



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**6 ŞUBAT 2023 DEPREMİNİ YAŞAYAN EVLİ BİREYLERİN**

**AİLE YILMAZLIKLARININ İNCELENMESİ**

**Seda IRMAK**

**Tez Danışmanı**

**Dr. Öğr. Üyesi Mert AKCANBAŞ**

**İSTANBUL, 2024**

T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

AİLE DANIŞMANLIĞI ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**6 ŞUBAT 2023 DEPREMİNİ YAŞAYAN EVLİ BİREYLERİN  
AİLE YILMAZLIKLARININ İNCELENMESİ**

**Seda IRMAK**

**Tez Danışmanı**

**Dr. Öğr. Üyesi Mert AKCANBAŞ**

**İSTANBUL, 2024**

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “6 Şubat 2023 Depremi Yaşayan Evli Bireylerin Aile Yılmazlıklarının İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih:

Adı Soyadı: Seda IRMAK

İmza

## ÖNSÖZ

Tez çalışmam boyunca değerli görüşlerine ve geribildirimlerine başvurduğum hocam Dr. Mert AKCANBAŞ' a çok teşekkür ederim.

Araştırmamın verilerini toplama esnasında bana yardımcı olan biricik aile üyelerime, 6 Şubat depremini Malatya'da yaşamış ve çalışmama katılan değerli katılımcılara, destekleri için ayrı ayrı teşekkür ederim.

Tez yazım sürecimde bana her daim desteklerini sunan başta canım annem ve kardeşime, zorlandığım her anda beni bir yerlerden izlediğini, bana sonsuz inandığını düşündüğüm rahmetli babama ve 6 Şubat depreminde vefat eden anne yarım teyzeme yaşamım boyunca bana kattıklarından dolayı minnettarım.

Bu çalışmamı; bana olan sevgilerini hiç esirgemeyen, öğrettikleriyle yaşamıma anlam katan sevgili annem ve babama ve son bir buçuk yılda bana teyzeliği yaşatan, sonsuz güzel duygular hissettiren, deprem sonrası tüm aileyi ayağa kaldıran ve sayesinde aile yılmazlığının ne demek olduğunu yaşayarak anladığım, bir tanecik yeğenim Parla'ma ithaf ediyorum.

Seda IRMAK

İstanbul, 2024

## ÖZET

Bu çalışmada, 6 Şubat 2023 depremini yaşayan evli bireylerin aile yılmazlıklarının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu, Malatya’da depremi yaşamış, 29-57 yaş, evli, okur-yazar, farklı meslek ve eğitim düzeyinden araştırmaya gönüllü katılan 15 birey oluşturmaktadır. Katılımcıların aile yılmazlıklarının belirlenmesinde araştırmacı tarafından oluşturulan “Demografik Bilgi Formu” ve “Aile Yılmazlık Görüşme Formu” kullanılmıştır. Araştırma nitel araştırma yöntemiyle yapılmıştır. Veriler; içerik analizine tabi tutulmuş; Walsh Aile Yılmazlığı modeli çerçevesinde tema ve kategorilere ayrılarak analiz edilmiştir.

Çalışmaya katılan 15 evli bireyin 8’i (%53,3’ü) kadın, 7’si (%46,7’si) erkektir. Katılımcıların yaş ortalaması 45,8’dir. Araştırmaya katılan bireylerin %53,2’sini lise ve lisans mezunları oluşturmaktadır. Katılımcıların tamamının algılanan geliri orta seviyededir.

Çalışmanın sonuçlarına göre; ailelerin sahip oldukları aile yılmazlık kaynaklarının belirlenmesinde Walsh (1996) tarafından önerilen Aile Yılmazlık Modeli içerisinde yer alan, aile inanç sistemleri, aile yönetim şekilleri ve aile içi iletişim süreçleri, evli bireylerin aile yılmazlığına katkı sağlamıştır. Katılımcıların yılmazlıklarına en çok katkı sunan içsel koruyucu kaynak *Maneviyat/Değerler* alt kategorisi olmuştur.

Elde edilen tüm bulgular; “Aile Yılmazlığı”na ilişkin literatür ışığında tartışılmış ve ileride yapılacak araştırmalara ilişkin önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Aile yılmazlığı, deprem.

## ABSTRACT

This study aims to examine the family resilience of married individuals who experienced the February 6, 2023 earthquake. The sample group of the study consists of 15 individuals who experienced the earthquake in Malatya, aged 29-57, married, literate, with different occupations and education levels, who volunteered to participate in the study. The “Demographic Information Form” and “Family Resilience Interview Form” developed by the researcher were used to determine the family resilience of the participants. The research was conducted using the qualitative research method. The data were subjected to content analysis; They were analyzed by dividing into themes and categories within the framework of the Walsh Family Resilience Model.

Of the 15 married individuals who participated in the study, 8 (53.3%) were female and 7 (46.7%) were male. The average age of the participants was 45.8. 53.2% of the individuals who participated in the study were high school and undergraduate graduates. The perceived income of all participants was at a medium level.

According to the results of the study; In determining the family resilience resources that families have, family belief systems, family management styles and family communication processes within the Family Resilience Model proposed by Walsh (1996) contributed to the family resilience of married individuals. The internal protective source that contributed the most to the resilience of the participants was the Spirituality/Values subcategory.

All findings obtained were discussed in the light of the literature on “Family Resilience” and suggestions were made for future research.

**Keywords:** Family resilience, earthquake.

## İÇİNDEKİLER

<b>YEMİN METNİ</b> .....	<b>i</b>
<b>ÖNSÖZ</b> .....	<b>ii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>iii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>iv</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>v</b>
<b>TABLolar DİZİNİ</b> .....	<b>ix</b>
<b>ŞEKİLLER DİZİNİ</b> .....	<b>x</b>
<b>BÖLÜM I</b> .....	<b>1</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. Araştırmanın Problemi .....	3
1.2. Araştırmanın Amacı .....	4
1.3. Araştırmanın Önemi .....	4
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	6
1.5. Araştırmanın Varsayımları.....	7
1.6. Tanımlar .....	7
<b>BÖLÜM II</b> .....	<b>8</b>
<b>KURAMSAL ÇERÇEVE</b> .....	<b>8</b>
2.1. Yılmazlık .....	8
2.1.1. Yılmaz bireylerin özellikleri .....	10

2.1.2. Yılmazlığı etkileyen faktörler .....	11
2.1.3. Risk faktörleri .....	12
2.1.4. Koruyucu faktörler .....	13
2.2. Aile Yılmazlığı .....	14
2.2.1. Aile yılmazlığı modelleri .....	15
2.2.1.1. Walsh aile dayanıklılığı modeli .....	16
2.2.1.2. McCubbin ve McCubbin'in aile düzenleme ve uyum yılmazlık modeli .....	17
2.2.1.3. Circumplex modeli .....	18
2.2.1.4. ABCX kriz modeli .....	19
2.2.1.5. Çift abcx modeli .....	19
2.3. İlgili Araştırmalar .....	20
2.4. Aile yılmazlığı ile ilgili yurt içinde yapılan çalışmalar .....	20
2.5. Aile yılmazlığı ile ilgili yurt dışında yapılan çalışmalar .....	22
<b>BÖLÜM III .....</b>	<b>25</b>
<b>GEREÇ ve YÖNTEM .....</b>	<b>25</b>
3.1. Araştırmanın Modeli .....	25
3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu .....	26
3.3. Veri Toplama Süreci .....	28
3.3.1. Aile yılmazlık görüşme formu .....	28
3.4. Verilerin Analizi ve Yorumlanması .....	28
3.5. İnanlılık ve Tutarlık .....	29
<b>BÖLÜM IV .....</b>	<b>30</b>
<b>BULGULAR .....</b>	<b>30</b>
4.1. İçsel Destek (İçsel Koruyucu Kaynaklar) .....	31

4.1.1. Aile İnanç Sistemleri Kategorisine İlişkin Bulgular .....	32
4.1.1.1. Olumsuzluğa anlam verme .....	33
4.1.1.2. Pozitif bakış açısı .....	34
4.1.1.3. Değerler ve maneviyat .....	36
4.1.2. Yönetim Şekilleri Kategorisine İlişkin Bulgular .....	37
4.1.2.1. Yakınlık- bağlılık .....	39
4.1.2.2. Esneklik .....	40
4.1.2.3. Sosyal destek ve ekonomik kolaylık .....	41
4.1.2.3.1. Devlet desteği .....	42
4.1.2.3.2. Eş desteği .....	43
4.1.2.3.3. Kök aile desteği .....	44
4.1.2.3.4. Komşu/ akraba desteği .....	45
4.1.3. Aile İçi İletişim Süreçleri Kategorisine İlişkin Bulgular .....	46
4.1.3.1. Açıklık .....	47
4.1.3.2. Duyguları ifade etme .....	49
4.1.3.3. İşbirlikçi problem çözme .....	50
<b>BÖLÜM V .....</b>	<b>52</b>
<b>TARTIŞMA .....</b>	<b>52</b>
<b>BÖLÜM VI .....</b>	<b>61</b>
<b>SONUÇ ve ÖNERİLER .....</b>	<b>61</b>
6.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler .....	63
6.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler .....	63
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>65</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>73</b>

Ek 1. Bilgilendirilmiş Onam Formu .....	73
Ek 2. Aile Yılmazlığı Görüşme Formu .....	74



## TABLULAR DİZİNİ

<b>Tablo 1:</b> Araştırma Çalışma Grubu .....	27
<b>Tablo 2:</b> Aile Yılmazlığına İlişkin Kategoriler ve Alt Kategoriler .....	31
<b>Tablo 3:</b> Aile İnanç Sistemleri Kategorisine İlişkin Bulguların İçerik Analizi.....	32
<b>Tablo 4:</b> Yönetim Şekilleri Kategorisine İlişkin Bulguların İçerik Analizi .....	38
<b>Tablo 5:</b> Aile İçi İletişim Süreçleri Kategorisine İlişkin Bulguların İçerik Analizi.....	47



## ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1: Pozitif Aile Yılmazlık Modeli .....	30
Şekil 2: İçsel Destek (İçsel Koruyucu Kaynaklar) Modeli .....	32
Şekil 3: Dışsal Koruyucu Kaynaklar Modeli .....	42



# BÖLÜM I

## GİRİŞ

İnsan, olumsuz yaşam olaylarına direnme, stres verici yaşantılarla mücadele etme ve yaşadığı her duruma uyum sağlayarak, olumsuz deneyimleri olumluya dönüştürme becerisine sahip bir varlıktır. Bu beceriyi sergileyen kişiler ‘yılmaz’ bireyler, bu beceri çeşidi ise ‘yılmazlık’ olarak adlandırılmıştır (Krovetz, 1999; Siebert, 2008). Yaşam içinde, kimi bireyler zorluklar karşısında pes ederken kimileri de zorluklardan daha güçlü bir şekilde çıkarak yola devam ederler. Aynı şekilde bazı aileler sıkıntı ve zorlukları daha dirayetli ve güçlü bir şekilde karşılarken kimilerinin de tersi bir durum sergileyerek parçalandığı görülebilir. Zorluklar karşısında pes etmeyen ve bu zorluklardan daha da güçlenmiş çıkarak yola devam eden aileler, yılmaz aileler olarak adlandırılmaktadır (Kaner ve Bayraklı, 2009). Patterson (2002)’a göre aile yılmazlığı, önemli aksamalara veya güçlüklerle maruz kalmasına rağmen ailenin bu duruma uyumlanabilmesi ve işlevini sürdürebilmesidir. Tanımlara bakıldığında; aile yılmazlığı, fonksiyonel bir sistem olan ailenin stres yaratan yaşam koşulları ve zorluklardan sıyrılarak, daha güçlü şekilde yaşantısına devam edebilmesi olarak ifade edilebilir.

Hayat; insanları, sevdiği birinin kaybı, yoksulluk, doğal afetler ve uğraşa rağmen başarıya ulaşamama gibi türlü sorunlarla karşı karşıya getirebilmektedir (Arıdağ ve Seydooğulları, 2018). Bir başka yılmazlık tanımında; Shikholeslamı (2006); “Yılmazlık, zorlu/tehdit edici zamanlarda ortaya çıkan, zaman içinde gelişebilen bir kapasitedir ve kişilerin tüm şartlara uyum sağlamasını, yaşantısına devam edebilmesini sağlar.” Demıştır. Özellikle de riskli olaylarla karşı karşıya kalan ailelerde bu durum daha da farklılaşmaktadır. Ailede boşanmanın gerçekleşmesi, düşük sosyoekonomik düzey, bulaşıcı özelliği olan hastalıklar, suç oranının yüksek olduğu bir çevrede yaşamak, doğal afetler gibi durumlar risk faktörüne örnek olarak gösterilebilir (Demirbaş, 2010).

Doğal afetlerden biri olan deprem, Türkiye’de en sık görülen afet türüdür. Deprem, insan kayıplarına ve büyük ölçüde maddi hasarlara yol açmaktadır (AFAD, 2023). Bununla birlikte deprem, insanların psikolojik sağlığını etkileyerek, etkilediği

bireylerde uzun süreli izler de bırakabilmektedir (Bulut, 2009; Karakuş, 2013). Depremler, olağan yaşantının dışında; ani başlangıçlı gerçekleşen, evrensel düzeyde stres yaratan ve toplumun baş etme kaynaklarının yetersiz kaldığı olaylardır (Reser, 2004: 370). Ülkemizde 06.02.2023 tarihinde Kahramanmaraş İli, Pazarcık ilçesi merkezli, 7,7 şiddetli bir deprem meydana gelmiştir. Ardından Elbistan merkezli 7,6 şiddetinde ikinci bir deprem daha yaşanmıştır. Bu depremler sonrasında; Kahramanmaraş, Gaziantep, Şanlıurfa, Diyarbakır, Adana, Adıyaman, Osmaniye, Hatay, Kilis, Malatya ve Elâzığ'ı da içine alan 11 ilimizde, toplam 44.218 kişi hayatını kaybetmiş, 80.278 kişi yaralanmıştır. 528.146 kişi güvenli bölgelere aktarılmış ve 1.971.589 depremzede kendi imkânlarıyla tahliye olmuştur (AFAD, 2023).

Deprem gibi doğal afetler bireyi olduğu kadar aile sistemini de etkilemektedir. Newman (2005)'a göre; felaket, travma ve zorluklar karşısında uyum sağlayabilme yeteneği gösterebilme, yılmazlık becerisine sahip olmakla açıklanabilir. Maruz kalınan travmatik yaşantılar; doğal afetler veya salgınlar gibi insanlığı toplu olarak etkileyen, yoğun stres içeren ve başa çıkması zor olan durumlardır. Ailenin bu gibi stresli yaşam olaylarına verdiği tepkinin incelenmesi ailelerin yılmazlıklarını değerlendirebilmeyi sağlamaktadır (Hawley ve DeHaan, 1996). Aile yılmazlığı, aile birliğinin devam etmesi için aile üyelerinin yaşam zorluklarıyla nasıl mücadele ettikleri, stresten nasıl korundukları ve etkili bir şekilde tekrardan nasıl organize oldukları sorularına yanıt aramaktadır (Walsh, 2016b). Maruz kalınan travmatik yaşantılar; doğal afetler veya salgınlar gibi insanlığı toplu olarak etkileyen, yoğun stres içeren ve başa çıkması zor olan durumlardır. Yaşanan krizlerin oluşturduğu stresle birlikte kişi başa çıkma mekanizmalarının işlevselliğini kaybeder ve kişide psikososyal anlamda çöküş başlar. Bu çöküşten kurtulmak ve toparlanarak eski gücüne kavuşmak ise bireylerde doğuştan var olan veya sonradan gelişebilen yılmazlık sayesinde olur (Kavi ve Karakale, 2018).

Deprem sonrasında depremzedelere verilen desteklerin neler olduğu incelendiğinde; bunların öncelikle yardım boyutunda olduğu ve bu yardımların içeriğinin; depremzedelerin kurtarılması, yaralı olanların tedavi edilmesi, barınma ve alt yapı hizmetlerinin düzeltilmesine yönelik hizmetlerden oluştuğu görülmektedir. Ancak; insan bedeninin fizikiliğinin yanında psikolojik ve ruhsal boyutu da bulunmaktadır. Kişinin depremden etkilenme seviyesinin belirlenmesinin karmaşık ve zor olması ayrıca tedavinin de uzun süreli olması gibi nedenlerden dolayı bu boyutun genellikle ihmal edildiği söylenebilir (Nakajima, 2012, s. 152). Ülkemizin 11 ilini etkileyen 6 Şubat 2023 depremleri, maddi ve manevi açıdan büyük yıkımlara sebep olmuştur. Bu nedenle,

depremden sonraki dönemde bireylerin psikolojik durumlarının değerlendirilmesi ve bu doğrultuda gerekli müdahalelerin yapılması önem arz etmektedir.

Bu çalışmada evli bireylerin aile yılmazlıkları; 6 Şubat 2023 depremi bağlamında ele alınarak incelenecektir.

### **1.1. Araştırmanın Problemi**

6 Şubat 2023 tarihinde Türkiye'nin çeşitli bölgelerinde meydana gelen büyük deprem, geniş çapta yıkıma ve ciddi insani kayıplara yol açmıştır (AFAD, 2023). Bu tür doğal afetler, öncelikle depremden etkilenen bireylerin yaşamlarını derinden etkilerken, özellikle aile yapılarında ve dinamiklerinde önemli değişikliklere neden olabilmektedir. Evli bireyler, bu tür kriz anlarında hem bireysel hem de aile düzeyinde çeşitli zorluklarla karşı karşıya kalmaktadır. Bu bağlamda, aile yılmazlığı (resilience) kavramı, kriz ve travma sonrası süreçte ailelerin dayanıklılıklarını, toparlanma yeteneklerini ve uyum sağlama becerilerini incelemek açısından büyük önem taşımaktadır (Günaydın ve Akaroğlu, 2022).

Doğal afetlerin toplumun önemli bir kesimini birçok açıdan etkilediği bilinmektedir. Bu nedenle afetlerin bireyler, aileler, gruplar, topluluklar üzerindeki etkilerinin öğrenilmesi dünya üzerinde gerekleēebilecek benzer olaylara yönelik pratik ve faydalı çıkarımlar oluşması açısından önemlidir. Bu bağlamda, depremin oluşturduğu etkilerin daha iyi anlaşılabilmesi için, daha çok süreci betimlemeye yönelik çalışmalara ve literatür bilgisine ihtiyaç duyulduğu söylenebilir (Doostgharin, 2009). Konuyla ilgili Şimdiye kadar yapılan çalışmalar incelendiğinde; Türkiye'de depremler gibi büyük ölçekli afetlerin evli bireylerin aile yılmazlığı üzerindeki etkilerini derinlemesine ele alan nitel araştırmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Ayrıca 6 Şubat 2023 depremi bağlamında aile yılmazlığı konusunda yapılan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu durum, ailelerin ihtiyaç duydukları desteği tam olarak belirlemeyi ve etkili müdahale programları geliştirmeyi zorlaştırabilir.

Bu araştırma; depremin ardından ailelerin yaşadıkları deneyimleri, duygusal ve psikolojik tepkilerini, aile içi iletişim ve destek mekanizmalarını, sosyal ve ekonomik faktörlerin etkilerini nitel veri toplama yöntemleriyle analiz ederek, evli bireylerin aile yılmazlık kaynaklarını incelemeyi hedeflemektedir. Böylelikle; afet sonrası süreçte, ailelere yönelik etkili destek programlarının geliştirilmesine katkı sunulabilir.

## 1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı; 6 Şubat 2023 tarihinde meydana gelen depremin ardından evli bireylerin aile yapılarında gösterdikleri dayanıklılık ve direnci (aile yılmazlığını) derinlemesine incelemektir. Bu amaç doğrultusunda, evli bireylerin deprem sonrası aile içi iletişimleri, duygusal ve psikolojik tepkileri, sosyal ve ekonomik destek mekanizmaları araştırılarak, aile yılmazlık kaynaklarının anlaşılması hedeflenmiştir.

## 1.3. Araştırmanın Önemi

6 Şubat 2023 tarihinde Türkiye'de meydana gelen büyük deprem, hem bireyler hem de aileler üzerinde derin ve kalıcı etkiler bırakmıştır. Afetler, ailelerin dayanıklılıklarını sınavan, yaşam koşullarını altüst eden ve aile içi ilişkileri yeniden şekillendiren krizlerdir. Bu bağlamda, aile yılmazlığı (resilience), kriz ve travma sonrası süreçte ailelerin toparlanma yeteneklerini, uyum sağlama becerilerini ve dayanıklılıklarını anlamak açısından kritik bir öneme sahiptir (Taşdelen-Karçkay vd. 2023).

Araştırmanın öneminden bahsedilirken; herhangi bir bilimsel araştırmanın terminolojide dolduracağı yeri belirlemek de önemlidir. Ülkemizde insan ve toplum ruh sağlığı ekseninde gelişen sosyal bilim ve disiplinler içerisinde deprem deneyimi bağlamında gerçekleştirilen lisansüstü tez çalışmaları incelendiğinde; söz konusu araştırmacıların doğrudan ya da dolaylı olarak “6 Şubat 2023 Depremi” ve “Aile Yılmazlığı” konusunu bir arada ele alan bir çalışma gerçekleştirmedikleri görülmektedir. Bu anlamda araştırmanın bir önemi de, terminolojideki söz konusu eksikliği giderebilecek bir çalışma olmasıdır.

Bilimsel araştırmalar kendisinden önce yapılan çalışmalardan bağımsız değildir. Daha önce yapılmış bir çalışmanın bulgularından ortaya çıkan öneriler, başka bir araştırmacı için hem bir çıkış yolu hem bir referans kaynağı hem de kendi araştırmasının bilimsel gerekliliğine yönelik bir atıf olarak ele alınmaktadır. Bu açıdan Taşdelen-Karçkay, Alkan ve Toprak (2023); “Doğal Afet Bağlamında Aile Sistemi” konulu çalışmalarında; doğal afetin eş sistemi, ebeveyn sistemi, kardeş sistemi ve çocuklar üzerindeki etkilerine ilişkin araştırma sonuçlarını incelenmişlerdir. Sonraki araştırmacılar için; “Türkiye’de konuya ilişkin çalışmaların oldukça sınırlı olduğu ve yeni çalışmalara

ihtiyaç duyulduğu; aile yılmazlığı ve aile yaşam doyumu, aile uyumu, kardeş ilişkileri, sosyal destek gibi konuların da deprem bağlamında farklı araştırmacılarca ele alınmasının gerektiği” yönünde görüşleri olmuştur.

Özbay ve Aydoğan (2013)’ün; “Aile Yılmazlığı: Bir Engele Rağmen Birlikte Güçlenen Aile” adlı çalışmasında; “ Engelli bireye sahip ailelerin yılmazlık açısından risk altında olduğunu, risk faktörlerinin aile yılmazlığı çalışmalarında incelenmesinin önemi”nden bahsetmiştir. Literatürde, doğal afet olarak anılan deprem yaşantısı da aileler için bir risk faktörü olarak anılmaktadır. Ancak daha önceki çalışmalara bakıldığında; aile yılmazlığının, özellikle güncel bir konu olan 6 Şubat 2023 depremi bağlamında ele alınmaması, bu konunun çalışılması için önemli bir gerekçe oluşturmuştur.

Filiz, Karagöz, Karaşin (2023)’ün depreme maruz kalan bireylerin psikolojik durumlarını belirlemeye yönelik gerçekleştirdikleri çalışmalarında; “deprem sonrası yapılan yardımların, genel anlamda depremedelerin kurtarılması, yaralıların tedavisi, barınma ve alt yapı hizmetlerine yönelik hizmetleri kapsadığı; ancak insanın, fiziki bedeninin ötesinde psikolojik ve ruhsal boyutu da bulunduğu; bu boyutun, depremden etkilenme düzeyinin belirlenmesinin karmaşık, zor olması ve tedavinin uzun süreli olması gibi nedenlerden dolayı genellikle ihmal edildiği” yönünde görüşlerini bildirmişlerdir. Burada aile yılmazlığı konusu, bu çalışmanın gerçekleştirildiği örneklem (deprem deneyimi bulunan bireyler), çalışmada kullanılan yöntem (nitel yöntem) ve irdelenen farklı değişkenler (deprem deneyimine bağlı gelişen olay, durum ya da duygular) bağlamında tasarlanmasını desteklemekte ve bizzat önemini vurgulayarak önünü açmaktadır.

Bu tez, birkaç açıdan önemli katkılar sunmayı hedeflemektedir:

1. **Bilimsel Katkı:** Yılmazlık birçok araştırmaya ve çalışmaya konu olsa da (Turgut, 2018 vd.) daha çok bireysel bağlamda ele alınmış bir kavramdır. Mevcut literatürde, depremler gibi büyük ölçekli doğal afetlerin evli bireylerin aile yılmazlığı üzerindeki etkilerini derinlemesine ele alan çalışmalar sınırlıdır. Bu çalışma, afet sonrası aile dinamiklerini, bireylerin ve ailelerin başa çıkma stratejilerini nitel bir bakış açısıyla inceleyerek literatüre önemli bir katkı sağlayacaktır. Araştırma, aile yılmazlığı kavramının farklı boyutlarını ve bu süreçte etkili olan faktörleri ortaya koyarak, gelecekteki araştırmalara ve teorik modellere temel oluşturacaktır.

2. **Toplumsal Katkı:** Afetler sonrasında ailelerin dayanıklılığı, toplumun genel sağlığı ve iyilik hali için büyük bir önem taşır. Bu çalışma, depremden etkilenen

evli bireylerin ve ailelerin yaşadıkları zorlukları ve bu zorluklarla nasıl başa çıktıklarını anlamaya yardımcı olacaktır. Elde edilen bulgular, toplumun farklı kesimlerine (politikacılar, sosyal hizmet uzmanları, psikologlar vb.) afet sonrası destek programları ve politikalar geliştirmede yol gösterici olabilir.

3. Uygulamalı Katkı: Araştırmanın bulguları, afet sonrası aile destek programlarının geliştirilmesi ve iyileştirilmesi için pratik öneriler sunacaktır. Ailelerin kriz anlarında ve sonrasında ihtiyaç duydukları psikososyal desteklerin belirlenmesi, bu tür desteklerin daha etkili bir şekilde planlanmasını ve uygulanmasını sağlayacaktır. Ayrıca, afet sonrası aile dayanıklılığını artırmak için eğitim programları ve müdahale stratejileri geliştirilmesine yardımcı olacaktır.

4. Farkındalık Artırma: Bu çalışma, afetlerin aileler üzerindeki etkilerine dikkat çekerek, toplumsal farkındalığı artırmayı hedeflemektedir. Deprem gibi büyük felaketlerin ardından ailelerin yaşadığı deneyimlerin anlaşılması, toplumda daha fazla empati ve destek sağlanmasına katkıda bulunabilir.

Bu nedenlerle, "6 Şubat 2023 Depremini Yaşayan Evli Bireylerin Aile Yılmazlıklarının İncelenmesi" başlıklı bu tez, bilimsel literatüre, toplumsal bilgiye ve uygulamalı müdahalelere önemli katkılar sunarak, hem akademik hem de pratik açıdan öneme sahiptir.

