

Arama Kurtarma Eğitimi Alan Öğrenciler ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu Arasındaki İlişki

The Relationship Between Students Receiving Search and Rescue Training and Post Traumatic Stress Disorder

Murat TATOĞLU ^{1*}, Mehmet Zeki YILDIRIM ²

¹ Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Mülkiyet Koruma ve Güvenlik Bölümü, Burdur, Türkiye

² Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Acil Yardım ve Afet Yönetimi Bölümü, Burdur, Türkiye



Ö Z E T

Araştırmanın amacı ileride yardım ve kurtarma çalışmasında görev almak için eğitim gören Acil Yardım ve Afet Yönetimi programı öğrencilerinin iş hayatlarında maruz kalabilecekleri Travma Sonrası Stres Bozukluğu konusunda bilgi sahibi olmalarıdır. Araştırma üç ayrı kısımdan oluşmaktadır. Birinci kısımda Türkiye’de afet yönetim sürecinden ve Afet Yönetimi programlarının gerekliliğinden bahsedilmektedir. İkinci kısımda Travma Sonrası Stres Bozukluğunun ne olduğu, tarihi süreci, hangi meslek dallarında daha sık görüldüğü ve belirtilerinden bahsedilmektedir. Üçüncü kısımda ise öğrencilere uyguladığımız “Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık” ölçeğinin değerlendirilmesi yapılmaktadır. Araştırma Acil Yardım Afet Yönetimi lisans programı, Acil Durum Afet Yönetimi ve Sivil Savunma İtfaiyecilik ön lisans programlarında okuyan gönüllü 199 öğrenci üzerine uygulanmıştır. Uygulanan ölçekte istatistiksel anlamlılık düzeyi ($p < 0,05$) olarak kabul edilmiş ve analizler %95 güven düzeyinde tamamlanmıştır. Araştırmaya göre bayan ve erkek öğrencilerin psikolojik dayanıklılıkları açısından anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p > 0,05$), ancak lisans öğrencileri ile ön lisans öğrencilerini karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p < 0,05$). Sonuç itibarıyla kurtarma ve yardım çalışması yapan kişiler travma yaşama bakımından duyarlı grubu oluşturmaktadır. Meslek hayatları süresince birçok trajik vaka ile karşılaşma ihtimali olan öğrencilere travma sonrası stres bozukluğu konusunda alanında uzman kişiler tarafından geniş kapsamlı bir eğitim verilmeli ve travmatik durumların etkilerinden nasıl kurtulabilecekleri noktasında mutlaka psikolojik destek sağlanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Travma, TSSB, AYAY, Afet Yönetimi



ABSTRACT

The aim of the study was to provide information to the students of Emergency and Disaster Management program who were trained to take part in the aid and rescue work in the future to have knowledge about Post Traumatic Stress Disorder that they may be exposed to in business life. The research consists of three parts. The first part talks about the necessity of the disaster management process in Turkey and Disaster Management program. In the second part, what is Post-Traumatic Stress Disorder, its historical process and in which occupations are more common and its symptoms are mentioned. In the third part, the scale of "Psychological Endurance for Adults" we apply to students is evaluated. The study was conducted on 195 volunteer students who study in Emergency and Disaster Management degree and associate degree program and Civil Defence Firefighting associate degree program. The scale was accepted as statistically significant ($p < 0,05$) and the analyzes were completed at 95% confidence level. According to the research, there is no significant difference in terms of psychological durability of female and male students ($p > 0,05$), however, there was a significant difference between undergraduate and associate students ($p < 0,05$). As a result, rescue and aid people constitute the vulnerable group. Students who are likely to encounter many tragic cases during their professional life should be given extensive training by experts in the field of post-traumatic stress disorder and Psychological support should be provided on how to get rid of the effects of traumatic conditions.

