir süre devam ettiğini belirtmiştir. Ayrıca katılımcılar için öğretmenlerin, öğrencilerin deprem ile ilgili görüntülere maruz kalmaları olaydan daha fazla etkilenmelerine ve okula uyum sağlamada problem yaşamalarına neden olduğunu düşündükleri görülmektedir. Deprem sonrası medyaya yansıyan görüntüler çocuklar için olumsuz etkilere sebep olabilmektedir (Erbil, 2023).

Araştırmanın katılımcıları olan öğretmenlerin ve okul yöneticilerinin verdikleri cevaplar arasında bazı farklılıklardan söz edilebilir. Okul yöneticisi olan katılımcıların öğretmenlere göre deprem sonrası kendi hayatları için endişelenmelerinin yanı sıra okul personeli ve öğrenciler için de kendilerini sorumlu hissettikleri görülmektedir. Katılımcılardan öğretmen olanların çoğunluğu deprem stresi yaşadığını belirtirken okul yöneticisi olan katılımcılarda ise bazıları deprem stresi yaşadığını belirtmiştir. Bu araştırma sonuçlarına göre okul yöneticilerinin öğretmenlere göre daha az deprem stresi yaşadığı söylenebilir. Deprem stresi ile baş etme stratejilerine bakıldığında ise öğretmenlerin genellikle fiziksel tedbirler alma, inanca sarılma, unutmaya çalışma, kendini rahatlatmaya çalışma, zamana bırakma, düşünmemeye çalışma gibi stratejiler kullandığı görülürken yöneticilerin ise daha çok plan yapmak, açık havaya çıkmak, yapının kontrolünü sağlamak, bilgi edinmek, bilgilendirme yapmak gibi tedbirler aldığı görülmektedir.

Bu çalışmada ulaşılan sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda politika yapıcılar, uygulayıcılar ve eğitim araştırmacıları özelinde aşağıda verilen öneriler dikkate alınabilir:

- Bir eğitim politikası olarak öncelikle ulusal düzeyde yaşanan/ yaşanabilecek olası deprem ve benzeri afet senaryoları karşısında okul yöneticileri ve öğretmenlerde

ortaya çıkması muhtemel stres durumları için gerekli baş etme stratejilerine yönelik detayların paylaşıldığı, zenginleştirilmiş disiplinler arası çevrimiçi bir öğretmen farkındalık ağı/platformu kurulabilir.

- Olası bir deprem karşısında uygulayıcılar olarak sadece öğretmen ve okul müdür yardımcılarının duyuşsal/bilişsel düzeydeki algılarına değil en başta okul müdürlerinin desteğine ihtiyaç duyulduğu konusunda da hatırlatmaların yapılması ve okulda afet-acil durum yönetimi çalışmaları için bağımsız bir müdür yardımcılığı pozisyonunun açılması da düşünülebilir.

- Okul yöneticileri ve öğretmenlerin katılımıyla deprem konusunda uzman kişilerin okullara davet edildiği deprem riski seminerleri okul rehberlik servisinin de desteğiyle belli bir takvim içerisinde gerçekleştirilebilir.

- Eğitim araştırmacıları tarafından deprem karşısında okullarda yönetsel açıdan yaşanabilecek olası durumlara dair durum senaryolarının okul yöneticileri ve öğretmenlerle birlikte sınıdıldığı ve yardımcı teknolojilerle desteklendiği yarı deneysel/simülasyon/benzetim çalışmalarının okullarda hayata geçirilmesi noktasında farklı birtakım ulusal-uluslararası projeler tasarlanabilir. Bu konuda karma yöntem çalışmaları yürütülebilir.

- Okullarda yapılacak deprem tatbikatlarına veli desteği ve katılımı sağlanabilir ve yapılan tatbikatlar sonrası öğretmen, öğrenci, okul personeli ve velilerin görüş ve düşünceleri doğrultusunda düzenlemelere gidilebilir.

- Deprem bilicini ve deprem farkındalığını arttırmak için eğitimin temeli olan okul öncesi eğitimden başlanarak bütün kademelere afet eğitimi dersi ayrı bir ders olarak okutulabilir.

- Deprem riski çok yüksek bir bölge olan ülkemizde deprem teknolojilerinin gelişmesi sağlanabilir. Bu doğrultuda gençler ve çocukları yönlendirecek projeler ve yarışmalar düzenlenebilir.

- Olası bir afet durumu karşısında psikolojik olarak güçlü kalabilmek adına, hem öğrenciler için, hem de öğretmen ve diğer okul personelleri için önleyici rehberlik çalışmaları düzenlenebilir.

KAYNAKÇA

AFAD (2014a). *Açıklamalı afet yönetimi terimleri sözlüğü*.

<https://www.afad.gov.tr/kitaplar> (Erişim Tarihi: 29 Mart 2023)

AFAD (2014b). *Türkiye afet farkındalığı ve afetlere hazırlık araştırması*,

https://www.afad.gov.tr/kurumlar/afad.gov.tr/3923/xfiles/turkiye-afet-farkindaligi-ve-afetlere-hazirlik-arastirmasi_-2014-edited.pdf (Erişim Tarihi: 5

Haziran 2024)

AFAD (2018). *Türkiye’de afet yönetimi ve doğa kaynaklı afet istatistikleri*.

<https://www.afad.gov.tr/afadem/afet-bilinci-egitimi> (Erişim Tarihi: 30 Ocak 2024)

AFAD (2024). *Deprem nedir?*

https://www.afad.gov.tr/kurumlar/afad.gov.tr/39500/xfiles/deprem_nedir.pdf

(Erişim Tarihi: 27 Ocak 2024)

Akalın, S., Şakiroğlu, M., Tunç, B. ve Eren, S. (2020). Depreme önlem alma davranışını yordayan bazı değişkenlerin incelenmesi: Aydın ili örneği. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22(3), 977-993.

Akbudak, H. (2010). *İlköğretim okul yöneticileri liderlik davranışlarının öğretmenlerin stres düzeyine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Koceli Üniversitesi, SBE.

Aker, T. (2012). *Temel sağlık hizmetlerinde ruhsal travmaya yaklaşım*. (TREP) Türkiye Psikiyatri Derneği Ruhsal Travma ve Afet ÇB Yayını, Ankara.

Aker, A. T. ve Işık, E. (2017). Temel sağlık hizmetlerinde ruhsal travmaya yaklaşım, *aile hekimleri için psikiyatri içinde*, Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları, s. 119-150.

Akın, D. (2007). *Eğitim ne kadar önemli?*. TMMOB Afet Sempozyumu Bildiriler Kitabı. TMMOB Afet Sempozyumu, 45-46.

Akman, P. ve Altınel, G. (2012). *Van depremi psikososyal destek çalışmaları sonuç raporu* [24 Ekim 2011-09 Mart 2012], Afetlerde Psikososyal Hizmetler Birliği.