#### **1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları**

- Araştırma örneklemi Malatya’da yaşayan 29-57 yaş arası evli bireylerle sınırlıdır.
- Araştırma, Aile Yılmazlığı Görüşme Formundan elde edilen veriler ile sınırlıdır.
- Araştırmaya depremin yaşandığı 11 ilden yalnızca Malatya ili dahil edilmiştir.

#### **1.5. Araştırmanın Varsayımları**

- Araştırmaya katılan bireylerin kişisel bilgi formuna ve araştırmacı tarafından oluşturulan Aile Yılmazlığı Görüşme formunda bulunan sorulara, yansız, dürüst ve içten cevap verdiği varsayılmıştır.
- Aile Yılmazlığı Görüşme formundaki soruların araştırmaya katılan evli bireylerin aile yılmazlık kaynaklarının belirlenmesine katkıda bulunduğu varsayılmıştır.

- Araştırmada kullanılan yarı yapılandırılmış görüşme formunun araştırmanın amacını kapsayacak şekilde geçerli ve güvenilir olduğu, araştırmanın amacını ölçmede yeterli olduğu varsayılmıştır.

## 1.6. Tanımlar

**Yılmazlık:** Olumsuz durumların üstesinden gelmede önemli bir nitelik, kişinin yaşamındaki olumsuz bir yaşam olayının ardından yaşama tekrar uyum sağlama ve sağlıklı bir şekilde yaşamı sürdürebilme yeteneğidir (Masten, 2002).

**Aile Yılmazlığı:** Ailenin i ve dış streslere tepki olarak ihtiyaç grdğu değişim ve uyumlarda aile işleyişini sürdürmek için gereksinim duyduğu güçtür (Lee ve diğ., 2003).

**Afet:** Toplumun bütünü veya belli kesimleri için fiziksel, ekonomik ve sosyal kayıplar doğuran, olağan yaşantıyı ve bireylerin faaliyetlerini durduran veya aksatan, etkilediği toplumun başa çıkma kapasitesinin yeterli olmadığı doğa, teknoloji veya bireyden kaynaklı olay olarak tanımlanabilir (Açıklamalı Afet Terimleri Sözlüğü, 2014).

**Deprem:** Yerkabuğu içindeki kırılmalar sebebiyle aniden beliren titreşimlerin dalgalar halinde genişleyerek geçtiği ortamı ve yer yüzeyini sarsması olayına "deprem" denir (Açıklamalı Afet Terimleri Sözlüğü, 2014).

## BÖLÜM II

### KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde yılmazlık ve aile yılmazlığı ile ilgili açıklamalara, yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

#### 2.1. Yılmazlık

İnsanlar, travmatik olay ve sorunlara rağmen büyük kaygılar ve risk faktörleriyle olumlu bir şekilde başa çıkabilmekte ve yaşamlarına başarılı bir şekilde devam edebilmektedirler. Bu durum insandaki eşsiz bir yeteneği temsil ederken, literatürdeki karşılığı “yılmazlık/ruhsal sağlamlık/dayanıklılık (resilience)” olarak geçmektedir (Siebert 2008). Latince "resilience" (sağlam/güçlü) kelimesinden gelen "Yılmazlık" terimini, Türk Dil Kurumu, "yılmaz olma durumu" olarak, "yılmaz" sözcüğünü ise “bir işten gözü korkup vazgeçmeyen, yılmayan” şeklinde tanımlamıştır (TDK, 2019). Yılmazlık kavramı; “Çabuk iyileşme gücü, toparlanma, güçlüklerin üstesinden gelme” anlamlarında kullanılmaktadır. Bu kavram Türkçe literatüre Öğülmüş (2001) tarafından kazandırılmıştır. Türk kültüründe “psikolojik sağlamlık” (Gizir, 2004; Kararırmak, 2007, Yalım, 2007), “kendini toparlama gücü” (Işık, 2016; Terzi, 2006), “dayanıklılık/ psikolojik dayanıklılık” (Basım ve Çetin, 2010; Eminağaoğlu, 2006) gibi farklı şekillerde de isimlendirilmektedir (akt. Aydoğan, 2014, ss.15-16). Birbirinden farklı kullanımları olan kavram, bu araştırma içinde “yılmazlık” ismiyle yer alacaktır.

Yılmazlığın kavram olarak karmaşık bir yapıya sahip olduğu ve birey, aile, toplum bağlamında ve kültürel açıdan çeşitli düzeylerde tanımlandığı görülmektedir (Southwick vd., 2014). Alan yazına bakıldığında araştırmacıların yılmazlık kavramını değişik açılardan tanımladığı görülmektedir. Bu tanımlardan birinde yılmazlık; Masten (2002) tarafından, “Olumsuz durumların üstesinden gelmede önemli bir nitelik, kişinin yaşamındaki olumsuz bir yaşam olayının ardından yaşama tekrar uyum sağlama ve sağlıklı bir şekilde yaşamı sürdürebilme becerisi şeklinde tanımlanmıştır. Bir başka tanımda ise; felaket, travma, sıkıntı, güçlükler ve devam eden önemli yaşam stresi

karşısında uyumlanabilme becerisidir (Newman, 2005). Leipold ve Greve (2009) yılmazlığın gelişim ve başa çıkma arasında bir köprü görevi gördüğünü belirtmiştir. Yılmazlık, bireyin baş etme stratejileri geliştirerek ve bunları kullanarak olumsuz yaşam durumlarının üstesinden gelebilme derecesini ifade eder. Yapılan başka bir yılmazlık tanımında; değişimler veya olumsuz yaşantıların sonrasında veya incindikten sonra kendini toparlayabilme ve eski haline dönebilme olarak ifade edilmektedir (Earvolino Ramirez, 2007).

Bonanno (2004), yılmazlığı son derece yıkıcı bir olaya (örneğin, bir yakının kaybı veya yaşamı tehdit eden bir olay) maruz kalan yetişkin bireylerin nispeten istikrarlı, sağlıklı bir psikolojik ve fiziksel işlevselliklerini sürdürme yeteneği olarak tanımlamıştır. Ancak yılmazlık, yıkıcı bir yaşam olayının ardından iyileşmeden daha fazlası olabilmektedir. Earvolino-Ramirez (2007), bu durumun yalnızca stresli veya zor durumlarla başa çıkmanın yanı sıra, bu durumdan muzaffer olarak ortaya çıkma ve gelecekteki zorluklara daha iyi hazırlanma yeteneği olduğunu öne sürer.

Yılmazlık kavramının birçok farklı tanımı olsa da bu tanımları iki ana grupta ele almak mümkündür. Birinci grup tanımlara göre yılmazlık, zorlu yaşam deneyimleri karşısında baş etme, uyum sağlama becerilerini içeren ve normal gelişim gösteren kişilerin sahip olduğu dinamik bir süreçtir. Ancak ilk grubun bazı tanımlarında, yılmazlığın gerçekleşebilmesi için zorlayıcı, stresli deneyimler yaşamamanın yılmazlığın gelişmesi için bir ön koşul olduğu vurgulanmaktadır. Bir diğer tanım grubu ise, yılmazlığı kişilik özelliklerine dayalı olarak ve yeni durumlara uyum sağlama yeteneği açısından ifadelendirmektedir. Yılmazlık, bir kişilik özelliğinden ziyade bir süreci kapsamaktadır (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000). Yılmazlık kişi tarafından sonradan öğrenebilen ve geliştirilebilen bir özelliktir. Yılmazlık için her ne kadar bazı genetik faktörlerin kolaylaştırıcı etkisi olduğu kabul edilse de kişi yılmaz davranışları sonradan öğrenip gösterebilir (Ekşi, Boyalı ve Ümmet, 2018).

Windle (2002), yılmazlığın farklı tanımlarında üç ana noktanın ortak olarak görüldüğünü vurgulamıştır (Demirbaş, 2010). Bunlar; risk veya zorluk, olumlu uyum (baş etme, yeterlilik) ve koruyucu faktörler olarak sıranabilir. Bireyler için yılmazlığın gelişmesinde stres verici bir olayla karşılaşmak önemli bir etken olarak kabul edilmektedir (Türker, 2018). Maruz kalınan travmatik yaşantılar; doğal afetler veya salgınlar gibi insanlığı toplu olarak etkileyen, yoğun stres içeren ve başa çıkması zor olan durumlardır. Yaşanan krizlerin oluşturduğu stresle birlikte kişi başa çıkma mekanizmalarının işlevselliğini kaybeder ve kişide psikososyal anlamda çöküş başlar. Bu

çöküşten kurtulmak ve toparlanarak eski gücüne kavuşmak ise bireylerde doğuştan var olan veya sonradan gelişebilen yılmazlık sayesinde olur (Kavi ve Karakale, 2018). Yılmazlık, stresli ve zorlu bir olay yaşadktan sonra iyileşme ve etkileşim sürecini içeren bireysel bir özelliktir (Shin ve ark., 2018).

Yılmazlık konusundaki ilk çalışmalar, çocuklar ve yetişkinlerle ilgili iken daha sonra yapılan çalışmalar aileler ve daha büyük toplumsal kurumlarla ilgili yapılmıştır (Greene ve Livingston, 2002; McCubbin, McCubbin, Thompson, Han ve Allen, 1997; Patterson, 2002a). İlk çalışmalar, erken çocukluk döneminde zor yaşam deneyimleri bulunan grupların boylamsal incelenmesi ve bu kişilerin gelecekteki hayatlarına travmatik anıları olmayan bireyler gibi devam ettikleri algısıyla sunulmuştur (Fergusson & Horwood, 2003). Masten ve arkadaşları, yılmazlık kavramının riskli bireylerde üç grup halinde ele alınmasının daha doğru olacağını düşünmektedirler. Bunlar; “beklenenden olumlu sonuçlar gösteren”, “stresli yaşantılar ortaya çıkmasına rağmen pozitif uyumu devam ettiren” ve “travmadan iyi bir iyileşme sağlayanlar” şeklinde ayrılabilir (Masten, 1990; Luthar, 2000; Gizir, 2007). Yılmazlık, yaşam boyunca karşılaşılabilecek zorluklarla karşılaşılarak ulaşılabilecek bir son nokta olarak değil, deneyim yoluyla geliştirilen ve güçlenen bir süreç olarak görülebilir (Aydoğan ve Eryiğit Madzwamuse, 2019). Ayrıca; bireye, problem çözmede esneklik, özgüven, sorunları hafife alma, zihinsel güç toplama ve motivasyonu artırma olanağı sağlaması açısından da önemlidir (Özdayı, 2018).

### **2.1.1. Yılmaz bireylerin özellikleri**

Yılmaz bireyleri tanımlamak için İngilizce literatürde “çabuk iyileşen, kendini toparlayan, zorlukların üstesinden gelme yeteneğine sahip olan, dirençli, esnek kişi” anlamında “resilient” kavramı kullanılmaktadır (Krovetz, 1999; akt. Gürgân, 2006). Yılmazlık, bireylerin strese veya risk faktörlerine verdiği tepkidir ve bireyin bu durumda gelişmesine ve uyum sağlamasına olanak tanıyan kişisel bir özelliktir. Yılmaz bireyler zorluklarla daha kolay başa çıkarlar ve zorlu yaşam olaylarına karşı kendini toplama gücüne sahiptirler. Yılmazlık özelliği gösteren yetişkinler, incitildiklerinde ve rahatsız edildiklerinde; üzüntü, öfke, kayıp ve şaşkınlık yaşayabilirler fakat bu durumun kalıcı olarak duygusal bir durum haline gelmesine müsaade etmezler; duygularını sağlıklı bir şekilde yönetebilirler (Ünüvar, 2012).

Haynes (2005), yılmaz kişilerin öne çıkan özelliklerini sosyal, duygusal ve bilişsel/ akademik özellikler olarak üç başlıkta toplamaktadır. Bunlardan birincisi; sosyal özelliklerdir. Bu özelliğe sahip kişilerin özellikleri incelendiğinde; arkadaşlık geliştirme becerisi ve başkalarıyla olumlu ilişkiler kurma becerisine sahip oldukları söylenebilir. Bu kişilerin diğer bir özelliği, dili uygun şekilde kullanmaya yönelik etkili iletişim becerilerine sahip olmalarıdır. İkinci olarak; duygusal özelliklere bakıldığında; bu kişilerin, kendi yeteneklerine güvenen, özgüveni yüksek bireyler olduğu görülür. Aynı zamanda, özsaygıları ve kendini kabulleri yüksektir. Diğer bir özellikleri ise, duygularını kontrol edebilme ve farkında olabilme yeteneğine sahip olmalarıdır. Bu kişiler, yeni durumlara çabuk uyum sağlayabilen, kaygı ve engellenmeye karşı dayanıklılık gösterebilen özelliklere sahiplerdir. Yılmaz kişilerin öne çıkan üçüncü özelliği; bilişsel/akademik özelliklerdir. Başarılı olmak için yüksek motivasyona sahip olma; dışsal nitelikler (şans, yetenek vb.) yerine içsel nitelikleri (çaba vb.) önemseme; geleceğe yönelik düşünme ve plânlama kapasitesine sahip olma özelliklerine sahiplerdir. Bu kişiler, stresli ve travmatik olaylar karşısında mantık çerçevesinde mücadele eder; çevresini, çevresindekilerin yararına uygun şekillendirir ve harekete geçirirler (Gürkan, 2006, s.53).

Flach (1997)'ye göre; yılmaz bireyler şu özelliklere sahiptir: Yılmaz bireyler güçlü fakat yumuşak bir özsaygıya sahip; empati becerileri oldukça gelişmiş olup başkalarına güvenmekten ve özgürce iletişim kurmaktan çekinmeyen yapıdadırlar. Bu bireylerin, kişisel disiplin ve sorumluluk duyguları oldukça yüksektir. Yeniliklere ve yeni fikirlere açıklardır. Pek çok ilgi alanları ve mizah anlayışları vardır. Strese karşı dayanıklıdır. Hayal kurmayı severler. Yaşamın anlamını açıklayan ve yaşamı deneyimleyen felsefi görüşe sahip bireyler olarak yaşama oldukça bağlıdırlar (akt. Tosun, 2014, s.30).

### **2.1.2. Yılmazlığı etkileyen faktörler**

Yılmazlık, koruyucu faktörlerin ve risk faktörlerinin bir arada bulunmasıyla ve bunların birbirleriyle olan etkileşimi neticesinde var olur (Günel ve Çakar, 2020; Rutter, 1999). Bu faktörlerden bireyin zarar görmesine neden olan faktörlere risk faktörleri denilirken, olumsuz neticelerin olasılığını azaltmak amacıyla, zorlayıcı durumlarda işlevini yerine getiren faktörlere ise koruyucu faktörler denmektedir. Yılmazlık kavramı

incelenmek istendiğinde, risk faktörleri ve koruyucu faktörlerin dikkate alınması önemlidir.

### 2.1.3. Risk faktörleri

Risk, istenmeyen sonuçları öngören bir stres etkeni olarak kabul edilmektedir. Risk ve yılmazlık kavramları ile ilgili ilk çalışmaların 1970’li yıllara dayandığı bilinmektedir. Risk faktörleri denildiğinde, olumsuz bir durumun ortaya çıkma ihtimalini artırabilen ya da var olan bir problemin sürmesine sebep olan (Kirby ve Fraser, 1997) ve kişiyi olumsuz yönde etkileyen bireysel ve çevresel (Masten ve Reed, 2002) etmenler akla gelmektedir. Grotberg (1995)’e göre kişiler, yaşamlarında savaş, yoksulluk, doğal felaketler gibi güçlük/risk içeren durumlarla karşılaşabilecekleri gibi boşanma, hastalık, engellilik, iş kaybı gibi günlük hayatta yaşanabilecek güçlüklerle de karşılaşabilirler (akt. Bayraklı, 2010).

Aile yılmazlığı, hayatın güçlüklerine ve riskli durumlara karşı ailenin baş edebilme ve dengeyi yeniden sağlayabilme becerisi olarak tanımlanabilir (Patterson, 2002b). Bu tanımda da yer aldığı üzere, aile yılmazlığı anlaşılmaya çalışılırken risk faktörlerini göz ardı etmemek gerekir. Bireyler, aileler ya da çiftler ilişki yaşarken veya kendi hayat akışlarında onları zorluk yaratan, engelleyici durumlarla karşılaşabilmektedirler. Zorlayıcı bu yaşantılar, çocukluk döneminde karşılaşılan bir travma, evlilik yaşantısı içerisinde karşılaşılabilecek zor bir olay ya da toplumsal bağlamda karşı karşıya kalınabilen; savaş, doğal afet gibi bir kriz durumu da olabilir. Bu durumlar, hem birey, hem aile hem de toplum için bir risk oluşturmaktadır (Aydoğan, 2014, ss.23-24). Gizir (2007), yılmazlık kavramına ilişkin risk faktörlerini; bireysel, ailesel ve çevresel olmak üzere üç etken üzerinden açıklamaktadır. Bireysel risk faktörleri; erken doğum, kronik hastalığa sahip olma, bireyin olumsuz yaşam olayları ile karşı karşıya kalması gibi durumlardır. Ailesel risk faktörleri; ebeveynin hastalığı/psikopatolojisi, ergen yaşta anne olma, ebeveynlerin ayrılması/ölümü ya da tek ebeveynle yaşamak durumunda kalmaktır. Çevresel risk faktörleri ise, maddi anlamda zorluk yaşama ve yoksulluk, çocuk ihmali ve istismarı, toplumsal şiddet ve ailevi sıkıntılar, savaş ve doğal afetler, evsiz olma olarak sayılabilir. Açıklamalardan hareket edilerek, risk faktörlerinin varlığının yılmazlık düzeyini olumsuz etkileyen faktörler olarak değerlendirilmesinin gerekliliği ön plana çıkmaktadır. Risk faktörleri için, “koruyucu faktörlerin aksine

yılmazlık düzeyini olumsuz olarak etkiler” denilebilir. Bu doğrultuda, ilgili faktörlerin detaylandırılması önemlidir.

#### **2.1.4. Koruyucu faktörler**

Benzer koşullara rağmen, olumsuz deneyimlere maruz kalan bazı kişiler hızla iyileşip hayatlarına devam ederken, bazıları toparlanmakta oldukça zorlanır. Araştırmacılar bu farklılığın nedenlerini araştırdıklarında, insanların zorluklarla daha iyi başa çıkmalarında etkili olan ve psikolojik dayanıklılığı artıran koruyucu faktörlerin önemini vurgulamışlardır (Troy ve Mauss, 2011). Koruyucu faktörler gelişime yönelik görevleri yerine getirebilme, adaptasyonu sağlama, beraberlik ve bütünlüğü sürdürebilme becerisi şeklinde tanımlanabilir (Black ve Lobo, 2008; McCubbin ve McCubbin, 1993). Aynı zamanda bu faktörleri Masten (1994), risk ya da zorlukların etkisini hafifleten, azaltan veya ortadan kaldıran, bireyin yetkinliğini ve sağlıklı uyumunu geliştiren durumlar olarak tanımlamaktadır (Gizir, 2007, s.117). Bu faktörler, bireysel, ailevi ve çevreyle ilgili faktörlerden veya bu faktörlerin etkileşiminden kaynaklanan durumları içermektedir. Black ve Lobo (2008), aile içerisindeki koruyucu faktörleri; olumlu bakış açısı, maneviyat, aile üyelerinin uyum sağlaması, esneklik, aile içi iletişim, maddiyatı yönetebilme, aileye ayrılan özel vakit, ortak boş zaman, rutin ve ritüellerin olması, destek ağlarının varlığı şeklinde tanımlamıştır (Aydoğan, 2014, s.29).

Hanson (2005), aileyi; “duygusal, fiziksel ve ekonomik destek için birbirine bağlı olan iki veya daha fazla kişi” şeklinde açıklamıştır. Aynı zamanda aile sağlığını, “bireylerin ve tüm aile sisteminin biyolojik, psikolojik, ruhsal, sosyolojik ve kültürel faktörlerini içeren dinamik, değişken bir refah durumudur.” şeklinde tanımlamıştır. Aile bireylerinin sağlığı, aile sistemini ve işleyişini etkilediği gibi ailenin işlevselliği de her bir üyenin sağlığını etkiler. Aile sağlığının değerlendirilmesi her bir aile üyesinin ve aile sisteminin aynı zamanda incelenmesiyle sağlanır (Hanson, 2001). Pek çok araştırmacı kriz durumlarında işlevselliği sürdüren, destekleyici, uyumlu ve duygusal anlamda yakın olmayı başarabilen aile üyelerinin bu başarılarının nedenlerini yılmazlık modelleriyle açıklayarak, bu ailelerin zorlukların üstesinden nasıl gelebildiğini incelemiştir.

## 2.2. Aile Yılmazlığı

Olumsuz deneyimler veya travmatik olaylar yalnızca bireysel değil aile ve toplum bağlamında da yaşanabilmektedir. Dolayısıyla yılmazlık, sadece bireyler tarafından ihtiyaç duyulan bir kavram olmamakla birlikte aileler için de ihtiyaç duyulan bir olgudur (Hawley, 2013). Yılmazlık, alanyazında kendine bireysel çalışmalarla yer bulsa da ilerleyen dönemde bu kavramın sadece birey bazlı araştırılmasının yetersiz olduğu düşünülmüş ve yılmazlıkla ilgili sosyolojik açıdan da incelemeler yapılmaya başlanmıştır (Gordon ve Song, 1994, Daly, 1999). Bu araştırmalarla birlikte aile yılmazlığı konusuyla ilgili çalışmalar ön plana çıkmıştır. Aile yılmazlığı, bir sistem olan ailenin güçlülere dayanma ve onları toparlama, öncekinden güçlü ve daha becerikli olma kapasitesini ifade eder (Walsh, 2003). Daha genel anlamıyla, aile yılmazlığı ailenin zaman içinde zorluklarla baş edebilme yeteneğini kolaylaştıran, karmaşık veya zorlu ortamlarda aileler ve diğer sistemlerin seviyeli etkileşim süreci olarak tanımlanmaktadır (Ungar, 2011; Walsh, 2013).

McCubbin ve McCubbin (1988) aile yılmazlığını "ailelerin kriz durumlarının yıkıcı etkileriyle baş etmelerine yardımcı olan özellikler, alanlar ve varlıklar" olarak tanımlamaktadır (Aydoğan, 2014, s. 23). Aile yılmazlığı, ailenin iç ve dış streslere tepki olarak ihtiyaç duyduğu değişim ve uyumlarda aile işleyişini sürdürmek için gereksinim duyduğu güçtür (Lee ve diğ., 2003; akt. Aydoğan, 2014, s.22). Bu gücün önemi öyle büyüktür ki, bu sayede aile yaşadığı zorlukları atlatabilir ve yoluna daha sağlıklı devam edebilir. Venter ve Snyders (2009) de, yılmazlık kavramını, olumsuz yaşam durumlarının üstesinden gelmede eşlerin becerisi olarak değerlendirmektedir.

Yılmazlık birçok araştırma ve çalışmada konu olarak yer alsa da (Turgut, 2018 vd.) daha çok birey bazında ele alınmış bir kavramdır. Yılmazlığın, toplumsal bağlamda, özellikle de toplumun en önemli birimi olan aile açısından ele alındığı çalışmaların çok daha sınırlı olduğu söylenebilir. Aile yılmazlığı ile ilgili yapılan çalışmalarına bakıldığında; bu kavramla ilgili yurt içinde yapılmış çalışmaların genellikle özel eğitime ihtiyaç duyan çocukların aileleri (Arslan, 2020; Ataş, 2022; Hassamancıoğlu vd., 2020; İspir, 2022; Turan, 2017) ve sağlık problemi olan çocukların aileleri (Arslantatar, 2020; Cici, 2022; Pak-Güre, 2021) ile ilgili araştırılmış olduğu görülmektedir. Bununla birlikte, ebeveyn kaybı yaşamış (Greeff ve Human, 2004; Özbay ve Aydoğan, 2019), boşanmış (Greeff, Vansteenwegen ve Demot, 2006) ve tek ebeveynli (Hsieh ve Daniel, 2008) ailelerin de aile yılmazlıklarının incelendiği çalışmalar mevcuttur.

Pozitif psikolojinin ilgi alanına giren aile yılmazlık kavramı, insanların yaşadıkları olumsuzluklara odaklanmaktan ziyade bu olumsuzluklarla sağlıklı bir şekilde başa çıkıp büyümeye devam etmelerine odaklanır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Aynı zamanda özgün bir kavram olarak ele alınan aile yılmazlığı kavramının aile terapisi alanında da çok yeni olduğu söylenebilir. Aile araştırmacıları, zorluklarla karşılaşan bazı ailelerin bu zorluklarla daha iyi başa çıkabildiği ve yaşanan zorluk/güçlüklerden daha güçlü çıkabildiği gerçeğiyle ilgilenmektedir (McCubbin ve McCubbin, 1988; Patterson, 2002; Walsh, 1996). Aileler yaşadıkları olumsuz durumları kabul etmek yerine bu olaylarla baş edebilme ve olumsuzlukların etkisini en az seviyeye indirme becerisine sahipler ise, bu aileler için aile yılmazlığı kavramından söz edilebilir (McCubbin & McCubbin, 1988; Walsh, 1996; Patterson, 2002). Bununla birlikte, her aile kendine özgü bir yapı sergiler ve farklı baş edebilme tarzları kullanabilir. Bu durum özellikle riskli olaylarla karşılaşan ailelerde daha da farklılaşabilmektedir. Ailede boşanmanın gerçekleşmesi, düşük sosyoekonomik düzey, doğal afetler, salgın hastalıklar, suç oranının yüksek olduğu bir çevrede bulunmak gibi durumlar risk faktörü olarak kabul edilmektedir (Demirbaş, 2010).

Yılmazlık becerisine sahip ailelerin, olumsuzluklar karşısında olumlu anlamlandırmalarda buldukları ve bu konuda diğer ailelere nazaran daha pozitif bakış açısı geliştirdikleri söylenebilir. Bu ailelerin üyelerinin, tüm sıkıntı ve zorluklara rağmen kendilerine özgü inanç sistemleri doğrultusunda bir anlam ve amaca sahip oldukları görülür. Yılmazlığın belirgin olduğu bu ailelerde yeni baştan organize olabilme yeteneği mevcut olduğundan güç durumlarla karşılaştıklarında kendilerindeki bu yeteneği kullanırlar. Bununla birlikte, aile içinde belirgin bir bağlılık ve sosyal-ekonomik kaynakları kullanabilme gibi özelliklerinin yanında aile içinde iletişimin netliği, duyguların açıkça ifade edilebilmesi ve işbirliği ile sorun çözme bir yetenek olarak ön plâna çıkmaktadır (Sixbey, 2005, s.31-47).