Keywords: Disaster Management, Post-Traumatic Stress Disorder



1. Giriş

Dünya çoğu kez bizlere mükemmel hayat standartları sunmaz, yaşamımız boyunca pek çok defa zorluklar ile karşı karşıya geliriz. Bu zorluklar bazen ailemiz, arkadaşlarımız veya yaşadığımız toplumla alakalı bazense yaptığımız meslek ile alakalı olabilir. Her zorluk kişide farklı bir iz bırakır ve her bir insan zorluklara karşı farklı çözüm yolları üretir. Kimi zaman bu çözüm yolları yetersiz kalır ve kişide bazı olumsuz durumlar gözükmeye başlar. İnsanlar da belirmeye başlayan bu olumsuz ruh hali önlem alınmadığı ve üzerine gidilmediği zaman ise istenmeyen birtakım sonuçlar meydana gelebilir. Bazı insanlar ruh hallerinde meydana gelen bu durumun bir hastalık olduğunun farkına varırlar ve bu konuda gerekli tıbbi desteğe başvururlar ama bazı kişiler ise bunun bir hastalık sonucu olduğunu bilmezler veya kabul etmezler ve profesyonel bir destek almaktan sürekli kaçınırlar.

Travmatik durumlar üstesinden gelinmesi zor kalıcı hasarlara sebep olabilirler. Bu hasarların ortaya çıkış şekli ve sebepleri herkes için farklı nedenlerden ötürü olabilir. Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), ikincil travmatik stres veya tükenmişlik sendromu gibi kavramlar insanların karşılaştıkları bu gibi zor durumları açıklamada bizlere imkân vermektedir.

Araştırmanın Amacı

Araştırmanın temel amacı kurtarma ve yardım çalışmasını meslek olarak yapacak olan kişilerin Travma Sonrası Stres Bozukluğu yaşama ihtimallerinin değerlendirilmesidir.

Örnekleme Seçimi

Araştırma da örnekleme grup olarak Acil Yardım Afet Yönetimi lisans programı ve bu programa dikey geçiş imkânı bulunan Acil Durum Afet Yönetimi ve Sivil Savunma İtfaiyecilik ön lisans programları seçilmiştir.

Bu programların seçilmesindeki maksat meslek hayatlarında yardım ve kurtarma çalışması yapmak için eğitim görüyor olmalarıdır. Bu programlarda okuyan her öğrenci ileride bir itfaiyeci veya arama kurtarma personeli adaydır.

Travma Sonrası Stres Bozukluğu

Travma sonrası stres kavramı; ciddi biçimde strese yol açan veya trajik bir olaya tanık olan veya olay sonrası yardım ve kurtarma çalışmalarında yer alan kişilerin tepkisi olarak isimlendirilmiştir (1). TSSB, kişiler için ağır stres sayılabilecek olağandışı fiziksel yâda ruhsal travmayla karşı karşıya geldikten sonra, olayın tekrar etmesi, tepkilerde yavaşlama, dış dünyayla iletişimin azalması, duygusal semptomların değişik derecelerde bulunması ile belirli ruhsal bozukluklardır (2). Travma kişiler üzerinde sosyal, psikolojik, ve işlevsel yönden bir takım etkileri olan, kişilerde uyum sorunu oluşturan ve başa çıkma faktörlerini zorlaştıran olağan dışı durumlardır (3).

Travma durumunun ortaya çıkmasında pek çok etken vardır, kişinin duygusal yapısı, yaşadığı ortam, aile ilişkileri gibi faktörler travmatik durumlara karşı oluşturulan dirençte önemli bir rol oynamaktadır. Psikolojik travma, insanların üstesinden gelmekte zorlandığı, hayatına, ruhsal dengesine, vücut bütünlüğüne tehdit olarak algıladığı olaylar ya da yaşantılardır (4). Bir insanın ağır bir kaza geçirmesine şahitlik etme, normal yollardan olmayan ölme şekilleri, savaşlar, kazalar, büyük afetler yoğun strese neden olabilmektedirler, bu stres kaynakları özellikle insan tarafından oluşturuluyorsa TSSB geliştirme ihtimali daha da artmaktadır (5). Bu bakımdan ele alındığında trajik olaylara dolaylı olarak tanık olan arama kurtarma veya yardım çalışanlarının da risk altında oldukları düşünülebilir. Travma durumunun ortaya çıkmasının ardından beraberinde başka ruhsal ve psikolojik hastalıkları da tetikleyebilir, Marmara Depreminden sonra TSSB tanısı konmuş 76 kişi ile yapılan bir araştırmada bu kişilerin %38,2'sinin başka bir psikiyatrik sorunda yaşadığı tespit edilmiştir, en sık karşılaşılan ikincil sorunun ise majör depresif bozukluk olduğu bulunmuştur (6).

