



AFET PSİKOLOJİSİ VE SOSYOLOJİSİ

ADY114U



KISA ÖZET

Bölüm 1: Afet Psikolojisi: Kapsamı ve Genel İlkeleri

AFET PSİKOLOJİSİNİN ÇALIŞMA ALANLARI VE TARİHSEL GELİŞİMİ

Afet psikolojisi kapsamında afetlerin çocuklar, ergenler, yetişkinler, yaşlılar ve engelliler gibi farklı gruplarda yol açabileceği psikolojik sıkıntıları incelemek ve bu etkileri azaltabilecek müdahale programlarını geliştirmek ve uygulamak yer almaktadır. Afetlerin doğa olayları, teknolojik ve insan davranışları sonucu oluşan tehlikelerden kaynaklandığı düşünülünce oldukça geniş bir yelpazede yer alan olayları ve etkilerini kapsadığı görülmektedir.

Afetlerin Psikososyal Etkileri: Afetler daha önceden tahmin edilmeleri güç olması ve çok yıkıcı zarar ve kayıplara yol açmaları nedeni ile maruz kalan bireylerde travmatik psikolojik etkiler yaratabilmektedir (Bonanno, Brewin, Kaniasty ve Le Greca, 2010). Terör olayları buna çok iyi bir örnektir. Örneğin, bir bombalama olayının nerede olacağını bilebilmek mümkün olmadığından buna hazırlanmak da göreceli olarak mümkün değildir.

Psikososyal Müdahaleler: Afet psikolojisinin ikinci temel alanı psikolojik etkileri önlemeyi ve azaltmayı hedefleyen uygulamaları geliştirmek ve uygulamaktır. Bu uygulamaları genel olarak psikososyal müdahaleler olarak adlandırmak mümkündür. Bu müdahaleler afetten hemen sonra başlamalı ve uzun dönemde de devam etmelidir. Destek uygulamaları tüm afetzedelerin ulaşabileceği şekilde düzenlenmelidir. Psikolojik ilk yardım, psikoeğitim ve anlamlandırma/paylaşım grupları bu uygulamalardan bazılarıdır.

DİKKAT: Psikososyal destek örseleyici bir deneyim yaşamış olan, ancak psikolojik olarak sağlıklı bireylere uygulanır. Psikoterapi değildir.

Toplumda Afet Bilinci ve Hazırlıklı Olma Davranışlarının Desteklenmesi: Afet psikolojisi uygulamalarında bir başka alan ise olası afetlerin önlenmesi ve/veya olası afetlerin etkilerini en aza indirebilmek için geliştirilecek ve uygulanacak birey/toplum temelli hazırlıklı olma ve zarar azaltma çalışmalarıdır. Örnek olarak depremler bir afete dönüşmeden önce oturulan evin yapısal güvenliğinin incelenmesi ve gerekli güçlendirmelerin yapılması, ev içinde büyük eşyaların sabitlenmesi, afet durumu için gerekli malzemelerin stoklanması ve afet olduğunda ailenin buluşması için plan yapılmasını verebiliriz.

Afet Psikolojisinin Tarihçesi: Afetlerin psikososyal etkileri ve müdahale yöntemleri ile ilgili yürütülen araştırma ve uygulamalar göreceli olarak yenidir. Afetlerin psikososyal etkileri ile ilgili araştırmalar ilk olarak sosyologlar tarafından başlatılmıştır. Daha sonra psikoloji, psikiyatri, sosyal çalışma gibi disiplinlerin alana katkıları olmuştur.

Afet psikolojisi alanında yapılan araştırmalar ve uygulamalar özellikle II. Dünya Savaşı sonrası ortaya çıkmıştır. 1950'ler sonrasında afet çalışmaları süreklilik göstermeye başlamıştır.

AFET PSİKOLOJİSİNDE ARAŞTIRMA ALANLARI VE YÖNTEMLER

Dünyada afet psikolojisi alanında pek çok araştırma yürütülmektedir. Bu araştırmalar yukarıdaki bölümde verilen afet psikolojisinin üç alanı, yani afetlerin psikolojik ve sosyal etkileri, afet sonrası yapılan müdahalelerin geliştirilmesi ve etkinliğinin değerlendirilmesi ve hazırlıklı olma programlarının değerlendirilmesi ile ilgilidir. Aynı zamanda bu üç alanın birbirleri ile olan ilişkileri de araştırmalarda ele alınmaktadır. Yürütülen tüm araştırmalarda araştırma etik kurallarına ve bilimsel gerekliliklere uyulması gerekmektedir.

