

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.11406139>

Accepted: 10.03.2024

2023 Hatay Depremini Yaşayanlarda Depremin Travma Sonrası Stres Bozukluğu Belirtileri ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki İlişkide Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolü**The Mediating Role of Psychological Flexibility in the Relationship Between Post-Traumatic Stress Disorder Symptoms and Post-Traumatic Growth in Survivors of the 2023 Hatay Earthquake****İlayda ÇAVUŞOĞLU**

Yakın Doğu Üniversitesi

ilayda.cavusoglu07@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-9379-4963>**Meryem KARAAZİZ**

Yakın Doğu Üniversitesi, Fen ve Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü

meryem.karaaziz@neu.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0085-612X>**Özet**

Depremler ve sel, yangın, toprak kayması, çığ gibi diğer afetler büyük yıkımlara, yaralanmalara ve kayıplara neden olmaktadır. Dolayısıyla yaşanan afetlerin bireysel ve toplumsal yönden etkiler ortaya koymaktadır. Yaşanan afetlerin ani bir şekilde yaşanması korku ve çaresizlik duyguları uyandırmakta ve yıkımlara neden olmaktadır. Bu sebeple afetler travmatik bir olay olarak kabul edilmektedir. Araştırma sonucunda katılımcıların travma sonrası büyüme düzeylerinin psikolojik esnekliklerini önemli ve pozitif yönde olarak yordadığı belirlenmiştir. Bunun yanısıra psikolojik esnekliklerinin travma sonrası stres belirtilerini önemli ve negatif yönlü olarak yordadığı sonucuna varılmıştır. Araştırmada travma sonrası büyüme ile travma sonrası stres belirtileri arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin tam aracı rolünün olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Travma Sonrası Büyüme, Travma Sonrası Stres Belirtileri, Psikolojik Esneklik, Deprem, Hatay**Abstract**

Earthquakes and other disasters such as floods, fires, landslides, avalanches cause great destruction, injuries and losses. Therefore, the disasters experienced have individual and social effects. The sudden occurrence of disasters arouses feelings of fear and helplessness and causes destruction. For this reason, disasters are accepted as a traumatic event. As a result of the research, it was determined that the participants' posttraumatic growth levels predicted their psychological

flexibility significantly and positively. In addition, it was concluded that psychological resilience significantly and negatively predicted posttraumatic stress symptoms. It was concluded that psychological resilience has a full mediating role in the relationship between posttraumatic growth and posttraumatic stress symptoms.

Keywords: Posttraumatic Growth, Posttraumatic Stress Symptoms, Psychological Resilience, Earthquake, Hatay.

1. Giriş

Doğal afetler büyük yıkımlara, yaralanmalara ve kayıplara neden olmaktadır. Afetlerin hem bireysel hem de toplumsal etkileri bulunmaktadır (Katz ve ark., 2002). Türkiye, bu felaketlerden biri olan depremi yaşayan ülkeler arasında dünya sıralamasında üçüncü sıradadır. Son yıllarda Türkiye'de çok sayıda insan hayatını kaybetmiş ve yaralanmıştır. 1999 yılında meydana gelen Marmara depreminde 644 kişi ve 2011 yılında Van depreminde 604 kişi vefat etmiştir (Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı, 2011). 30 Ekim 2020'de Yunanistan'ın Sisam adasında meydana gelen deprem, Türkiye'nin İzmir ilçesi Seferihisar ilçesine yaklaşık 23 kilometre uzaklıkta yerin 16.5 km altında 6.9 şiddetinde meydana gelen deprem, en başta İzmir olmak üzere çok sayıda ili etkilemiştir. Bu depremde 117 kişiyi vefat etmiş, 1034 kişiyi yaralanmış ve 15.000 kişiyi evsiz kalmıştır. Yunanistan'da ise iki kişi hayatını kaybetmiş ve on dokuz kişi yaralanmıştır. 2020 yılında meydana gelen en ölümcül deprem bu oldu (Akduman, 2021).