Akpınar, B. ve Köksalan, B. (2003). Olağanüstü haller ve okul. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(1), 151-158.

Akyel, R. (2000). *Gölyaka’da deprem*. İstanbul: Gren Ajans.

Akyel, R. (2005). Türkiye kamu yönetiminde afet yönetimi. *Çukurova Üniversitesi SBE Dergisi*, 14(1), 15-29.

- Akyel, R. (2007). *Afet yönetim sistemi: Türk afet yönetiminde karşılaşılan sorunların tespit ve çözümüne yönelik bir araştırma* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Çukurova Üniversitesi SBE.
- Akyılmaz, F. ve Karka, O. (2011). *Afetlerde psikolojik ilkyardım*. İstanbul: AFAD.
- Alkan, N. A. (1998). *Distress reaction of victims of 1 October 1995 Dinar earthquake: An analysis within the cognitive theory of stress and coping*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi) ODTÜ, SBE.
- Altan, S. (2018). Örgütsel yapıya bağlı stres kaynakları ve örgütsel stresin neden olduğu başlıca sorunlar. *Stratejik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(3), 137-158. <https://doi.org/10.30692/sisad.470420>
- Altınöz, A. E. ve Kaptanoğlu, C. (2018). İnsan kaynaklı kitlesel travmatik olaylar ardından gelişen ruhsal durumlar ve bozukluklar. *Psikiyatride Güncel*, 8(1), 1-8.
- Altun, F. (2018). Afetlerin ekonomik ve sosyal etkileri: Türkiye örneği üzerinden bir değerlendirme. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 2(1), 1-15.
- Aral, N. (2023). Depremi çocuklara etkileri. *Çocuk ve Gelişim Dergisi*, 6(11), 93-105. <https://doi.org/10.36731/cg.1299175>
- Arasan Özbay, Z. (2015). *Afet müdahale ekipleri için psikososyal beceri kazanımı programının hazırlanması ve etkililiğinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi) Dokuz Eylül Üniversitesi, SBE.
- Arı, E. ve Yılmaz, S. (2016). Sorgulayıcı araştırma odaklı fen bilimleri uygulamaları: Afetten korunma ve güvenli yaşam ara disiplini. *Uluslararası Beşeri Bilimler ve Eğitim Dergisi*, 2(1), 100-122.
- Armagan, E., Engindeniz, Z., Devay, A. O., Erdur, B. ve Ozcakir, A. (2006). Frequency of posttraumatic stress disorder among relief force workers after the tsunami in Asia: Do rescuers become victims?. *Prehospital and Disaster Medicine*, 21(3), 168-172.
- Arslan, M. (2023). Okul müdürlerinin 6 Şubat Kahramanmaraş depremi sonrası okullarda karşılaştıkları sorunlar ve bu sorunlara ilişkin çözüm önerileri. *International Journal of Social and Humanities Sciences Research (JSHSR)*, 10(97), 1550-1559. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8200750>

- Asharose, Saizen, I. ve Sasi, P. K. C. (2015). Awareness workshop as an effective tool and approach for education in disaster risk reduction: A case study from Tamil Nadu, India. *Sustainability*, 7(7), 8965-8984. DOI:10.3390/su7078965
- Aslan, H. ve Çeçen, A. R. (2007). Ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin cinsiyetlerine ve öğrenilmiş güçlülük düzeylerine göre mizah tarzlarının incelenmesi. *Ç. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(2), 1-14.
- Ataç, M. ve Özsezer, G. (2021). Depremden etkilenen çocuk ve ergenlerin ruhsal durumu ve hemşirelik yaklaşımı. *Acil Yardım ve Afet Bilimi Dergisi*, 1(1), 22-27.
- Atalay, İ. (2004). *Doğa bilimleri sözlüğü*. İzmir: META Basım.
- Aybay, Ü. (2023). *Türkiye’de afet eğitimi üzerine bir inceleme*. (Yüksek lisans tezi), Bitlis Eren Üniversitesi, LEE.
- Avdar, R. ve Avdar, R. (2022). Türkiye’de yaşanan doğa kaynaklı afetlerin sosyo-ekonomik etkileri. *Afet ve Risk Dergisi*, 5(1), 1-12.
- Aydın, F. ve Coşkun, M. (2010). Observation of the students’ ‘earthquake’ perceptions by means of phenomenographic analysis (primary education 7th grade – Turkey). *International Journal of the Physical Sciences*. 5 (8), 1324-1330.
- Bağbancı, S. (2015). *Doğal afetlerin afetzedeler üzerine psikolojik etkileri: Trabzon ili örneği*. (Yüksek lisans tezi,) Gümüşhane Üniversitesi, SBE.
- Bağbancı, S. (2015). *Doğal afetlerin afetzedeler üzerine psikolojik etkileri: Trabzon ili örneği*. (Yüksek Lisans Tezi) Gümüşhane Üniversitesi. SBE.
- Bakioğlu, A. ve Savaş, C. (2001). Okulda depremin neden olduğu krizin yönetimi. *Öneri Dergisi*, 4(15), 25-30. <https://doi.org/10.14783/maruoneri.735484>
- Balaban, J. (2000). Temel eğitimde öğretmenlerin stres kaynakları ve başa çıkma teknikleri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(7), 188-195.
- Baltacı, A. (2017). Nitel veri analizinde Miles-Huberman modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(1), 1-15.
- Baltacı, A. (2018). Nitel araştırmalarda örnekleme yöntemleri ve örnek hacmi sorunsalı üzerine kavramsal bir inceleme. Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 7(1), 231-274.
- Baltacı, A. (2019). Nitel araştırma süreci: Nitel bir araştırma nasıl yapılır?. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5(2), 368-388.