TSSB Yaşayan Kişilerde Görülen Belirtiler

TSSB hali kısa sürede ortaya çıkan ve hemen kendisini belli eden bir durum değildir. Yaşanılan olayların etkisi kişinin ruhsal yapısında zaman içerisinde etki göstermektedir, bu etkiler kimi zaman kişide davranış bozuklukları meydana getirir ve dışarıdan anlaşılması nispeten daha kolay bir durum halini alırken kimiz zaman ise vücutta bazı hastalıkların meydana gelmesi uyku düzeninin bozulması sinir katsayısının artması şeklinde görülür ve bu tarz durumlarda kişiler yaşadıkları halin bir travma durumu olduğunun farkına varmakta güçlük çekerler. Bu konuda hassas mesleklerde çalışan kişilerin travma sonrası stres bozukluğu ve gösterdiği belirtiler hakkında mutlaka detaylı bir bilgi almaları gerekmektedir.

Travma sonrası stres bozukluğu belirtileri; yeniden yaşanmışlık hissi, benzer durumlardan kaçınma ve artmış uyarılmışlık belirtileri olmak üzere toplam 3 ana grupta incelenmektedir (7). Yaşanan bir olay anında bedende meydana gelen ve hayatta kalmaya yönelik olan fiziksel değişimlerden sonra olayın ardından ortaya çıkacak travma sonrası tepkileri bir süre için normal kabul edilebilmektedir (8). Travmayla ilgili belirtiler kişiye ve yaşanılan olaya göre farklılık göstermektedir, lakin herkes için ortak sayılabilecek bir belirti ruhsal yapıda meydana gelen bozukluklardır.

Yapılan mesleğin sürekli bir hayati tehlike arz etmesi kişilerin devamlı olarak ölüm veya yaralanma korkusuyla iş yapması bir zaman sonra kendilerinde mesleki bir travma yaşamlarına neden olacaktır. Kişiler yaptıkları meslekten dolayı dehşet hali, korkuya kapılma ve kendisini çaresiz hissetme gibi duyguları yaşaması stres halinin durumunun da artmasına neden olacaktır (9).

Travma durumlarında ortaya çıkan bir diğer belirti ise hem fiziksel hem de ruhsal olarak meydana gelen işlev bozukluğudur. Travmatik olaylardan doğrudan veya dolaylı olarak etkilenen kişilerde değişik aşamalarda işlev bozukluğu oluşabilmektedir, yaşanan bu işlev bozukluğuna bağlı olarak ileriki safhalarda daha çeşitli sorunlarında meydana gelme ihtimali bulunmaktadır (10).

TSSB Görülen Bazı Meslek Grupları

Her meslek kendi içerisinde birtakım zorluklar barındırmaktadır ve hiç şüphesiz her mesleğin sorumluluk kapsamı farklıdır, lakin bazı meslek grupları hem zorlukları hem de sorumluluk alanının geniş olması sebebiyle diğerlerinden ayrılırlar. Çalışanların yaptıkları meslekten dolayı yoğun stres altında kalarak travmatik bir süreç yaşamaları devamında da başka travmalara neden olabilmektedir (11). Sorumluluk ne kadar fazla olursa hissedilen ruhsal baskıda bununla doğru orantılı olarak o kadar büyük olur, özellikle görevi insanlara yardım etmek olan ve sorumluluğu doğrudan insan hayatı olan meslekler oluşturdukları stres yükü bakımından diğer meslek gruplarından keskin bir çizgiyle ayrılmaktadır.

Bu meslek gruplarından biri de arama kurtarma alanında çalışan kişilerdir. Yaptıkları iş nedeniyle çoğu zaman vücut bütünlüğü bozulmuş insanlar ile karşı karşıya gelebilirler. Acil kurtarma ekipleri yaptıkları iş sebebiyle hayati tehlike maruz kalan, felakete uğramış kişilere yardım ederlerken sık sık travmatik durumlarla yüzleşmek zorunda kalırlar (12).

Yardım çalışanlarının TSSB ile karşı karşıya gelmelerinin altında çeşitli sebepler yatmaktadır. Yapılan bir araştırmada itfaiyecilerin en çok sıkıntı verici iş stresörleri belirledikleri durumlar şunlardır:

- Yanan binada çocuk seslerinin duyulması.
- Bilinmeyen toksik maddelere maruz kalma olasılığından dolayı endişe duyma.
- AİDS, Hepatit, Tüberküloz ve diğer enfeksiyon hastalığı olan kişilere yardım ederken temas ile ilgili endişe duymaları.
- Diğer insanların hayatından sorumlu olma hissi.
- Şehir yöneticilerinden gelen desteğin yetersiz olduğu hissi.
- İtfaiyecilerin iş kapsamı ile ilgili halkın bilgisinin yanlış olduğu hissi.
- Personelin yetersiz olduğu hissi (12).