Kahramanmaraş merkezli 7,7 ve 7,6 şiddetindeki depremin birinci ayında, Kahramanmaraş, Adana, Şanlıurfa, Gaziantep, Diyarbakır, Osmaniye, Adıyaman, Kilis, Elazığ, Malatya ve Hatay illerinde toplam 44.218 kişi vefat ettiği, 80.278 kişi yaralandığı, 528.146 kişi güvenli olan diğer illere tahliye edildikleri ve 1.971.589 kişinin kendi çabalarıyla kurtulduğu rapor edilmiştir (AFAD, 2023). 6 Şubat depremlerinin büyüklüğü ve yıkıcılığı göz önüne alındığında, neredeyse tüm ülkeyi etkileyen toplumsal bir travmaya yol açtığı söylenebilir.

Depremler ve sel, yangın, toprak kayması, çığ gibi diğer afetler ani bir şekilde meydana gelmesi, canlılarda korku ve çaresizlik duyguları uyandırır ve hayatlarında yıkımlara neden olur. Bu nedenle, bu afetler travmatik bir olay olarak kabul edilir (Makwana, 2019). Bununla birlikte, deprem gibi büyük bir travmanın ardından meydana gelen olumsuz koşullar, olayı daha travmatik hale getirebilir. Bu olumsuz koşullar, depremden sonraki barınma sorunları, hava koşullarının kötü olması, yakınlarının ve ailelerinin kaybı, işsizlik, psikolojik destek eksikliği ve yardım paketlerinin deprem mağdurlarına hızlı bir şekilde verilmemesi dahil olmak üzere çeşitli sorunları içerir (Alipour ve Ahmadi, 2020).

Travmatik olaylar karşısında insanların tepkileri büyük ölçüde farklılık göstermektedir. Travmanın bir sonucu olarak depresyon, anksiyete, posttravmatik stres bozukluğu, madde kötüye kullanım bozuklukları, psikosomatik bozukluklar ve antisosyal davranışlar dahil olmak üzere çok sayıda

ciddi hastalık ortaya çıkabilir (Norris vd., 2002). Travma ile mücadele etmek ise bazı olumlu sonuçları vardır. Travma sonrası büyüme, travmatik bir olaydan sonra daha iyi bir işlevsellik düzeyine ulaşmak için meydana gelen olumlu psikolojik değişiklikleri ifade eder. Travma sonrası gelişme, yaşamın takdirini, başkalarıyla ilişkileri, yeni olasılıkları, kendi gücünü ve ruhsal değişimi içermektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004).

1.1. Araştırmanın Amacı ve Alt Problemler

Bu araştırmanın amacı, Hatay depremini yaşayanlarda depremin travma sonrası stres bozukluğu belirtileri ve travma sonrası büyüme arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünü belirlemektir.

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre Travma Sonrası Büyüme Envanteri puanlarının arasında fark var mıdır?

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre Psikolojik Esneklik Ölçeği puanlarının arasında fark var mıdır?

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği puanları arasında fark var mıdır?

Katılımcıların Travma Sonrası Büyüme Envanteri ve Psikolojik Esneklik Ölçeği puanları ile Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği puanları arasında ilişki var mıdır?

Katılımcıların Travma Sonrası Büyüme Envanteri puanları Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği puanlarını yordamakta mıdır?

Katılımcıların Psikolojik Esneklik Ölçeği puanları Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği puanlarını yordamakta mıdır?

Katılımcıların Travma Sonrası Büyüme Envanteri puanları ile Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği puanları arasındaki ilişkide Psikolojik Esneklik Ölçeği puanlarının aracı rolü var mıdır?