- Baltaş, Z. ve Baltaş, A. (2008). *Stres ve başa çıkma yolları*. 25. Basım, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Başbakanlık Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı. (2014). *Açıklamalı Afet Terimleri Sözlüğü*. Ankara. AFAD 2024 <https://www.afad.gov.tr/aciklamali-afet-yonetimi-terimleri-sozlugu> (Erişim Tarihi: 30.01.2024)
- Başoğlu, M. ve Şalcıoğlu, E. (2011). *A mental healthcare model for mass trauma survivors: Control-focused behavioral treatment of earthquake, war, and torture trauma*. Cambridge, Cambridge University Press.
- Baytiyeh, H. (2018). "Online learning during post-earthquake school closures", *Disaster Prevention and Management*, 27 (2), 215-227. <https://doi.org/10.1108/DPM-07-2017-0173>
- Bedirli, B. (2014). *Deprem travmasının kronik psikolojik etkileri: Düzce depreminden 14 yıl sonra travma sonrası stres ve depresyon belirtilerinin yaygınlığı ve ilişkili risk faktörleri*. (Yüksek Lisans Tezi,) Haliç Üniversitesi. SBE
- Bıçakçı, A. B. ve Ergüney Okumuş, E. (2023). Deprem psikolojik etkileri ve yardım çalışanları. *Avrasya Dosyası Dergisi*, 14(1), 218-248.
- BİANET (2022, Temmuz). BM Raporu: Afetler artacak, kaybedecek zaman yok. <https://bianet.org/bianet/iklim-krizi/261084-bm-raporu-afetler-artacak-kaybedecek-zaman-yok> (Erişim Tarihi: 8 Ocak 2024)
- Bilen, E. ve Polat, M. (2022). Öğretmen adaylarının deprem farkındalığına ilişkin görüşleri. *Türk Deprem Araştırma Dergisi*, 4(1), 155-173. <https://doi.org/10.46464/tdad.1098199>
- Bride, B. E. (2004). The impact of providing psychosocial services to traumatized populations. *Stress, Trauma, and Crisis*, 7(1), 29-46.
- Bromet, E. J., Atwoli, L., vd. (2017). Post-traumatic stress disorder associated with natural and human-made disasters in the World Mental Health Surveys. *Psychological medicine*, 47(2), 227-241.
- Brunsma, D. ve Picou, J. S. (2008). Disasters in the twenty-first century: Modern destruction and future instruction. *Social Forces*, 87(2), 983-991. <https://doi.org/10.1353/sof.0.0149>

- Bullough, A., Renko, M. ve Myatt, T. (2014). Danger zone entrepreneurs: The importance of resilience and self-efficacy for entrepreneurial intentions. *Entrepreneurship Theory and Practice*, 38(3), 473-499. DOI:10.1111/etap.12006
- Can, S. (2013). Kamu Personeli Seçme Sınavı nedeniyle öğretmen adaylarında oluşan stresle başa çıkma yöntemleri. *e-Journal of New World Sciences Academy NWSA Education Sciences*, 8(1), 27-45.
- Cankardaş, S. ve Sofuoğlu, Z. (2019). deprem ya da yangın deneyimlemiş kişilerde travma sonrası stres bozukluğu belirtileri ve belirtilerin yordayıcıları. *Turkish Journal of Psychiatry*, 30(3).
- Cansel, N. ve Ucuz, İ. (2022). Post-traumatic stress and associated factors among healthcare workers in the early stage following the 2020 Malatya-Elazığ earthquake. *Konuralp Medical Journal*, 14(1), 81-91.
- Ceylan Çapar, M. ve Ceylan, M. (2022). Durum çalışması ve olgubilim desenlerinin karşılaştırılması. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(Özel Sayı 2), 295-312. <https://doi.org/10.18037/ausbd.1227359>
- Coronese, M., Lamperti, F., vd. (2019). Evidence for sharp increase in the economic damages of extreme natural disasters. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 116(43), 21450-21455. <https://doi.org/10.1073/pnas.1907826116>
- Coşkun, Ş. (2011). *Afet eğitimi algılaması: ilköğretim öğrencilerine verilen afet eğitimlerinin algılamasını ölçmek üzere bir araştırma*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi.) Sakarya Üniversitesi, SBE.
- Çelik, A. A. (2020). *İlkokul öğretmenlerinin afete hazırlık düzeyleri ile afet eğitiminin eğitim programlarındaki yerine yönelik görüşleri* (Yüksek lisans tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, SBE.
- Çelik, A. A. ve Gündoğdu, K. (2022). Öğretmenlerin afete hazırlık düzeyleri ile ilkokullardaki afet eğitimi uygulamalarına yönelik görüşleri. *Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(1), 77-112. <https://doi.org/10.31463/aicusbed.1057401>
- Çoban, M., Sözbilir, M. ve Göktaş, Y. (2017). Deprem deneyimini yaşamış kişilerin deprem öncesi hazırlık algılarının belirlenmesi: Bir durum çalışması. *Doğu Coğrafya Dergisi*, 22(37), 113-134.

- Danışman, I. G. ve Okay, D. (2017). Afetlerin çocuk ve ergenler üzerindeki etkileri ve müdahale yaklaşımları. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychology-Special Topics*, 2(3), 189-197.
- Demir Yıldız, C. ve Demir Öztürk, E. (2023a). Eğitim ve çocuk özelinde Kahramanmaraş depremleri. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 6(12), 1649-1664. <https://doi.org/10.26677/TR1010.2023.1337>
- Demir Yıldız, C. ve Demir Öztürk, E. (2023b). Üniversite öğrencilerinin depreme ilişkin metaforik algıları. *Üniversite Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 308-316. <https://doi.org/10.32329/uad.1313899>
- Demirci A. ve Yıldırım S. (2015). İstanbul'da ortaöğretim öğrencilerinin deprem bilincinin değerlendirilmesi, *Millî Eğitim*, Sayı 207, 89-117.
- Demircioğlu, M., Şeker, Z. ve Aker, A. T. (2019). Psikolojik ilk yardım: Amaçları, uygulanışı, hassas gruplar ve uyulması gereken etik kurallar. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 11(3), 351-362.
- Demirkasımoğlu, N. (2021). Nitel araştırma geleneğinde nicel göstergelerin kullanımı ve genellenebilirlik üzerine bir değerlendirme. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 42, 231-242. <https://doi.org/10.30794/pausbed.801464>
- Demirkaya, H. (2007). İlköğretim 5. 6. ve 7. sınıf öğrencilerinin depreme yönelik tutumlarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3, 37-49.
- Dikmenli, Y. ve Yakar, H. (2019). Öğretmen adaylarının afet bilinci algı düzeylerinin incelenmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 386-416.
- Direk, N. ve Yüksel, Ş. (2018). Travma sonrası erken dönemde etkin tedaviler: Psikoterapi ve psikofarmakoloji. *Psikiyatride Güncel*, 8(1), 37-45.
- Doğan, F. (2008). Sınıf öğretmenlerinin stres kaynakları ve baş etme yolları (Kilis İli Örneği). (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, SBE.
- Doğan, F. ve Kırkıncıoğlu, M. (2020). Okul öncesi çocuklarda (4-6 yaş) deprem, yangın ve tahliye konusunda durum tespitinin yapılması. *İSG Akademik*, 2(2), 145-159.
- Dölek, İ. (2019). *Afetler ve afet yönetimi* [Disasters and disaster management]. Ankara: PEGEM Akademi.