### **2.2.1. Aile yılmazlığı modelleri**

Zorluklarla karşılaşan bazı ailelerin bu zorluklarla nasıl mücadele ettiği ve yaşanan zor durumlardan sonra nasıl güçlü olabildiği, önceki iyi haline tekrar dönerek görevlerini yerine nasıl getirebildiği konusu birçok kuramcı tarafından bazı modellere

bağlı kalınarak incelenmiştir. Aile yılmazlığı ile ilgili bahsedilen modellerin bazılarında aşağıda yer verilmiştir.

### **2.2.1.1. Walsh aile dayanıklılığı modeli**

Walsh, aileyi güçlendiren süreçleri ekolojik ve gelişimsel perspektiften inceleyerek sistemik bakış açısıyla aile yılmazlık modelini oluşturmuştur (Walsh, 2006). Aile üyelerinin bireysel yılmazlık özelliklerinin yanısıra sistemik bir bakış açısıyla ailenin risk ve yılmazlık özelliklerine de odaklanmaktadır (Walsh, 1996). Bu yaklaşımda sorunlar bireysel ve aile etkileşimi bağlamında ele alınmaktadır (Walsh, 2002). Walsh' a göre, aile dayanıklılığı üç ana süreçten oluşmaktadır. Bunlar: aile inanç sistemleri, yönetim şekilleri, aile içi iletişim süreçleridir.

#### **2.2.1.1.1. Aile inanç sistemleri**

Aile inanç sistemleri, üç unsurdan oluşmaktadır. İlki; sıkıntıyı anlama; iyileşme, krizi değerlendirme, zorlukları yönetebilme gibi aile içi değerlerin birliğini ifade eder. İkincisi, pozitif bakış açısı; umut, iyimserlik, aile olarak olası güçlüklerin gelebileceğine inanmak, girişimcilik, kararlılık, azim, mümkün olacağına olan inanç, değiştirilemeyecek olan durumu olduğu haliyle kabul edebilmeyi kapsar. Üçüncü olarak ise maneviyat; dini ritüeller, gelecekteki hayallere ve hedeflere ulaşmak, yaratıcılık, zorluklardan yeni şeyler öğrenerek olgunlaşmak anlamına gelmektedir.

#### **2.2.1.1.2. Yönetim şekilleri**

Yönetim şekilleri üç unsurdan oluşur: İlki, esneklik; istikrarla yeni bir dengeyi sağlanması iken ikincisi, bağlılık; karşılıklı destek, işbirliği ve bireysel ihtiyaçlara ve farklılara saygı, etkin liderlik gösterme ve ortaya çıkabilecek problemlerle ilişkilerin uzlaştırılmasıdır. Üçüncüsü, sosyal ve ekonomik kaynaklar; uzun süreli akrabalık ilişkileri ve sosyal destek, geniş topluluk ağları kurma ve maddi açıdan güvence altında olmak olarak sıralanabilir. Çeşitli yapılara ve kaynağa sahip aileler, hayatın zorluklarıyla yüzleşmek için alışkanlıklarını ve sosyal ağlarını çeşitli şekillerde düzenlemelidirler. Aile yılmazlığı; esnekliği, güçlü bağlılığı ve sosyal ve ekonomik kaynakların harekete geçirilmesini teşvik eden işlemsel süreçlerle güçlendirilmektedir (Walsh, 1998).

### 2.2.1.1.3. Aile içi iletişim süreçleri

İletişim, inançların ve bilginin aktarımını içerir, bir ailenin işleyişi ve yılmazlığı için iyi iletişim şarttır. Günümüz modern aile yaşamının karışık yapısı ve ihtiyaçları iletişimi her zamankinden çok daha önemli ama daha da zor hale getirmiştir. İletişimin en kritik olduğu kriz anlarında ailevi zorluklar ve stresli yaşam olayları nedeniyle iletişimin bozulma olasılığı da daha yüksektir (Epstein vd., 2003).

Aile içi iletişim süreçlerinde önemli görülen unsurlar şunlardır: *Açıklık*; net ve tutarlı mesajlar vermek, doğru konuşarak ve gerçeği arayarak net olmayan bilgiyi netliğe kavuşturmak. *Duyguların paylaşımı*; aile üyelerinin sevinci, acıyı, korku ve umut gibi duyguları paylaşabilmesi, karşılıklı olarak empati yapabilmesi ve farklılıklara karşı hoşgörü gösterebilmesi, kendi hislerine ve davranışlarına karşı sorumlu olması ve diğer kişileri suçlamaması, keyifli etkileşim içinde olabilmesi. *İşbirlikçi problem çözme*; yaratıcı beyin fırtınası, anlaşmazlık durumunda çözüm sunabilmesi ve karar almada birlikte hareket edebilmek, hedeflere ulaşabilmek için somut adımlar atabilmek, başarısızlık durumlarından ders almak ve geleceğe yönelik oluşabilecek problemleri önlemeyi kapsar.

Ailedeki riskleri kriz olarak değerlendiren Walsh (2006), yılmaz ailelerin bu bunalımdan ilişkilerini zenginleştirerek çıktıklarını ve aralarındaki duygusal bağları daha da artırdıklarını belirtmiştir. Risk bu bakış açısıyla değerlendirildiğinde; ailelerin olumlu yönde gelişme gösterebilmelerine olanak sağlayacak şekilde kullanılmış olur (Aydoğan ve Özbay, 2015, s.110).

### 2.2.1.2. McCubbin ve McCubbin'in aile düzenleme ve uyum yılmazlık modeli

Bu modelin dayandığı beş temel varsayım şu şekilde ifade edilebilir: 1.si; aileler yaşam döngüsü boyunca bazı stresli ve güç durumlarla karşı karşıya kalırlar. 2.si; aileler olağan (evlenme, çocuk sahibi olma gibi) veya olağan üstü (doğal afetler, savaş, kaza v.b.) stres ve gerginlikle karşılaştığında, kendilerini koruma, kendilerine yardım etme ve toparlanma yeteneğine sahiptir. 3.sü; aileler kriz ya da stresle karşılaştıklarında toplum ve çevrelerinden sosyal destek alabilirler ya da çevresindekilere sosyal destek sağlayabilirler. 4.sü; aileler üyelerini ileriye taşıyacak amaç, anlam ve ortak bir vizyon

ararlar. 5.si; aileler kriz durumları ve büyük stres yaşasalar bile düzeni, uyumu ve dengeyi korumaya çalışırlar (Arıcı, 2014).

Bu model ailenin zorluklar karşısında sahip olduğu kaynaklarla ailenin isteklerini dengeleme çabası sayesinde aile dayanıklılığının arttığını ve bu dengenin iki düzeyde görülmesi gerektiğini öne sürmektedir. Birinci düzey, bireyle başlar aileye kadar uzanır; ikinci düzey ise aileyle başlar, topluma kadar uzanır. Ailenin bir üyesi iyi işlev gördüğünde, tüm aile dengeli ve uyumlu olur ve aile topluma yönelik sorumluluklarını daha iyi gerçekleştirebilmektedir. İki seviyede gerçekleşen bu uyum dinamiktir ve yeni bir kriz yaşanana kadar sürer. Bunun tersi olan durum da yaşanabilmekte ve aileler toplum karşısındaki sorumluluklarını yerine getirememektedir. Bu gibi bir durumda ailenin istekleri ve var olan kaynağı arasında dengeyi yeniden kurmaya çalışmaktadır (McCubbin ve McCubbin, 1992, 1996; akt., Arıcı, 2014, s.52).

### **2.2.1.3. Circumplex modeli**

Olson'un 2000 yılında geliştirdiği bu modelin ana hipotezi dengede olan çift ve aile sisteminin dengede olmayan sistemlerden daha iyi işleme eğiliminde olmasıdır (Olson, 2000). Bu modelde üç boyut bulunmaktadır: bütünlük (cohesion), esneklik (flexibility), iletişim (communication). Bu model, ailenin sağlıklı olabilmesini bütünlük ve esnekliğin yüksek olmasına bağlamaktadır, bu duruma dengede olma denir. Dengeli ailelerde bütünlüğün ve esnekliğin boyutları ihtiyaca göre değişebilmektedir ve bu ailelerde aile içindeki iletişim olumlu olarak görülmektedir. Bütünlük ise, aile üyelerinin duygusal anlamdaki bağlılıklarını ifade etmektedir. Bütünlük düzeyinin aşırı olması, aile üyeleri arasında birbirine bağımlılık oluşturur ve bu da aile işlevselliğini negatif yönde etkiler. Ailenin en iyi düzeyde işlevselliğe ulaşabilmesi hem bütünlük duygusu hem de aile üyelerinin özerkliği sağlamasına bağlıdır. Esneklik ise ailenin değişim karşısında, tekrar dengeyi yakalayabilme yeteneğidir. Katılığın aşırı olduğu ailelerin hayatta karşılaştıkları problemlere istenilen düzeyde uyum gösteremediği tespit edilmiştir. Diğer bir öge olan iletişim; bütünlük ve esnekliği olumlu olarak etkileyebilir. İletişim; ailedeki tüm üyelerin birbirini etkili dinleme becerisine sahip olmasını, kendini açabilmeyi, birbirine saygı duyma becerilerini gerektirir. İletişimin geliştiği aileler problemlerini rahatlıkla çözebilir ve dengeyi sağlar (Olson, 2000).

#### 2.2.1.4. ABCX kriz modeli

Aile yılmazlığını açıklayan teorilerden biri Hill (1958) tarafından ortaya atılan ABCX Kriz Modeli'dir. Bu model, Hill tarafından İkinci Dünya Savaşı sonrasında ailelerin ayrılma ve yeniden bir araya gelme krizlerine uyuma yönelik yaptığı çalışmalar sonunda ortaya çıkmıştır. ABCX sembolü şu şekilde açıklanmaktadır: **A**, stresli durumlar (ölüm, boşanma, maddi kayıp, anne-baba olma) tamamıyla tüm aileyi etkiler ve aile kurallarını, sınırlarını ve değerlerini değiştirir. **B**, ailede stresli olayın oluşturduğu ihtiyaçları karşılamak için halihazırdaki kaynaklar sayesinde kriz durumlarının önüne geçilir. **C**, ailenin stres yaratan olaya atfettiği anlam bu olayı fırsat veya tehdit olarak görebilmesi, mevcut yeterlilikleri ile ihtiyaçları arasında denge kurabilmesi önemlidir; bu sağlanamadığı takdirde stres yaratır. **X**, aile stres yaratan durumun krize dönüşmesini önlemek için var olan kaynaklarını kullanabilir (aktaran Bayraklı, 2010). Ailenin uyumluluğu, ailenin bütünleşebilmesi, ailenin üyeleriyle şefkatli ilişkileri, evlilik uyumu, ebeveyn ve çocuklar arasındaki samimi ilişkiler ve daha önceki başarılı kriz deneyimleri ailenin krize uyumuna yardımcı olan faktörlerdendir (Hill, 1958).

#### 2.2.1.5. Çift abcx modeli

McCubbin ve Patterson (1983a; 1983b) birbirini takip eden çalışmalarının sonuçlarına göre, ailenin bir krizle baş edebilme davranışının ABCX Modeli'nde belirtilenden daha fazla etken içerdiğini belirterek Çift ABCX Modeli'ni geliştirmişlerdir. Daha önce yaptıkları çalışmalara da dayanarak, ailelerin yaşamda birikmiş stres etkenleriyle karşı karşıya kaldıklarını ve kriz anlarında ailenin değişebilen destek kaynaklarıyla beraber olumlu uyum sağlama yeteneğine sahip olduğunu göstermiştir (Nichols, 2013; Van Breda, 2001). Bu model ailenin kriz durumunu kriz öncesi ve kriz sonrası olarak iki dönem içinde incelemektedir. Kriz öncesi dönem a: stres etkenleri, b: mevcut kaynaklar, c: stresli olayın algılanması ve x: kriz şeklinde kavramsallaştırılmıştır. Ayrıca bu modelde, aA bB, cC ve xX öğelerinin yanısıra başa çıkma kalıpları da yer almaktadır. Modelin unsurları şu şekilde adlandırılmıştır: **aA**: birikmiş stres etkenleri, **bB**: ailenin mevcut ve yeni kaynakları, **cC**: birden fazla stres etkeninin sebep olduğu kriz anında ailenin baş etme kaynaklarını kullanarak yeni dengeyi sağlaması için olayın tanımında yapılan farklılıklar, **xX**: ailenin uyum ve dengesi.

Ailedeki uyum ve denge, bu modelde öne çıkan kavramlardandır. Uyum, ailenin alt sistemleri arasındaki gereksinimleri ve alt sistemlerin bu gereksinimleri karşılama yeteneğini ifade eder. Ailenin uyumu sağlıklı ya da sağlıklı olmayabilir (Lavee, McCubbin ve Patterson, 1985; McCubbin ve Patterson, 1983a). Ayrıca modelin kavramlarını krizden öncesi ve krizden sonrası olmak üzere iki döneme ayırmak, araştırmacıların kriz sonrası döneme ve aile yılmazlığı kavramının zaman içindeki evrimine odaklanmasına olanak sağlamaktadır (Bristol, 1987; VanBreda, 2001). Bu modelde odaklanılan başa çıkma ve sosyal destek etkenleri orijinal modelden farklılık göstermektedir. Aile bireyleri stresle karşılaştıklarında sıklıkla başa çıkma stratejileri geliştirirler. Kriz sonrasında ailenin mevcudunda bulunan kaynaklara yeni kaynaklar eklenir. Bu kaynaklar yalnızca bireysel anlamda değil aynı zamanda aile ve toplum düzeyinde de olabilmektedir. Bu modele göre, ailenin krizle baş edebilme becerisini artıran en güçlü kaynak, sosyal destektir (McCubbin ve Patterson, 1983a).

### **2.3. İlgili Araştırmalar**

Bu bölümde aile yılmazlığı konusuyla ilgili yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

#### **2.3.1. Aile yılmazlığı ile ilgili yurt içinde yapılan çalışmalar**

Bayraklı 2010'da yaptığı çalışmasında, zihinsel açıdan yetersiz çocuklar ve olağan gelişim seyri içinde olan çocukların annelerinin yılmazlık seviyelerini farklı değişkenlerle incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmaya katılan 491 annenin yılmazlık, sosyal destek ve strese dayanıklılık düzeyleri incelenmiştir. Anne yılmazlığı ile stresle başa çıkma tarzının problem odaklı başa çıkma alt boyutu, sosyal destek miktarı ve sosyal desteğin kalitesi arasında her iki grupta da pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Özbay ve Aydoğan 2013 yılında engelli çocuğu olan 12 aile ile görüşerek bu ailelerin yılmazlık kaynaklarını, nitel yöntemle derinlemesine araştırmışlardır. Çalışmanın sonucunda, sosyal desteğin engelli çocuğa sahip ailelerin yılmazlıklarını artıran bir faktör olduğu ortaya çıkmıştır.

Arıcı (2014), travmatik anlamda yas yaşayan 24 kadın katılımcıya, aile yılmazlık programı uygulamış ve deney grubu ile kontrol grubunu; aile yılmazlığı, travma sonrası stres ve yas seviyeleri açısından karşılaştırmıştır. Aile yılmazlığına ilişkin bulgular, uygulamanın deney grubunun aile yılmazlığı puanlarının artmasını sağladığı, bu etkinin

2,5 ve 6 ay sonraki ölçümlerde de görüldüğü, deney ve kontrol gruplarının aile yılmazlığı puanlarında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Deney grubunda ise, aile yılmazlık puanının arttığı ve daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Buluş ve Bağcı'nın 2016'daki çalışmasında, aile yılmazlığının ve etkili iletişim becerilerinin evlilik doyumunu yordayıp yordamadığı araştırılmıştır. Yapılan analize göre, erkeklerin de kadınların da aile yılmazlığı ve iletişim becerilerinin evliliklerini anlamlı düzeyde yordadığı ortaya çıkmıştır. Aile dayanıklılığı ve iletişim becerilerinin bir arada kadınların evlilik doyumunun %21'ini, erkeklerin evlilik doyumunun ise %26'sını yordadığı bulunmuştur.

Çetrez-İşcan ve Malkoç'un 2017'deki çalışmasında, özel gereksinim ihtiyacı bulunan çocukların ailelerinin yılmazlık ve başa çıkma yeterliğinin umut düzeylerini yordayıp yordamadığını araştırmıştır. Yapılan analizle birlikte yılmazlıkla umut arasında olumlu bir ilişkinin, yılmazlık ve başa çıkma yeterliğinin ise bir arada umut düzeylerini anlamlı seviyede yordadığı bulunmuştur.

Aydın'ın 2018'de yaptığı araştırmada; çocukların sosyal yeterlilik düzeyi ile annenin evlilik doyumu ve annenin aile yılmazlığı (mücadele-meydan okuma, öz-yeterlik, hayata bağlılık ve kontrol) arasında pozitif bir ilişki; kaygı-içe dönüklük düzeyi ile annenin evlilik doyumu ve aile yılmazlığı arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Anne ve babanın evlilik doyumu ile aile yılmazlığı arasında zorluklarla başa çıkma, öz yeterlilik ve hayata bağlılık boyutlarında anlamlı pozitif ilişkiler bulunmuştur.

Yazıcı 2019'da yaptığı araştırmasında aile yılmazlığı ile ilgili elde edilen puanların cinsiyete, eğitim düzeyine, annenin ve babanın eğitim düzeyine göre farklılaşmadığını tespit etmiştir.

Özbay ve Aydoğan'ın 2019'da; babanın vefatı sonrasında aile dayanıklılığı kaynaklarının ve kardeş ilişkilerinin rolünü inceleyen nitel çalışmalarında; baba kaybı yaşayanlar için aile yılmazlığının kaynakları, sosyal destek, destekleyici kardeş ilişkileri, baba kaybına yüklenen anlam ve maneviyat ile kişilerarası ilişkiler, üyeler arasında açıklık ve paylaşım olarak bulunmuştur.

Merdan (2019), çalışmasında; sorunlu çocuk davranışı ile anne ebeveynlik stresi ve problem davranış ile aile yılmazlığı arasında yardım arama davranışının aracılık rolünün olup olmadığını araştırmış ve problem davranış ve ebeveyn stresi arasında yardım arama davranışının aracılık rolü olmadığı sonucuna varmıştır. Araştırma

sonucunda; yardım arama davranışının problem davranış ile aile yılmazlığı arasında aracı bir faktör olmadığı bulunmuştur.

Uslu (2019) araştırmasında; çocukların yılmazlığı ile ailelerin yılmazlığı arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığını belirtmiştir. Çocukların yılmazlığı cinsiyete, eğitim süresine, kurum türüne ve babanın eğitim düzeyine; toplumsal değerlere ulaşmada yaş, cinsiyet ve babanın eğitim düzeyine göre anlamlı farklılıklar bulunurken, ebeveyn yılmazlığının hiçbir değişkene göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

İspir'in 2022 yılında yaptığı çalışmada, Covid-19 sürecinde engelli bireylerin ailelerinin aile yılmazlıklarını incelemiştir. Bu çalışma nitel araştırma yöntemiyle yapılmıştır. Veriler; Walsh Aile Yılmazlık Modeline bağlı kalınarak, içsel ve dışsal koruyucu faktörler ile içsel ve dışsal risk faktörleri şeklinde gruplandırılmıştır. Araştırmadan elde edilen verilere göre; aile yılmazlığını etkileyen içsel risk faktörlerine en çok katkı sunan Covid-19 risk faktörleri; bulaş korkusu, ölüm korkusu ve çaresizlik olarak bulunmuştur. Dışsal risk faktörlerine en fazla katkı ise, çevresel risk faktörleri olan eğitim desteğinden yoksun kalma ve olumsuz davranış örüntüleri olarak bulunmuştur.

Köse, Uzun ve Kartal (2023), 2022-2023 eğitim-öğretim yılında Kahramanmaraş ili Onikişubat ve Dulkadiroğlu merkez ilçelerindeki kamuya ait anaokulu, ilkokul, ortaokul ve liselerde görev yapan 436 öğretmenle yaptıkları çalışmalarında, 6 Şubat 2023 tarihinde meydana gelen Kahramanmaraş merkezli depremleri yaşayan öğretmenlerin psikolojik sağlık ve yaşam doyum düzeylerinin belirlenmesini amaçlamışlardır. Araştırma nicel yöntemle ve ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucuna göre, öğretmenlerin psikolojik sağlık ve yaşam doyum düzeylerinin "orta" düzeyde, psikolojik sağlamlığa ilişkin görüşlerinin ise, cinsiyet ve yaş değişkenleri açısından anlamlı biçimde farklılaştığı, psikolojik sağlamlığın yaşam doyumunu anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

### **2.3.2. Aile yılmazlığı ile ilgili yurt dışında yapılan çalışmalar**

Horton ve Wallender (2001) yaptıkları çalışmada; ailedeki stres düzeyi ile umut ve sosyal destek arasında negatif bir ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Ebeveyn-ergen ilişkilerini değerlendiren bir çalışmada Sroufe (1991), yakın aile ilişkileri olan ailelerden gelen çocukların, bu çocuğa uygulanan ego dayanıklılığı

ölçeğinde en yüksek düzeyde işlevsellik sergilediğini, çocukların daha yüksek değerlere ulaştığını bulmuşlardır.

Conger, Rueter ve Elder (1999) yaptıkları çalışmada; mali zorlukların duygusal sıkıntı riskini artırdığını ve evlilikte geçimsizliğe yol açtığını bulmuşlardır. Yüksek evlilik desteği, finansal sıkıntı yaşama olasılığını; etkili problem çözme becerileri, evlilikteki çatışmayı azaltarak aile dayanıklılığını arttırmaktadır.

Fine ve Schwebel (1991), Amerikalı aileler üzerinde yaptıkları çalışmada, tek ebeveynle yaşayan çocukların ebeveynleriyle yaşayan çocuklara nazaran daha iyi uyum sağladığını bulmuşlardır. Bu çocukların ailelerinde, özgüven düzeyinin yılmazlığı inşa eden bir aile ve kişisel özellik olduğu vurgulanmıştır.

Benzies ve Mychasiuk 2009'da yaptıkları çalışmalarında; aile yılmazlığını destekleyen etmenleri incelemek amacıyla literatür taraması gerçekleştirmiş ve ailelerin yılmazlığını bireysel, ailesel ve toplumsal anlamda destekleyen 24 farklı koruyucu faktöre ulaşımlardır. Aile yılmazlığının bireysel koruyucu faktörlerini iç kontrol odağı, duygu düzenleme, öz yeterlik, başa çıkma becerileri, mizaç, sağlık, cinsiyet, eğitim, inanç sistemleri; ailesel korucu faktörlerini destekleyici ebeveyn-çocuk ilişkileri, partner ilişki istikrarı, aile yapısı, aile uyumu, sosyal destek, sabit gelir, elverişli konut, aile kökeni etkileri, uyarıcı çevre; toplumsal koruyucu faktörlerini ise güvenli mahalle, sağlık hizmetlerine erişim, okul ve çocuk bakımlarına erişim, danışılan birinin varlığı, akran kabulü ve topluma katılım olarak belirtmiştir.

Duca'nın 2015 yılında otizmlili çocuğu sahip ebeveynlerin aile yılmazlıklarını incelediği çalışmada; çiftlerin ebeveynlik stresi, çift uyumu ve başa çıkma değişkenleri incelenmiştir. Ulaşılan sonuca göre; aile yılmazlığının, çift uyumu ve çift olarak başa çıkma ile pozitif, ebeveyn stresi ile negatif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kim'in 2016'daki çalışmasında, ergenlerin aile yılmazlığı, stres, depresyon ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerini incelemiştir. Analiz sonucuna göre, ergenlerin aile yılmazlığı ile internet bağımlılığı arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur. Ergenlerin stres, depresyon düzeyi ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkiye aile yılmazlığının aracılık ettiği belirtilmiştir.

Li vd. 2018 yılında yaptığı çalışmada; meme kanserini yenen bireyler ile bu kişilere bakım sunanların bakım yükü ve aile yılmazlıkları arasındaki ilişkileri araştırmıştır. Bu kapsamda kanseri yenenlerin bireysel yılmazlıkları, birincil bakıcıların ise bakım yükü ve aile yılmazlık düzeyleri ölçülmüştür. Bakım yükünün, aile yılmazlığı ve kanserden kurtulan bireylerin yılmazlığına olumsuz anlamda etki ettiği bulunmuştur.

Herbell vd. 2020'de yaptıkları çalışmada; zihinsel, duygusal ve davranışsal anlamda bozukluk görülen çocukların ailelerinin yılmazlıklarını, ebeveyn başa çıkma düzeyi ve duygusal destek düzeyi açısından incelemiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, aile yılmazlığı, ebeveyn başa çıkma düzeyi ve duygusal destek ile pozitif yönde ilişkili; bu iki değişkenin ise bir arada aile yılmazlığının %21,6'sını açıkladığı bulunmuştur.

Dong, Xu ve Xu 2021 yılında, üniversite öğrencileri ile bireysel yılmazlık, aile yılmazlığı ve çocukluk çağı travmaları ilişkilerini incelemiştir. Çalışma 698 öğrenci ile yapılmıştır ve katılımcıların %18,6'sının çocukluğunda en az bir travmatik deneyime maruz kaldığı görülmüştür. Analiz sonucunda; aile yılmazlığının; öğrencilerin, fiziksel ve duygusal ihmal-istismar ile negatif yönde; bireysel yılmazlıkla ise pozitif ilişkili olduğuna ulaşılmıştır.

Russell vd. (2022), ebeveynlerin yılmazlığının ruh sağlığı ve ebeveyn-çocuk ilişkileri üzerindeki rolünü incelemeyi amaçlamışlardır. Çalışmaya 271 ebeveyn katılmış ve ebeveynler yılmazlık, ebeveyn- çocuk ilişkisi niteliği ve ruh sağlığı göstergeleri ile ilgili ölçekleri doldurmuştur. Analizler sonucunda ebeveyn-çocuk ilişki çatışmasının, yılmazlık ile negatif yönde, ebeveyn-çocuk ilişki yakınlığının ise hem annelerin hem babaların yılmazlığı ile pozitif yönde olduğu ortaya çıkmıştır. Aynı zamanda ebeveynlerin yılmazlık düzeyinin ebeveyn stresi ve depresif semptomlar ile negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Çalışma sonucunda yüksek yılmazlık düzeyine sahip ebeveynlerin hem genel stres hem salgına özgü stres unsurlarından daha az etkilendiği ve yılmazlığın strese karşı koruyucu bir faktör olduğu sonucu elde edilmiştir.