2. YÖNTEM

2.1 Araştırma Modeli

Bu araştırma 2023 Hatay depremini yaşayanlarda Depremin Travma Sonrası Stres Bozukluğu Belirtileri ve Travma Sonrası Büyüme Arasındaki ilişkide Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolünün belirlenmesi amacı ile gerçekleştirilmesi planlanan nicel bir araştırma olup araştırmada ilişki tarama modeli kullanılacaktır. İlişki tarama modelinde değişkenlerin birlikte değişip değişmedikleri ve bunun nasıl olduğu saptanmaya çalışılmaktadır (Karasar, 2011)

Evren ve Örneklem**Tablo 1.***Katılımcıların Sosyo-Demografik Özelliklerinin Dağılımı*

	Sayı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	157	40,78
Erkek	228	59,22
Yaş grubu		
30 ve altı	151	39,22
31-40 yaş	93	24,16
41 ve üstü	141	36,62
Eğitim düzeyi		
Lise	127	32,99
Lisans	202	52,47
Lisansüstü	56	14,55
Medeni hal		
Bekar	161	41,82
Evli	185	48,05
Boşanmış	39	10,13
Aylık gelir		
Düşük	44	11,43

767

Orta	290	75,32
Yüksek	51	13,25
Çalışma durumu		
Çalışan	231	60,00
Çalışmayan	154	40,00
Çocuk sayısı		
Çocuksuz	184	47,79
Bir çocuk	80	20,78
İki ve üstü	121	31,43
Şu an psikiyatrik tanı		
Evet	33	8,57
Hayır	352	91,43
Geçmişte psikiyatrik tanı		
Evet	35	9,09
Hayır	350	90,91

Tablo 1.'de araştırmadaki katılımcıların sosyo-demografik özelliklerinin dağılımına yer verilmiştir.

Tablo 1.'e göre katılımcıların %40,78'i kadın, %59,22'si erkek, %39,22'sinin 30 yaş ve altı, %24,16'sının 31-40 yaş, %36,62'si 41 yaş ve üstünde, %32,99'u lise, %52,47'si lisans, %14,55'i lisansüstü mezunu, %41,82'si bekar, %48,05'i evli ve %13,25'i boşanmıştır. Katılımcıların %11,43'ünün aylık geliri düşük, %75,32'sinin orta ve %13,25'inin yüksek olduğu, %60,0'ının çalıştığı, %47,79'unun çocuksuz, %20,78'inin bir çocuk, %31,43'ünün iki ve üstü çocuk sahibi olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların %8,57'sinin şu anda psikiyatrik tanısının olduğu, %9,09'unun

geçmişte psikiyatrik tanı aldığı belirlenmiştir.

Tablo 2.

Katılımcıların Travma Sonrası Büyüme Envanteri, Psikolojik Esneklik Ölçeği ve Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği Puanları

	n	\bar{x}	s	Min	Max
Benlik algısında değişim	385	24,32	10,85	10	50
Yaşam felsefesinde değişim	385	19,10	3,98	11	30
İlişkilerde değişim	385	15,29	4,20	5	25
Travma Sonrası Büyüme Envanteri	385	58,59	15,74	30	105
Kabul	385	13,56	2,23	8	20
An ile esnek temas halinde bulunmak	385	9,26	2,09	4	15
Bir bağlam olarak benlik	385	10,34	2,76	3	15
Ayrışma	385	9,69	2,43	3	15
Benimsenen değerler ve bu değerlere uygun davranışlar	385	8,54	2,41	3	15
Psikolojik Esneklik Ölçeği	385	51,40	9,54	24	80
Yeniden yaşama	385	7,40	3,00	0	15
Kaçınma	385	8,48	3,75	0	21
Aşırı uyarılmışlık	385	7,27	3,00	0	15
Travma Sonrası Stres Belirtileri	385	23,15	8,61	0	51

Tablo 2.'de araştırmadaki katılımcıların Travma Sonrası Büyüme Envanteri, Psikolojik Esneklik

Ölçeği ve Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği puanları için tanımlayıcı istatistiklere yer verilmiştir.