- Durna, H. (2009). *10. Sınıf coğrafya dersinde doğal afetler konusunun aktif öğrenme yöntemi ile öğretilmesi ve öğrenci başarısına etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, SBE.
- Elçi, G., Genç, A., Yaşartürk, F., Aktaş, A. ve Kaya., G. Y. (2023). Fiziksel aktivitenin depremde çocuklar üzerindeki etkileri hakkında ebeveyn görüşlerinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1-Cumhuriyet'in 100. Yılı Özel Sayısı), 1123-1133. <https://doi.org/10.38021/asbid.1374670>
- Erbil, F. (2023). Türkiye’de krizler, afetler ve çocuk. *REFLEKTİF Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(2), 357-372.
- Erden, G. ve Gürdil G., (2009). Savaş yaşantılarının ardından çocuk ve ergenlerde gözlenen travma tepkileri ve psiko-sosyal yardım önerileri. *Türk Psikoloji Yazıları*, 12(24), 1-13.
- Erdoğan, C. N. ve Aksoy, Ö. N. (2020). Deprem stresi ile baş etme stratejileri Balıkesir örneği. *Sosyal Bilimler Akademi Dergisi*, 3(2), 88-103. <https://doi.org/10.38004/sobad.704072>
- Ergünay, O. (2002). *Afete hazırlık ve afet yönetimi raporu*. Türkiye Kızılay Derneği Genel Müdürlüğü Afet Operasyon Genel Merkezi (AFOM), 3-17 Ankara.
- Ergünay, O. (1996). Afet yönetimi nedir? Nasıl olmalıdır? *TÜBİTAK Deprem Sempozyumu Bildiriler Kitabı* (s. 263-272). Ankara: TÜBİTAK Yayınları.
- Ergünay O. (2005). *Afet Yönetiminde İşbirliği ve Koordinasyonun Önemi, Afet Yönetiminin Temel İlkeleri*. JICA Türkiye Ofisi, 10s. Ankara.
- Erkan, B., Özmen, B. ve Güler, H. (2011). *Türkiye’de afet zarar azaltımını sürdürülebilir eğitimle sağlamak*. 1. Türkiye Deprem Mühendisliği ve Sismoloji Konferansı, ODTÜ, Ankara, [.http://www.tdmd.org.tr/TR/Genel/26.Oturum/1.TDMSK_115.pdf](http://www.tdmd.org.tr/TR/Genel/26.Oturum/1.TDMSK_115.pdf).
- Erkmen, N. ve M Çetin (2008). Beden eğitimi öğretmenlerinin stresle başa çıkma tarzlarının bazı değişkenlerle ilişkisi. *SÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19, 231-242.
- Erkoç T., Baran B., Hamzaçebi G., 2000. Deprem Nedir? T.C. Bayındırlık ve İskan Bakanlığı Afet İşleri Genel Müdürlüğü, 1s. Ankara.
- Erten, İ. (2011). *Türk kamu yönetiminde kriz yönetimi anlayışı*. (Yayımlanmış yüksek lisans tezi), Süleyman Demirel Üniversitesi, SBE.

- Ertuğrul, B. ve Ünal, S. D. (2020). Bir vakıf üniversitesi sağlık hizmetleri meslek yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin genel afete hazırlıklı olma inanç durumlarının belirlenmesi. *Afet ve Risk Dergisi*, 3(1), 31-45. <https://doi.org/10.35341/afet.653911>
- Filiz, M., Karagöz, Y. ve Karaşin, Y. (2023). Depreme maruz kalan bireylerin psikolojik etkilerini belirlemeye yönelik ölçek geliştirme çalışması. *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 33, 236-250. <https://doi.org/10.15182/diclesosbed.1263545>
- Genç, F. N. (2007). Türkiye’de doğal afetler ve doğal afetlerde risk yönetimi. *Stratejik Dergisi (ABED), Araştırmalar Dergisi*, 9(5), 201-226.
- Gezer, M. ve Şahin, İ. F. (2022). Deprem eğitimi: sosyal bilgiler öğretmen adaylarının depreme ilişkin bilgi düzeyleri. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24(1), 97-106. <https://doi.org/10.17556/erziefd.941878>
- Gezer, E. G. ve Dikmenli, Y. (2020). Türkiye’de depremle ilgili eğitim alanına yönelik lisansüstü tez çalışmalarının analizi: Bir içerik analizi. *Ahi Bilge Eğitim Dergisi*, 1(1), 33-55.
- Goldmann, E. ve Galea, S. (2014). Mental health consequences of disasters. *Annu Rev Public Health*, 35, 169-83.
- Gökçe, G. ve Yılmaz, B. (2017). Afetlerde yardım çalışanları: İkincil travmatik stres ve başa çıkma. *Türkiye Klinikleri Psychology-Special Topics*, 2(3), 198-204.
- Güçlü, N. (2001). Stres yönetimi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 91-109.
- Gülmez, Ü. (2008). *Deprem tecrübesi yaşayanlarda dinsel anlamlandırma biçimleri ve tutumlar*. (Yüksek Lisans Tezi,) Marmara Üniversitesi SBE.
- Gündoğdu, O. ve Özçep, F. (2003). *Yaşanan önemli depremlerin ışığında afet yönetimi problemi ve değerlendirilmesi*. Türkiye 15. Jeofizik Kurultayı ve Sergisi; Bildiri Özetleri Kitabı, Sayfa: 111, 20-24 Ekim 2003, İzmir.
- Gündüz, İ. (2009). *Dünyada ve Türkiye’de afet yönetim*. Erdem Yayınları, İstanbul.
- Gürbüz, S. ve Şahin, F. (2018). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri Felsefe-Yöntem-Analiz*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Güre, M. D. P. (2021). Yardım edenlere nasıl yardım edilecek?: Afetlerde çalışan profesyonellerle bütünleyici grup terapisi uygulamaları. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 6(1), 29-40.

- Güvel, E. A. (2008). *Deprem Türkiye ekonomisine etkileri üzerine ekonometrik bir uygulama*. 2. Ulusal İktisat Kongresi,. İzmir: 2-17.
- Güven, K. (2010). *Marmara depremini yaşayan yetişkinlerin algıladıkları sosyal destek düzeyleri ile travma sonrası gelişim ve depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Tez No:250401) (Yüksek Lisans Tezi,) Maltepe Üniversitesi SBE.
- Hacıoğlu, M., Aker, T., Kutlar, T. ve Yaman, M. (2002). Deprem tipi travma sonrasında gelişen travma sonrası stres bozukluğu belirtileri alt tipleri. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 15, 4-15.
- İrkıçatal, G. (2014). *Doğal afetlerin ilköğretim 5. sınıf öğrencilerinin yaptıkları resimler üzerine etkileri. (Van ili deprem örneği)*.(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.) Gazi Üniversitesi EBE.
- Işık, E., ve Semerci, Ç. (2019). Nitel araştırmalarda veri üçgenlemesi olarak odak grup görüşmesi, bireysel görüşme ve gözlem. *Turkish Journal of Educational Studies*, 6(3), 53-66. <https://doi.org/10.33907/turkjes.607997> (Erişim Tarihi: 30.01.2024)
- Işık, Ö., Aydınlioğlu, H. M., Koç, S., Gündoğdu, O., Korkmaz, G. ve Ay, A. (2012). Afet yönetimi ve afet odaklı sağlık hizmetleri. *Okmeydanı Tıp Dergisi*, 28(2), 82-123.
- Işıkhan, V. (2021). Afetlere müdahale eden yardım personelini güçlendirme. *Doğal Afetler ve Çevre Dergisi*, 7(2), 399-406.
- Işıklı, S. ve Tüzün, Z. (2017). Afetlerin akut dönem psikolojik etkilerine yönelik psikososyal müdahale yaklaşımları. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychology-Special Topics*, 2(3), 180-188.
- İkizer, G. ve Gül, E. (2017) Afetlerin yetişkinler üzerindeki psikososyal etkileri. *Türkiye Klinikleri J Psychol-Special Topics*, 2(3), 172-9
- İşçi, Ç. (2008). Deprem nedir ve nasıl korunuruz?. *Yaşar Üniversitesi E-Dergisi*, 3(9), 959-983.
- İşmen, E., (2001). Deprem yaşantısına bağlı travma ve çocuklar üzerindeki etkisi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(2), 80-104.
- Kadioğlu, M. (2008). Modern, bütünleşik afet yönetiminin temel ilkeleri. E. M. Kadioğlu, ve E. Özdamar içinde, *Afet zararlarını azaltmanın temel ilkeleri*. Ankara: JICA Türkiye Ofisi Yay.