Afet Psikolojinde Araştırma Alanları: Afet psikoloji alanının gelişmesinde sahada gerçekleştirilen psikososyal uygulamalar kadar yürütülen bilimsel araştırmaların da önemli yeri vardır. Bilimsel araştırmaların önemli bir odak noktası afetlerin yarattığı psikososyal etkilerin değerlendirilmesidir.

DİKKAT: Afetlerin yol açtığı psikolojik tepkiler, afetlerden hemen sonraki akut dönem, orta ve uzun dönemde farklılıklar gösterir. Afetlerden sonra gözlenen çoğu tepki afetzedelerin normal dışı bir duruma verdikleri normal tepkilerdir.

Afet Psikolojisinde Araştırma Yöntemleri: Afet psikolojisi alanında yürütülen araştırmalarda çok çeşitli yöntemler kullanılmaktadır. Ancak, afetlerin tanımları gereği nispeten ani olarak ortaya çıkmaları, araştırmacılar için yürütecekleri çalışmaları daha önceden planlama olanaklarını kısıtlamakta ve bazı zorluklar yaratabilmektedir. Bu zorluklar temel olarak üç alt başlıkta incelenebilir;

- Zamanlama
- Araştırma evreninin belirlenmesi
- Genellenebilirlik

Sözü edilen üç yöntem kullanılırken veriler farklı şekillerde toplanabilmektedir. Bunlar yüz yüze, telefonla ya da Web ortamında yapılan araştırmalar, çocuklar için okul tabanlı çalışmalar ve ayrıca, nitel yöntemlerle yapılan araştırmaları içermektedir.

Yüz yüze Araştırmalar: Bu tür araştırmalar örneklem grubunda yer alan katılımcılarla yüz yüze görüşülerek yapılır.

Telefon tabanlı Araştırmalar: Telefon tabanlı araştırmalar, büyük araştırma evrenlerine hızlıca ulaşmaya olanak sağlaması açısından önemlidir. Resmî kurumlardan alınan listeler (örneğin, afette hayatını kaybedenlerin yakınları) kullanılabilmesi gibi, rastgele aranan telefon numaraları yoluyla da olası katılımcılara ulaşmak mümkün olmaktadır.

Web tabanlı Araştırmalar: Hızlı ulaşım sağlaması açısından anket çalışmaları internet ortamında, sosyal medya grupları üzerinden anket çalışmaları olarak yürütülebilir. Çok sayıda kişiye, nispeten hızlı ulaşım olanağı verdiği için bu tür araştırmalar pratiktir. Ancak, ulaşılabilen kişilerin sadece internet kullanıcıları olmaları açısından cevaplayan örneklemin tam olarak araştırma evrenini temsil etme gücü sınırlı olabilmektedir.

Okul tabanlı Araştırmalar: Özellikle çocuklar ve gençler ile yürütülen çalışmalar okul tabanlı olarak yürütülebilir ve bu örneklem grubuna erişmek için kolay bir yol sunar.

Nitel Araştırmalar: Afetlerin psikososyal etkileri ve uygulanan müdahalelerin etkinliğini derinlemesine anlamak amaçlı olarak kullanılan nitel çalışmalar afetzedeler için önemli temaları ortaya koyması açısından değerlidir. Bu tür çalışmalarda derinlemesine görüşmelerden elde edilen cevaplar dikkatlice incelenir ve belirlenen temalar/konular ortaya çıkar.

AFET PSİKOLOJİSİ UYGULAMALARINDA ETİK VE TEMEL İLKELER

Afetlerin çok sayıda insanda büyük yıkımlara yol açarak çok derin psikolojik etkiler yaratabildiği araştırmalarda ve saha gözlemlerinde görülmüştür. Bu etkilerin afetlerden hemen sonra daha şiddetli olduğu ancak bazı kişiler için uzun vadede bile devam edebileceği de görülmüştür. Dolayısıyla, yaşanan bu psikolojik sıkıntıların azaltılabilmesi ve uzun vadede afetzedelerin yaşamını kısıtlamaması için etkili psikososyal destek programlarının uygulanması gerekmektedir.

Afetlerde Psikososyal Destek Uygulamalarında Etik İlkeler: Çok geniş kitlelerin ihtiyaçlarına cevap verebilecek bu uygulamalarda afetin doğası gereği bazı zorluklarla karşılaşılabilir. Bu bölümde afet sonrası müdahale uygulamalarında uyulması gereken etik ilkeler ve karşılaşılabilecek güçlükler ele alınacaktır.