Ersland ve arkadaşları 1980 yılın da 123 kişinin can verdiği, 89 kişinin kurtulduğu Alexander Kielland petrol platformunda meydana gelen kazada görev alan 134 arama kurtarma çalışanı ile yaptıkları bir araştırmada, çalışanların %20 kadarının kurtarma sırasında bir ya da daha fazla aşırı şekilde rahatsız

edici duygusal tepki yaşadıklarını ve felaketten 9 ay sonra dahi, sağlık problemlerinden şikâyetçi olanların oranının yaklaşık %25 olduğunu tespit edilmiştir (13). Yapılan araştırmadan da anlaşılacağı üzere ölmüş veya ölüm tehlikesi atlatmış kazazedeler için yapılan kurtarma çalışmaları bu çalışmada yer alan arama kurtarma personeli için ciddi etkiler oluşturabilmektedir.

Yaşanan travmaların etkileri üzerinden uzun zaman geçse de hafızalardan kolay kolay silinmemektedir, özellikle kurtarma çalışmalarında yer alan kişilerde oldukça derin etkiler bırakmaktadır. Kurtarma personelinin görev sırasında edindikleri tecrübelerden dolayı gece uykularında çeşitli sıkıntılar çektikleri yine yapılan araştırmalarla ortaya çıkarılmıştır. 20 genç insanın öldüğü ve 70 kişinin de yaralanması ile sonuçlanan İsviçre'deki otel yangının da, görev yapan kurtarma personeli ile bir çalışma yapılmış ve felaketten 9 ay sonra dahi %21'inin olayla ilgili olarak gece terörleri yaşadıkları saptanmıştır (14).

İtfaiye veya kurtarma çalışanlarının yaşadıkları tecrübeleri birbirlerine aktarmaları veya bir kişinin çalışma arkadaşının yaşadığı trajik bir olayı paylaşması yine bu alanda çalışan bazı kişiler üzerinde saklı kalan travma durumunun ortaya çıkmasına neden olabilir. Travmatik belirtiler; kişinin bir travmatik durum ile karşı karşıya gelmesine, ceset ya da ceset parçası görmesine veya bu ve benzeri olayları birileri tarafından anlatılması durumunda da ortaya çıkabilmektedir (15).

Bir mesleğin travmaya sebep olduğunu anlamak için o meslek ile meşgul olan kişilerin uzun bir değerlendirme sürecinden geçmeleri gerekir. Bununla beraber kişilerinde travmaya olan yatkınlığı bu konuda önemli bir parametredir. Yapılan mesleğin travmaya hangi durumlara göre travmaya neden olduğu ayrıca bir inceleme konusu olmuştur. Eğer ki çalışma ortamınız gereği sürekli ölü veya yaralı insanlarla karşı karşıya geliyorsanız, dram ve trajedi içerisinde kalıyorsanız bundan etkilenmeden sıyrılmanız oldukça güç bir durum olacaktır.

Arama kurtarma çalışanlarının travmaya en yakın grup olduğu düşünülmektedir. Bunun nedenlerinin arasında, kişisel tehdit ihtimalinin fazla olması, travmaya ve bunun etkilerine doğrudan ve sürekli olarak maruz kalma, yaşamı tehdit eden durumlara karşı karşıya gelmeleri, afetzedelerin yaşamlarını kurtarmaya yönelik müdahalelerde bulunma ve ağır yaralı ve cansız bedenleri enkazdan çıkarma çalışmasında yer alma sayılmaktadır (16).

2. Materyal ve Metot

Psikolojik Dayanıklılık Kavramı

Sevilen birinin kaybedilmesi, işten çıkarılma, yakınlarını kaybeden kişilere müdahale etme afetler veya terör saldırılarının ardından müdahalede bulunma gibi durumlar atlatılması zor hayat tecrübeleridir (17). Birçok insan bu ve benzeri durumlar ile karşı karşıya geldiğinde bir duygu yoğunluğu yaşamakta lakin belirli bir zaman geçtikten sonra çoğunlukla kendilerini bu sürece adapte edebilmektedirler. Garnezy (1991)(18) bahsedilen uyumun sağlanması ve hayatın tekrardan normale dönmesindeki en önemli faktörün bu süre zarfında insanların gösterdiği kişisel gayret ve süreç içindeki psikolojik dayanıklılık durumlarının olduğunu söylemektedir. Hunter'a göre ise psikolojik dayanıklılık travma yaşayan insanlar için bir başarı hikayesidir (19).