- Kadıoğlu, M. (2011). *Afet yönetimi beklenilmeyeni beklemek en kötüsünü yönetmek* (2. Basım). İstanbul: T.C. Marmara Belediyeler Birliği Yay.
- Kadıoğlu M. (2017). *Afet Yönetimi: Beklenmeyeni Beklemek, En Kötüsünü Yönetmek*. Marmara Belediyeler Birliği Yayınları, İstanbul.
- Kahil, A. (2016). *Travmatik yaşantıları olan bireylere yardım davranışında bulunan profesyonel ve gönüllülerin ikincil travmatik stres düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi,) Dokuz Eylül Üniversitesi, SBE.
- Kansızoğlu, H. B. (2014). Türkçe dersi öğretim programındaki ara disiplin alan kazanımlarına ilişkin bir araştırma. *Dil ve Edebiyat Eğitimi Dergisi*, 9, 75-95.
- Kara, D. (2012). Öğretim elemanları üzerinde stres yaratan faktörlerin performans düzeylerine etkisinin belirlenmesi. *Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi*, 47(1), 44-57.
- Karaarslan, İ., Yavuz, B., Özdemir, S., Çakar, S. ve Tatlı, M. (2023). 6 Şubat Kahramanmaraş depremleri sonrası ilkökul öğretmenlerinin durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesi. *International Journal of Social and Humanities Sciences Research (JSHSR)*, 10(97), 1560-1564.
- Karabacak Çelik, A. (2023). Deprem sonrası travma belirtileri, umut ve iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. *TRT Akademi*, 8(18), 574-591. DOI: 10.37679/trta.1275268
- Karabulut, D. ve Bekler, T. (2019). Doğal afetlerin çocuklar ve ergenler üzerindeki etkileri. *Doğal Afetler ve Çevre Dergisi*, 5(2), 368-376. <https://doi.org/10.21324/dacd.500356>
- Karataş, Z. (2015). Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. *Manevi Temelli Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 62-80.
- Karataş, Z. (2017). Sosyal bilim araştırmalarında paradigma değişimi: Nitel yaklaşımın yükselişi. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 68-86.
- Kardaş, F. (2013). *Van depremini yaşayan üniversite öğrencilerinin travma sonrası stres travma sonrası büyüme ve umutsuzluk düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi,) Yüzüncü Yıl Üniversitesi SBE.
- Kaya, B. ve Aladağ, C. (2017). *Determining the cognitive structures of geography teacher candidates on "earthquake"*. *International Education Studies*, 10(1), 122-136. <https://doi.org/10.5539/ies.v10n1p122>

- Kaya, M. F. ve Alım, M. (2015). Coğrafya öğretmenlerinin stres kaynakları. *Doğu Coğrafya Dergisi*, 20(34), 171-186. <https://doi.org/10.17295/dcd.28768>
- Kıratlı, D. (2001). *Depremzede olan ve olmayan gençlerin kaygı ve depresyon düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi) Ankara Üniversitesi SBE.
- Kırıkkaya, B. K., Ünver, A. O. ve Çakın, O. (2011). İlköğretim fen ve teknoloji programında yer alan afet eğitimi konularına ilişkin öğretmen görüşleri. *Necatibey Eğitim Fakültesi Elektronik Fen ve Matematik Eğitimi Dergisi*, 5(1), 24-42.
- Kırman, F. (2023). Deprem sonrası travmatik stres tepkileri ve sosyal medyada yansımaları. *Antakiyat*, 6(1), 15-30.
- Kocaman, Y. (2019). *112’de çalışan personelin afete hazırlık düzeyinin incelenmesi: Gümüşhane ili örneği*. (Yüksek Lisans Tezi) Gümüşhane Üniversitesi, SBE.
- Koç, T., Çavuş, C. ve Sarış, F. (2005). Çanakkale kar fırtınası afetinin sosyal ve ekonomik etkilerinin değerlendirilmesi. *Sivil Savunma Dergisi*, 181, 5-20.
- Koçbeker, V. (2019). Temel afet bilinci: Kırsal alanlarda afet yönetimi uygulamaları. Çizgi Kitabevi.
- Korkmaz, B. C. ve Altınsoy, M. G. (2023). Depremin okul öncesi çocuklar üzerindeki etkileri üzerine bir inceleme: Belirli psikolojik ve sosyal kavramların detaylandırılması. *Fenerbahçe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(2), 264-279. <https://doi.org/10.58620/fbujoss.1356438>
- Köseoğlu, A. M. (2015). *Afet yönetimi ve insani yardım. Lojistik süreçler ve uygulamalar*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kukuoğlu, A. (2018). Doğal afetler sonrası yaşanan travmalar ve örnek bir psikoeğitim programı. *Afet ve Risk Dergisi*, 1(1), 39-52.
- Kula, N. (2002). “Deprem ve dini başa çıkma”. *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 1 (1), 234-255.
- Kundak, S. ve Kadioğlu, M. (2011). *İlk 72 saat*. Ankara: AFAD Yay. ODTÜ Afet Yönetimi Uygulama ve Araştırma Merkezi. (2001). Tabanlı-Van (23 Ekim 2011) ve Edremit-Van (9 Kasım 2011) Depremleri İnceleme Raporu. Ankara: ODTÜ.
- Kuru, A. ve Kazancı, N. (2023). Okullarda afet tahliye planı hazırlama: Kaynaşlı örneği. *Muhakeme Dergisi*, 6(2), 94-104. <https://doi.org/10.33817/muhakeme.1391587>