Tablo 2.'ye göre katılımcıların Travma Sonrası Büyüme Envanteri genelinden $58,59 \pm 15,74$ puan, envanterde yer alan benlik algısında değişimden $24,32 \pm 10,85$ puan, yaşam felsefesinde değişimden $19,10 \pm 3,98$ puan ve ilişkilerde değişimden $15,29 \pm 4,20$ puan aldıkları tespit edilmiştir.

Katılımcılar Psikolojik Esneklik Ölçeği genelinden $51,40 \pm 9,54$ puan, ölçekte yer alan kabulden $13,56 \pm 2,23$ puan, an ile esnek temas halinde bulunmaktan $9,26 \pm 2,09$ puan, bir bağlam olarak benlikten $10,34 \pm 2,74$ puan, ayırışmadan $9,69 \pm 2,43$ puan ve benimsenen değerler ve bu değerlere uygun davranışlardan $8,54 \pm 2,41$ puan almıştır.

Araştırmadaki katılımcıların Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeğinde yer alan yeniden yaşamadan $7,40 \pm 3,0$ puan, kaçınmadan $8,48 \pm 3,75$ puan ve aşırı uyarılmışlıktan $7,27 \pm 3,0$ puan aldıkları belirlenmiş olup, katılımcıların ölçek genelinden $23,15 \pm 8,61$ puan aldıkları tespit edilmiştir.

Tablo 3.

Katılımcıların Travma Sonrası Büyüme Envanteri, Psikolojik Esneklik Ölçeği ve Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği Puanları Arasındaki Korelasyonlar

		Yeniden yaşama	Kaçınma	Aşırı uyarılmışlık	Travma Sonrası Stres Belirtileri
Benlik algısında değişim	r	-0,281	-0,232	-0,232	-0,280
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*
	N	385	385	385	385
Yaşam felsefesinde değişim	r	-0,112	-0,113	-0,114	-0,128
	p	0,028*	0,027*	0,026*	0,012*
	N	385	385	385	385
İlişkilerde değişim	r	-0,047	-0,068	-0,093	-0,078
	p	0,360	0,186	0,068	0,126
	N	385	385	385	385

Travma Sonrası Büyüme Envanteri	r	-0,230	-0,202	-0,211	-0,242
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*
	N	385	385	385	385
Kabul	r	-0,360	-0,395	-0,371	-0,427
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*
	N	385	385	385	385
An ile esnek temas halinde bulunmak	r	-0,343	-0,337	-0,328	-0,380
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*
	N	385	385	385	385
Bir bağlam olarak benlik	r	-0,129	-0,230	-0,221	-0,222
	p	0,011*	0,000*	0,000*	0,000*
	N	385	385	385	385
Ayrışma	r	-0,290	-0,294	-0,317	-0,340
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*
	N	385	385	385	385
Benimsenen değerler ve bu değerlere uygun davranışlar	r	-0,339	-0,320	-0,362	-0,383
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*
	N	385	385	385	385
Psikolojik Esneklik Ölçeği	r	-0,356	-0,388	-0,395	-0,431
	p	0,000*	0,000*	0,000*	0,000*
	N	385	385	385	385