Veri Toplama Aracı

Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği Friborg ve arkadaşları (2003)(20) tarafından geliştirilmiştir. Daha sonra Basım ve arkadaşları (2011) tarafından Türkçeye çevrilmiş ve geçerlik güvenirlik çalışması yapılmıştır. Ölçeğin Türkçeye çevrilmesi çalışmasında iki ayrı örneklem kullanılmıştır, bu şekilde elde edilen veriler kıyaslanabilmektedir (17).

Yapılan çalışmada Basım tarafından Türkçeye çevrilen Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği kullanılmıştır (Ek-1).

Araştırma Örnekleme

Araştırma örnekleme için Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesinde öğrenim gören başta Acil Yardım Afet Yönetimi Lisans programı öğrencileri ardından ise Acil Durum Afet Yönetimi ile Sivil Savunma ve İtfaiyecilik ön lisans programlarında öğrenim gören öğrenciler seçilmiştir. Ölçek uygulanırken katılımcılara çalışmanın amacı anlatılmış elde edilen verilerin nerede, hangi amaçla kullanılacağı detaylı bir şekilde açıklanmıştır. Çalışmaya katılmayı kabul eden 199 gönüllü öğrenci üzerinde ölçek uygulanmıştır.

3. Bulgular

Çalışmaya katılan kişilerin %71,4'ü 18-20 yaş grubunda iken %28,6'sı 21-25 yaş grubundadır. Ayrıca kişilerin yaş ortalaması 20,11 iken en küçük yaş 18 ve en büyük yaş 25'tir. %56,3'ü erkek %43,7'si kadındır. %54,8'i 1.sınıf iken %43,7'si 2.sınıf ve %1,5'i ise 3.sınıftır. %30,2'sinin programı AYAY iken %53,8'inin ADAY ve %16,1'inin ise SSI'dir

Tablo 1: Psikolojik dayanıklılık ölçeği için tanımlayıcı istatistikler, güvenirlikler ve normallikler

(n=199)	Ortalama	St.Sapma	Min.-Mak.	Cronbach Alfa	Çarpıklık	Basıklık
Psikolojik Dayanıklılık	3,73	0,53	2,70-5,00	0,833	-0,010	-0,753
Kişisel Güç	3,67	0,65	2,30-5,00	0,664	-0,103	-0,643
Yapısal Stil	3,45	0,87	1,00-5,00	0,425	-0,253	-0,163
Sosyal Yeterlilik	3,69	0,74	1,67-5,00	0,522	-0,089	-0,671
Aile Uyumu	3,85	0,83	1,33-5,00	0,691	-0,435	-0,650
Sosyal Kaynaklar	3,93	0,69	1,86-5,00	0,581	-0,420	-0,437

Tablo 1. incelendiğinde çalışmaya katılan kişilerin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği düzeyi 3,73 iken Kişisel Güç düzeyi 3,67, Yapısal Stil düzeyi 3,45, Sosyal Yeterlilik düzeyi 3,69, Aile Uyumu düzeyi 3,85 ve Sosyal Kaynaklar düzeyi ise 3,93'tür. Düzeyleri verilen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve alt boyutları 1-5 puan üzerinden değerlendirilmektedir. 33 maddeden oluşan Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeğinin güvenirliğinin 0,833 olduğu ve yüksek olduğu görülmüştür.

Ölçek ve alt boyutlarının çarpıklık basıklık katsayıları ± 2 aralığındadır. Bu nedenle çalışmada bu değişkenlerin normal dağılım varsayımını sağladıkları görülmüştür.