- Kutlu Ünal, S. (2019). *Deprem kavramı algısı ve depreme ilişkin değerlendirmeler; 8 Mart 2010 Okçular-Kovancılar depremi örneği araştırılması* (Yüksek Lisans Tezi,) Çanakkale 18 Mart Üniversitesi SBE.
- Küçükcan, B. (2008). Kütüphane binaları: Deprem ve diğer afetlere hazırlık. *Bilgi ve Belge Araştırmaları*, 1(1), 39-53.
- Lazarus, R. (1966). *Physiological Stres and the Coping Process*. Newyork: McGraw-Hill Book Company.
- Limoncu, S. ve Atmaca, A. B. (2018). Çocuk merkezli afet yönetimi. *Megaron*, 13(1), 132-143.
- Math, S. B., Nirmala, M. C., Moirangthem, S. ve Kumar, N. C. (2015). Disaster management: Mental health perspective. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 37(3), 261-271. <https://doi.org/10.4103/0253-7176.162915>
- Mazman Budak, F. (2019). Afet eğitimi, R. Sever (Ed.), *Afetler ve afet yönetimi*. s. 183-194. Pegem Akademi.
- Mızrak, S. (2018). Eğitim, afet eğitimi ve afete dirençli toplum. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 56-67.
- Muttarak, R., ve Lutz, W. (2014). Is education a key to reducing vulnerability to natural disasters and hence unavoidable climate change? *Ecology and Society*, 19(1), 42.
- Nakajima, Ş. (2012). Deprem ve sonrası psikolojisi. *Okmeydanı Tıp Dergisi* 28 (Ek sayı 2), 150-155.
- Özden, M. Ş. (2013). *Depreme bağlı travmatik stres ve depresyon belirtilerinin göç ve sosyal destek kaybı ile ilişkisine yönelik çok faktörlü bir inceleme* (Tez No:342389) [Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi-İstanbul]
- Özgüven, B. (2006). *İlköğretim öğrencilerine verilen temel afet bilinci eğitiminin bilgi düzeyine etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.) Dokuz Eylül Üniversitesi, SBE.
- Özkan, B. ve Çetinkaya Kutun, F. (2021). Afet psikolojisi. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 8(3), 249-256. <https://doi.org/10.52880/sagakaderg.868877>
- Özler, M. (2019). Kamu yönetimi paradigmasında afet riski yönetiminden yönetişimine. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1), 139-150. <https://doi.org/10.33437/ksusbd.474491>

- Özmen, B., Gerdan, S. ve Ergünay, O. (2015). Okullar için afet ve acil durum yönetimi planları. *Elektronik Mesleki Gelişim ve Araştırmalar Dergisi*, 3(1), 37-52.
- Pak Güre, M. D. (2022). Yardım edenlere nasıl yardım edilecek?: Afetlerde çalışan profesyonellerle bütünleyici grup terapisi uygulamaları. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 6(1), 29-40.
- Qureshi, K. ve Gebbie, K. M. (2002). Emergency and disaster preparedness. *Am J Nurs*, 102(1), 46-51.
- Sarman, A. (2012). *Elazığ ili Karakoçan ilçesinde yaşanan yıkıcı deprem sonrasında, depremi yaşayan İlköğretim çağı çocuklarda kaygı düzeyi, depresyon belirtileri ve etkileyen faktörler* (Yüksek Lisans Tezi,) Fırat Üniversitesi SBE.
- Shaw, R., Takeuchi, Y., Ru Gwee, Q. ve Shiwaku, K. (2011). Disaster education: An introduction. In R. Shaw, K. Shiwaku, ve Y. Takeuchi (Eds.), *Disaster Education* (pp. 1-22). (Community, Environment and Disaster Risk Management; Vol. 7). [https://doi.org/10.1108/S2040-7262\(2011\)0000007007](https://doi.org/10.1108/S2040-7262(2011)0000007007)
- Sipahioğlu, Ş. (2012). Doğal afetler sorunu. *Günümüz dünya sorunları* (Ed. Özgen N.) içinde (s. 43-70). Ankara: Eğiten Kitap.
- Soydan, E. ve Alpaslan, N. (2014). Medyanın doğal afetlerdeki işlevi. *İstanbul Sosyal Bilimler Dergisi*, 7, 53-64.
- Sönmez, M. B. (2022). Depremin psikolojik etkileri, psikolojik destek ve korkuyla baş etme. *TOTBİD Dergisi*, 21, 337-343.
- Sözcü, U. ve Aydınöz, D. (2019). Doğal afet okuryazarlığı bağlamında öğretim programlarındaki afetlerle ilişkili kazanımların incelenmesi. *Turkish Studies-Educational Sciences*, 14(5), 2639-2652.
- Sözen, E. ve Genç, M. (2023). Üniversite öğrencilerinin deprem bilgi düzeyleri ve sürdürülebilir deprem farkındalıkları arasındaki ilişkinin araştırılması. *Türk Deprem Araştırma Dergisi*, 5(2), 148-165. <https://doi.org/10.46464/tdad.1288571>
- Şahan, C. (2019). *Afet eğitim merkezinde simülasyon yöntemi kullanılarak verilen afet ve deprem eğitimlerinin ortaokul öğrencileri üzerindeki etkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi. SBE.
- Şahin Ş. ve Üçgül İ. (2019). Türkiye’de afet yönetimi ve iş sağlığı güvenliği, *Afet ve Risk Dergisi* 2(1), 43-63.

- Şanlı, Ö. (2017). Öğretmenlerin algılanan stres düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(61), 385-396.
- Şengün, H. ve Küçükşen, M. (2019). Afet yönetimi eğitimi niçin gerekli? *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 33(46), 193-211
- Tajima, F. ve Hayashida, T. (2018). Earthquake early warning: what does “seconds before a strong hit” mean?. *Progress in Earth and Planetary Science*, 5, 1 -25. <https://doi.org/10.1186/s40645-018-022>
- Tanhan, F. ve Muhba, G. (2015). Depreme ilişkin algının deprem yaşayan ilköğretim öğrencilerinin görüşlerine dayalı olarak incelenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 12(2), 1581-1601. <https://doi.org/10.14687/ijhs.v12i2.3360>
- Tanyaş, M., Günalay, Y., Aksoy, L. ve Küçük, B. (2013). *İstanbul İli Afet Lojistik Planı Kılavuzu*. İstanbul Kalkınma Ajansı Raporu DFD-39.
- Taşçı, G. A. ve Özsoy, F. (2021). Deprem travmasının erken dönem psikolojik etkileri ve olası risk faktörleri. *Çukurova Medical Journal*, 46(2), 488-494.
- Tekindal, M. ve Uğuz Arsu, Ş. (2020). Nitel araştırma yöntemi olarak fenomenolojik yaklaşımın kapsamı ve sürecine yönelik bir derleme. *Ufku Ötesi Bilim Dergisi*, 20 (1), 153-182.
- Telli Yamamoto, G. ve Altun, D. (2023). Türkiye’de deprem sonrası çevrimiçi öğrenmenin vazgeçilmezliği. *Üniversite Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 125-136.
- Tuna, A. K. , Parin, S. ve Tanhan, F. (2012). *Van depremi sosyo-ekonomik ve psikolojik durum tespiti raporu*. Çocuk Araştırma Merkezi, İstanbul.
- Tural, U., Coşkun, B., Onder, E., vd. (2004). Psychological consequences of the 1999 earthquake in Turkey. *Journal of Traumatic Stress*, 17(6), 451-459. <https://doi.org/10.1007/s10960-004-5793-9>
- Tural, O. (2002). *86. Dönem Kaymakamlık ders notları*. Ankara: T.C. İçişleri Bakanlığı Eğitim Dairesi Başkanlığı Yayınları.
- Turhan, M. ve Turan, M. (2012). Ortaöğretim kurumlarında güvenlik. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 1(1), 121-142.
- Türkiye Gazetesi (2023). *Deprem sonrası ilk ders zili bugün çalacak! 71 ilde ikinci dönem başlıyor*. www.turkiyegazetesi.com.tr (Erişim Tarihi: 16 Haziran 2023)