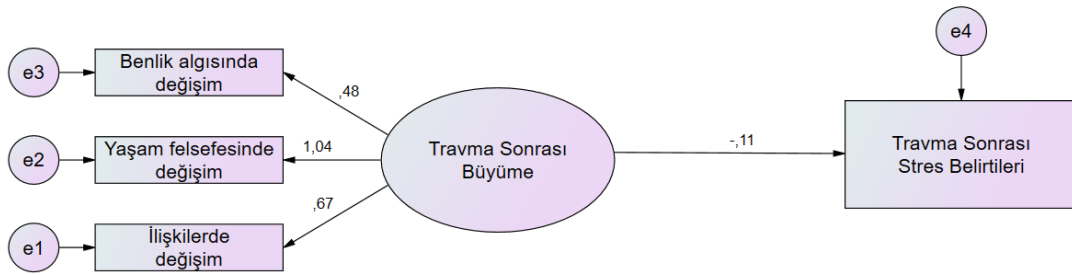
* $p < 0,05$

Tablo 3.'te katılımcıların Travma Sonrası Büyüme Envanteri, Psikolojik Esneklik Ölçeği ve Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği puanları arasındaki korelasyonlara ilişkin Pearson testi sonuçları gösterilmiştir.

Katılımcıların Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan yeniden

yaşama, kaçınma ve aşırı uyarılmışlık alt boyutlarından aldıkları puanlar ile Psikolojik Esneklik Ölçeği genelinden ve ölçekteki kabul, an ile esnek temas halinde bulunmak, bir bağlam olarak benlik, ayırışma, benimsenen değerler ve bu değerlere uygun davranışlar alt boyutlarından aldıkları puanların arasında istatistiki açıdan önemli ve negatif korelasyonlar vardır ($p<0,05$).

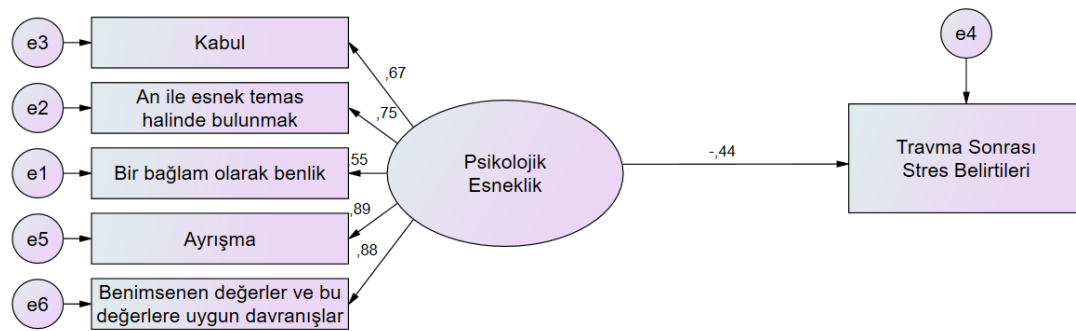
Araştırma kapsamına alınan katılımcıların Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği genelinden ve ölçekte bulunan yeniden yaşama, kaçınma ve aşırı uyarılmışlık alt boyutlarından aldıkları puanlar ile Travma Sonrası Büyüme Envanteri genelinden ve envanterde bulunan benlik algısında değişim, yaşam felsefesinde değişim, yaşam felsefesinde değişim ve ilişkilerde değişim alt boyutlarından aldıkları puanların arasında istatistiki açıdan önemli ve negatif korelasyonlar vardır ($p<0,05$).



Şekil 1. Travma Sonrası Büyümenin Travma Sonrası Stres Belirtilerinin Yordama Durumu