## BÖLÜM III

### GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde; araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ve verilerin analizi ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada, 6 Şubat 2023 depremini yaşayan evli bireylerin aile yılmazlıklarının derinlemesine incelenmesi amacıyla nitel araştırma yöntemi tercih edilmiştir. McCubbin ve arkadaşları (1999), yılmazlık sürecini anlamak için nitel araştırma yönteminin en uygun yöntem olduğunu belirtmişlerdir. Aynı zamanda nitel araştırma; incelenmek istenen olguyu ilgili bireylerin bakış açılarından görebilmeyi sağlar (Yılmaz ve Şimşek, 2006). Bu yöntem, gelecekte ne olacağını tahmin etmeye değil, olayın geçtiği yerin doğasını anlamaya çalışır (Merriam, 2015). Tüm bu görüşlere dayanarak; depremi deneyimleyen bireylerin aile yılmazlıklarına dair algı ve düşüncelerine kendi ifadeleriyle ulaşmanın önemli olduğu anlaşılmış ve bu araştırmada nitel yöntem tercih edilmiştir. Bu araştırma aynı zamanda tanımlayıcı bir nitelikte olduğu için; *ne, neden ve nasıl* sorularına odaklanılmıştır. Depremi yaşayan bireylerin deprem sonrası aile yılmazlık kaynaklarının incelenmek istenmesi, bu araştırmanın, nitel araştırma içerisinde yer alan fenomenolojik desenle yürütülmesine imkân sağlamaktadır. Bu çerçevede araştırmada, fenomenolojik desenden yararlanılmıştır. Fenomenolojik desen, literatürde olgubilim ismiyle de kullanılmaktadır. Bu desen konuya ilişkin kişisel deneyimlerden hareketle ortak bir betimleme yapma üzerinde durmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2021). Yaşanan olaylar karşısında kişinin farkında olduğu ancak derinlemesine anlayışının olmadığı olaylar ile ilişkilendirilmektedir. Algılar, deneyimler, yönelimler şeklinde görülmektedir. (Göçer, 2013; Tıkman vd., 2017; Ergün ve Dönmez, 2023).

### 3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmanın amacına uygun olarak belirlenen çalışma grubunda, amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt ve maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemleri kullanılmıştır. Pattons (2002), nitel çalışmalarda daha çok amaçlı örnekleme yöntemlerinin kullanıldığını; ölçüt örnekleme ve maksimum çeşitlilik örnekleme yönteminin de amaçlı örneklemenin birer türü olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca, Yıldırım ve Şimşek (2016), nitel araştırmalarda birden fazla örnekleme yönteminin aynı anda kullanılmasının araştırmacı için daha zengin bir veri seti sunabileceğini belirtmektedir. Bu bilgi doğrultusunda, bu araştırmanın çalışma grubu, amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme ve maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemleri kullanılarak seçilmiştir. Böylece, hem derinlemesine bilgi edinme hem de bulguların çeşitliliğini ve genellenebilirliğini artırmak hedeflenmiştir.

Ölçüt örnekleme yöntemiyle; katılımcılarda, 6 Şubat depremini Malatya'da yaşamış olmak, evli olmak, depremden travmatik olarak etkilenmemiş olmak ölçütü aranmıştır. Maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemi ile katılımcılarda; farklı yaş grubu, cinsiyet, farklı sosyo-ekonomik duruma sahip olma, depremden sonra yaşanan yerin çeşitliliği (deprem sonrası kiracı ya da ev sahibi olarak bir mülkiyette yaşayan ve konteynerlerde barınmalarını sürdüren kişilerden seçilmiştir.) gibi özellikler aranmıştır. Maksimum çeşitlilik örnekleme, farklı sosyoekonomik yapıları ve demografik yapı (yaş, cinsiyet vb.) nin mümkün olduğu ölçüde çeşitliliğinin istendiği durumlarda tercih edilebilir (Flick, 2014; Vogt vd., 2012).

Çalışma grubunda yer alan katılımcılar araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 8 kadın ve 7 erkekten oluşmaktadır. Son dönem araştırmacıları tarafından, ideal bir nitel araştırma için örneklem büyüklüğünün, örnekten sağlanan verinin kalitesiyle ilgili olduğu yönünde bir görüş birliği sağlanmıştır (Watson vd., 2017). Nitel araştırma yöntemlerinde örneklem seçimi ve büyüklüğü konusunda belirlenmiş bir kural veya formül bulunmamaktadır. Cochran (2007), bu görüşü benimseyerek, araştırmacıların örnekleme yöntemini ve büyüklüğünü, araştırmanın bağlamı kapsamında belirlemesinin en uygun yöntem olduğunu ifade etmiştir. Bu araştırma kapsamında örneklem büyüklüğü, belirli bir formüle veya sayısal çoğunluğa göre değil, Cochran(2007), Lewis (2015), Charmaz (2011) ve Duffy'nin (1985) de savunduğu şekilde, örneklemden toplanabilecek zengin bilgi yoğunluğuna göre belirlenmiştir. Nitel araştırmalarda, incelenen olguya ilişkin durumlarla ilgili bilgi yoğunluğu fazla ise, küçük bir grup insandan alınan

derinlemesine bilgiler, çok sayıda örneklemden elde edilen kısıtlı bilgiden daha değerli olabilir (Bryman, 2007). Guba ve Lincoln (1982) ile Denzin ve Lincoln (2008) da, ideal örneklem büyüklüğünün, verilerin doyuma ulaştığı ve döngüsel olarak tekrarlanmaya başladığı nokta olduğunu söylemektedirler. Bu nokta araştırma örnekleminin ideal büyüklüğünü belirlemektedir. Bu çalışmada, veriler açısından doyum noktasına ulaşıldığı anlaşıldığında, araştırmanın veri toplama aşaması durdurulmuştur.

Araştırmanın çalışma grubu Tablo.1’de gösterilmektedir:

**Tablo 1: Araştırma çalışma grubu**

Katılımcı	Cinsiyet	Yaş	Meslek	Öğrenim Düzeyi	Evlilik Yılı	Algılanan Ekonomik D.	Evin Depremden Etkilenme D.	Halihazırda Yaşanılan Yer
K1	Kadın	55	Ev hanımı	İlkokul	32	Orta	Az hasarlı	Ev
K2	Kadın	57	Memur	Ön Lisans	35	Orta	Az hasarlı	Ev
K3	Kadın	40	Usta öğretici	Ön Lisans	20	Orta	Orta hasarlı	Ev
K4	Kadın	47	Ev hanımı	Lise	19	Orta	Az hasarlı	Ev
K5	Kadın	50	Ev hanımı	Lise	25	Orta	Ağır hasarlı	Ev
K6	Kadın	29	Muhasebeci	Yüksek Lisans	4	Orta	Orta hasarlı	Konteyner
K7	Kadın	36	Memur	Lisans	12	Orta	Orta hasarlı	Ev
K8	Kadın	42	Öğretmen	Yüksek Lisans	42	Orta	Az hasarlı	Ev
E1	Erkek	55	Esnaf	Lise	30	Orta	Az hasarlı	Ev
E2	Erkek	54	Öğretmen	Lisans	36	Orta	Az hasarlı	Ev
E3	Erkek	42	Esnaf	İlkokul	9	Orta	Ağır hasarlı	Konteyner
E4	Erkek	44	Esnaf	Lise	24	Orta	Az hasarlı	Ev
E5	Erkek	38	Avukat	Lisans	9	Orta	Az hasarlı	Ev
E6	Erkek	35	Okul müdürü	Yüksek Lisans	5	Orta	Az hasarlı	Ev
E7	Erkek	37	Bilişim uzmanı	Lisans	3	Orta	Ağır hasarlı	Ev

Tablo 1’de görüldüğü üzere; araştırmaya 7 erkek, 8 kadın toplamda 15 evli birey katılmıştır. Katılımcıların tamamı evlidir. Kadın katılımcıların yaş ortalaması, 44,5; erkek katılımcıların yaş ortalaması ise, 43,5’dur. Genel yaş ortalaması; 44’tür. Eğitim düzeyine bakıldığında; kadın ve erkek katılımcılardan 1’er kişi (K1, E3) ilkokul mezunu, kalan 13 kişi en az lise düzeyinde öğrenime sahiptir. Kadın katılımcılardan 2 kişi (K6, K8); erkek katılımcılardan 1 kişi (E6) yüksek lisans öğrenimine sahiptir. Evlilik yılına bakıldığında; kadınlar en az 4 yıllık (K6); en fazla 35 yıllık (K2) evlilik süresine sahiptir. Erkekler ise; en az 3 (E7), en fazla 36 yıllık (E2) evlidir. Araştırmaya katılan bireylerin genel evlilik süresi ortalaması 20’dir. Katılımcıların tamamının algılanan ekonomik düzeyi “orta”dır.

Katılımcıların evlerinin depremden etkilenme düzeyine bakıldığında; 9 kişinin az hasarlı, 3 kişinin ağır hasarlı, kalan 3 kişinin de orta hasarlıdır. Katılımcılardan 13 kişi ev; 2 kişi (K6, E3) konteynerde yaşamaktadır.

### **3.3. Veri Toplama Süreci**

Araştırmanın verileri yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ile toplanmıştır. Verilere ulaşırken, araştırmacı tarafından 6 Şubat 2023 depremini yaşayan evli bireylerin aile yılmazlık kaynaklarının incelenmesi amacıyla geliştirilen “Aile Yılmazlık Görüşme Formu” kullanılmıştır. Hazırlanan form üzerinden, 6 Şubat 2023 depremini deneyimleyen bir kişi ile görüşme sorularının anlaşılabilirliğini test etmek için görüşme yapılmıştır. Yapılan bu çalışmalardan hareketle görüşme sorularının son şekli hazırlanarak alan uzmanlarından (Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanından yılmazlık ve aile yılmazlığı konularında çalışmaları bulunan iki akademisyenden) uzman görüşü alınmıştır. Uzman görüşlerinin ardından iki kişi ile görüşme formunun anlaşılabilirliğinin tespiti amacıyla pilot uygulama gerçekleştirilerek formun son hali elde edilmiştir. Aile Yılmazlık Görüşme Formu ile detaylı bilgiler aşağıda yer almaktadır.

#### **3.3.1. Aile yılmazlık görüşme formu**

6 Şubat 2023 depremini yaşayan evli bireylerin aile yılmazlık kaynaklarının derinlemesine incelenmesini sağlayan görüşme formudur. Görüşme formu geliştirme sürecinde Walsh (1996) tarafından geliştirilen aile yılmazlık yaklaşımı modeline bağlı kalınmıştır. Görüşme formunun oluşturulmasında bu modelde geçen tema ve kategoriler temel alınarak; aile inanç sistemleri, yönetim şekilleri ve aile içi iletişim süreçleri ile ilgili açık-uçlu sorular hazırlanmıştır.

Depremi yaşayan evli bireylerin aile yılmazlıklarını detaylı şekilde ortaya çıkarmaya imkân sağlayan bu form toplam 9 adet açık uçlu sorudan oluşmaktadır. Form EK 2’de yer almaktadır.

### **3.4. Verilerin Analizi ve Yorumlanması**

Görüşmelerin analiz sürecinde ilk olarak elde edilen görüşme kayıtlarının dökümü bilgisayar ortamına aktarılmıştır ve 15 katılımcıya ait 35 sayfalık bir veri dökümüne ulaşılmıştır.

İkinci olarak, elde edilen verilere içerik analizi yapılmıştır. Görüşme formu, Walsh (1996) Aile Yılmazlık Modeli ve bu modelde geçen kategoriler temel alınarak

geliştirildiği için, görüşme sonucunda ulaşılan verilerin ayrıca kodlanıp, kategorize edilmesine ihtiyaç duyulmamıştır.

Araştırmanın verileri, içerik analizi yöntemiyle tündengelim tekniği ile yorumlanmıştır. Tündengelim tekniğinin doğasına uygun olarak bu araştırmanın nitel verileri analiz edilirken, Walsh (1996) aile yılmazlığı modelinde yer alan kategori ve alt kategorilere göre içerik analizi yapılmıştır. Her katılımcıyla yapılan görüşmelerden elde edilen veriler ilgili kategoriler ve alt kategoriler altında değerlendirilmiştir. Elde edilen veriler araştırmada kullanılan ilgili modele bağlı kalınarak yorumlanmıştır.

### **3.5. İnanırcılık ve Tutarlık**

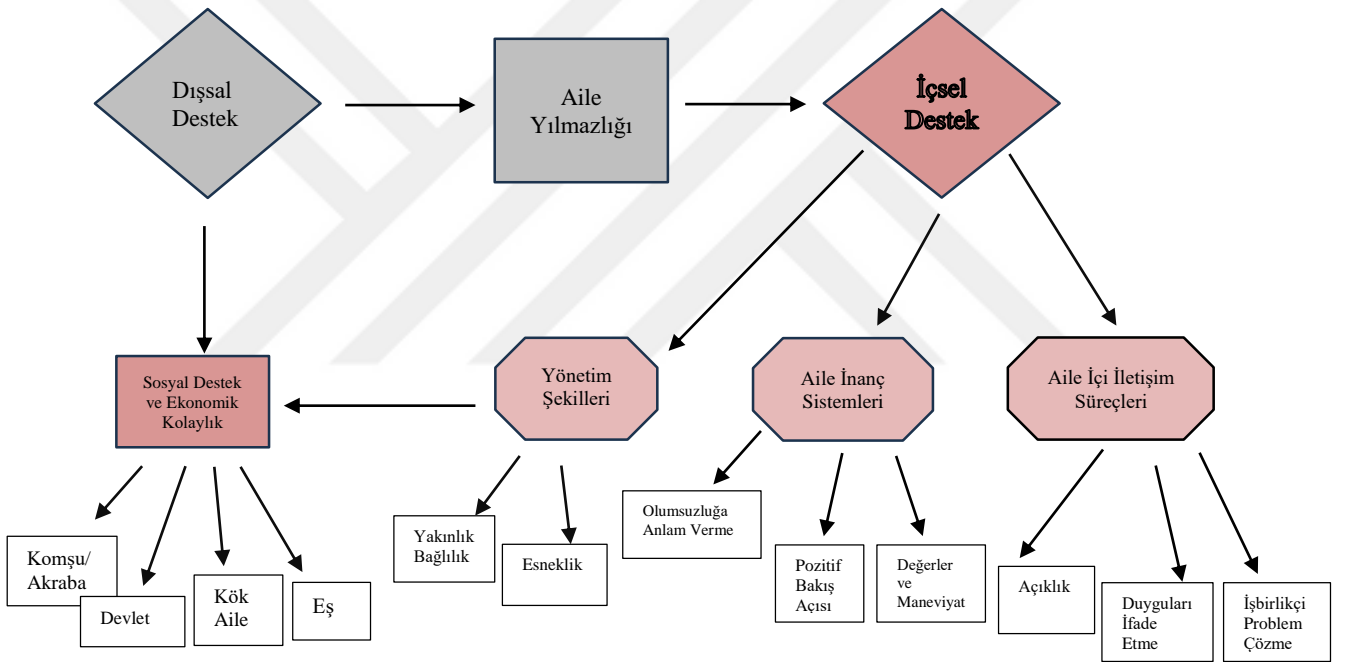
Nitel modelde tasarlanan bu çalışmada inandırcılık ve tutarlığı sağlamak için gözlem yapma, uzun süreli etkileşim içerisinde olma, detaylı ve derinlemesine betimleme yöntemlerinden yararlanılmıştır (Creswell vd., 2007). Nicel araştırmalarda kullanılan geçerlik ve güvenilirlik yerine nitel çalışmalarda inandırcılık ve tutarlık kullanılmaktadır. Nitel çalışmaların inandırcılığının artması için araştırmayı yapan çalışmacının güvenilirliği ve araştırma konusunun kavramsal dayanağının olması gereklidir (Çelik, 2014). 6 Şubat 2023 depremini yaşayan evli bireylerin aile yılmazlık kaynaklarının incelendiği bu çalışmaya başlanmadan önce araştırmaya katılım gösteren bireylere süreç hakkında bilgilendirme yapılmış, araştırmanın amacı anlatılmış ve kendilerini gönüllü bir şekilde ifade etmelerine ilişkin bilgilendirilmiş onam formu alınmıştır. Metne çevrilen görüşme formları, katılımcılara bilgilendirmek amacıyla tekrardan okunmuş metinle ilgili dönütler dikkate alınarak hatalar ayıklanmıştır. Böylece bilgilerin kesinliği ve doğruluğu test edilmiştir.

Görüşmelere başlanmadan önce görüşme formunun hazır hali üzerinden iki katılımcı ile pilot çalışma yapılmış, soruların katılımcılar ve görüşmeci tarafından nasıl anlaşıldığı test edilmiştir. Ayrıca görüşmeler tamamlandıktan sonra elde edilen görüşme form notları tutarlığı sağlamak amacıyla iki farklı zamanda çözümlenerek zamanda tutarlık test edilmiştir. (Creswell et al., 2007; Türnüklü, 2000).

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Araştırma kapsamında 6 Şubat 2023 depreminin ardından ailelerin aile yılmazlık kaynaklarının ortaya çıkarılması amaçlanmıştır. Bu amaçla elde edilen verilere Walsh (1996)'ın önerdiği Aile Yılmazlık Yaklaşımına bağlı kalınarak içerik analizi yapılmıştır. Bu veriler ilgili modelde geçen, 3 kategori ve 9 alt kategori dikkate alınarak değerlendirilmiştir. Yapılan içerik analizi sonucunda; ortaya çıkan pozitif aile yılmazlık modeli aşağıda Şekil 1. 'de gösterilmektedir.



Şekil 1: Pozitif Aile Yılmazlık Modeli

Şekil 1'de görüldüğü gibi, Walsh (1996) tarafından önerilen Aile Yılmazlık Modeli'ne dayalı olarak geliştirilen model içerisinde aile yönetim şekilleri, aile inanç sistemleri ve aile içi iletişim süreçleri aile yılmazlığına katkı sağlamaktadır.

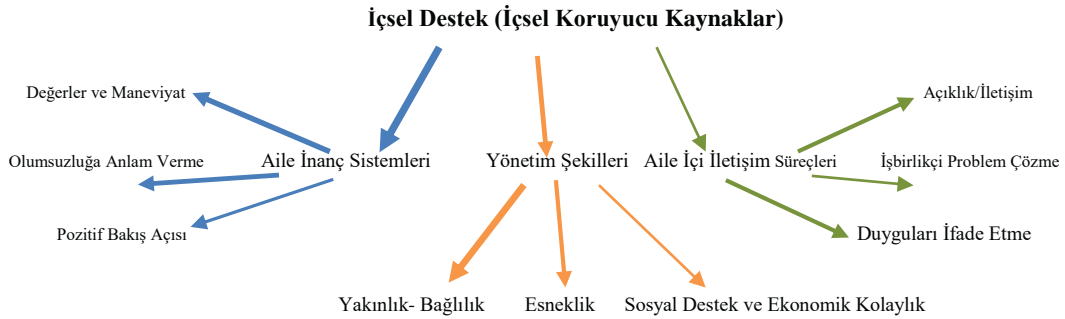
Aile içerisinde yılmazlığa katkı sağlayan içsel koruyucu faktörler teması altında yer alan her bir kategori ve alt kategori aşağıda Tablo 1. 'de gösterilmiştir.

Tablo 2: Aile Yılmazlığına İlişkin Kategoriler ve Alt Kategoriler

Kategoriler	Alt Kategoriler
Aile İnanç Sistemleri	Olumsuzluğa Anlam verme
	Pozitif Bakış Açısı
	Değerler ve Maneviyat
Yönetim Şekilleri	Esneklik
	Yakınlık-Bağlılık
	Sosyal Destek ve Ekonomik Kolaylık
Aile İçi İletişim Süreçleri	Açıklık
	Duyguları İfade Etme
	İşbirlikçi Problem Çözme

#### 4.1. İçsel Destek (İçsel Koruyucu Kaynaklar)

6 Şubat 2023 depremini yaşayan evli bireylerin aile yılmazlık kaynakları (koruyucu faktörler) incelenmiştir. Aile yılmazlık kaynaklarından içsel koruyucu kaynaklar; ailenin yaşadığı engellemeler veya karşısına çıkan güç yaşam olaylarına karşı dayanıklılık göstermesi, gösterilen bu dayanıklılığın aile içerisinde gelerek, ailenin güçlü yanları sayesinde gösterilebilmesi ve ailenin sonrasında en az, zorlayıcı olayı yaşamadan önceki yılmazlık düzeyine dönebilmesini sağlayan kaynaklar olarak ifade edilebilir. İçsel koruyucu kaynaklar teması 3 kategori ve 9 alt kategori şeklinde kategorize edilmiştir. Yılmazlık sürecinde ailelere içsel destek sağlayan, içsel koruyucu kaynaklar; bu çalışmanın belirlenen iki temasından biridir. İçsel destek teması bu çalışmada; yönetim şekilleri, aile içi iletişim şekilleri ve aile inanç sistemleri şeklinde kategorize edilmiştir. İçsel koruyucu kaynaklar modeli aşağıda şekil 2 'de gösterilmiştir (*Ok kalınlığı yoğunluğu göstermektedir*).



**Şekil 2: İçsel Destek (İçsel Koruyucu Kaynaklar) Modeli**

#### 4.1.1. Aile İnanç Sistemleri Kategorisine İlişkin Bulgular

Yapılan içerik analizinde, aile inanç sistemleri, içsel koruyucu kaynaklara en yoğun katkıyı sunmuştur. Aile inanç sistemleri; maneviyat/değerler, olumsuz anlam verme ve pozitif bakış açısı alt kategorileri şeklinde kategorize edilmiştir. *Maneviyat/değerler*, içsel koruyucu kaynaklara en yoğun katkıyı sunan alt kategori olmuştur. Sırasıyla olumsuzluğa anlam verme ve pozitif bakış açısı da içsel koruyucu kaynaklara katkı sunmuştur.

Aşağıda sunulan tablo 3’de; aile inanç sistemleri kategorisinin; olumsuzluğa anlam verme, pozitif bakış açısı, değerler ve maneviyat alt kategorilerine ilişkin doğrudan alıntılarını kapsayacak şekilde bazı katılımcı ifadelerine yer verilmiştir.

**Tablo 3: Aile inanç sistemleri kategorisine ilişkin bulguların içerik analizi**

Kategori 1. (Aile İnanç Sistemleri)	Alt Kategori	Veriler
	Olumsuzluğa anlam verme	<p>“... en çok da <b>dini inançlarımız</b> bizi ayakta tuttu. Ailece sürekli Kur’an ve ayet el kürsü okuduk. En çok da böyle deprem sonrası <b>duayla</b> ayakta kalabildik biz.” (K1)</p> <p>“<b>Doğa olayı</b> olarak görüyorum ben depremleri... Tamamen bilimsellik etkili, yer kabuğunun kırılması sonucu biz bu depremi yaşadık benim verdiğim anlam bu yönde.” (K6)</p> <p>“<b>Dünya yaşlanıyor</b> artık, bu hareketlerin buna bağlı normal olduğunu düşünüyorum.” (K7)</p> <p>“...<b>Allahtan geldiğine</b> inanarak kendimizi rahatlattık.” (E1)</p> <p>“...Yani bu bir <b>doğa olayı ve engellenemez</b>, hiçbir güç bunu engelleyemezdi, yeryüzü olayı olarak bakıyorum ben depreme. Sadece bizim elimizde olan yapıları sağlam yapmak başka da elimizden gelen bir şey yok. Bu şekilde bir anlam veriyorum depreme ben.” (E2)</p> <p>“Ben bu olayın <b>bilimsel boyutuna</b> inanıyorum, bana göre toprak kendini yenileyecek, 200-300 yılda bir olacak bu depremler, böyle düşünüyor ve anlamlandırıyorum.” (E4)</p>
	Pozitif bakış açısı	<p>“...Evimize yerleşebilmemiz yaşantımızı yeniden inşa edebilmemiz bizim ayağa kalkmamızı sağladı. <b>Yılmadık, ayakta kaldık</b> bence. Her şeyin düzeleceğine inanarak geleceğe <b>umutla</b> bakmaya başladık.” (K3)</p> <p>“Zamanla <b>pozitifte döndük</b>; daha inancıma bağlı oldum. Sabaha çıkacağımızın senedi yok dedik inancımıza yöneldik. Ailece birbirimize destek olarak bu günleri atlattık.” (K4)</p> <p>“... <b>gelecekte pek umutlu değilim</b> gün geçtikçe her şeyin kötüye gittiğini düşünüyorum. Aile sülale o kadar destek verdi ki bizim için her konuda yeni bir düzen kurdular ailem olmasa başa çıkamazdım (K6).”</p> <p>“Korku çok vardı bizde tabii ama çok başlarda öyleydi, kapalı ortama, başka bir eve giremiyorduk, hala da tedirginiz ama Allah’a şükür ki dükkanımız duruyor da çalışarak işimizin başında kendimizi daha iyi hissediyoruz.”</p>

		<p><i>Başa gelmiş olana eyvallah deyip, gayretle ailece üstesinden geliyoruz.” (E3)</i></p> <p><i>“Evet başa çıkabildik. En başlarda daha karamsarken alışıkça daha iyimser olmaya başlıyorsunuz <b>insanın içindeki umut her şeye yetiyor.</b>” (E5)</i></p> <p><i>“Nefes aldığımız sürece <b>umudun var olduğunu</b> bilen bir aile olarak; bugünlerin de zor da olsa geçeceğini biliyoruz. Birbirimize umut aşılayarak yaşanacak güzel günlerin hayalini kurarak mutlu bir şekilde yaşıyoruz.” (E6)</i></p>
	Değerler ve maneviyat	<p><i>“Artık bizim için en önemli şey çocuklarımızın güvenliği...Depremden önce dert ettiğim şeyleri artık etmemeye başladım. Deprem ölüme her an yakın olduğumuzu hatırlattı ne paranın ne evin ne arabanın yani <b>maddiyatın hiçbir şeyin önemi kalmadı...</b> Önemli olan ailemin sağ salim kurtulmasıydı.”(K2)</i></p> <p><i>“Daha önce; evim olsun kiracılıktan kurutulayım, eşyalarımı değiştireyim derken şimdi evim olmasa da olur yeter ki ailem, çocuklarım sağlıklı olsun, eşimin canı sağ olsun dedim. Ben anladım ki <b>para, maddiyat değersiz; değerli olan can sağlığı.</b> Bir de memleketimizin ne kadar önemli olduğunu anladık...” (K3)</i></p> <p><i>“<b>Dünya malına çok meyletmemek gerektiğini anladık; en çok bunu anladık.</b> Birbirimize daha sıkı sarılmanın önemini anladık; daha çok zaman geçirmenin önemini ve bir arada her şeyin üstesinden gelebileceğimizi anladık.”(K4)</i></p> <p><i>“Hayatın kısa olduğunu hayatı daha <b>dolu dolu yaşamak</b> gerektiğini düşündük ve anladık.</i></p> <p><i>“Çocuklarımızla <b>daha çok zaman geçirmeye</b> başladık bunun daha önemli olduğunu anladık.” (E1)</i></p> <p><i>“Bu deprem ben de sevdiklerini kaybetme korkusu oluşturdu, önceliğimiz hep ailemizdi daha da arttı bu düşünce...Biz depremden sonra <b>birbirimizin hayattaki önemini daha iyi kavradık</b> diyebilirim.” (E4)</i></p> <p><i>“Depremden sonra ailemizde yeni öncelikler belirledik ve bunları eşimle birlikte oturduk konuştuk. ...daha lüksten uzak, gösterişsiz, çocuklarımızın en az 2- 3 yıl içinde daha güvenli bir yapı içinde yaşamaları için ona göre <b>birikim yapmaya</b> karar verdik...<b>harcamalarımızı kısmaya</b> karar verdik.” (E6)</i></p>

#### 4.1.1.1. Olumsuzluğa anlam verme

Walsh’a (2002) göre olumsuzluğa anlam verme, sıkıntılı durumlarla baş edebilme, zorlayıcı yaşantıların yarattığı olumsuz durumları olumluya dönüştürme, iyileşme gibi ortak ve birleştirici değerleri içermektedir. Bu çalışmada olumsuzluğa anlam verme alt kategorisinin, içsel koruyucu kaynaklar modeline katkı sunduğu anlaşılmaktadır. Katılımcılar kendilerine yöneltilen; *“Yaşadığınız deprem felaketini nasıl anlamlandırıyorsunuz?”* sorusuna ilişkin, dinî ve bilimsel açıklamalarda bulunmuşlardır. Olumsuzluğa anlam verme alt kategorisine ilişkin bazı katılımcıların ifadelerine aşağıda yer verilmiştir:

**K1:** “... en çok da **dini inançlarımız** bizi ayakta tuttu. Ailece sürekli Kur’an ve ayet el kürsü okuduk. En çok da böyle deprem sonrası **dua**yla ayakta kalabildik biz.”