Bilgilendirilmiş Onam: Herhangi bir müdahale programını uygulamadan önce bu programdan yararlanacak gruba uygulanacak programın özellikleri, ne kadar etkili olabileceği, diğer alternatif uygulamalar ve eğer varsa, verebileceği zararlar hakkında bilgi vermek gereklidir. Bu bilginin içinde programın neleri kapsayacağı, süresi ve olası etkileri hakkında bilgi verilir. Ayrıca bu durumda kullanılacak alternatif uygulamalar da anlatılır. Katılımcılardan tüm bu bilgileri aldıktan sonra, yani bilgilendikten sonra verilecek destek programına katılmayı kabul ettiklerini gösteren onay almak gerekir. Bu onaya "bilgilendirilmiş onam" denmektedir.

Yetkinlik/Yeterlilik: Psikolojik temelli uygulama programları sadece bu konularda yeterli eğitimi alarak, uygulamaları da denetim altında yapmış ve yeterliliğini belgelemiş olan uzmanlar tarafından verilmelidir. Ancak afet durumlarında çok sayıda kişi etkilendiğinden bu hizmetleri verecek yeterli sayıda uzman bulunmayabilir.

Yararlı Olmak ve Zarar Vermemek: Bu ilke gereğince verilecek müdahalelerin bilimsel olarak etkinliği desteklenmiş programlar olması önemlidir. Bilimsel temelden yoksun, rastgele uygulamalar ile afetzedelere zarar verilebileceği göz önünde tutulmalı ve uygulamalarda bu etik sorumluluk göz önünde tutulmalıdır. Psikologlar ortaya çıkabilecek zararı en aza indirmeli ve insanlar bilgileri dışında riske atılmamalıdır.

Dürüstlük: Afetzedelerle çalışırken psikologların kendi sınırlarını bilmesi ve dürüst olmaları gerekmektedir. Afetzedeleri rahatlatmak için bilmedikleri konularda güvence vermemeleri gerekmektedir.

İnsan Haklarına Saygı: Afetlerden etkilenen kesim ile ilişkilerde insan haklarına saygılı olmak, hiç bir ayırım yapmamak, afetzedelerin haklarını ve gizlilik ilkesine bağlı kalmak önemlidir.

DİKKAT: Psikolojik destek sağlarken bilimsel olarak etkinliği kanıtlanmış müdahalelere yer verilmelidir. Unutmamak gerekir ki, etkinliği kanıtlanmamış yöntemlerle verilen destek yarar yerine zarar verebilir.

Afetlerde Psikososyal Destek Uygulamalarının Temel İlkeleri: Afetler sonrası çok çeşitli psikososyal destek programı uygulanmaktadır. Bu çeşitliliğe rağmen tüm programlarda olması önerilen temel ilkeler bulunmaktadır. Örneğin, Türk Kızılayı bu ilkeleri şöyle sıralamaktadır:

- Empati, anlama ve duyarlılık yoluyla etkilenenlere psikolojik destek vermek, psikiyatrik hizmetlere ihtiyacı bulunanları belirlemek ve yönlendirmek,
- Yardım çalışmalarının tamamının, etkilenen toplumun nüfus yapısı, sosyal, kültürel, etnik koşullarına uygun şekilde sürdürülmesini sağlamak,
- Bireylerin, toplumun ve kurumların ihtiyaç duyduğu bilgileri güvenilir bir şekilde vermek,
- Toplum katılımı ve gönüllülüğün desteklenmesi yoluyla, bireylere, ailelere ve topluma kendi ihtiyaçlarını belirlemeleri, çözüm için harekete geçmeleri ve kendi kendine yardım becerileri geliştirmelerini sağlamaları konusunda destek olmak,
- Toplumda var olan hizmetler ile toplumsal ihtiyaçların buluşmasını sağlamak,
- Afetlerde çalışacak kurum ve kuruluşlar arasında iş birliğini geliştirmek,

DİKKAT: Psikososyal destek, ruhsal ya da fiziksel hastalıklar konusunda danışmanlık değildir. Psikolojik ve psikiyatrik tedavi ile aynı anlama gelmemektedir. Psikososyal destek birey ve toplumun iyilik hâlini destekler.

Hobfoll ve arkadaşları afetler gibi toplu travmatik olaylar sonrası gerçekleştirilecek müdahaleler için bilimsel temele dayalı beş temel prensip belirlemişlerdir. Bu prensipler,

1. Güvenlik hissinin sağlanması,
2. Sakinleştirmenin yapılması,
3. Öz-yeterlik ve toplumsal yeterlik hissinin güçlendirilmesi,
4. Bağlantılı olma duygusunun pekiştirilmesi ve
5. Umudun artırılmasıdır.