772

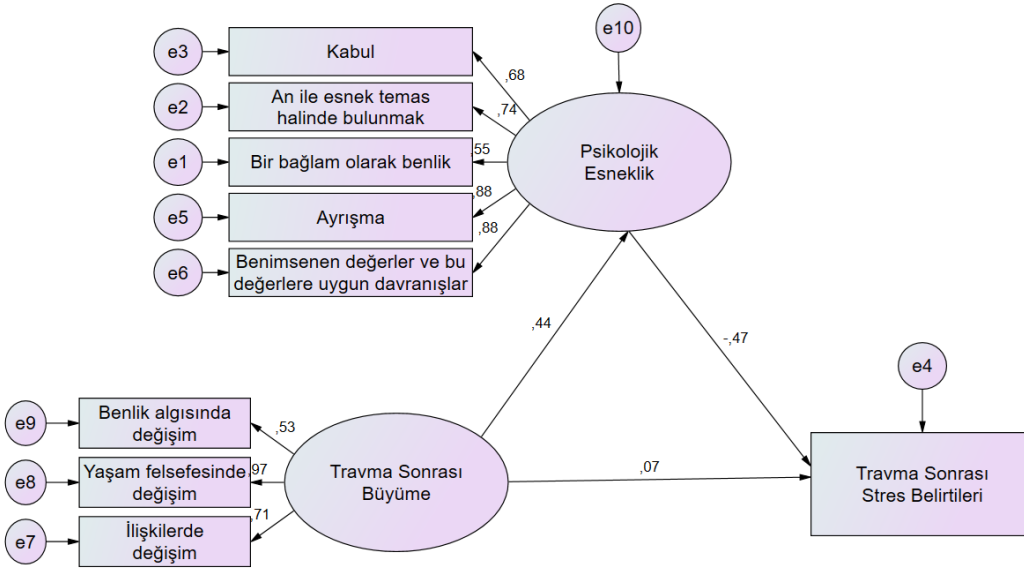
Şekil 1. incelendiğinde katılımcıların Travma Sonrası Büyüme Envanterinden aldıkları puanların Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği puanlarını istatistiki açıdan önemli ölçüde ve negatif olarak yordadığı belirlenmiştir ($\beta=-0,11$; $p<0,05$).



Şekil 2. Psikolojik Esnekliği Travma Sonrası Stres Belirtilerinin Yordama Durumu

Şekil 2.'te göre katılımcıların Psikolojik Esneklik Ölçeğinden almış oldukları puanların Travma

Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği puanlarının istatistiki açıdan önemli ve negatif yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir ($\beta=-0,44;p<0,05$).



Şekil 3. Travma Sonrası Büyüme ile Travma Sonrası Stres Belirtileri Arasındaki İlişkide Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolü

Şekil 3.'te travma sonrası büyüme ile travma sonrası stres belirtileri arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünün incelenmesine dair yapılan yapısal eşitlik modellemesi sonuçlarına yer vermiştir.

Şekil 3. incelendiğinde, katılımcıların Travma Sonrası Büyüme Envanterinden aldıkları puanların Psikolojik Esneklik Ölçeğinden almış oldukları puanları istatistiki açıdan önemli ve pozitif yönde yordadığı saptanmıştır ($\beta=0,44;p<0,05$). Katılımcıların Psikolojik Esneklik Ölçeğinden aldıkları puanların Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği puanlarını istatistiki açıdan önemli ve negatif yönlü olarak yordadığı saptanmıştır ($\beta=-0,44;p<0,05$). Son olarak katılımcıların Travma Sonrası Büyüme Envanterinden aldıkları puanların Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği puanlarını istatistiki açıdan önemli düzeyde yordamadığı belirlenmiştir ($\beta=0,07$). Yani modele hem Psikolojik Esneklik hem de Travma Sonrası Büyüme Envanteri dâhil edildiğinde, Travma Sonrası Büyüme Envanteri puanlarının Travma Sonrası Stres Belirtileri Ölçeği üzerindeki yordayıcılığının kaybolduğu görülmüştür. Buna göre Travma Sonrası Büyüme ile Travma Sonrası Stres Belirtileri arasındaki ilişkide Psikolojik Esnekliğin tam aracı rolünün olduğu ortaya konmuştur.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Yapılan araştırmada 06 Şubat 2023 tarihinde Hatay depremini yaşayan bireylerde deprem travma sonrası stres bozukluğu belirtileri ve travma sonrası büyüme arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünü belirlenmesi amaçlanmıştır

Katılımcıların travma sonrası stres belirtileri ile psikolojik esneklikleri arasında önemli ve negatif yönde korelasyon olduğu saptanmıştır. Alanyazında araştırma bulgularıyla paralel sonuçlar yer almaktadır. Yapılan çalışmalarda travma sonrası stres belirtileri ile psikolojik esneklikleri arasında negatif ilişki olduğu ortaya konulmaktadır (Sakarya ve Güneş, 2013; Hinton ve Earnest, 2010; Hoge vd., 2007). Araştırma bulguları alanyazınla benzerlik göstermektedir.