- Uğur, A. ve Işık, M. (2020). Türkiye'nin afetlere hazırlık politikalarının toplum algısı üzerinden karşılaştırmalı analizi: Van-Bitlis örneği. *Doğal Afetler ve Çevre Dergisi*, 6(1), 98-118, doi: 10.21324/dacd.542528
- Uğur, M., Kartal, F., Mete, B., vd. (2021). Deprem sonrası akut stres bozukluğu olanlarda travma esnasındaki çözülmenin, anksiyete düzeyi, algılanan stres, anksiyete duyarlılığı ve deprem stresiyle baş etme ile ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 32(4):253-260
- Usta, G. (2023). Dünya'da meydana gelen afetlerin istatistiksel olarak analizi (1900-2022). *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(1), 172-186.
- Ünlü, M. (2019). Beşeri afetler. R. Sever, (Ed.), *Afetler ve afet yönetimi* içinde (s. 79-141), Pegem Akademi.
- Varol, N. ve Gültekin, T. (2016). Afet antropolojisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59), 1431-1456.
- Yaman, Ö. M. ve Erten, R. (2015). *Türkiye Sosyal Hizmet Birikiminde Doğal Afetler – Bibliyografik Bir Değerlendirme*. Açılım Kitap.
- Yavaş, H. (2005). *Doğal afetler yönüyle Türkiye'de belediyelerde kriz yönetimi*. Orion Yayınları, Ankara.
- Yavuz, A. ve Dikmen, S. (2015). Doğal afetlerin zararlarının finansmanında kullanılan afet öncesi finansal araçlar. *Marmara Üniversitesi Siyasal Bilimler Dergisi*, 3(2), 303-322.
- Yıldırım, A. (2004). 55. Dönem Mülki İdare Amirleri semineri ders notu. Ankara: İçişleri Bakanlığı Eğitim Dairesi Başkanlığı Yayınları.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2008). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (6. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2021). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (12. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, K. (2022). *Ortaokul öğrencileri üzerinde depremin travmatik etkileri: Nitel bir çalışma*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.) Atatürk Üniversitesi, SBE.
- Yıldırım, M. (2021). *Kitlesel travmalarda erken dönem etkilenme. Kitlesel travmalar ve afetlerde ruhsal hastalıkları önleme, müdahale ve sağaltım kılavuzu*. Ş. Yüksel, A. Başterzi (Ed), Ankara, Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları.

- Yıldız, B. ve Akkoyun, A. Z. (2023). Deprem sonrası psikiyatrik destek. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 8(2), 817-820.
- Yılmaz, A. (2003). *Türk kamu yönetiminin sorun alanlarından biri olarak afet yönetimi*. Pegem Yayıncılık, Ankara.
- Yılmaz, B. (2007). Yardım çalışmalarında travmatik stres. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 10, 137-147.
- Yılmaz, E. (2023). Talip Küçükcan, Ali Köse, doğal âfetler ve din (Marmara depremi üzerine psiko-sosyolojik bir inceleme), (İstanbul: İSAM, 2000), 190 Sayfa, ISBN: 9789753893770". *Tevilat* 4/2 (Aralık 2023), 479-483. <https://doi.org/10.53352/tevilat.1317783>.
- Yüksel, Ş. (2000). Felakete uyum ve ruh sağlığı. *Klinik Psikiyatri*, 3, 5-11.

EKLER

Ek 1: Etik Kurul Kararı

Evrak Tarih ve Sayısı: 05.01.2024-124838

T.C.
MUŞ ALPARSLAN ÜNİVERSİTESİ
BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU

Toplantı Tarihi: 4.01.2024	Toplantı Sayısı: 1	Karar Sayısı: 49
<p>Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu, Kurul Başkanı Prof. Dr. Ekrem ALMAZ başkanlığında toplanarak aşağıdaki kararları almıştır.</p> <p>KARAR-31: Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'nün 21.12.2023 tarihli ve 122579 sayılı yazısı okundu ve ekleri incelendi.</p> <p>Yapılan incelemeler sonucunda; Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi Ana Bilim Dalı tezli yüksek lisans öğrencisi Kökür TURHANER'in danışmanı Doç. Dr. Ramazan Şamil TATIK'ın sorumlu araştırmacısı olduğu "Devlet Okullarındaki Yöneticilerin ve Öğretmenlerin Deprem Stresi ile Baş Etme Stratejilerinin İncelenmesi Nitel Bir Araştırma" konulu tez çalışması Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından uygun görülmüştü; otop. durumun Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne bildirilmesine,</p> <p style="text-align: center;">Oy birliği ile karar verildi.</p>		
BAŞKAN (e-İmzalıdır) Prof. Dr. Ekrem ALMAZ Kurul Başkanı		
ÜYE (e-İmzalıdır) Doç. Dr. Canan DEMİR YILDIZ Eğitim Fakültesi Öğr. Üyesi	ÜYE (e-İmzalıdır) Doç. Dr. Ramazan Şamil TATIK Eğitim Fakültesi Öğr. Üyesi	ÜYE (e-İmzalıdır) Doç. Dr. Muhammed Fatih BİLİCİ Spor Bilimleri Fakültesi Öğr. Üyesi
ÜYE (e-İmzalıdır) Dr. Öğr. Üyesi Yusuf AYDIN İslami İlimler Fakültesi Öğr. Üyesi	ÜYE (e-İmzalıdır) Dr. Öğr. Üyesi Necmettin ÇİFTÇİ Sağlık Hizmetleri MYO Öğr. Üyesi	ÜYE (e-İmzalıdır) Dr. Öğr. Üyesi Aysegül KILIÇLI Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğr. Üyesi
ÜYE (e-İmzalıdır) Dr. Öğr. Üyesi Gökhan DEMİREL İletişim Fakültesi Öğr. Üyesi	ÜYE (e-İmzalıdır) Dr. Öğr. Üyesi Gözde YETİM Spor Bilimleri Fakültesi Öğr. Üyesi	