Güvenlik hissinin sağlanması: Özellikle travma sonrası stres yaşayan afetzedeler 'Dünya'nın tehlikeli bir yer olduğu' inancını sıklıkla bildirmektedir. Bu nedenle, afet yaşayanlara afetin geçtiği ve artık güvende oldukları duygusunun aşılması gerekmektedir. Güvenlik hissi sağlanmadığı durumda afetzedelerde tehlike algısı sürmeye devam edebileceğinden psikolojik sorunların ortaya çıkma olasılığı artmaktadır.

Sakinleştirme: Afetten hemen sonra yaşanan güçlü olumsuz duygular ya da tam tersine hissizleşme normal görülürken, bunların uzun vadeye yayılmasının çeşitli psikolojik sorunları beraberinde getirebileceği bilinmektedir. Aşırı uyarılmışlık hâli, afet yaşayanlarda uyku, odaklanma, hafıza sorunları ve sosyal ilişkilerde bozulma gibi sorunlar yaratabilmektedir. Bu nedenle, afet yaşayanları sakinleştirebilmek önemlidir.

Öz-yeterlik ve toplumsal yeterlik hissinin artırılması: Afet yaşantısı insanlardan çaresizlik ve güçsüzlük duygularına yol açabilmektedir. Olan olayları kontrol edememe ve yoğun kayıp yaşama güçsüzlük duygularını pekiştirmektedir. Bu nedenle afetzedelere kontrol duygusunu geri verebilmek için afet sonrası ortamda onlara saygı göstermek, yapabilecekleri şeyleri kendilerinin yapmasını özendirmek ve mümkün olduğu kadar alınacak kararlarda onların da söz hakkı olmasını sağlamak gerekir. Kendileri aktif olarak afet sonrası yaşamlarında kararlara ve yapılacaklara katılabilen afetzedeler ve toplumlar bu yolla öz-yeterlik ve toplumsal yeterlik duygularını geliştirebilir. Öz-yeterlik duygusunu geliştirebilmeleri için afetzedelere yardım götürürken dikkatli olunması ve onları sadece pasif alıcı konumuna sokmamak gerekir.

TÜRKİYE'DE AFET PSİKOLOJİSİ: ARAŞTIRMA VE UYGULAMALAR

1999 Marmara depremi sonrası çok sayıda bilimsel araştırma ve depremzedelere destek sağlamak için psikososyal uygulama yürütülmüştür. Özellikle depremlere bağlı psikolojik etkilerin çocuklar, ergenler, yetişkinler ve afet alanında çalışanlar üzerindeki etkileri incelenmiştir .

Türkiye'de Afet Psikolojisi Araştırmaları: 17.000 kişinin ölümüne, pek çok kişinin yaralanmasına ve yaşadıkları şehirlerden gitmelerine yol açan 1999 Marmara depremleri sonrası ise bilimsel çalışmalarda belirgin bir artış olmuştur. Bu araştırmalarda afetzedelerde görülen ruh sağlığı sorunları, özellikle TSSB ve bununla ilişkili faktörler değerlendirilmiştir.

DİKKAT: Afetlerin uzun dönemde de devam edebilen olumsuz ruhsal etkileri olabilmektedir. Ancak bazı kişiler afetlerden sonra dayanıklılık gösterebilmekte ve psikolojik sıkıntıları çok hafif düzeyde atlatabilmektedirler.

Türkiye'de Afet Psikolojisi Uygulamaları: Türkiye'de afetler sonrası afetzedelere psikososyal destek sağlamak amacı ile yürütülen uygulamalar çok büyük yıkıcı etkileri olan 1999 Marmara ve Düzce-Kaynaşlı depremleri sonrası daha belirgin olarak başlamıştır. Bu tarihten önce afetzedelere destek verilmekle birlikte özellikle sistemli ve hem fiziksel hem de psikolojik ihtiyaçlara cevap veren programların önemi belirgin bir şekilde görülmemekteydi. 1999 depremleri sonrası alanda çok sayıda kamu kuruluşu ve sivil toplum örgütü psikososyal destek faaliyetleri yürütmüştür. Özellikle sivil toplum kuruluşları içinde, Türk Kızılayı'nın gerçekleştirdiği projeler ve eğitimler öne çıkmaktadır. Türk Kızılayı bünyesinde 2000 yılından bu yana kurum personeli, üyeleri, gönüllüleri ve paydaşlarına Afete Hazırlık ve Müdahale Eğitimi (AHM) verilmektedir.

Bu Özetin tamamını, Çıkmış Sorularını, Deneme Sorularını adresinize gönderiyoruz!...

Tıklayınız 

<https://www.kolaysinavlar.com/afet-psikolojisi-ve-sosyolojisi-ady114u?search=ady114u>