Yapılan araştırma katılımcıların travma sonrası stres belirtileri ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişki incelendiğinde bu ilişkinin istatistiksel açıdan önemli ve negatif olduğu sonucuna varılmıştır. Solomon ve Dekel, savaş esirlerinin katılımıyla yaptıkları araştırmalarında benzer biçimde travma sonrası stres ve travma sonrası büyüme arasındaki ilişkinin pozitif yönde olduğunu saptamışlardır (Solomon & Dekel, 2007). Bu farkın araştırma katılımcılarının yaşadıkları durumun farklı olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Buna karşın literatürde, yapılan çalışma sonuçlarıyla benzer biçimde travma sonrası stres ve travma sonrası büyüme arasındaki ilişkinin negatif yönde olduğunu ortaya koyan çalışmalar yer almaktadır (Urcuyo vd., 2005; Bussell ve Naus, 2010; Powell vd., 2003).

Katılımcıların travma sonrası büyüme düzeyleri ve psikolojik esneklik düzeylerini önemli ve pozitif yönde olarak yordadığı saptanmıştır. Katılımcıların psikolojik esnekliklerinin travma sonrası stres belirtilerini negatif yönde yordadığı saptanmıştır. Son olarak katılımcıların travma sonrası büyüme düzeylerinin travma sonrası stres belirtilerini önemli düzeyde yordamadığı belirlenmiştir. Yani araştırmada psikolojik esneklik ve travma sonrası büyüme dahil edildiğinde, travma sonrası büyümenin travma sonrası stres belirtilerine yönelik yordayıcılığının kaybolduğu belirlenmiştir. Dolayısıyla travma sonrası büyüme ile travma sonrası stres belirtilerinin arasında psikolojik esnekliğin tam aracı rolünün olduğu ortaya konulmuştur.

Katılımcıların travma sonrası büyüme düzeylerinin psikolojik esnekliklerini önemli ve pozitif yönde olarak yordadığı saptanmıştır. Katılımcıların psikolojik esnekliklerinin travma sonrası stres belirtilerini önemli ve negatif yönlü olarak yordadığı sonucuna varılmıştır. Son olarak katılımcıların travma sonrası büyüme düzeylerinin travma sonrası stres belirtilerini önemli düzeyde yordamadığı belirlenmiştir. Araştırma modeline hem psikolojik esneklik hem de travma sonrası büyüme düzeyleri dahil edildiğinde travma sonrası büyüme düzeylerinin travma sonrası stres belirtileri üzerindeki yordayıcılığının kaybolduğu belirlenmiştir. Buna göre travma sonrası büyüme ile travma sonrası stres belirtileri arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin tam aracı rolünün olduğu sonucuna varılmıştır.

KAYNAKÇA

AFAD, 2023. 06 Şubat 2023 Pazarcık-Elbistan Kahramanmaraş (Mw: 7.7 – Mw: 7.6) Depremleri Raporu, AFAD Deprem ve Risk Azaltma Genel Müdürlüğü, Deprem Dairesi Başkanlığı, 02 Nisan 2024, Erişim adresi: <https://deprem.afad.gov.tr/content/143>.

Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (2011). Van depremi raporu. 02 Nisan 2024, Erişim adresi: <https://www.afad.gov.tr/tr/2385/Van-Depremi-Hakkinda>

Akduman, Ö. (2021). Depremler ve Afet Yönetimi: 30 Ekim 2020 İzmir Depremi Örneği. *Academic Perspective Procedia*, 4(2), 21-32.