**K4:** “Tefekkür ediyoruz başka yapacak bir şey yok, hayat devam ediyor çok şükür ayaktayız Allah bize canımızı bağışladı diyerek devam ediyoruz. Benim inancıma göre deprem **Allah’tan geliyor** yer yerinden oynadı buna kimin gücü yeter ...”

**K5:** “**Allah’tan geldi dedik**, depremin olmasını engelleyecek gücümüz yok şükür ki yaşıyoruz ölmedik o yüzden yaşanacak olan yaşanıyor diyerek kabullendik, kendimizi rahatlattık.

**K6:** “**Doğa olayı** olarak görüyorum ben depremleri... Tamamen bilimsellik etkili, yer kabuğunun kırılması sonucu biz bu depremi yaşadık benim verdiğim anlam bu yönde.”

**K7:** “**Dünya yaşanıyor** artık, bu hareketlerin buna bağlı normal olduğunu düşünüyorum.”

**E1:** “...**Allah’tan geldiğine** inanarak kendimizi rahatlattık.”

**E2:** “...Yani bu bir **doğa olayı ve engellenemez**, hiçbir güç bunu engelleyemezdi, yer yüzü olayı olarak bakıyorum ben depreme. Sadece bizim elimizde olan yapıları sağlam yapmak başka da elimizden gelen bir şey yok. Bu şekilde bir anlam veriyorum depreme ben.”

**E4:** “Ben bu olayın **bilimsel boyutuna** inanıyorum, bana göre toprak kendini yenileyecek, 200-300 yılda bir olacak bu depremler, böyle düşünüyor ve anlamlandırıyorum.”

**E7:** “Küresel bir felaket bu, depremin bir **doğa olayı** olduğunu düşünüyorum. Dünya’nın hiçbir yerinde 9 saat arayla 2 farklı fay hattı kırılmamıştır bu yüzden bu olayı küresel bir felaket olarak nitelendiriyorum.

Katılımcıların, depremin yarattığı zorlu durumlarla baş edebilmede yaşadıkları bu olayı nasıl anlamlandırdıkları sorulmuş, alınan cevaplarda katılımcıların depremi anlamlandırırken hem dini hem bilimsel açıdan yaklaştıkları görülmüştür. Kadın katılımcılarda 1 kişi, erkek katılımcılarda 6 kişi depreme verdiği anlamı bilimsellikte açıklamış, kalan katılımcılar ise yaşadıkları deprem felaketine dini bakış açısıyla anlam bulduklarını ifade etmişlerdir.

#### **4.1.1.2. Pozitif bakış açısı**

Aile üyelerinin ‘pes etmeden deneyeceğiz’ ve ‘yapabiliriz’ düşünceleri cesaret duygusunu ön plâna çıkararak, aile üyelerinin hep birlikte sorunla baş edebilmesini

sağlar. Pozitif bakış açısı aile bireylerinde *umut* duygusunu harekete geçirir, zorlukların üstesinden gelme çabasını teşvik ettiği için tüm üyelerin yılmazlığına katkıda bulunur. Olumlu bir bakış açısı, zorluklarla baş etme çabalarını destekleyerek iyi oluşu teşvik eder, olumsuz durumlardan doğabilecek riskleri azaltabilir ve bireylere daha başarılı olabilmeye imkân sağlar (Walsh, 1998, 2016b). Katılımcılara depresyon sonrası aile olarak pozitif bakış açısına sahip olup olmadıklarının belirlenmesi amacıyla; “*Depresyonun yarattığı güçlüklerle aile olarak başa çıkabildiğinizi düşünüyor musunuz?*”, “*Bu süreçte aile olarak bakış açınız ne yöndeydi?*” soruları sorulmuş, konuya dair detaylı bilgiler alınmıştır. Pozitif bakış açısı alt kategorisine ilişkin bazı katılımcıların ifadelerine aşağıda yer verilmiştir:

**K3:** “...Evimize yerleşebilmemiz yaşantımızı yeniden inşa edebilmemiz bizim ayağa kalkmamızı sağladı. **Yılmadık, ayakta kaldık** bence. Her şeyin düzeleceğine inanarak geleceğe **umutla** bakmaya başladık.”

**K4:** “Zamanla **pozitif** döndük; daha inancıma bağlı oldum. Sabaha çıkacağımızın senedi yok dedik inancımıza yöneldik. Ailece birbirimize destek olarak bu günleri atlattık.”

**K6:** “... **gelecekte pek umutlu değilim** gün geçtikçe her şeyin kötüye gittiğini düşünüyorum. Aile sülale o kadar destek verdi ki bizim için her konuda yeni bir düzen kurdular ailem olmasa başa çıkamazdım.”

**E3:** “Korku çok vardı bizde tabii ama çok başlarda öyleydi, kapalı ortama, başka bir eve giremiyorduk, hala da tedirginiz ama Allah’a şükür ki dükkanımız duruyor da çalışarak işimizin başında kendimizi daha iyi hissediyoruz. **Başta gelmiş olana eyvallah deyip, gayretle ailece üstesinden geliyoruz.**”

**E5:** “Evet başa çıkabildik. En başlarda daha karamsarken alıştıkça daha iyimser olmaya başlıyorsunuz **insanın içindeki umut her şeye yetiyor.**”

**E6:** “Nefes aldığımız sürece **umudun var olduğunu** bilen bir aile olarak; bugünlerin de zor da olsa geçeceğini biliyoruz. Birbirimize umut aşılayarak yaşanacak güzel günlerin hayalini kurarak mutlu bir şekilde yaşıyoruz.”

Katılımcıların (n=15), 14’ü geleceğe yönelik umut duygusuna sahip olduğunu; 1 katılımcı ise (K6) geleceğe dair umutsuz olduğunu ifade etmiştir.

#### 4.1.1.3. Değerler ve maneviyat

Değerler ve maneviyat, ailenin yaşanan kriz durumları karşısında olgunlaşması, dini değerleri ve aile içi değerlerin yardımıyla yaşananların üstesinden gelmeye çabalamasını içerir. Aileler genellikle güç durumlar içindeyken kültür ve inançlarına bağlı olarak kendilerini iyi hissettirecek bir güç, rahatlığa sahip olma ve kendileri için bir rehberlik aramaktadırlar. Ayrıca aileler bu durumda iken, önceliklerini gözden geçirmek isteyebilir ve yeni öncelikler belirleyebilirler. Bunun sonunda aile üyeleri arasında birbirlerinin öneminin farkına varma durumu görülebilir. Aile, böylece birlikte davranarak olumsuzlukların üstesinden gelmeye ve daha anlamlı ilişkiler kurmaya yönelebilmektedir (Walsh, 1998, 2006, 2016b).

Katılımcılara değerler ve maneviyat alt kategorisine ilişkin; “*Ailenizin inançları ve manevi değerleri, bu zor dönemi aşmanıza yardımcı oldu mu?*” sorusu yöneltilmiş, konuya dair detaylı bilgiler alınmıştır.

Değerler ve maneviyat alt kategorisine ilişkin bazı katılımcıların verdiği ifadelere aşağıda yer verilmiştir:

**K2:** “Artık bizim için en önemli şey çocuklarımızın güvenliği...Depremden önce dert ettiğim şeyleri artık etmemeye başladım. Deprem ölüme her an yakın olduğumuzu hatırlattı ne paranın ne evin ne arabanın yani **maddiyatın hiçbir şeyin önemi kalmadı...** Önemli olan **ailemin sağ salim kurtulmasıydı.**”

**K3:** “Daha önce; evim olsun kiracılıktan kurutulayım, eşyalarımı değiştireyim derken şimdi evim olmasa da olur yeter ki ailem, çocuklarım sağlıklı olsun, eşimin canı sağ olsun dedim. Ben anladım ki **para, maddiyat değersiz; değerli olan can sağlığı.** Bir de memleketimizin ne kadar önemli olduğunu anladık...”

**K4:** “**Dünya malına çok meyletmemek gerektiğini anladık; en çok bunu anladık.** Birbirimize daha sıkı sarılmanın önemini anladık; daha çok zaman geçirmenin önemini ve bir arada her şeyin üstesinden gelebileceğimizi anladık.”

**K7:** “Hayatın kısa olduğunu hayatı daha **dolu dolu yaşamak** gerektiğini düşündük ve anladık.

**E1:** “Çocuklarımızla **daha çok zaman geçirmeye** başladık bunun daha önemli olduğunu anladık.”

**E4:** “Bu deprem ben de sevdiğini kaybetme korkusu oluşturdu, önceliğimiz hep ailemizdi daha da arttı bu düşünce...Biz depremden sonra **birbirimizin hayattaki önemini daha iyi kavradık** diyebilirim.”

**E6:** “Depremden sonra ailemizde yeni öncelikler belirledik ve bunları eşimle birlikte oturduk konuştuk. ...daha lüksten uzak, gösterişsiz, çocuklarımızın en az 2- 3 yıl içinde daha güvenli bir yapı içinde yaşamaları için ona göre **birikim yapmaya karar verdik...harcamalarımızı kısımaya karar verdik.**”

Katılımcılardan 10 kişi, Allah’a olan inançları sayesinde; 5’i ise aile bağılıkları ve çocuklarının varlığı sayesinde depremin yarattığı olumsuzlukların üstesinden gelebildiklerini söylemişlerdir. Katılımcılar deprem sonrası önceliklerinin değişmesiyle ilgili de yanıtlar vermişlerdir. Alınan cevaplarda; 10 katılımcı, en önemli önceliğinin aile birliği ve can sağlığı olduğunu; 5 katılımcı ise önceliklerinin değiştiğini, artık maddiyatı ikinci plâna aldıklarını ifade etmişlerdir.

#### **4.1.2.Yönetim Şekilleri Kategorisine İlişkin Bulgular**

Yapılan içerik analizinde, yönetim şekilleri kategorisine ait yakınlık-bağıllık, esneklik, sosyal destek ve ekonomik kolaylık alt kategorileri şeklinde kategorize edilmiştir. *Yakınlık- Bağlılık*, yönetim şekilleri kategorisine en yoğun katkıyı sunan alt kategori olmuştur.

Aşağıda sunulan tablo 4’de; yönetim şekilleri kategorisinin; esneklik, yakınlık-bağıllık, sosyal destek ve ekonomik kolaylık alt kategorilerine ilişkin doğrudan alıntıları kapsayacak şekilde bazı katılımcı ifadelerine yer verilmiştir.

**Tablo 4: Yönetim şekilleri kategorisine ilişkin bulguların içerik analizi**

Kategori 2. (Yönetim Şekilleri)	Alt Kategori	Veriler
	Esneklik	<p>“Komşularımın değişmesi, gittiğim hastaneye kadar değişmesi beni zorladı. Bu yeni yaşantımıza <b>uyum sağlayamadım</b>. Bu konuda eşimle ve oğlumla aynı fikirde değiliz onlar diyor ki bu evde daha rahatız ben diyorum ki eski evim illaki eski evim... Eşimle belki de aynı şeyleri düşünsek birbirimizi destekleyebilsek uyum sağlayabilirdim.” (K3)</p> <p>“Maddi yönden zorlandık ve bu günlerde birbirimize terapi gibi konuşmalar yapıyorduk, <b>destek oluyorduk</b> böylece üstesinden gelebiliyorduk....bizim ailede çocuklara destek vermek her zaman önde gelirdi şimdi de aynısını yaptık.” (K4)</p> <p>“Mesela ben depremden sonra yatarken tedirgin oluyorum bu durum beni huzursuz ediyor tabi, <b>eşim beni rahatlatmak için bir çözüm buldu</b>, artık düdükle yatıyoruz deprem olursa ben düdükle çalarım diyor eşim.” (K7)</p> <p>“Zorlandığımız zamanlar oldu. Bahsedeyim; mesela eşimle birlikte aynı işi yapıyoruz biz, depremden sonra herkesin evi yıkılmış, çalışan eleman bulunamıyorken, eşim vardı tek destek olan, yanımda oldu zor şartlara <b>uyum</b> sağladı ve biz yeniden işimizi kurduk...” (E1)</p> <p>“Evet maddi anlamda ve manevi olarak çok zorlandık; ama çalışarak ayakta kaldık, birbirimize <b>destek olarak</b> atlattırıyoruz.” (E3)</p>
	Yakınlık- Bağlılık	<p>“Çocuklar, ben ve eşim <b>daha da bağlandık</b> depremden sonra. Akrabalarım da daha sıkı fıkı olduk. Mesela; biz Konya'ya oğlumun evine sığınmaya gittik, kaynanam ve elimi de oğlumun evine götürdük. Deprem daha da birleştirici oldu bizim için.” (K2)</p> <p>“Aile içinde <b>daha da bağlandık</b>. Hep destek olup teselli ettik birbirimizi, eskiden tartışmalar olurdu şimdi her şey boşmuş can sağlığı önemliymiş deyip daha olumlu düşünüyoruz tartışmalar da daha az oluyor. (K5)</p> <p>“Eşimle daha fazla <b>yakınlığımız oldu bağlarımız gelişti</b>. Ev içinde hepimiz daha da yakınlaştık diyebilirim (K7)</p> <p>“Aile içi <b>bağlarımız şu anda eskiye göre daha iyi</b>. Birbirimizin kıymetini daha çok anladık çünkü hep yan yana dirsek dirseğe iş yerimiz için çabaladık bu bizim için bulunmaz bir nimetti (E1)</p> <p>“Depremden sonra <b>birbirimizin gözünün içine bakar olduk eşimle</b>. Çocuklarımız zaten evli ama onlarla da deprem sonrası o kadar çok bir arada kaldık ki daha da yakınlaştık daha da bağlandık sanki...” (E2)</p>
	Sosyal destek ve ekonomik kolaylık	<p>“Evet. Mesela, Konya'dayken <b>valilikten geldiler</b> bir ihtiyacımız olup olmadığını sordular. Mesela bir optik bana ücretsiz gözlük verdi. Eşimden berber tıraş ücretini almadı. Mahcup oldum ama insanlığın ölmediğini de görünce, insan insana zor durumda yardım ediyormuş demek dedim gurur duydum... (K2)</p> <p>“...bize yakınlarımız ev kurdular mesela, tekrar Malatya'ya döndük, şuanda burda da ev kirası için <b>devlet destek oluyor</b>; yoksa bu evde oturamazdık iyi ki destek oldular. Bizim rahatlamamız için <b>devletin bu kira desteği</b> ilaç gibi geldi.” (K5)</p> <p>“Az da olsa <b>çevremizden destek aldık</b>; beklemediğim kişiler bir baktım ki para yollamışlar. Depremden dolayı bu durumu yaşamak üzdü ama arkamda <b>destek görmek</b> çok mutlu etti beni.” (K6)</p> <p>“Mesela bizim dükkânı açık gören müşteriler, hâlâ aynı yerinizde misiniz diyerek yanıma uğrayıp, bizi çok duygulandırdılar. Hâlâ aynı sütçümüzün bize süt getirdiğini görmek bile <b>destek oldu bize</b>. Esnaf desteğini de çok gördük, daha güçlü hissettik böyle.” (E1)</p>

		<p>“Zorluk yaşadım; <b>babam ve ablalarım</b>dan destek aldım. Bi bakıyordum hesabıma amcam para atmış kaç ay bunu sürdürdü; paranın gelmesinden değil de karşıdakinin düşünmesinden daha mutlu oluyor insan...” (E3)</p> <p>“Zorluk yaşadık. Bir arkadaşım<sup>dan</sup> <b>maddi destek gördüm</b> baktım ki para yollamış, o da 99 depreminde aynı şeyleri yaşamış ne kadar zorluğunuz olduğunu tahmin edebiliyorum dedi. İlaç gibi geldi bize.” (E7)</p>
--	--	--

#### 4.1.2.1 Yakınlık- bağıllık

Yakınlık- Bağıllık, zorlayıcı durumlarla baş etmede etkili aile işleyişi için önemlidir. Ailelerin yaşadıkları zorlu olaylar sonrası birbirleri ile bağlantıları kesilebilir, bu durumdan aile bütünlüğü zarar görebilir. Karşılıklı destek, işbirliği içinde yaklaşım ve zor zamanların beraber üstesinden gelebilme bağıllık ile mümkündür. Bu kavram aile üyelerinin bireysel ihtiyaçlar ve farklılıklara saygı duyabilmesini de içerir (Walsh, 1998, 2007).

Katılımcılara, aile içi bağlarının yaşanan kriz durumundan etkilenip etkilenmediğini ve deprem sonrası aile içi ilişkilerini anlatmaları istenmiştir. Alınan detaylı cevaplar analiz edilmiştir.

Yakınlık- bağıllık alt kategorisine ilişkin bazı katılımcıların ifadelerine aşağıda yer verilmiştir:

**K2:** “Çocuklar, ben ve eşim **daha da bağlandık** depremden sonra. Akrabalarım<sup>la</sup> da daha sıkı fıkı olduk. Deprem daha da birleştirici oldu bizim için.”

**K3:** “**Daha stresli oldu ilişkimiz**, nasıl desem en ufak bir şeye daha fazla tepki veriyoruz kimse kimseyi çekemiyor. Güzel söz bile sanki ağır geliyor. Eskiden çok olay çıkmayan şeyden bir sürü olay çıkıyor agresifleştik sanki.”

**K5:** “Aile içinde **daha da bağlandık**. Hep destek olup teselli ettik birbirimizi, eskiden tartışmalar olurdu şimdi her şey boşmuş can sağlığı önemliymiş deyip daha olumlu düşünüyoruz tartışmalar da daha az oluyor.”

**K7:** “Eşimle daha fazla **yakınlığımız oldu bağlarımız gelişti**. Ev içinde hepimiz daha da yakınlaştık diyebilirim.”

**E1:** “Aile içi **bağlarımız şu anda eskiye göre daha iyi**. Birbirimizin kıymetini daha çok anladık çünkü hep yan yana dirsek dirseğe iş yerimiz için çabaladık bu bizim için bulunmaz bir nimetti.

**E2:** “Depremden sonra **birbirimizin gözünün içine bakar olduk** eşimle. Çocuklarımız zaten evli başka yerlerde ama onlarla da deprem sonrası o kadar çok bir arada kaldık ki daha da yakınlaştık daha da bağlandık sanki...”

Katılımcıların 1’i (K3), aile içi ilişkilerinin deprem öncesine göre daha kötü olduğunu, diğer 14’ü ise aile içi bağlarının deprem sonrası daha da arttığını ifade etmiştir.

#### **4.1.2.2. Esneklik**

Esneklik, güçlüklerle başa çıkmak için değişebilme, dönüşebilme anlamlarını içerir. Walsh (1998) ‘a göre ise; ailelerin önemli yaşam olayları karşısında daha önce bildikleri ve deneyimledikleri şekilde “normal” hayata dönemeyebileceklerini fakat devam edebilmek için de “yeni bir normal” inşa etmeleri gerektiği anlamına gelmektedir. Katılımcıların deprem sonrası esneklik durumunu ortaya çıkarmak için; “Deprem sonrası yeni yaşantınızın oluşma sürecinde, ailece zorlandığınız zamanlar oldu mu?” sorusu yöneltilmiş alınan detaylı cevaplar analiz edilmiştir.

Esneklik alt kategorisine ilişkin bazı katılımcıların ifadelerine aşağıda yer verilmiştir:

**K3:** “Komşularımın değişmesi, gittiğim hastaneye kadar değişmesi beni zorladı. Bu yeni yaşantımıza **uyum sağlayamadım**. Bu konuda eşimle ve oğlumla aynı fikirde değiliz onlar diyor ki bu evde daha rahatız ben diyorum ki eski evim illaki eski evim... Eşimle belki de aynı şeyleri düşünsek birbirimizi destekleyebilirsek uyum sağlayabilirdim.”

**K4:** “Maddi yönden zorlandık ve bu günlerde birbirimize terapi gibi konuşmalar yapıyorduk, **destek oluyorduk** böylece üstesinden gelebiliyorduk. Oğlumun işinin düzelmesinde eşim çok destek oldu mesela bizim ailede çocuklara destek vermek her zaman önde gelirdi şimdi de aynısını yaptık.”

**K7:** “Mesela ben depremde sonra yatarken tedirgin oluyorum bu durum beni huzursuz ediyor tabi, **eşim beni rahatlatmak için bir çözüm buldu**, artık düdükle yatıyoruz deprem olursa ben düdüğüm çalarım diyor eşim.”

*E1: "...mesela eşimle birlikte aynı işi yapıyoruz biz, depremden sonra herkesin evi yıkılmış, çalışan eleman bulunamıyorken, eşim vardı tek destek olan, yanımda oldu zor şartlara **uyum** sağladı ve biz yeniden işimizi kurduk..."*

*E3: "Evet maddi anlamda ve manevi olarak çok zorlandık; ama çalışarak ayakta kaldık, birbirimize **destek olarak** atlatıyoruz."*

*E7: "Evet zorlandığımız zamanlar çok oldu, **alışamadık** önceki hayatımız şimdikinden farklıydı. Yeni yeni alışıyoruz. Birbirimize destek olamıyoruz her zaman farklı düşüncelere sahibiz o yüzden gerekli yakınlığı sağlayamıyoruz."*

Katılımcılardan 2 kişi (E7 ve K3); deprem sonrasındaki süreçte zorlandıkları yaşantılarının olduğunu ve hala bu durumun üstesinden gelemediklerini ifade etmişlerdir. Diğer 13 katılımcı ise, karşılaştıkları zorlukların üstesinden gelebildiklerini ve yeni bir yaşantıya uyum sağlayabildiklerini ifade etmişlerdir.

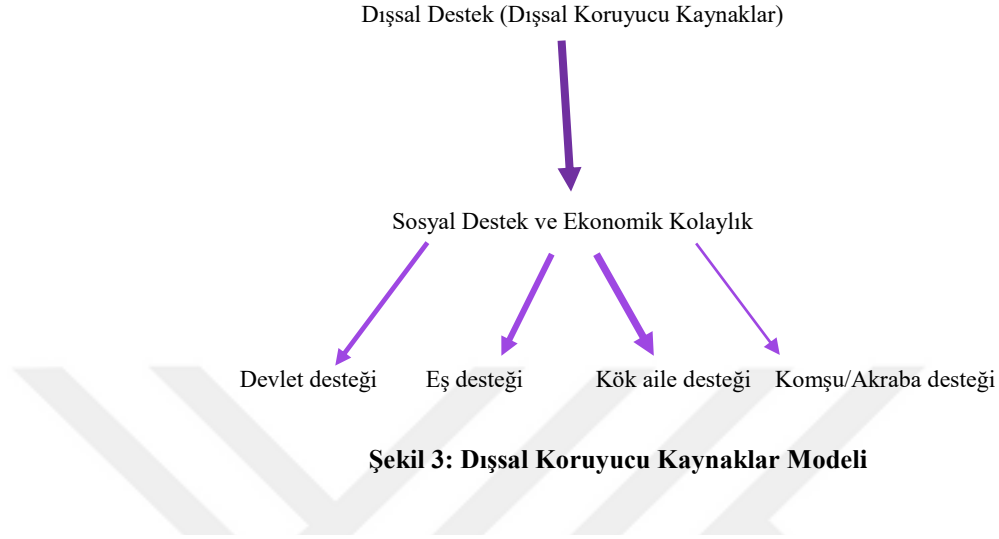
#### **4.1.2.3. Sosyal destek ve ekonomik kolaylık**

Zorlayıcı zamanlarda ailenin ekonomik açıdan güvencesinin olmaması, maddiyatın yokluğu birçok probleme yol açabilir. Bu zamanlarda, ailelerin duygusal anlamda da desteğe ihtiyacı vardır. Akrabalık bağlarının iyi olması, geniş akrabaların varlığı ve diğer sosyal ve topluluk kaynaklarının kullanması ailenin destek bulup kendini iyi hissetmesi açısından önemlidir. Devletin desteği, sosyal hizmetlere erişimin olması ve beklenmedik zamanlarda ortaya çıkan kriz gibi durumlarda, ailenin maddi anlamda kendini güven içinde hissetmesi gerekmektedir (Walsh, 1998).

Sosyal destek ve ekonomik kolaylık alt kategorisi aile yılmazlığını sağlayan dışsal koruyucu kaynakların içerisinde yer almaktadır. Aynı zamanda içsel koruyucu kaynaklara bağlı yönetim şekilleri kategorisinin de alt kategorisi olarak katkı sağlamaktadır. Şekil 1 de içsel ve dışsal destek teması içerisinde yer aldığı görülebilir.

Dışsal destek araştırmanın belirlenen iki temasından birini oluşturmaktadır. Bu temanın altında yer alan sosyal destek ve ekonomik kolaylık alt kategorisi, komşu/akraba desteği, devlet desteği, kök aile desteği ve eş desteği kodları şeklinde kategorize edilmiştir. Katkı yoğunluğu sırasıyla; kök aile desteği, eş desteği, devlet desteği ve komşu/akraba desteği şeklindedir.

Dışsal koruyucu kaynaklar teması içinde yer alan sosyal destek ve ekonomik kolaylık alt kategorisi ve buna bağlı oluşan kodlar aşağıda şekil 3’de gösterilmiştir (*Ok kalınlığı yoğunluğu göstermektedir*).



**Şekil 3: Dışsal Koruyucu Kaynaklar Modeli**

Şekil 3’te *Sosyal Destek ve Ekonomik Kolaylık* alt kategorisinin dışsal koruyucu kaynaklara yoğun katkı sunduğu görülmektedir. Sosyal destek ve ekonomik kolaylık alt kategorisine ilişkin bazı katılımcıların ifadelerine aşağıda yer verilmiştir.

#### 4.1.2.3.1. Devlet desteği

Katılımcılara deprem sonrası süreçte ekonomik anlamda zorluk yaşayıp yaşamadıkları sorulmuş alınan cevaplara göre zorluk yaşayanların maddi anlamda devlet desteği görüp görmediği sorusu yöneltilmiştir. Bu konuda bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

**K2:** “Aldık, devletten az hasarlı konut için ve deprem sigortası için bir miktar ücret aldık. Bununla da evimizin ufak hasarını karşılamış olduk en azından dara düşmemiş olduk.”