1 / 1

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Ek 2: Araştırma İzin Yazısı

Evrak Tarih ve Sayısı: 16.05.2024-141894



T.C.
MUŞ VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü



Sayı : E-17480297-605.01-102390448
Konu : Araştırma Uygulama İzni
(Kübra TURHANER)

15.05.2024

DAĞITIM YERLERİNE

- İlgi :a) Millî Eğitim Bakanlığı Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 21.01.2020 tarihli ve 81576613-10.06.02-E.1563890 sayılı 2020/2 numaralı Genelgesi.
b) Muş Alparslan Üniversitesi Rektörlüğü Genel Sekterlik Yazı İşleri Müdürlüğünün 08.05.2024 tarihli ve E-51732808-044-140773 sayılı yazısı.
c) Müdürlük Makamının 13.05.2024 tarihli ve E-17480297-605.01-102197721 sayılı onayı.

İlgi (a) genelge doğrultusunda ve ilgi (b) yazı ile Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Yönetimi Ana Bilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Kübra TURHANER'in "*Devlet Okullarındaki Yöneticilerin ve Öğretmenlerin Deprem Stresi ile Baş Etme Stratejilerinin incelenmesi: Nitel Bir Araştırma*" konulu çalışmasına veri toplamak amacıyla müdürlüğümüze bağlı tüm resmi eğitim kurumlarında okul yöneticileri ve öğretmenlere yönelik veri toplama talebini eğitim ve öğretimi aksatmayacak şekilde gönüllülük esasına dayalı olarak yapılmasını, uygulamalarda sadece ekte sunulan imzalı ve mühürlü veri toplama araçlarının kullanılmasını ve kişisel bilgiler istenmeyecek şekilde uygulanmasını ilgi (c) onay ile uygun görülmüştür.

Gereğini bilgilerinize arz/rica ederim.

Enver KIVANÇ
Vali a.
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek:

- 1-İlgi Müdürlük Onayı (1 Sayfa)
- 2-Anket ve Araştırma Ön İnceleme Formu (1 Sayfa)
- 3-Tez Çalışma Evrakları (12 Sayfa)

Dağıtım:

- Gereği:
-Tüm İlçe Kaymakamlıklarına
(İlçe Millî Eğitim Müdürlüğü)
-Merkez Tüm Okul/Kurum Müdürlüklerine

Bilgi:

- Muş Alparslan Üniversitesi Rektörlüğüne
(Genel Sekterlik Yazı İşleri Müdürlüğü)

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : Hürriyet Mahallesi Yeni Hükümet Caddesi No:515 Muş Merkez

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-abya>

Telefon No : 0 (436) 212 35 83

E-Posta: strateji@gelisirme49@meb.gov.tr

Kep Adresi : meb@hs01.kep.tr

Bilgi için: Zeki GÖKTÜRK

Uzman : Veri Hazırlama ve Kontrol İşletmeni

İnternet Adresi: <https://msa.meb.gov.tr>

Faks:0362121988

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://resimtopcu.meb.gov.tr/adresizden> 8823-27a9-3c fb-97c3-fd27 kodu ile teyit edilebilir.

Bu belge 6070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 6. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Ek 3: Görüşme Soruları

GÖRÜŞME FORMU (DEPREM STRESİ)

Cinsiyeti:

Öğretmenlikteki Kıdemi:

Yaşı:

Yöneticilikteki Kıdemi:

Medeni Durumu:

Görev Yaptığı Okul Kademesi:

Branşı:

Okulundaki Hizmet Süresi:

- 1) Ülke olarak yakın zamanda bir deprem daha atlattık. Bu bağlamda; bir öğretmen/yönetici olarak okuldayken ve öğrencilerle birlikteken neler hissediyorsunuz?
- 2) Sizce okullarımız depreme hazırlıklı mı? Değilse neden? Ayrıca nasıl hazır hale getirilebilir?
- 3) Deprem stresi yaşayan bir meslektaşınıza öğretmen/yönetici olarak nasıl destek olabilirsiniz?
- 4) Depremi yaşadıkten sonra günlük yaşantınızda ve sosyal ortamlarınızda ne gibi değişikliklerin meydana geldiğini paylaşır mısınız?
- 5) Deprem stresiniz var mı? Varsa azaltmak için neler yapıyorsunuz/yapmalısınız?
- 6) Okul saatleri içerisinde bir deprem olması durumunda öğretmenler neler yapmalıdır?
- 7) Deprem sonrasında okul ortamına ve eğitim öğretim sürecine uyum sağlamada problemler yaşadınız mı? Yaşadıysanız problemlerden bahseder misiniz?
- 8) Deprem anında neler hissettiğinizi paylaşır mısınız? Hissettiğiniz bu duygular daha sonra da devam etti mi açıklar mısınız?

Ek 4: Görüşme Sözleşme Formu

Görüşme Sözleşme Formu

Değerli Katılımcı,

Öncelikle, bana zaman ayırdığınız ve yüksek lisans tez çalışmamı katkı sağlamayı kabul ettiğiniz için teşekkür ediyorum. Tez danışmanım Doç. Dr. R. Şamil Tatık ile “Devlet Okullarındaki Yöneticilerin ve Öğretmenlerin Deprem Stresi ile Baş Etme Stratejilerinin İncelenmesi: Nitel Bir Araştırma” başlıklı bir tez çalışması yürütmekteyim.

Bahsi geçen konu kapsamında yayın üretmek adına sizinle bir görüşme yapmak istiyorum. Gönüllü olarak katıldığınız bu görüşmede ifade edeceğiniz araştırmanın kalitesini artıracaklarını düşünüyorum.

Araştırma verilerimin geçerlik ve güvenilirliğini sağlamak, görüşmedeki veri kaybını önleyebilmek ve iletişimi aksatmamak amacıyla görüşmemizi ses kaydına almayı planlıyorum. Kayda alınacak bu görüşme, yalnızca bilimsel amaç doğrultusunda kullanılacaktır. İstedığınız takdirde ses kayıtları, sizle paylaşılacak ve verilerin dökümü yapıldıktan sonra silinecektir.

Sonuç olarak bu sözleşmeyi okuduğunuz ve araştırmamıza gönüllü olarak katıldığınız için tekrar teşekkür ediyoruz.

Araştırmamıza gönüllü olarak katıldığınıza ve benim de size verdiğimiz sözleri yerine getireceğime dair bu sözleşmeyi uygun gördüğünüz takdirde imzalayabiliriz.

Tarihi:/...../2024

Saati::

Yeri:

Katılımcı

Görüşmeci
Kübra TURHANER