Tablo 2: Sınıfa göre psikolojik dayanıklılık ölçeği farklılıklarının incelenmesi

		Sayı	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Psikolojik Dayanıklılık	1.Sınıf	109	3,64	0,55	-2,467	0,014*
	2.Sınıf	87	3,83	0,48		
Kişisel Güç	1.Sınıf	109	3,61	0,66	-1,115	0,266
	2.Sınıf	87	3,71	0,61		
Yapısal Stil	1.Sınıf	109	3,43	0,84	-0,181	0,857
	2.Sınıf	87	3,45	0,92		
Sosyal Yeterlilik	1.Sınıf	109	3,54	0,75	-2,964	0,003*
	2.Sınıf	87	3,85	0,70		
Aile Uyum	1.Sınıf	109	3,71	0,86	-2,440	0,016*
	2.Sınıf	87	4,00	0,77		
Sosyal Kaynaklar	1.Sınıf	109	3,84	0,64	-1,984	0,049*
	2.Sınıf	87	4,04	0,74		

*:p<0,05 (İstatistiksel olarak anlamlı) t: Bağımsız Örneklem T Testi

Tablo 2. incelendiğinde uygulanan Bağımsız Örneklem T Testi sonucunda 1.sınıflar ve 2.sınıflar arasında Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve Sosyal Yeterlilik, Aile Uyum, Sosyal Kaynaklar alt boyutları puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır (p<0,05).

Tablo 3: Programa göre psikolojik dayanıklılık ölçeği farklılıklarının incelenmesi

		Sayı	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Psikolojik Dayanıklılık	1.AYAY	60	3,81	0,52	0,886	0,414
	2.ADAY	107	3,70	0,53		
	3.SSİ	32	3,70	0,54		
Kişisel Güç	1.AYAY	60	3,68	0,66	0,111	0,895
	2.ADAY	107	3,65	0,65		
	3.SSİ	32	3,71	0,62		
Yapısal Stil	1.AYAY	60	3,41	0,93	0,150	0,861
	2.ADAY	107	3,48	0,87		
	3.SSİ	32	3,41	0,81		
Sosyal Yeterlilik	1.AYAY	60	3,81	0,71	1,193	0,305
	2.ADAY	107	3,64	0,78		
	3.SSİ	32	3,62	0,68		
Aile Uyum	1.AYAY	60	4,08	0,76	3,563	0,030*
	2.ADAY	107	3,77	0,83		
	3.SSİ	32	3,67	0,91		
Sosyal Kaynaklar	1.AYAY	60	4,00	0,80	0,480	0,620
	2.ADAY	107	3,89	0,64		
	3.SSİ	32	3,95	0,60		

Tablo 3. incelendiğinde uygulanan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonucunda programlar arasında Aile Uyumuna alt boyut puanları bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır (p<0,05). Buna göre programı AYAY olan kişilerin Aile Uyumuna alt boyut puanları programı ADAY ve SSİ olan kişilerden anlamlı derecede daha fazladır. Bu durumu etkileyen faktörler arasında pek çok değişkenden bahsedilebilir. Lisans eğitiminin ve lisans eğitimi veren okulların çevre şartlarının daha iyi olması öğrencilerin pek çok sosyal imkân bulabilmeleri onların psikolojik yapıları üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

4. Tartışma ve Sonuç

Çalışmaya katılan kişilerin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği ve alt boyutları 1-5 puan üzerinden değerlendirilmektedir. Öğrencilerin psikolojik dayanıklılık ile yaş ve cinsiyet arasındaki ilişki değerlendirildiğinde literatürdeki örneklerin aksine anlamlı farklılık bulunmamıştır (p>0,05) (21). Öğrenciler psikolojik dayanıklılıklarını cinsiyet ayırarak inceleyen Oktan (2008) arada anlamlı farklılıklar bulmuştur. Sınıf dağılımları incelendiğinde ise 1.sınıflar ve 2.sınıflar arasında Psikolojik Dayanıklılık bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0,05) bu durum literatürdeki örnekleriyle ters düşmektedir. Öğrencilerin psikolojik dayanıklılık durumlarını sınıf ayrımı yaparak inceleyen Güngörmüş (2015) arada anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Öğrencilerin sosyal destek alma durumları, aile bireylerinin desteğinin yeterli olma durumu, sosyal kaynaklar ve alt boyutları incelendiğinde ise aralarında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur (p<0,05). Bu durum literatürdeki örnekleri ile benzerlik göstermektedir (21,22). Yapılan bir araştırmada öğrencilerin sosyal destek düzeyinin artıca psikolojik dayanıklılıklarının da arttığı görülmüştür (22). Öğrencilerin okudukları programa göre psikolojik dayanıklılıkları ile aile uyumu ve alt boyutları bakımından incelenmesinde anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir (p<0,05). Lisans öğrencilerinin Aile Uyumuna alt boyut puanları Ön Lisans öğrencilerine göre anlamlı derecede daha fazla bulunmuştur. Elde edilen bu veriler doğrultusunda lisans öğrencilerinin kendilerini olumsuz durumlara karşı daha sağlam hazırladıkları ve aldıkları eğitimin psikolojik dayanıklılık üzerinde etkili olduğu düşünülebilir.