**K3:** “Tabi yaşadık. Bir yıl çalışmadık biz şu an iyiyiz. Çok şükür ki orta hasarlı evimize devlet 15 bin destek verdi o para bize ilaç gibi geldi. Biz İstanbul da kızıma gitmiştik belediyeden destek aldık sadece isim yazdırıp gidin dediler gerisini ne varsa hallettiler her şey gönderdiler çok ilgilendiler diyorsun ki ailem bile yoksa devlet var kim bana 15 bin yolladı devlet yolladı iyi ki devlet vardı.”

**K4:** “Evet ekme tekneimizi kaybettik, destek aldık. Yakın çevremizden hiçbir destek alamadık, **devletten dükkanımız için bazı maddi destekler geldi;** eksiklerimizi tamamlamak için ufak da olsa destek oldu.”

**K7:** “Hayır zorluk yaşamadık.”

**K8:** “Yaşadık evet ama **çok zorlanmadık.** İhtiyaçlarımızı karşılamak isteyen yakınlarımız oldu. “

**E2:** “**Zorlanmadık** evimiz yıkılmadı her şeyimiz yerindeydi; zaten emekli maaşlarımız da vardı üstesinden geldik. Zorlanmasak da biz oğlumuzun yanına sığındık demiştim ya orda onlar bize çok destek oldu maddi manevi...”

**E5:** “Destek almaya ihtiyaç duyacak kadar **ekonomik olarak zorlanmadım.**”

**E6:** “**Zorluk yaşamadım** kimseden de destek almadım.”

**E7:** “Zorluk yaşadık ama **devletten sadece kira desteği alabildik** tabi bu az da olsa rahatlatı. Bir arkadaşımın maddi destek gördüm baktım ki para yollamış, o da 99 depreminde aynı şeyleri yaşamış ne kadar zorluğunuz olduğunu tahmin edebiliyorum dedi. İlaç gibi geldi bize.”

Kadın katılımcıların 4’ü; erkek katılımcıların 3’ü destek almaya ihtiyaç duymadığını ve almadığını; diğer 8 katılımcı ise devlet desteği aldığını ve bunun kendilerine iyi geldiğini belirtmişlerdir.

#### 4.1.2.3.2. Eş desteği

Katılımcılara zor zamanlardan geçerken; “Depremin yarattığı olumsuz durumlarla başa çıkmada eşinizin desteğini alabildiniz mi?” sorusu yöneltilerek, devamında bu durumun (destek alıp/alamamanın) kendilerindeki etkileri sorulmuş alınan detaylı cevaplar kaydedilmiştir. Bu konuda bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

**K1:** “Evet eşimle **birbirimize çok destek olduk.** Moral veriyoruz kötü günler geçecek diyoruz. İnsana kuvvet güç oluyor birbirinin yanında olmak.”

K2: “Tabi ne demek, **bütün destek ondan**. Mesela deprem sırasında eşim hiç panik olmuyor bana bu çok iyi geliyor o varken sanki bana bir şey olmaz gibi geliyor çok rahatlatıyor beni.”

K5: “Onun tek söylediği şey çok şükür sen sağsın çocuklarım sağ diye **destek olmak oldu hep**. Moralim düzeliyor tabi bunu duyunca, ben bir de ilaç desteği alıyorum o da iyi hissetmeme etki ediyor sonuç olarak bakıyorum da aile desteği gerçekten çok önemliymiş olmasa böyle iyi olamazdık ki, özellikle de insanın eşi sırtında bir dağmış, iyice anladım bunu.”

K6: “**Alamadım** bende bu anlamda bir etkisi yok çünkü boşanma aşamasındayız.”

E1: “**Eşim her an yanımda en büyük destekçim**; güçlü hissettim birbirimizi teselli ederek hayata devam ettik.”

E2: “**Eşimin desteğini çok aldım** o olmasa ben bir şey yapamazdım; birlikte yaptık her şeyi, iyi ki varmış dedim çok destek olduk çok iyi hissettim.”

E6: “**Alabildim**. Eşimin süreçteki destekleri beni çok mutlu etti onu daha iyi tanımama vesile oldu iyi gün kötü gün kavramı var ya ona gerçekten neden evet dediğimi anladım, onun da bana aynı şekilde neden evet dediğini anladım.”

E7: “**Hiç alamadım**. Beni yıktı üzdü bu durum hiç böyle beklemiyordum eşimden. Eşimle daha sık tartışır oldum, bir şeye tahammülümüz kalmadı.”

Katılımcılardan 1 erkek (E7) ve 1 kadın (K6) katılımcı eş desteğini alamadığını; diğer 13 katılımcı ise eş desteğini alabildiğini ifade etmiştir.

#### 4.1.2.3.3. Kök aile desteği

Katılımcılara “Kök aile bağlarınız yaşanan kriz durumundan etkilendi mi?” (Depremi ardından kök aile ilişkilerinizde değişimler oldu mu?) sorusu yöneltilerek alınan detaylı cevaplar kaydedilmiştir. Bu konuda bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

K2: “**Daha birleştirici oldu bizim için**. Geride bırakabilirdik ama bırakmak istemedik. Kayınvalidem yaşlı, eltimin eşi yoktu onları korumak destek olmak amacıyla yanımızda

olmalarını istedik bu bizi daha iyi hissettirdi. Biz olmasaydık onlar ne yapacaklardı diye düşündük bizim aile bağımız hep böyle kuvvetlidir.”

K3: “Aile dediğin iyi günde kötü günde kenetlenir ben bunu kendi abimden göremedim. Mesela **kayınbabam** bana dedi ki evde bu oda senin burda senin bir yerin var rahat edin demesi sert bir yapısı olmasına rağmen böyle **kucak açması çok iyi geldi** çok moral verdi. Ben beklediğim insandan destek alamadım beklemediğimden aldım diyebilirim.”

K6:” Bağlıydık ama **daha bağlı olduk**. ...annemlerle konteynerde birlikte yaşıyoruz tabiki daha yakın bir ilişkimiz var her şeyi birlikte yapıyoruz, paylaşıyoruz.”

K7: “Kök ailemle daha fazla yakınlığımız oldu **bağlarımız gelişti**.”

E3: “**Daha birlik beraberlik oldu** annem-babamla, özellikle ablalarımle daha sık arar olduk birbirimizi bizi bağladı deprem iyice.”

E6: “Değişimler oldu. Kayınbabamı mesela daha iyi tanıdım ona karşı çok sıcak değildim ama depremden sonra göstermiş olduğu tavır onu **daha fazla sevmeme sebep oldu** çok fedakârca davrandı yanımızda oldu. Kayınvalidemin de aynı şekilde destekleri bizi daha yakınlaştırdı ona **sevgimi artırdı**. Kendi ailemle de her zamankinden daha yakın ilişki kurduk hatta 2-3 ay beraber yaşadık. İlişkilerimiz daha da yakınlaştı.”

Katılımcıların tamamı (n=15) kök aile desteği alabildiğini ifade etmiştir.

#### 4.1.2.3.4. Komşu/ akraba desteği

Katılımcılara “Deprem sonrası toparlanma sürecinizde; akraba, komşu ve sosyal topluluklardan duygusal destek alabildiniz mi? sorusu yöneltilerek alınan detaylı cevaplar kaydedilmiştir. Bu konuda bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

K2: “Mesela oğlumun evinde Konya’da kalırken komşuları bize yemek yapıp getiriyordu, ne kadar yok desek de yoktan anlamadılar **hep desteklerini sürdürdüler**. İnsanların yardımları hiç eksilmedi yok desek de bizi memnun etmeye çabaladılar hep.”

K4: “Yakın arkadaşımın biri buraya gelin bir zaman yanımızda kalın dedi mesela; benim babamın halasının torununa kadar bize gelin gidecek yeriniz yoksa burada kalın

*bile diyen oldu, **akrabalarım arkadaşlarım destek olmasa çok zorlanırdım.** Ailenizden birini kaybetmediniz diyerek destek olan teselli eden çok oldu.”*

*K5: “Tabiki aldık. Daha çok birbirimize bağlandık. Deprem **komşuları da akrabaları da birbirine daha çok bağladı.** Daha çok kapıları çalıyoruz nasılsın ne yapıyorsun diye. Bunlar hep duygusal anlamda iyi hissettiriyor bize güç veriyor.”*

*K7: “Herkes aynı şeyi yaşadığı için **konuşmadığımız komşuyla bile haberleştik** kıyametin provasıydı destek olduk hepimiz birbirimize.”*

*E4:” **Destek göremedik...benim değerlendirmem; herkes kendi derdine düştü.**”*

*E5: “Sohbet etmek, bir şeyleri paylaşmak bile insana psikolojik açıdan rahatlık veriyor. Bizim de etrafımızda derdimizi paylaşanlar oldu hep. Aynı olayı yaşayan kişilerle birlikte olmak **hem destek vermek hem destek almak hepimiz için çok rahatlatıcıydı.**”*

*E7: “**Alamadık aksine bizi ittiler.** Yardımlaşmadılar herkes kendini düşündü yani biz öyle algıladık çünkü dedim ya bir şey görmedik.”*

Katılımcıların ikisi (E4, E7) haricinde diğer 13’ü komşu/akraba desteği alabildiğini ifade etmiştir.

#### **4.1.3. Aile İçi İletişim Süreçleri Kategorisine İlişkin Bulgular**

Yapılan içerik analizinde, aile iletişim süreçleri kategorisi; açıklık, duyguları ifade etme, işbirlikçi problem çözme alt kategorilerine ayrılarak kategorize edilmiştir.

Aşağıda sunulan tablo 5’de; açıklık, duyguları ifade etme, işbirlikçi problem çözme alt kategorilerine ilişkin doğrudan alıntılarını kapsayacak şekilde bazı katılımcı ifadelerine yer verilmiştir.

**Tablo 5: Aile içi iletişim süreçleri kategorisine ilişkin bulguların içerik analizi**

Kategori 3. (Aile İçi İletişim Süreçleri)	Alt Kategori	Veriler
	Açıklık	<p>“Evet, tabi, biz hep <b>iyi iletişim kurarız</b>. Mesela eşim dışarı çıkacakken ben depremden dolayı korkuyorsam bunu <b>açıkça söylerim</b> eşim bunu dikkate alır çıkmaz. Ama biz hep böyleydik, hep birbirimize açtık. Böyle anlarda sevgim, saygım daha da artıyor... (K2)</p> <p>“Biz birbirimizle <b>her şeyi istişare ederiz</b> fikir alırız, <b>birbirimize açtık</b> demokrat bir ortam var aile içinde, depremden sonra da aynı şekilde devam etti bu.” (K7)</p> <p>“...Özellikle depremden sonraki süreçte birbirimizin ihtiyaçlarına daha çok odaklandık. Aramızda <b>ben daha açık bir iletişim</b> kurduğumu söyleyebilirim. Ben mesela kendi adıma beni rahatsız eden şeyleri söylemeyi ertelerken <b>depremden sonra daha erken ve açıklıkla hemen söyleyebiliyorum</b>. Çünkü daha yakınlaştık daha bağlandık bence. Eşim de eskiye kıyasla daha iyi ve düzgün bir iletişim kuruyor. Özellikle bana açıklıkla bir şeyleri söyleme konusunda <b>daha açık davranıyor.</b>” (K8)</p> <p>“Biz <b>her şeyi paylaşıyoruz</b> bizde öyle çekinme yok zaten öyle diye moral bulduk öyle diye ayakta kaldık; yoksa çok zoor.” (E1)</p> <p>“Evet. Babamdan kaynaklı bu. Her zaman derdi ki, bana <b>ne olursa olsun doğruyu söyle</b>, kötüyü de iyide de bilelim, sana destek olalım. Şimdi, ailemden gördüğümü eşime karşı da yapıyorum. ...ilişkilerimizi daha güçlü kılıyor.” (E3)</p> <p>“Sıfır yalan politikasıyla ilerliyoruz ailemizde, yalan yok <b>gizli saklı yok.... Neden açık olmayalım neden gizleyelim ki</b> bir şeyleri. Diğer türlü adı evlilik olmuyor, sadece evi paylaşmak oluyor, bizimki gibiyse yaşamı paylaşmak oluyor.” (E6)</p>
	Duyguları ifade etme	<p>“Biz normalde de birbirimize çok bağlıyız; hepimizin <b>birbirimizi takdir ettiği</b> de sevgiyle yaklaştığı da oluyor. Böyle anlarda içim içime sığmıyor tabi aile içinde de daha huzurlu olumlu bir ortam sıcak bir bağ oluşuyor.” (K6)</p> <p>“Ben oğluma <b>teşekkür ederim</b> bir şey yapınca ondan sonra bakarım ki oğlum bana daha çok yardımcı oluyor, olmak istiyor...eşimle de birbirimize karşı her zaman olmasa da birbirimize teşekkür ettiğimiz, <b>destek bulup iyi ki varsın</b> gibi cümleler kurmuşuzdur...” (K7)</p> <p>“Bazen ifade ederiz, bizde <b>daha çok sevgiye dair sözler söyleniyor</b> bu zamanlarda kendimi önemli ve değerli hissediyorum.” (K8)</p> <p>“<b>Hep ifade ederiz duygularımızı</b>, mesela ben oğlumun düğününde elime mikrofonu aldım, misafirlerimize hoş geldiniz diyerek, benim dünya güzeli bir gelinin olduğunu ve kendilerine de bunun nasip olmasını dilediğimi söyledim. Ev içinde de eşime aklıma geldikçe <b>iyi ki sizinle evlenmişim dediğim çok olur</b> mesela... (E2)</p> <p>“...ben kazandığının çoğunu eşime veririm, <b>eşim benim her şeyimdir</b> benim ev sahibi olmamı sağladı... Benim ona maddi desteğim sayesinde evimiz oldu işte orda eşim <b>benimle gurur duyduğunu söylemişti</b> mesela...” (E3)</p> <p>“Evet. Bence bir insanın emeğini takdir etmek çok önemli, mesela eşime, “şimdiye kadar yediğim en güzel yemek” derim her defasında, <b>herkes hislerini paylaşır bizde</b> hepimiz. Böyle olması da bizi daha yakınlaştırıyor, pozitif bir hava oluyor evde.” (E6)</p>

	İşbirlikçi problem çözme	<p>“Herhangi bir olumsuzluğa karşı maddi anlamda kendimizi güçlü tutalım dedik, bunun için nasıl bir yol izleyeceğimizi <b>birlikte tartuştık, plânladık</b>; artık daha tutumlu olmaya çalışıyoruz.” (K7)</p> <p>“Barınma sorununu daha çok yaşadığımız için boş bir arsamız olsa bir göz yer yapabilirsek bunu <b>düşündük plânladık</b> nasıl yaparız diye konuştuk. Eşyanın bir yük olduğunu gördük daha basit ve ihtiyacımızı gören kadar eşyanın olmasının önemli olduğu konusunda <b>uzlaştık.</b>” (K8)</p> <p>“Depremle bir kere daha karşılaşma ihtimaline karşı, diyoruz ki bir ev yapalım tek göz olsun ama en azından kendimizi güvende hissedeceğimiz bir yer olsun diyoruz, <b>herkes bir fikir verdi</b>, yani ne denir beyin fırtınası mıydı adı işte onu yapıyoruz. Bu bizim geleceğe dönük <b>ortak plânımız</b> diyebilirim.” (E1)</p> <p>“Bizim <b>her zaman hayatımızda plânlarımız vardır</b> mesela herhangi bir depreme karşı konaklayacak yer anlamında, maddi anlamda kendimizi risklere karşı korumak için hazırlık yapıyoruz. Tamamen plansız yaşamadık hiç, bu bizim ne yapacağımızı bilmemize aksilikler karşısında daha savunmacı olmamıza yardım ediyor. Hem de <b>fikir birliğinin</b> verdiği bir karşılıklı güven hissi oluyor.” (E5)</p>
--	--------------------------	---

#### 4.1.3.1. Açıklık

Yaşanan zorlu olaylar sonrası aile üyeleri arasındaki bağlantı kolaylıkla kesilebilir. Kimi ailelerde üyelerin bazıları acı veren olayı tedirginlik yaratmamak adına gizleyebilir. Oysa acı veren bir olayın yarattığı endişe durumu ya da kötü hisler, bu gerçeğin aile üyeleri tarafından ortak kabulü ile iyileşmeyi teşvik eder. Gizli tutulduğunda uyumu geciktirebilir, inkâra yol açarak var olan gerçeğin kabullenilememesine yol açar (Walsh, 2016b).

Açıklık alt kategorisine ilişkin bazı katılımcıların ifadelerine aşağıda yer verilmiştir:

**K2:** “Evet, tabi, biz hep **iyi iletişim kurarız**. Mesela eşim dışarı çıkacakken ben depremden dolayı korkuyorsam bunu **açıkça söylerim** eşim bunu dikkate alır çıkmaz. Ama biz hep böyleydik, hep birbirimize açtık. Böyle anlarda sevgim, saygım daha da artıyor...”

**K4:** “**Her konuda değil tabiki**; genelde çok şükür ki konuşur ederiz. Yani her şeyi **çok açık konuşamayız**. İletişim konusunda biraz mesafeliyiz diyebilirim.”

**K6:** “Eşimle problemlerimiz olduğu için genelde **iletişimimiz sıkıntılıdır**, aramızda her şey açık ve doğru anlaşılabilir şekilde konuşulmaz, kızımız var 3 yaşında onun için daha çok iletişim kuruyoruz ama bu da asgari düzeyde oluyor. Eş olarak birbirimize yönelik yakın bir iletişimimiz yok.”

**K7:** “Biz birbirimizle **her şeyi istişare ederiz** fikir alırız, **birbirimize açığız** demokrat bir ortam var aile içinde, depremden sonra da aynı şekilde devam etti bu.”

**K8:** “Aramızda **ben daha açık bir iletişim** kurduğumu söyleyebilirim. Ben mesela kendi adıma beni rahatsız eden şeyleri söylemeyi ertelerken **depremden sonra daha erken ve açıklıkla hemen söyleyebiliyorum**. Çünkü daha yakınlaştık daha bağlandık bence. Eşim de eskiye kıyasla daha iyi ve düzgün bir iletişim kuruyor. Özellikle bana bir şeyleri söyleme konusunda **daha açık davranıyor.**”

**E1:** “Biz **her şeyi paylaşıyoruz** bizde öyle çekinme yok zaten öyle diye moral bulduk öyle diye ayakta kaldık; yoksa çok zor.”

**E3:** “Evet. Babamdan kaynaklı bu. Her zaman derdi ki, bana **ne olursa olsun doğruyu söyle**, kötüyü de iyide de bilelim, sana destek olalım. Şimdi, ailemden gördüğümü eşime karşı da yapıyorum. ...ilişkilerimizi daha güçlü kılıyor.”

**E6:** “Sıfır yalan politikasıyla ilerliyoruz ailemizde, yalan yok **gizli saklı yok.... Neden açık olmayalım neden gizleyelim ki bir şeyleri**. Diğer türlü adı evlilik olmuyor, sadece evi paylaşmak oluyor, bizimki gibiyse yaşamı paylaşmak oluyor.”

**E7:** “**İletişimimiz çok iyi değil**. Ben daha iyi olabilmesini ümit ettim ama deprem bizi daha uzaklaştırdı sanki.”

Katılımcılardan 3’ü (K4, K6, E7) eşiyile yeterince açık iletişim kuramadığını, diğer 12 katılımcı ise; açık iletişim kurmakta sıkıntı yaşamadıklarını ifade etmiştir.

#### **4.1.3.2.Duyguları ifade etme**

Aile bireyleri yaşanan zorlu olaylarda ve sonrasında bu durumun üstesinden gelebilmek için, açık iletişim kurabilmelidir. Aile içinde karşılıklı güven ortamı, birbirini yargılamadan anlayabilme, farklı durumlara saygı gösterebilme hakimsa bireyler iletişimde açık olmayı tercih ederler. Aile yaşamında karşılaşılan zorlu olaylar ve sorunlar olduğunda yılmazlık için bireyler arası olumlu ve destekleyici etkileşim olmazsa olmazdır. Sevginin açık ifadesi, gurur duyabilme ve bunu iletme, takdir etme ve minnettarlık gibi ifadeler aile bağlarını güçlendirir. Eğlence veren zevkli aktivitelerin

paylaşılması ve bunun için özel zaman yaratılması, aile üyelerinin yaşamına canlılık katar. (Walsh, 1998, 2006, 2016b).

Duyguları ifade etme alt kategorisine ilişkin bazı katılımcıların ifadelerine aşağıda yer verilmiştir:

**K6:** “Biz normalde de birbirimize çok bağlıyız; hepimizin **birbirimizi takdir ettiği** de sevgiyle yaklaştığı da oluyor. Böyle anlarda içim içime sığmıyor tabii aile içinde de daha huzurlu olumlu bir ortam sıcak bir bağ oluşuyor.”

**K7:** “Ben oğluma **teşekkür ederim** bir şey yapınca ondan sonra bakarım ki oğlum bana daha çok yardımcı oluyor, olmak istiyor...eşimle de birbirimize karşı her zaman olmasa da birbirimize teşekkür ettiğimiz, **destek bulup iyi ki varsın** gibi cümleler kurmuşuzdur...”

**K8:** “Bazen ifade ederiz, bizde **daha çok sevgiye dair sözler söyleniyor** bu zamanlarda kendimi önemli ve değerli hissediyorum.”

**E2:** “**Hep ifade ederiz duygularımızı**, mesela ben oğlumun düğününde elime mikrofonu aldım, misafirlerimize hoş geldiniz diyerek, benim dünya güzeli bir gelinimin olduğunu ve kendilerine de bunun nasip olmasını dilediğimi söyledim. Ev içinde de eşime aklıma geldikçe **iyi ki seninle evlenmişim dediğim çok olur** mesela...”

**E3:** “...ben kazandığının çoğunu eşime veririm, **eşim benim her şeyimdir** benim ev sahibi olmamı sağladı... Benim ona maddi desteğim sayesinde evimiz oldu işte orda eşim **benimle gurur duyduğunu söylemişti** mesela...”

**E6:** “Evet. Bence bir insanın emeğini takdir etmek çok önemli, mesela eşime, “şimdiye kadar yediğim en güzel yemek” derim her defasında, **herkes hislerini paylaşır** bizde hepimiz. Böyle olması da bizi daha yakınlaştırıyor, pozitif bir hava oluyor evde.”

Katılımcılara aile içinde; takdir etme, sevgi, gurur ve minnettarlık gibi hislerin ifade edilip edilmediği sorulmuş alınan cevaplarda 2 kişi bu ifadelere aile içinde yer verilmediğini (K3 ve E7), diğer 13 katılımcı ise bu ifadelerin aile içinde sık veya az da olsa kullanıldığını belirtmişlerdir.

#### 4.1.3.3. İşbirlikçi problem çözme

Aile içinde birlikte karar verebilme ve çatışmaları beraber yönetebilme olası zorlukların üstesinden gelebilmeyi sağlamak adına önemlidir. Aile üyeleri içinde yaratıcı beyin fırtınası, zorlukların üstesinden gelebilmede yeni olanaklar meydana getirmektedir. Aynı zamanda gelecekteki zorlukların aşılabılmesinde aile üyeleri için bu yaklaşım önemlidir. Aileler yaşadıkları zorlu olayların ardından olumsuzlukları önlemek adına olası sorunlara hazırlıklı olmalı ve yoldaki beklenmedik darbelere karşı toparlanabilmelidir. (Walsh, 2006, 2016b). Katılımcılara bu alt kategori çerçevesinde; “Deprem sonrasındaki yaşantınızda, aile olarak karşılaşılabileceğiniz herhangi bir zorluğa karşı hazırlıklı olmak adına, geleceğe yönelik bir plânınız/ düşünceniz var mı?” sorusu yöneltilmiştir. Bu konuda bazı katılımcı ifadeleri şu şekildedir:

**K2:** “Mesela depreme karşı hazırlıklı olmak adına köye ev yaptırmayı düşünüyoruz. Bununla ilgili daha çok oğlumla ben **kafa yorarak planlar yapıyoruz...**”

**K4:** “Hiçbir şey yok, **düşüncemiz olmadı.**”

**K7:** “Herhangi bir olumsuzluğa karşı maddi anlamda kendimizi güçlü tutalım dedik, bunun için nasıl bir yol izleyeceğimizi **birlikte tartıştık, plânladık**; artık daha tutumlu olmaya çalışıyoruz.”

**K8:** “Barınma sorununu daha çok yaşadığımız için boş bir arsamız olsa bir göz yer yapabilesek bunu **düşündük plânladık** nasıl yaparız diye konuştuk. Eşyanın bir yük olduğunu gördük daha basit ve ihtiyacımızı gören kadar eşyanın olmasının önemli olduğu konusunda **uzlaştık.**”

**E1:** “Depremle bir kere daha karşılaşma ihtimaline karşı, diyoruz ki bir ev yapalım tek göz olsun ama en azından kendimizi güvende hissedeceğimiz bir yer olsun diyoruz, **herkes bir fikir verdi**, yani ne denir beyin fırtınası mıydı adı işte onu yapıyoruz. Bu bizim geleceğe dönük **ortak plânımız** diyebilirim.”

**E4:** “Plansız bir **düşüncemiz yok.**”

**E5:** “Bizim **her zaman hayatımızda plânlarımız vardır** mesela herhangi bir depreme karşı konaklayacak yer anlamında, maddi anlamda kendimizi risklere karşı korumak için

*hazırlık yapıyoruz. Tamamen plansız yaşamadık hiç, bu bizim ne yapacağımızı bilmemize aksilikler karşısında daha savunmacı olmamıza yardım ediyor. Hem de **fikir birliğinin** verdiği bir karşılıklı güven hissi oluyor.”*

**E7:** “Bir **düşüncemiz olmadı** çok yakın olmadığımız için belki de bunu konuşma ihtiyacı hissetmedik.”

Katılımcılardan 2 kadın, 2 erkek birey (K1, K4, E4, E7) aile içinde geleceğe dönük bir plânları/iş birlikleri olmadığını; diğer 11 kişi ise, geleceğe dönük plânlarının olduğunu, herhangi bir zorluğa karşı hazırlıklı olduklarını belirtmişlerdir.



## BÖLÜM V

### TARTIŞMA

Bu araştırma; 6 Şubat 2023 tarihinde meydana gelen depremin ardından evli bireylerin aile yapılarında gösterdikleri dayanıklılık ve direnci (aile yılmazlığını) derinlemesine incelemeyi amaçlamıştır. Bu amaç doğrultusunda, evli bireylerin deprem sonrası aile içi iletişimleri, duygusal ve psikolojik tepkileri, sosyal ve ekonomik destek mekanizmaları, Walsh (1996) Aile Yılmazlık Modeli kapsamında derinlemesine ele alınmıştır.

Bu araştırmayla şu sonuçlara ulaşılmıştır: Walsh (1996) Aile Yılmazlık Modeli içerisinde yer alan; aile inanç sistemleri, aile yönetim şekilleri ve aile içi iletişim süreçleri, katılımcıların aile yılmazlığına katkı sağlamıştır.