Alipour, F., & Ahmadi, S. (2020). Social support and posttraumatic stress disorder (PTSD) in earthquake survivors: A systematic review. *Social Work in Mental Health*, 18(5), 501-514.

Bolu, A., Erdem, M., & Öznur, T. (2014). Travma Sonrası Stres Bozukluğu. *Anatolian Journal of Clinical Investigation*, 8(2).

Calhoun, L. G. & Tedeschi, R. G. (1999). *Facilitating posttraumatic growth: a clinician's guide*. Charlotte: Routledge.

Dogan, M. (2013). Failure of structural (RC, masonry, bridge) to Van earthquake. *Engineering Failure Analysis*, 35, 489-498.

Duyan, V. (2000). *A brief look at the case history of earthquakes in turkey. trauma treatment professionals training*. (Ed. by. Beri Tufan Aliye Mavili Aktas, Veli Duyan). Hacettepe University Social Work, Ankara.

Hayes, S. C., & Lillis, J. (2022). *Acceptance and commitment therapy (theories of psychotherapy series)* (1. baskı). Washington, DC: American Psychological Association.

Hayes, S.C., Follette, V.M. & Linehan, M. (2011). *Mindfulness and Acceptance: Expanding the cognitive-behavioral tradition*. New York: Guilford Press.

Herman, J. L. (2019). *Travma ve iyileşme*. İstanbul: Literatür Yayınları.

İşçi, C.(2008). Deprem Nedir ve Nasıl Korunuruz? *Journal of Yaşar University*, 3(9), 959.

Katz, C. L., Pellegrino, L., Pandya, A., Ng, A. & DeLisi, L. E. (2002). Research on psychiatric outcomes and interventions subsequent to disasters: a review of the literature. *Psychiatry Research*. 110(3), 201- 218.

Makwana, N. (2019). Disaster and its impact on mental health: A narrative review. *Journal of family medicine and primary care*, 8(10), 3090-3095.

Norris, F. H., Friedman, M. J., Watson, P. J., Byrne, C. M., Diaz, E., & Kaniasty, K. (2002). 60,000 disaster victims speak: Part I. An empirical review of the empirical literature, 1981–2001. *Psychiatry: Interpersonal and biological processes*, 65(3), 207-239.

Saçaklıoğlu, F., Sarıkaya, Ö. (2002). *Olağandışı Durumlarla İlgili Temel Kavramlar. Olağandışı Durumlarda Sağlık Hizmetleri*, Sağlık Çalışanının El Kitabı. 2. Baskı. Ankara. 11-20.

Sakarya, D. & Güneş, C. (2013). Van depremi sonrasında travma sonrası stres bozukluğu belirtilerinin psikolojik dayanıklılık ile ilişkisi. *Kriz Dergisi*, 21(1), 25-32.

Solomon, Z., Dekel, R. (2007). Posttraumatic stress disorder and posttraumatic growth among Israeli ex pows. *J Trauma Stress*. 20(3):303-12.

Tedeschi, R.G., Park, C.L., Calhoun, L.G. (1998). Posttraumatic growth: Conceptual issues. İçinde: *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1 18.

Uludağ, G. (2021). *Psikolojik esnekliğin belirsizliğe tahammülsüzlüğü yordamasında öz şefkat ve baş etme stratejilerinin aracı rolü* (Master's thesis, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi).

Urcuyo, K.R., Boyers, A.E., Carver, C.S. (2005). Antoni MH. Finding benefit in breast cancer: relations with personality, coping, and concurrent well-being. *Psychol Health* 20(2): 175-192. *Psychology & Health - Psychol Health*. 20:175-92.

Vollhardt, J. R. (2009). Altruism born of suffering and prosocial behavior following adverse life events: A review and conceptualization. *Social Justice Research*, 22, 53-97.

Wilson, J.P., Lindy, J.D. (2013). *Trauma, Culture, and Metaphor: Pathways of Transformation and Integration*. Routledge. 233 s.