Yardım çalışanlarının, polislerin, askerlerin, sağlık çalışanlarının tamamı bu gibi vakalar ile günlük hayatta defa kere karşılaşmak durumunda kalıyorlar. Ancak bahsedilen meslek dallarının hiçbirinde sürekli ve düzenli bir stres taraması veya dönemsel ruhsal ve psikolojik durum değerlendirmesi gibi kişileri rahatlatıcak varsa sorunlarını ortaya çıkartıcak uygulamalara ne yazık ki yer verilmemektedir. Yaşadıkları stresin farkında olmayan ve maruz kaldıkları baskının adını koyamayan bu kişiler zamanla bu durumu farklı şekilde ortaya çıkartmaya başlamaktadırlar. Uykusuzluk, olayın tekrar yaşantılanması, çabuk sinirlenme, ileriye dönük plan yapamama gibi belirtiler gözükmeye başlamaktadır. Yaşadığı stres halini profesyonel bir destek almadan tamamen kendi içinde halletmeye çalışan kişiler ise çoğu zaman bu durumun üstesinden gelememekte ve yaşanan sorunlar başta ailesi olmak üzere yakın çevresini de etkileyebilmektedir. Aile içinde de değişik şekillerde ortaya çıkman bu sorunlar devamında başka sorunlarında tetikleyici olmakta, kişiyi tamamen yalnızlığa ve çıkmaza sürükleyebilmektedir.

Sonuç itibarıyla varmak istediğimiz husus, hiçbir meslek grubunun kişilerin hayatı üzerinde dengeleri bozacak onların aile ve sosyal yaşamlarına zarar verecek bir etkisinin olmaması gerektiğidir. Bur da ihmal edilmemesi gereken nokta Acil Yardım ve Afet Yönetimi gibi lisans veya ön lisans programlarında eğitim gören öğrencilerin, meslek hayatlarında karşılaşabilecekleri travmatik durumlara karşı hazırlanmalarıdır. Öğrenciler ileride mesleklerini seçerken o mesleğin kendi ruhsal ve fiziksel yapısına olan uygunluğunu da göz önünde bulundurmalıdırlar.

Kurtarma çalışması yapan meslek gruplarının çok önemli ve hassas bir yer edindiği bilinmektedir, artan savaşlar, göçler, doğa olayları gibi afet meydana getiren durumlar artmaya devam etmektedir bu husus yardım çalışanlarına olan ihtiyacın artacağını göstermektedir. Kurtarma çalışanlarının, kolluk kuvvetlerinin ya da sağlıkçıların insanlara yardım ederken yardıma muhtaç hale gelmemeleri yaptıkları mesleğin bir mağduru olmamaları için rehabilite çalışmalarının yapılması gerekmektedir. Mağdur gruplar hassasiyetle belirlenmeli ve kendilerine karşı yakın çevreleri tarafından oluşabilecek veya oluşabileceğini düşündükleri mahalle baskısı konusunda da dikkat edilmelidir. Bu durum tedaviden kaçınmanın en büyük sebebinin içermektedir.

Travma sonrası stres bozukluğu durumu kabullenilmeden ve yardım alınmadan üstesinden gelinmesi oldukça zor bir durumdur, meydana getirdiği hasarlar kimi zaman geri dönüşümü olmayan boyutlara ulaşabilmektedir, çalışanlar bu noktada kendilerini iyi tanımalı ve yaşamlarında oluşan olası travma belirtilerine karşı mutlaka profesyonel bir desteğe ihtiyaç duyduklarını bilmelilerdir. Bu durumdan kaçınarak kabullenmeyi reddederek sadece kendilerine değil aynı zamanda aile bireylerine ve yakın çevrelerine de zarar verebileceklerinin farkında olmalıdırlar.