Yapılan içerik analizinde, aile inanç sistemleri, içsel koruyucu kaynaklara en yoğun katkıyı sunmuştur. Katılımcı ifadelerinin yoğunluk sırası ile yönetim şekilleri ve aile içi iletişim süreçleri kategorilerinin de içsel koruyucu kaynaklara katkı sunduğu anlaşılmıştır. Aile inanç sistemleri içinde, **“Maneviyat/değerler “, içsel koruyucu kaynaklara en yoğun katkıyı sunan alt kategori olmuştur.** İspir (2022) ‘in çalışmasında da, araştırmaya en yoğun katkı sunan koruyucu kaynak aile inanç sistemleri içinde yer alan *“maneviyat”* olmuştur. İspir (2022) ‘in *“Covid-19 Salgın Sürecinde Engelli Bireye Sahip Ailelerin Aile Yılmazlık Kaynaklarının İncelenmesi”* adlı tez çalışmasında engelli bireye sahip ailelerin zorlayıcı bir yaşam olayı olan Covid’e ilişkin dini anlamlandırmaları olduğu bulgulanmıştır. Maneviyat, ailelerin zorlu yaşam olaylarında veya karşılaştıkları stres verici durumlarda bu olayların üstesinden gelmesini ve ailenin birlik içinde hareket etmesini sağlamaktadır (Defrain, 1999). **Bu çalışmada ailelerin maneviyatında dini inançların etkisinin yoğun olduğu görülmüştür.** Katılımcılar, dini inançlarından dolayı yaşadıkları deprem felaketini daha kolay kabullendiklerini ve depremin Allah’tan geldiğine inandıklarını ifade etmişlerdir. Bu konuda; *K4: “Tefekkür ediyoruz başka yapacak bir şey yok, hayat devam ediyor çok şükür ayaktayız Allah bize canımızı bağışladı diyerek devam ediyoruz. Benim inancıma göre deprem Allah’tan geliyor, yer yerinden oynadı buna kimin gücü yeter ...”* ve *K5: “Allah’tan geldi dedik, depremin olmasını engelleyecek gücümüz yok şükür ki yaşıyoruz ölmedik o yüzden yaşanacak olan yaşanıyor diyerek kabullendik, kendimizi rahatlattık.”* Açıklamalarında bulunmuşlardır. Katılımcıların dini inançları, depremin

yarattığı olumsuzlukları kabullenmelerine katkı sağlamaktadır. Ailelerin yaşadığı risk durumu karşısında maneviyat faktörünün koruyucu faktör olarak ön plâna çıkması dinin etkisinin yoğun olarak hissedildiğini göstermektedir. İkizer (2014)'in Van depremini deneyimlemiş bireylerle yaptığı nitel ve nicel çalışma bulgularında da depremi yaşayanların yılmazlık kaynakları incelenmiş, özellikle nitel aşamada dinsel ve dini başa çıkma, yılmazlık için önemli bir kolaylaştırıcı kaynak olarak ortaya çıkmıştır. Kitko (2001), bireylerin hayatlarında meydana gelen inişli çıkışlı dönemlerde ilahi bir güce inanmalarının, bu dönemleri atlama konusunda bireylere yardımcı olduğunu ifade etmiştir. Elde edilen bulgular, dini inancın depremi deneyimleyen bireylerin psikolojik sağlığı ve afet sonrası uyumu için koruyucu özellikte olduğunu, dolayısıyla da kişilerin yılmazlığını artırdığını göstermiştir. Bu durum yüzyılın depremi olarak nitelendirilen 6 Şubat 2023 depreminin aileler için daha kolay kabul edilebilir, anlaşılır bir yanının olmasını sağlamıştır. Covid-19 salgını da bir doğal afet kabul edildiğinden bu konuyla ilgili yapılmış bir çalışmadan bahsedilmesi uygun olacaktır. Kalgı (2021), "Covid-19 Salgınına Yakalanan Kişilerde Dindarlık ve Dinî Başa Çıkma" adlı çalışmasında 24 kişiyle görüşmüştür. Elde ettiği sonuçlara göre, bireylerin, salgının ortaya çıkardığı psikolojik problemlerle başa çıkabilmeleri için daha çok dine yöneldikleri sonucuna ulaşmıştır. Aile içerisinde dinin öne çıkan bir etken olduğu, aile maneviyatı ile ilgili yapılan meta-analiz çalışmalarında da elde edilmiştir. Ailelerin dinle ilişkisinin incelendiği çalışmalardan elde edilen sonuçlarda, ailelerin %95'inin dinle yakın ilişki içinde olduğu belirtilmiştir (Mahaney, Pargament, Tarokeshwar&Swank, 2001). Bhana ve Bachoo 2011 yılındaki çalışmasında sahip olunan değer ve inanç sistemlerinin; bireysel yılmazlık ve aile yılmazlığını etkilediğine ulaşmıştır. Benzies ve Mychasiuk (2009)'de bireysel yılmazlık ve aile yılmazlığını değerler, maneviyat-inanç yapısı, özgüven, etkili başa çıkabilme becerileri gibi değişkenlerin etkilediğini belirtmiştir.

Araştırmaya katkı sunan bir diğer koruyucu kaynak ise *olumsuzluğa anlam vermedir*. Aile inanç sistemleri içinde yer alan olumsuzluğa anlam verme; sıkıntılı durumlarla baş edebilme, zorlayıcı yaşantıların verdiği olumsuzluk durumlarını olumluya dönüştürme, iyileşme gibi ortak ve birleştirici değerleri içermektedir (Walsh, 2002). Bu araştırmada "*olumsuzluğa anlam verme*" katılımcıların aile yılmazlıklarına yoğun bir şekilde katkı sunmuştur. Katılımcıların; "Yaşadığınız deprem felaketini nasıl anlamlandırıyorsunuz?" sorusuna verdikleri cevaplarda; kadın katılımcıların tamamı (n=8); erkek katılımcılardan (n=7) 1 kişi; depreme dini açıdan açıklamalar getirmişlerdir. Örneğin; *E1: "...Allahtan geldiğine inanarak kendimizi rahatlattık."* İfadesinde

*bulunmuştur.* E1 adlı katılımcının ifadesinden anlaşıldığı üzere, dini anlamlandırmada bulunma, kendini rahatlatmasını sağlamıştır, kişiye iyi gelmiştir, denilebilir. Bu bulguyu destekleyen bir çalışma; Aydın ve Aytaç (2023) tarafından, “Depremi Dezavantajlı Gruplardan Biri Olan Depremzede Kadınlar Üzerindeki Psiko-Sosyal Etkisi: Nitel Bir Araştırma” adıyla yapılmıştır. Araştırmada depremi deneyimleyen kadın katılımcıların görüşlerine başvurulmuş ve sonuç olarak, depreme dini açıdan anlamlandırmalarda buldukları, kaderlerinde var olduğu ve alın yazılarına yazılmış olduğuna yönelik dini inançlarının yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda bu çalışmada maneviyat, bireylerin olumsuzluğu anlamlandırmalarında da öne çıkmıştır. Aile yılmazlığında tüm faktörler karşılıklı etkileşimli ve sinerjiktir (Walsh, 2006). Buradan hareketle; olumsuzluğa anlam verme ve maneviyat alt kategorilerinin birbirini etkileyen ve tamamlayan bir yapıda olduğu söylenebilir. Katılımcıların dini anlamlandırmalarda bulunmaları bulgusunu destekleyen bir çalışma; 17 Ağustos 1999 depreminden sonra gerçekleşen ve deprem bölgelerinde yüz yüze görüşmeler şeklinde yürütülen Köse ve Küçükcan’a ait “Deprem ve Din” adlı çalışmadır. Çalışmada doğal afetlerin algılanış biçimi ile dinî inançların algı biçimleri üzerine etkileri, dinî inanış, tutum ve davranışların felaketin neden olduğu acı ve kayıplarla başa çıkmadaki rolü incelenmiştir. Buna göre dinî inanç, ibadet ve ritüeller felaketzedeler için bir güç ve teselli kaynağı olmuştur. Bir başka çalışma ise; Duman (2016) tarafından, 2011’de Van depremini deneyimlemiş bireylerin, ibadetlerinde ve dinî yaşantılarında nasıl bir değişimin meydana geldiği ile ilgili bir çalışma yapılmıştır. Araştırmanın sonucuna göre, depremi yaşamış bireylerin dini inanç ve ibadetlerinde depremden önceki döneme göre, %10’a varan bir artış yaşandığı bulgusuna ulaşılmıştır (Duman, 2016). Gülmez (2008) ‘in “*Deprem Tecrübesi Yaşayan Bireylerde Dinsel Anlamlandırma Biçimleri ve Tutumlar*” adlı yüksek lisans tez çalışmasında ise; 17 Ağustos depremini deneyimleyen bireylerin büyük çoğunluğu, üzerinden 8 yıl geçmesine rağmen depremin meydana gelişindeki güç ve depremin kaynağı konusunu, dinî kavramlarla açıklamışlardır. Elde edilen sonuçlardan biri de, dinî inanç ve ibadetlerin felaketlere katlanma açısından olumlu katkı sağladığı olmuştur. Dini anlamlandırmanın yoğun olarak ortaya çıktığı bir çalışma da; Kalgı (2021)’nın, “Covid-19 Salgınına Yakalanan Kişilerde Dindarlık ve Dinî Başa Çıkma” adlı çalışmasıdır. Kalgı, 24 katılımcı ile yürüttüğü çalışmada, bireylerin salgını nasıl anlamlandırdığıyla ilgili bulgular elde etmiştir. Elde edilen bulguya göre; bireyler kriz dönemi olarak görülen salgın dönemine birçok açıdan anlam yüklenmişlerdir. Ancak, anlamlandırmalar daha

çok dinî kavramlar üzerinden yapılmış ve dinî bağlam üzerinden temellendirilmiştir (Kalgı, 2021).

Bu araştırmada ve ilgili diğer araştırmalardan da elde edilen bulgulara göre; bireylerin olumsuzluğu anlamlandırmalarında maneviyatın ön plânda olması; depresi yaşamış bireylerde, felaketin neden olduğu acı ve kayıplarla başa çıkmada manevi açıdan anlamlandırmanın önemli rolünün olduğunu göstermiştir. Pozitif gelişim gösteren aileler, yaşadıkları olumsuzluklara rağmen buna ilişkin olumlu anlamlandırmalarda bulunmaktadır. Bireylerin yaşadıkları zorlu olaylarda olumsuz durumlara olumlu anlamlandırmalarda bulunmaları, kriz durumunu daha yönetilebilir olarak görmelerini sağlar (Kaygas, 2022). Araştırmada, katılımcıların, depreme ilişkin olumlu anlamlandırmalarda bulunmaları, yaşadıkları olayı daha kolay kabullenebilmelerine katkıda bulunmuştur. Benzer şekilde, bu düşünceyi destekleyen, Aydoğan ve Özbay (2013)'ın "Aile Yılmazlığı: Bir Engele Rağmen Güçlenen Aile" adlı çalışmalarında da, engelli çocuğa sahip olan anne- babaların yaşadıkları zorluğa ilişkin olumlu anlamlandırmalarda buldukları görülmüştür. Bu durum araştırmacılar tarafından, ailelerin yaşadıkları olumsuz durumları kendi güçlerine odaklanarak olumluya dönüştürmeye çalıştıklarının göstergesi olarak değerlendirilmiştir. Önemli görülen bir bulgu da kadın ve erkeklerin olumsuzluğa verilen anlam açısından birbirilerinden oldukça farklı yaklaşım içinde olmalarıdır. Yukarıda belirtildiği gibi kadın katılımcıların neredeyse tamamı (8 katılımcıdan 1'i hariç) depreme dair dini anlamlandırmalarda bulunurken; 7 erkek katılımcının neredeyse tamamı (6 kişi) depremi bilimsel bakış açısıyla anlamlandırmışlardır. Bu farklılığın neden kaynaklanmış olabileceğiyle ilgili düşünülen, katılımcıların dili kullanma biçimleri açısından genel bir farklılık gösterdiğinin dikkati çekmesidir. Gündelik yaşamda kullanılan dil, dini içerikli söylemlerden oluşuyorsa, kişi yaşamış olduğu beklenmedik olayı (deprem vb.) açıklarken de ifadelerinde dinsel öğeleri ön plâna çıkarabilir (Spilka vd., 1985, 9-10). Bu araştırmada da kadınların dili kullanma biçimlerine dikkat edildiğinde, verilen tüm cevaplarda dinsel öğelerin baskın olduğu görülmüştür. Bu durum katılımcının din ile iç içe bir hayatı olmasıyla yorumlanabilir. Nitekim görüşmelerde, kadın katılımcıların geneli için bu izlenime sahip olunmuştur. Bu açıdan değerlendirildiğinde, anlamlandırmaların farklılık göstermesinde gündelik dilin etkisinin olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmada içsel koruyucu kaynak olan "**pozitif bakış açısı**" da katılımcıların aile yılmazlıklarına yoğun bir şekilde katkı sunmuştur. Pozitif bakış açısı zorluklarla başa

çıkacağına dair güven, mümkün olabileceğini bilmek, iyimser bakabilmek, girişimci olmak, umut, güven ve değiştirilemeyecek olanı kabul etmeyi içerir (Walsh, 2002).

Katılımcıların deprem sonrası geleceğe bakış açılarının anlaşılması adına alınan cevaplarda; 14 katılımcının geleceğe yönelik umut duygusuna sahip olduğu; 1 katılımcının ise (K6) geleceğe dair umutsuz olduğu anlaşılmıştır. Örneğin, **K3**: “...Evimize yerleşebilmemiz yaşantımızı yeniden inşa edebilmemiz bizim ayağa kalkmamızı sağladı. **Yılmadık, ayakta kaldık** bence. Her şeyin düzeleceğine inanarak geleceğe **umutla** bakmaya başladık.” ve **E6**: “Nefes aldığımız sürece **umudun var olduğunu** bilen bir aile olarak; bugünlerin de zor da olsa geçeceğini biliyoruz. Birbirimize umut aşılayarak yaşanacak güzel günlerin hayalini kurarak mutlu bir şekilde yaşıyoruz.” İfadeleri, deprem gibi zorlu bir yaşantı karşısında bile insanın içindeki *umudun* onun ayakta kalabilmesi için ne denli önemli olduğunu göstermektedir. Kararın (2007), deprem deneyimi bulunan bireylerin yılmazlığına etki eden kişilik özelliklerini incelediği araştırmasında, umut duygusu taşıyan bireylerin daha fazla olumlu duyguya sahip oldukları bu nedenle daha yılmaz oldukları neticesine ulaşmıştır. İyimser olan kişilerin ise, yaşam doyumlarının daha iyi seviyede olması sebebiyle yılmazlıklarının yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. İyimserlik ve umudun yılmazlığa olan katkısı bu çalışmada da katılımcı ifadelerinden anlaşılmaktadır. Kumpfer (1999) çalışmasında, yılmaz bireylerin kişilik özelliklerini inceleyerek, bu özelliğe sahip olan bireylerin geleceğe dönük daha umutlu oldukları sonucunu elde etmiştir. Olumlu bir bakış açısı, zorluklarla baş etme çabalarını destekleyerek iyi oluşu teşvik eder, olumsuz durumlardan doğabilecek riskleri azaltabilir ve ailelere daha başarılı olabilmeye imkân sağlar (Walsh, 1998, 2016b).

Yönetim şekilleri kategorisinin de içsel koruyucu kaynaklara katkı sunduğu anlaşılmıştır. Bu kategoride en yoğun katkıyı yakınlık- bağlılık alt kategorisi sunmuştur. *Yakınlık- bağlılık*; zorlayıcı durumlarla baş etmede etkili aile işleyişi için önemlidir. Aileler yaşadıkları zorlu olaylar sonrası birbirleri ile bağlantıyı koparabilir ve bu durumdan aile bütünlüğü zarar görebilir. Karşılıklı destek, işbirliği içinde yaklaşım ve zor zamanların beraber üstesinden gelebilme bağlılık ile mümkündür (Walsh, 1998, 2007). Katılımcılara, aile içi bağlarının yaşanan kriz durumundan etkilenip etkilenmediğini ve deprem sonrası aile içi ilişkileri sorulmuştur. Katılımcıların neredeyse tamamı (n=14), deprem sonrası aile içi bağlarının daha da arttığını bildirmişlerdir. Örneğin, **K7**: “Eşimle daha fazla yakınlığımız oldu bağlarımız gelişti. Ev içinde hepimiz daha da yakınlaştık diyebilirim.” İfadesinde bulunmuştur. Diğer bir katılımcı **E2**: “Depremden sonra

*birbirimizin gözünün içine bakar olduk eşimle. Çocuklarımız zaten evli başka yerlerde ama onlarla da deprem sonrası o kadar çok bir arada kaldık ki daha da yakınlaştık daha da bağlandık sanki...*” ifadelerinden aile bağlarının daha da güçlendiği anlaşılmaktadır. Patterson (2002)’a göre; aileyi koruyan süreçlerin başında aile bireylerinin bağlılığı gelmektedir. Katılımcıların deprem sonrası aile içi yakınlık ve bağlılıkları artmıştır. Bu durumun olumsuzlukların üstesinden gelmeleri ve pozitif gelişim göstermeleri açısından önemli olduğu görülmektedir.

Yönetim şekilleri kategorisinin altında yer alan “*Esneklik*” araştırma sonucunda elde edilen önemli bulgulardan biri olmuştur. Aile içinde esneklik; önemli yaşam olayları karşısında aile üyelerinin daha önce bildikleri ve deneyimledikleri şekilde “normal” hayata dönemeyebileceklerini fakat devam edebilmek için de “yeni bir normal” inşa etmeleri gerektiği anlamını taşır (Walsh, 1998). Katılımcıların deprem sonrası esneklik durumunu ortaya çıkarmak için; “*Deprem sonrası yeni yaşantılarına uyum süreci*” konusunda detaylı bilgiler alınmış ve 15 katılımcının 13’ünün yeni yaşantılarına uyum sağlayabildikleri sonucuna ulaşılmıştır. Örneğin; *E1*: “...mesela eşimle birlikte aynı işi yapıyoruz biz, depremden sonra herkesin evi yıkılmış, çalışan eleman bulunamıyorken, eşim vardı tek destek olan, yanımda oldu zor şartlara uyum sağladı ve biz yeniden işimizi kurduk...” İfadesi, katılımcıların zorlu şartlara rağmen yeni normalin inşa edilmesinde sıkıntı yaşasalar bile uyum sağlayabildiklerini göstermiştir. Walsh’a (2002) göre esneklik, kişinin uyum sağlayarak devamlı olarak yeni dengeler oluşturabilmesidir. Esneklik; aile içerisinde bireylerin ihtiyaçlarının karşılanması ve aile üyeleri tarafından bu ihtiyaçlara cevap verilmesidir. Esneklik ve uyum net bir şekilde gözükmez ise duygusal anlamda katı bir yaşantı ortaya çıkar (Cohen, Slanim, Finzi ve Leicentritt, 2002). Örneğin, *K7*: “*Mesela ben depremden sonra yatarken tedirgin oluyorum bu durum beni huzursuz ediyor tabi, eşim beni rahatlatmak için bir çözüm buldu, artık düdükle yatıyoruz deprem olursa ben düdüğ çalarım diyor eşim.*” İfadesinde olduğu gibi, eşlerin birbirine esnek davranabilmesi ve destek olabilmesi, aile yılmazlığı için koruyucu bir faktördür.

Dışsal koruyucu kaynak olan “*Sosyal Destek ve Ekonomik Kolaylık*” da katılımcıların aile yılmazlığına önemli destek sunmuştur. *Sosyal Destek ve Ekonomik Kolaylık*” alt kategorisi altında katılımcıların, *komşu/akraba desteği, devlet desteği, kök aile desteği ve eş desteği* alabilme durumları incelenmiştir. Bu desteklerin dışsal koruyucu kaynaklara olan katkı yoğunluğu sırasıyla; kök aile desteği, eş desteği, devlet desteği ve komşu/akraba desteği şeklindedir. Zorlayıcı zamanlardan geçerken, ailelerin duygusal

anlamda da desteğe ihtiyacı vardır. Akrabalık bağlarının iyi olması, geniş akrabaların varlığı ve diğer sosyal ve topluluk kaynaklarının kullanılması, ailenin destek olarak bu sayede kendini iyi hissetmesi açısından önemlidir (Walsh, 1998). Örneğin; K3: “...kayınbabam bana dedi ki evde bu oda senin burda senin bir yerin var rahat edin demesi sert bir yapısı olmasına rağmen böyle kucak açması çok iyi geldi, çok moral verdi.” İfadesiyle aldığı aile desteğini ve bundan duyduğu memnuniyeti dile getirmiştir. Zorlayıcı zamanlarda ailenin ekonomik açıdan güvencesinin olmaması, maddiyatın yokluğu birçok probleme yol açabilir (Walsh, 1998). Katılımcıların tamamına yakını aldığı ekonomik desteğin kendilerini çok rahatlattığından bahsetmişlerdir. Örneğin; K2: “Aldık, devletten az hasarlı konut için ve deprem sigortası için bir miktar ücret aldık. Bununla da evimizin ufak hasarını karşılamış olduk en azından dara düşmemiş olduk.” ve K3: “... Çok şükür ki orta hasarlı evimize devlet 15 bin destek verdi o para bize ilaç gibi geldi. Biz deprem sonrası İstanbul’a -kızıma- gitmiştik, orada belediyeden de destek aldık sadece isim yazdırıp gidin dediler gerisini ne varsa hallettiler her şey gönderdiler çok ilgilendiler, iyi ki devlet vardı.” İfadeleriyle sosyal ve ekonomik anlamdaki desteğin kendileri için öneminden bahsetmişlerdir. Beklenmedik zamanlarda ortaya çıkan kriz gibi durumlarda, ailenin maddi anlamda kendini güven içinde hissetmesi için; devletin desteği ve sosyal hizmetlere erişimin kolay olması gerekmektedir (Walsh, 1998).

Katılımcıların akrabalarından ve komşularından aldığı desteğin de zorlukların üstesinden gelebilmelerinde önemli olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Örneğin; K5: “Tabiki aldık. Daha çok birbirimize bağlandık. Deprem komşuları da akrabaları da birbirine daha çok bağladı. Daha çok kapıları çalıyoruz nasılsın ne yapıyorsun diye. Bunlar hep duygusal anlamda iyi hissettiriyor bize güç veriyor.” ve E5: “Sohbet etmek, bir şeyleri paylaşmak bile insana psikolojik açıdan rahatlık veriyor. Bizim de etrafımızda derdimizi paylaşanlar oldu hep. Aynı olayı yaşayan kişilerle birlikte olmak hem destek vermek hem destek almak hepimiz için çok rahatlatıcıydı.” İfadelerinden anlaşılacağı üzere, katılımcılar zor zamanlardan geçerken aldıkları komşu ve akraba desteği sayesinde kendilerini daha iyi hissetmişlerdir. Conrad ve Greene (2002), yılmazlığın doğuştan gelmesine rağmen kişinin çevresiyle olumlu bir etkileşime girmeden gelişemeyeceğini söylemiştir. Denilebilir ki yılmazlık, insanların tamamında var olan fakat koruyucu faktörlerle desteklenen bir özelliktir (Bayraklı, 2010).

Aile içi iletişim süreçleri kategorisinin de içsel koruyucu kaynaklara katkı sunduğu anlaşılmıştır. Bu kategoride en yoğun katkıyı açıklık ve duyguları ifade etme eşit derecede sunmuş, en az katkıyı ise işbirlikçi problem çözme alt kategorisi sunmuştur.

İletişim, inançların ve bilginin aktarımını içerir, bir ailenin işleyişi ve yılmazlığı için iyi iletişim şarttır. İletişimin en kritik olduğu kriz anlarında, ailevi zorluklar ve stresli yaşam olayları nedeniyle iletişimin bozulma olasılığı da daha yüksektir (Epstein vd., 2003). Katılımcıların aile içi iletişimi incelendiğinde; 3'ü (K4, K6, E7) eşiyle yeterince açık iletişim kurmadığını, diğer 12 katılımcı ise; açık iletişim kurmakta sıkıntı yaşamadıklarını ifade etmiştir. Örneğin; K8: *“Aramızda ben daha açık bir iletişim kurduğumu söyleyebilirim. Ben mesela kendi adıma beni rahatsız eden şeyleri söylemeyi ertelerken depremden sonra daha erken ve açıklıkla hemen söyleyebiliyorum. Çünkü daha yakınlaştık daha bağlandık bence. Eşim de eskiye kıyasla daha iyi ve düzgün bir iletişim kuruyor. Özellikle bana bir şeyleri söyleme konusunda daha açık davranıyor.”* ve E1: *“Biz her şeyi paylaşıyoruz bizde öyle çekinme yok zaten öyle diye moral bulduk öyle diye ayakta kaldık; yoksa çok zoor.”* İfadeleriyle eşleriyle açık iletişim içinde olduklarını belirtmişlerdir. Lowe ve diğerleri (2012) tarafından Katrina Kasırgası'ndan sağ kurtulan 40 kadın katılımcıyla, kasırganın yakın ilişkileri nasıl etkilediği araştırılmıştır. Araştırmanın neticesinde, kasırga sebebiyle katılımcıların önemli bir kısmının ilişkilerinde olumsuz değişiklikler olsa da, bir kısmının başlangıçtaki gerginliğe rağmen ilişkilerinin daha da güçlendiği bulgusuna ulaşılmıştır.

Duyguları ifade etme alt kategorisi de içsel koruyucu kaynaklara yoğun destek sunmuştur. Duyguların ifade edilmesi ile ilgili olarak katılımcılara “aile içinde takdir etme, sevgi, gurur ve minnettarlık gibi hislerin ifade edilip edilmediği” sorulmuş, alınan cevaplarda 2 kişi bu ifadelere aile içinde yer verilmediğini (K3 ve E7), diğer 13 katılımcı ise bu ifadelerin aile içinde sık veya az da olsa kullanıldığını belirtmişlerdir. Örneğin; E6: *“Evet. Bence bir insanın emeğini takdir etmek çok önemli, mesela eşime, “şimdiye kadar yediğim en güzel yemek” derim her defasında, herkes hislerini paylaşır bizde hepimiz. Böyle olması da bizi daha yakınlaştırıyor, pozitif bir hava oluyor evde.”*, K8: *“Bazen ifade ederiz, bizde daha çok sevgiye dair sözler söyleniyor bu zamanlarda kendimi önemli ve değerli hissediyorum.”* ve E2: *“Hep ifade ederiz duygularımızı, mesela ben oğlumun düğününde elime mikrofonu aldım, misafirlerimize hoş geldiniz diyerek, benim dünya güzeli bir gelinimin olduğunu ve kendilerine de bunun nasip olmasını dilediğimi söyledim. Ev içinde de eşime aklıma geldikçe iyi ki seninle evlenmişim dediğim çok olur mesela...”* söylemlerinde bulunmuşlardır. Sevginin açık ifadesi, gurur duyabilme ve bunu iletme, takdir etme ve minnettarlık gibi ifadeler aile bağlarını güçlendirir (Walsh, 1998, 2006, 2016b).

Aile içi iletişim süreçleri içinde yer alan işbirlikçi problem çözme alt kategorisi de araştırmaya katkı sunmuştur. Aile içinde birlikte karar verebilme ve çatışmaları beraber yönetebilme olası zorlukların üstesinden gelebilmeyi sağlamak adına önemlidir. Aile üyeleri içinde yaratıcı beyin fırtınası, zorlukların üstesinden gelebilmede yeni olanaklar meydana getirmektedir. Aileler, yaşadıkları zorlu olayların ardından olumsuzlukları önlemek adına olası sorunlara hazırlıklı olmalı ve yoldaki beklenmedik darbelere karşı toparlanabilmelidir (Walsh, 2006, 2016b). Katılımcılara bu alt kategori çerçevesinde; *“Deprem sonrasındaki yaşantınızda, aile olarak karşılaşılabileceğiniz herhangi bir zorluğa karşı hazırlıklı olmak adına, geleceğe yönelik bir plânınız/ düşünceniz var mı?”* sorusu yöneltilmiş ve 15 katılımcıdan 11’inin bu konuda aile olarak düşünceleri olduğu anlaşılmıştır. Örneğin; K2: *“Mesela depreme karşı hazırlıklı olmak adına köye ev yaptırmayı düşünüyoruz. Bununla ilgili daha çok oğlumla ben kafa yorarak planlar yapıyoruz...”*, K7: *“Herhangi bir olumsuzluğa karşı maddi anlamda kendimizi güçlü tutalım dedik, bunun için nasıl bir yol izleyeceğimizi birlikte tartıştık, plânladık; artık daha tutumlu olmaya çalışıyoruz.”* ve E1: *“Depremle bir kere daha karşılaşma ihtimaline karşı, diyoruz ki bir ev yapalım tek göz olsun ama en azından kendimizi güvende hissedeceğimiz bir yer olsun diyoruz, herkes bir fikir verdi, yani ne denir beyin fırtınası mıydı adı işte onu yapıyoruz. Bu bizim geleceğe dönük ortak plânımız diyebilirim.”* Söylemlerinde bulunarak herhangi bir olumsuzluk durumunda geleceğe dönük plânlarının olduğundan bahsetmişlerdir. Walsh (2002), bireylerin gelecekteki hedeflere ulaşmak için somut adımlarda bulunması ve gelecekte ortaya çıkabilecek problemlerden elde edilen başarısızlıklardan ders çıkartabilmelerinin işbirlikçi problem çözme için önemli olduğundan bahsetmiştir.

## BÖLÜM VI

### SONUÇ ve ÖNERİLER

Yılmazlık becerileri, insanların hayatlarında karşılaşılabilecekleri zorlayıcı durumlarla başa çıkma yeteneklerini ifade ettiği için deprem gibi ani ve yaşamı tehdit eden olaylar karşısında kişilerin ayağa kalkabilmesi adına büyük bir önem taşır. Konuya ilişkin literatür incelendiğinde, doğrudan özellikle de 6 Şubat 2023 depremi bağlamında aile yılmazlığıyla ilgili yapılan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ülkemizin deprem kuşağında yer aldığı gerçeği göz önüne alındığında, toplumun en önemli yapıtaşı olarak nitelendirilen ailenin yılmazlık becerilerinin artırılmasına, depremin etkilerinden olabildiğince daha güçlü sıyrılmaları ve yeni bir yaşamı inşa etme gücünü kendilerinde bulmaları açısından yarar vardır. Bu nedenle yapılan bu çalışmanın birçok açıdan önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmada 6 Şubat 2023 Depremini yaşayan evli bireylerin aile yılmazlıklarının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla katılımcılarla yapılan görüşmeler sonucunda ulaşılan veriler; Walsh Aile Yılmazlık Modeline bağlı kalınarak içsel ve dışsal koruyucu faktörler altında sınıflandırılmıştır.

Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar aşağıda belirtilmiştir:

- Araştırma sonucunda ailelerin yılmazlıkları üzerinde içsel ve dışsal koruyucu kaynakların etkili olduğu anlaşılmıştır. Ailelerin yılmazlıklarına etki eden içsel koruyucu kaynaklara en çok katkıyı sunan çıktılar yoğunluk sırasına göre; *aile inanç sistemleri, yönetim şekilleri, aile içi iletişim şekilleri* olmuştur.
- Aile inanç sistemleri kategorisine sunulan katkılar yoğunluk sırasıyla; *değerler/maneviyat, olumsuzluğa anlam verme, pozitif bakış açısı* alt kategorilerine aittir.
- Yönetim şekilleri kategorisine sunulan katkılar yoğunluk sırasıyla; *yakınlık, esneklik, sosyal ve ekonomik destekler* alt kategorilerine aittir.
- Aile içi iletişim kategorisine sunulan katkılar yoğunluk sırasıyla; *duyguların ifade edilmesi ve açıklık (aynı derecede) ve işbirliği-yakınlık* alt kategorilerine aittir.

- Araştırma sonucunda ailelerin yılmazlıklarına etki eden dışsal koruyucu kaynaklara en çok katkıyı sunan çıktılar yoğunluk sırasına göre; *kök aile desteği, eş desteği, devlet desteği, komşu/akraba desteği* olmuştur.
- Bu çalışmanın verileri depremin üzerinden yaklaşık 18 ay geçtikten sonra toplanmıştır. Bu dönem, katılımcılar açısından depremin ortaya çıkardığı olumsuzlukların bir nebze de olsa geride kalmaya başladığı, bireysel ve toplumsal açıdan toparlanılmaya başlanılan bir zaman dilimidir. Dolayısıyla, konuya ilişkin depremden sonraki ilk aylarda rastlanılabilecek olumsuz düşüncelerin yerini daha pozitif düşüncelere bırakmaya başladığı anlaşılmıştır. Katılımcıların aile yılmazlıklarının yüksek olmasında bu durumların etkisinin olabileceği kanaatine varılmıştır.

### **6.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler**

1. Bu araştırma depremin gerçekleştiği 11 ilden yalnızca Malatya ili ile sınırlandırılmıştır. Depremin yaşandığı diğer illerin de içinde olduğu daha büyük hedef kitlesi için benzer bir çalışma yapılması önerilmektedir. Böylelikle depremin yaşandığı illerin birbiriyle karşılaştırması yapılarak, diğer illerdeki aile yılmazlıkları da karşılaştırmalı olarak incelenebilir.
2. Bu araştırma yalnızca Walsh Aile Yılmazlığı Modeli temel alınarak, modelde yer alan koruyucu kaynaklar kapsamında gerçekleştirilmiştir. Pozitif bir yaklaşım temel alındığı için daha çok ailelerin kendi gücüne odaklanmasını içerecek şekilde sorulardan oluşmaktadır. Ancak bu süreçte ailelerin yılmazlığını etkileyen risk faktörleri de elbetteki mevcuttur. Daha sonraki araştırmacılar için bu durumun dikkate alınması önerilmektedir.
3. Depremi yaşayan evli bireylerin sahip olduğu aile yılmazlıkları nitel yöntem kullanılarak ortaya çıkarılmıştır. Bu çalışmanın nicel veya karma yöntem kullanılarak, depremden etkilenen diğer illerle yapılması önerilmektedir.
4. Bireylerin deprem gibi önemli bir yaşam olayı karşısında aile olarak yılmazlık gösterip gösteremediklerinin incelenmesi yılmazlık durumlarını etkileyen değişkenlerin de işin içine katılmasını gerektirebilir. Örneğin, cinsiyet, yaş, gelir durumu, evlilik tipi, çocuk sayısı gibi değişkenlerin ailelerin yılmazlığına katkısını inceleme, başka bir araştırmanın konusu olabilir.

5. Araştırmaya katılan bireyler 29-57 gibi geniş bir yaş aralığını kapsamaktadır. Gelecekteki çalışmalarda, yaş gruplarına göre gençlik, genç yetişkinlik, yaşlılık olarak farklı gruplar halinde ele alınması daha bütüncül bir bakış açısını doğurabilir.

## **6.2. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler**

1. Depremi yaşayan ailelerden hayatta kalanların depremin ardından yaşanabilecek birçok sorun ve zorlukla daha sağlıklı başa çıkabilmeleri, yılmazlık becerilerini artırabilmeleri için aile yılmazlığı konusunda psikoeğitimler düzenlenmesi yararlı olabilir.
2. Depremi yaşayan ailelerin, aile yılmazlığı konusunda farkındalık kazanmasına yönelik çalışmalar yapılabilir.

## KAYNAKÇA

- Abdurrahimova, V. (2021). 25-30 yaş arası genç yetişkinlerde aile yılmazlık düzeyinin travmayla başa çıkma algısı ve sosyal-duygusal yalnızlıkla ilişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü.
- Arıcı, N. (2014). Travmatik yas sorununda aile dayanıklılığı programının kadınlardaki travma sonrası stres, yas ve aile dayanıklılığı düzeylerine etkisi. [Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi].
- Arslan, K. (2020). Otizmlili çocuğu olan ailelerin dayanıklılığına etki eden faktörlerin incelenmesi. [Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ataş, Ş. (2022). Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin yılmazlık düzeylerinin öz yetkinlik becerileri üzerindeki etkisinin belirlenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Aydın, A. (2018). 5-6 yaş okul öncesi eğitimi alan çocukların sosyal duygusal uyumu, anne-babaların evlilik doyumu ve aile yılmazlığı düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Denizli: Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Aydın, Ç.G. ve Aytaç, S. (2023). Depremin dezavantajlı gruplardan biri olan depremzede kadınlar üzerindeki psiko-sosyal etkisi: nitel bir araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10(3), 2195-2218 .
- Aydoğan, D. (2014). Çiftlerde ilişkisel yılmazlığın ebeveynlik stresi, ilişkisel başa çıkma, ilişkisel profesyonel yardım arama ile ilişkisi. [Doktora tezi, Gazi Üniversitesi].YÖK Tez Merkezi.
- Basım, N. ve Çetin, F. (2010). Yetişkinler için Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği'nin Güvenilirlik ve Geçerlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22, 1-13.

- Bayraklı, H. (2010). Zihinsel engelli ve engelli olmayan çocuğa sahip annelerde yılmazlığa etki eden değişkenlerin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Benzies, K. and Mychasiuk, R. (2009). Fostering family resiliency: A review of the key protective factors. *Child and Family Social Work*, 14 (1), 103-114. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2008.00586.x>
- Black, K. and Lobo, M. (2008). A conceptual review of family resilience factors. *Journal of Family Nursing*. 14(1); 33-55.
- Bonanno, G. A., Galea, S., Bucciarelli, A. and Vlahov, D. (2007). What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics, resources, and life stress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75 (5), 671– 682. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.75.5.671>
- Buluş, M. ve Bağcı, B. (2016). Evlilik doyumu: Aile yılmazlığı ve etkili iletişim becerilerinin rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1 (40), 136-152.
- Çelik, S. (2014). Nitel analizin kalitesinin ve inanırlığının artırılması. Bütün, M. ve Demir, S. B. (Ed.), *Nitel araştırma ve değerlendirme yöntemleri*. Pegem Yayınları.
- Çetrez-İşcan, G. ve Malkoç, A. (2017). Özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerin umut düzeylerinin başa çıkma yeterliği ve yılmazlık açısından incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7 (1), 120-127.
- Cici, A.M. (2022). Kronik hastalığı olan çocukların ebeveynlerinde yılmazlık ve tükenmişliğin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kars: Kafkas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Creswell, J. W., Hanson, W. E., Clark Plano, V. L., & Morales, A. (2007). Qualitative research designs. *The Counseling Psychologist*, 35(2), 236–264. <https://doi.org/10.1177/0011000006287390>
- Demirbaş N. (2010). Yaşamda anlam ve yılmazlık. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

- Dong, C., Xu, R. and Xu, L. (2021). Relationship of childhood trauma, psychological resilience, and family resilience among undergraduate nursing students: A cross-sectional study. *Perspectives in Psychiatric Care*, 57 (2), 852-859. <https://doi.org/10.1111/ppc.12626>
- Duca, D.S. (2015). Family resilience and parental stress: the effects on marital relationship in the context of a child diagnosed with an autism spectrum disorder. *Annals of AII Cuza University Psychology Series*, 24 (1), 71.
- Duman, Z. (2016). *Sosyolojik açıdan depresyon ve din*. Rağbet Yayınları.
- Ergün, Ö. R. ve Dönmez, Ö. (2023). COVID-19 pandemisi sürecinde okul öncesi çocukların dış mekân oyunlarının ve teknoloji kullanımının incelenmesi. *Temel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 1-16.
- Fergusson D M, Horwood L J. Resilience to Childhood Adversity: Results of a 21 Year Study. In: *Resilience and Vulnerability: Adaptation in the Context of Childhood Adversities*, ed. Suniya S Luthar. Cambridge University Press. 2003; p: 130- 155.
- Gizir, C.A. (2004). Akademik sağlık:Yoksulluk içindeki sekizinci sınıf öğrencilerinin akademik başarılarına katkıda bulunan koruyucu faktörlerin incelenmesi. [Yayımlanmamış Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi]. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk PDR Dergisi*, 28:113-128.
- Geçioğlu, A.R. (2018), *Evlilik Uyumu-Dindarlık İlişkisi: Adana Örneği*, [Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi]. 271-272.
- Gordon, E. W., Song, L. D (1994). Variations in the experience of resilience. *Educational Resilience in Inner-City America: Challenges and Prospects*, Lawrence Earlbaum Associates, Inc.
- Göçer, A. (2013). Türkçe öğretmeni adaylarının dil kültür ilişkisi üzerine görüşleri: fenomenolojik bir araştırma. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(2), 25-38.

- Gülmez, Ü. (2008). *Deprem tecrübesi yaşayan bireylerde dinsel anlamlar- durma biçimleri ve tutumlar* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Günaydın, H. D., & Akaroğlu, G. (2022). Aile yılmazlığı kavramına yönelik sistematik bir derleme çalışması. *EKEV Akademi Dergisi*(90), 93-104.
- Gürgân, I. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeylerine etkisi*. [Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Hanson, S. M. (2001). Foundations in Family Health Care Nursing. J. Fry,. Family health care nursing: Theory, practice, and research, (ss. 3-33).
- Hassamancıoğlu, U., Akın, A., Yoldaş, C. ve Şahin, S. (2020). Özel gereksinimli çocuğa sahip ailelerde, aile içi roller ve çocuğu tanıma becerilerinin aile yılmazlığına etkisinin incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 31 (3), 1176- 1200.
- Hill, (1958). 1. Generic features of families under stress. *Social Casework*, 39 (2- 3), 139-150. <https://doi.org/10.1177/1044389458039002-318>.
- İspir, H. (2022). Covid-19 salgın sürecinde engelli bireye sahip ailelerin aile yılmazlık kaynaklarının incelenmesi.Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep: Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Kalgı, M. E. (2021). Covid-19 salgınına yakalanan kişilerde din- darlık ve dinî başa çıkma. *Marife Dini Araştırmalar Dergisi*, 21(1), 131-150.
- Kararımak, Ö. (2007). *Deprem yaşamış bireylerde psikolojik sağlamlığa etki eden kişisel faktörlerin incelenmesi: Bir model test etme çalışması*. [Yayımlanmamış Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi]. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Karaşin, Y., Filiz, M., & Karagöz, Y. (2023). Depreme yönelik tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Afet ve Risk Dergisi*, 6(2), 548-561. <https://doi.org/10.35341/afet.1250436>

- Kavi, E., & Karakale, B. (2018). Çalışan psikolojisi açısından psikolojik dayanıklılık. *Hak-İş Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 7(17), 55-77. <https://doi.org/10.31199/hakisderg.391826>
- Kim, M.K. (2016). Relationship of multicultural adolescents' stress, depression, family resilience and internet game addiction. *Journal of the Korea Convergence Society*, 7 (1), 205-210.
- Köse, A., & Küçükcan, T. (2006). *Deprem ve din*. Emre Yayınları.
- Krovetz, M. L. (1999). Resiliency: A key element for supporting youth at risk. *The Clearing House*, 73(2), 121-123.
- Kumpfer, K. L. (1999). Factors and Processes Contributing to Resilience: The Resilience Framework. M. D. Glantz & J. L. Johnson, (Ed), *Resilience and Development: Positive Life Adaptation içinde* (pp. 179-224). New York: Plenum Publishers.
- Masten A S, Morison P, Pellegrini D, Tellegen A. Competence under stress: risk and protective factors. *Risk and protective factors in the development of psychopathology*. Cambridge University Press.1990. 236-246.
- Masten, A.S. and Reed, M. J. (2002). Resilience in Development. In C.R. Snyder, S.J.Lopez (Eds.). *Handbook of Pozitive Psychology*, 117-131.
- McCubbin, H.I. (1979). Integrating coping behavior in family stress theory. *Journal of Marriage and the Family*, 41 (2), 237-244. <https://doi.org/10.2307/351693>
- McCubbin, H.I. and Patterson, J.M. (1983a). The family stress process: The double ABCX model of adjustment and adaptation. *Marriage and Family Review*, 6 (1-2), 7-37.
- McCubbin, H.I. and Patterson, J.M. (1983b). Family Transitions: Adaptation to Stress. In H.I. McCubbin and C.R. Figley (Ed.), *Stress and the family* (pp. 5- 25). Pennsylvania: Brunner/Mazel Publishers.
- McCubbin, H.I. and McCubbin, M.A. (1988). Typologies of resilient families: Emerging roles of social class and ethnicity. *Family Relations*, 37 (3), 247- 254. <https://doi.org/10.2307/584557>

- McCubbin M.A. and McCubbin H.I. (1996). Resiliency in families: a conceptual model of family adjustment and adaptation in response to stress and crises. H. I. McCubbin, A. I. Thompson ve M. A. McCubbin (Ed.), *Family assessment: resiliency, coping, and adaptation – inventories for research and practice* (pp. 1–64). Wisconsin: Madison.
- Merriam, S.B. (2015). *Nitel araştırma desen ve uygulama için bir rehber*. (Çev. Selahattin Turan). Nobel Yayınları.
- Nakajima, Ş. (2012). Deprem ve sonrası psikolojisi. *Okmeydanı Tıp Dergisi* 28(Ek sayı 2): 150-155, <https://doi.org/10.5222/otd.supp2.2012.150>
- Nichols, W.C. (2013). Roads to understanding family resilience: 1920s to the twenty- first century. In D.S. Becvar (Ed.), *Handbook of family resilience* (pp. 1-16). New York: SpringerScience+Business Media. [https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3917-2\\_1](https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3917-2_1)
- Özbay Y., ve Aydoğan D. (2013). Aile yılmazlığı: Bir engele rağmen güçlenen aile. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*. 13(31).
- Özbay, Y. ve Aydoğan, D. (2019). Varlığında çocuk, yokluğunda yetişkin olmak: Baba kaybı, kardeş ilişkileri ve aile yılmazlığı. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21 (2), 126-143.
- Ungar, M. (2011). The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(1), 1–17.
- Sharan B. Merriam. (2015). *Nitel Araştırma Desen ve Uygulama için Bir Rehber*, çev. Selahattin Turan. Nobel Yayınları.
- Shin, H. S., Kim, J. H., & Ji, E. S. (2018). Clinical Nurses' Resilience Skills for Surviving in a Hospital Setting: A Q-methodology Study. *Asian Nursing Research*, 12(3), 175-181. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2018.06.003>
- Siebert, A. (2008). Resiliency Quiz-How resilient are you?. Erişim adresi: [www.resiliencycenter.com/resiliencyquiz.shtml](http://www.resiliencycenter.com/resiliencyquiz.shtml).

- Sixbey, M. T. (2005). Development of the family resilience assessment scale to identify family resilience constructs (Doctoral dissertation). [http://etd.fcla.edu/UF/UFE0012882/sixbey\\_m.pdf](http://etd.fcla.edu/UF/UFE0012882/sixbey_m.pdf) sayfasından erişilmiştir.
- Taşçı, G. ve Özsoy, F. (2021). Deprem travmasının erken dönem psikolojik etkileri ve olası risk faktörleri. *Cukurova Medical Journal*, 46(2), 488-494.
- Taşdelen K.A., Alkan D., Toprak B. (2023). Doğal afet bağlamında aile sistemi: Aile ilişkileri, risk ve koruyucu faktörler, *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*. 6(2), 75-96.
- Terzi, Ş. (2006). Kendini Toparlama Gücü Ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 77-86.
- Tıkman, F., Yıldırım, E. ve Şentürk, M. (2017). Göç metaforuna yolculuk: bir fenomenolojik çalışma. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(14), 104-126.
- Türker, N. Y. (2018). *Yetişkinlerde dindarlık ve psikolojik sağlamlık ilişkisi üzerine bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi. Bursa Uludağ Üniversitesi.
- Türnüklü, A. (2000). Eğitimbilim araştırmalarında etkin olarak kullanılacak nitel bir araştırma tekniği: Görüşme. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 24(24), 543– 559. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/kuey/126941>
- Troy, A.S., Willroth, E.C., Shallcross, A.J., Giuliani, N.R., Gross, J.J. and Mauss, I. B. (2022). Psychological resilience: An affect-regulation framework. *Annual Review of Psychology*, 74, 547-576. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-020122-041854>
- Van Breda, A.D. (2001). Resilience theory: A literature review. Pretoria: *South African Military Health Service*, Military Psychological Institute.
- Walsh, F. (1996). The concept of family resilience: Crisis and challenge. *Family Process*, 35 (3), 261-281. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1996.00261.x>
- Walsh, F. (2002). A family resilience framework: Innovative practice applications. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 51 (2), 130-137. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2002.00130.x>

Walsh, F. (2003). Family resilience: A framework for clinical practice. *Family Process*, 42(1), 1–18.

Walsh, F. (2013). Community-based practice applications of a family resilience framework. In D. Becvar (Ed.), *Handbook of family resilience* (pp. 65–84).

Yalım, D. (2007). First Year Collage Adjustment: The Role of Coping, Ego-Resiliency, Optimism, and Gender. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik, Ankara

Yazıcı, E. (2019). Aile değerleri ile aile yılmazlığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

## EKLER

### Ek 1. Bilgilendirilmiş Onam Formu

**Araştırmayı destekleyen kurum:** Üsküdar Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

**Araştırmanın konusu:** 6 Şubat 2023 Depremini Yaşayan Evli Bireylerin Aile Yılmazlıklarının İncelenmesi

**Araştırmacının adı:** Seda IRMAK

**Danışman:** Dr. Öğr. Üyesi Mert AKCANBAŞ

Değerli Katılımcı,

Bu araştırma, Üsküdar Üniversitesi Aile Danışmanlığı yüksek lisans öğrencisi Seda IRMAK tarafından Dr. Öğr. Üyesi Mert AKCANBAŞ danışmanlığında yürütülen bir tez çalışmasıdır. Bu çalışmanın konusu: “6 Şubat 2023 Depremini Yaşayan Evli Bireylerin Aile Yılmazlıklarının İncelenmesi” dir. Bu araştırmanın temel amacı, 6 Şubat 2023 tarihinde meydana gelen depremin ardından evli bireylerin aile yapılarında gösterdikleri dayanıklılık ve direnci (aile yılmazlığını) derinlemesine incelemektir. Bu amaç doğrultusunda, evli bireylerin deprem sonrası aile içi iletişimleri, duygusal ve psikolojik tepkileri, sosyal ve ekonomik destek mekanizmaları araştırılarak, aile yılmazlık kaynaklarının anlaşılması hedeflenmiştir.

Elde edilecek bilgiler bilimsel yayınlarda veya eğitimsel çalışmalarda kullanılacaktır. Araştırma sonuçlarının sağlıklı olabilmesi için size yönelteceğim tüm sorulara, samimi ve olabildiğince sizi en doğru şekliyle cevap vermeniz önemlidir. Soruların doğru veya yanlış bir cevabı yoktur. Çalışma esnasında sizden kimlik bilgileri istenmemektedir. Çalışma süresince toplanan veriler anonim olarak değerlendirilecek ve araştırmanın hiçbir aşamasında isimler kullanılmayacaktır. Çalışma yaklaşık 35-40 dakika sürecektir.

Çalışmaya katılım tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılırsanız dahi, çalışma esnasında kendinizi iyi hissetmemeniz durumunda bu hissinizi bana çekinmeden ifade ederek, çalışmayı yarıda bırakabilirsiniz. Bu durumda sizden almış olduğum veri yok edilecek ve herhangi bir amaçla kullanılmayacaktır.

Bana anlatılanları ve yukarıda yazılanları anladım.

Araştırmaya katılmayı onaylıyorum.

- Onaylıyorum.
- Onaylamıyorum.

## EK 2. Aile Yılmazlık Görüşme Formu

### AİLE YILMAZLIK GÖRÜŞME FORMU

Cinsiyet:

Yaş:

Eğitim Düzeyi:

Evlilik yılı:

Çocuğunuz var mı? ( ) Evet ( ) Hayır Varsa sayısı:

Algılanan ekonomik düzey: ( ) Düşük ( ) Orta ( ) Yüksek

Deprem, yaşamınızı ekonomik olarak olumsuz etkiledi mi? ( ) Evet ( ) Hayır

Evinizin depremden etkilenme düzeyi:

( ) Sağlam ( ) Az Hasarlı ( ) Orta Hasarlı ( ) Ağır Hasarlı ( ) Depremde yıkıldı

Hali hazırda yaşanılan yer: ( ) *Kiracı ya da ev sahibi olarak bir evde yaşıyorum*

( ) Konteyner/ geçici barınma merkezinde kalıyorum.

### SORULAR

1. Ailenizin inançları ve manevi değerleri, bu zor dönemi aşmanıza yardımcı oldu mu? (Depremden sonra sizi hangi düşünceler ayakta tuttu?)
2. Yaşadığınız deprem felaketini nasıl anlamlandırıyorsunuz?
3. Aile içi bağlarınız yaşanan kriz durumundan etkilendi mi? (deprem öncesine göre şu anki aile içi bağlarınızı değerlendirir misiniz?)
4. Deprem sonrası yeni yaşantınızın oluşma sürecinde, ailece zorlandığınız zamanlar oldu mu?
5. Deprem dolayısıyla ekonomik anlamda zorluk yaşadınız mı?
6. Deprem yarattığı olumsuz durumlarla başa çıkmada eşinizin desteğini alabildiniz mi?
7. Deprem sonrası toparlanma sürecinizde; akraba, komşu ve sosyal topluluklardan duygusal destek alabildiniz mi? (Cevap evetse; bu desteği kimden aldığınızı, desteğin nasıl verildiğini ve ailenizdeki etkisini anlatır mısınız?)
8. Depremden sonraki süreçte; yaşanan zorlayıcı zamanlarda aile üyelerinin birbiriyle olan iletişimini nasıl değerlendiriyorsunuz?
9. Deprem sonrasındaki yaşantınızda, aile olarak karşılaşılabileceğiniz herhangi bir zorluğa karşı hazırlıklı olmak adına, geleceğe yönelik bir planınız/ düşünceniz var mı?