Bu ve benzeri programlarda eğitim gören lisans ve ön lisans öğrencilerinin aldıkları psikolojik eğitimler karşılaştırılabilir. Mesleki zorluklar noktasında gerekli bilgiler verilebilir ve psikolojik olarak öğrenciler her türlü duruma karşı hazırlıklı hale getirilebilirler. Ayrıca mevcutta bu tarz meslekleri icra eden kişilere dönemsel olarak psikolojik ve ruhsal destek verilebilir böylelikle mesleki travmanın önüne geçilebilir.

Etik Beyanı

Bu çalışmada, "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" kapsamında uyulması gerekli tüm kurallara uyulduğunu, bahsi geçen yönergenin "Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler" başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbirinin gerçekleştirilmediğini taahhüt ederiz.

Kaynakça

- 1) Lerias ve Byrne, 2003
- 2) Battal ve Özmen, 1997
- 3) Aker AT, Önder M (2003). Psikolojik Travma ve Sonuçlar. Epsilon Reklamcılık, Ankara.
- 4) Pearlman LA, Saakvitne KW (1995). *Trauma and the therapist: Countertransference and vicarious traumatization in psychotherapy with incest survivors*. WW Norton & Co.
- 5) Amerikan Psikiyatri Birliği (2007). *Amerikan Psikiyatri Birliği Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı: 4. Baskı*, Yeniden Gözden Geçirilmiş Tam Metin (DSM-IV-TR), Amerikan Psikiyatri Birliği, Washington DC, 2000, Köroğlu E (çeviri ed.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- 6) Tural Ü, Tolun HA, Karakaya I, Erol A, Yıldız M, Erdoğan S (2001). Marmara Depremzedelerinde Travma Sonrası Stres Bozukluğuna Eşlik Eden Başka Bir Ruhsal Hastalık Gelişiminin Yordayıcıları. *Türk Psikiyatri Derg.*, 12(3), 175-183.
- 7) APA 2000
- 8) Joseph S, Williams R, Yule W (1997). Understanding post-traumatic stress. A psychosocial perspective on PTSD and treatment. New York: John Wiley & Sons.
- 9) Beaton R, Murphy S, Johnson C, Pike K, Corneil W (1999). Coping responses and posttraumatic stress symptomatology in urban fire services personnel. *J. Traumatic Stress*, 12, 293-308.
- 10) Eriksson C, Vande KH, Gorsuch R, Hoke S, Foy D. (2001). Trauma exposure and PTSD symptoms in international relief personel. *J. Traum. Stress*, 13, 205-211
- 11) Yılmaz B (2006). Arama Kurtarma Çalışanlarında Travma Sonrası Stres Belirtileri ve Travma Sonrası Büyüme İle İlişkili Değişkenler. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- 12) Boxer P, Wild D (1993). *Psychological Stress and Alcohol use Among Fire Fighters Scand J. Environ Helat*, 19, 121-125.
- 13) Erslund S, Weisaeth L, Sund A, (1980). *The Stress Upon Rescuers Involved in an Oil Rig Disaster. Alexander L. Kielland Acta Psychiatry Scand (suppl 355)*, 80, 38-49

- 14) Ludin T, Lindstrom B (1982) Yrkesmassig Exponering for Katastrof Nordisk. *Psyciadrisk Tidsskriff* ,6(36), 1-14
- 15) Özgen F, Aydın H (1999). Travma Sonrası Stres Bozukluğu. *Klinik Psikiyatri Derg.*, 1, 34-41.
- 16) Fullerton CS, Ursana RJ, Wang L, (2004). Acute Stress Disorder, Posttraumatic Stress Disorder and Depression in Disaster or Rescue Warkers. *USA J. Psychiatry*, 161, 1370-1376.
- 17) Basım HN, Çetin F (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeği'nin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Derg.*, 22(2), 104-114.
- 18) Garmezy N (1991). Resilience and Vulnerability to Adverse Developmental Outcomes Associated with Poverty. *Am Behav Sci*, 34, 416-430.
- 19) Hunter AJ (2001). A Cross-cultural Comparison of Resilience in Adolescents. *J. Pediatr Nurs.*, 16, 172-179.
- 20) Friberg ve arkadaşları 2003
- 21) Güngörmüş K, Okanlı A, Kocabeyoğlu T (2015). Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve etkileyen faktörler. *J. Psychiatri Nursing*, 6(1), 9-14.
- 22) Terzi Ş (2008). Üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılıkları ve algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişki. *Türk PDR Derg.*, 3, 1-11.