

Doğal Afet Bağlamında Aile Sistemi: Aile İlişkileri, Risk ve Koruyucu Faktörler, Aile Psikolojik Danışmanlığı

Family System in the Context of Natural Disaster: Family Relations, Risk and Protective Factors, Family Psychological Counseling

Arzu Taşdelen-Karçkay , Derya Alkan* , Begüm Toprak 

Öz. Doğal afetler can kaybı, yaralanma ve mali kayıplara neden olan ekonomik ve sosyal yönden olumsuz sonuçlar doğuran, yıkıma yol açan felaketlerdir. Dünya genelinde birçok kişinin her an maruz kalabileceği doğal afetler, bireysel olarak etkileri olduğu gibi aile sistemini de etkilemektedir. Doğal afetlerin aile sistemi üzerine etkilerini inceleyen bu derleme çalışmasında doğal afet sonrası eşler arası ilişki, anne baba ve çocuk arasındaki ilişki ve kardeş alt sistemi üzerine etkileri incelenmiştir. Ayrıca, araştırmada doğal afetlerde aile sistemi için koruyucu etmenler ve riskler ele alınıp doğal afet sonrası aile danışmanlığına yönelik çalışmalar tartışılmıştır. Yapılan incelemeler bağlamında doğal afet öncesi, anı ve sonrası için aile sistemini güçlendirmeye yönelik öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler. Aile sistemi, doğal afet, aile danışmanlığı, derleme

Abstract. Natural disasters are catastrophe that cause loss of life, injury and financial losses, cause negative economic and social consequences, and cause destruction. Natural disasters that many people can be exposed to around the world at any time affect the family system as well as the individual effects. In this review study examining the effects of natural disasters on the family system, the effects on the post-natural disaster relationship between spouses, the relationship between parents and children, and the sibling subsystem were examined. In addition, in the research, protective factors and risks for the family system in natural disasters were discussed and studies on family counseling after natural disasters were discussed. In the context of the examinations, suggestions were made to strengthen the family system before, during and after the natural disaster.

Keywords. Family system, natural disaster, family counseling, review

Arzu Taşdelen-Karçkay

Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Antalya, Türkiye
e-mail: tasdelenarzu@yahoo.com

Derya Alkan

*Sorumlu Yazar, Akdeniz Üniversitesi, PDR Doktora Öğrencisi
e-mail: alkand@ankara.edu.tr

Begüm Toprak

Akdeniz Üniversitesi, PDR Doktora Öğrencisi
e-mail: toprak.begum@hotmail.com

Geliş/Received: 16.05.2023

Kabul/Accepted: 04.07.2023

<https://doi.org/10.58434/apdad.1298057>



Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
Turkish Psychological Counseling and Guidance Association

Doğal afetler deprem, sel, kasırga, heyelan ve yangın gibi birçok kişinin karşılaştığı ya da karşılaşma olasılığının olduğu olaylardır. Dünya genelinde 2022'de, 30.704 can kaybına neden olan ve 185 milyon kişiyi etkileyen 387 doğal afet yaşanmıştır (CRED, 2023). Afetler, birden fazla kişinin etkilendiği ve büyük ölçekli mal kayıplarının ve ekonomik sıkıntıların eşlik ettiği kitlesel travmatik olaylardır. Bir afetin mağduru, farklı kişiler olabilir. Bunlar, hayatta kalanlar, yaralananlar, ölen kişilerin aile üyeleri ve felakete tanık olan kişilerdir (Galea ve diğerleri, 2005). Doğal afetler, afetzedelerin yaşamını birçok yönden etkilemektedir. Bununla ilgili olarak, Türkiye'de Gölcük depreminden sonra yapılan bir ankette deprem öncesinde %42.8 oranında bir istihdam bulunmaktayken deprem sonrasında bu oran %36.8'e düşmüştür. Depremzedelerin evlerinin tamamen yıkılması veya hasar meydana gelmesi ve eşyalarını kaybetmelerinin yanı sıra, gayrimenkul gelirlerinden de yoksun kalmışlardır. Deprem sonrası bankalardaki birikimlerini de tükettiklerini belirtmişlerdir. Afetlerden sonra bir takım kültürel değişimler de gözlemlenmiştir. Dini inançlarda görece değişimler kaydedilmiştir. Boşanma taleplerinde bir miktar artış olduğu belirtilmiştir (Kasapoğlu ve Ecevit, 2001). Buradan hareketle, deprem gibi doğal afetlerin sosyoekonomik düzey ve kültürel bağlamda değişim meydana getirdiği anlaşılmaktadır.

Yer değiştirme afetin meydana getirdiği değişimlerden biridir ve bireylerin afet sonrası hayatlarını birçok yönden etkileyebilir. Doğal afet bağlantılı iç göçlerde, hayatta kalan mağdurların yakınlarını kaybetmesi gibi nedenler göç sürecindeki karar verme süreçlerini sınırlandırabilir. Afete bağlı iç göçler, diğer nüfus hareketliliklerinden farklı dinamikler gösterir. Örneğin, daha iyi çalışma fırsatları, evlilik ya da eğitim amaçlı taşınanlar seçim yapmada daha fazla yetkiye sahip oldukları için yeni çevrelerine uyum göstermede daha istekli ve memnun olabilirler (Petrova, 2021). Bu bağlamda bir felaketin ardından kısmen zorunlu hareket, aile yaşamı için zorlayıcı ve stres yaratıcı bir risk faktörü olarak değerlendirilebilir. Afet sonrası geçici ya da kalıcı göç ile geçmişten gelen sosyal ağların kesintisi psikolojik etkilere yol açabilir. Norris ve diğerleri (2002a) tarafından yapılan bir çalışmada afet sonrası geçici veya kalıcı yer değiştirmenin sosyal ilişkilerde çatışma ve gerginlik yarattığı ve hayatta kalanların daha geç iyileşme sağladıkları bulunmuştur. Kılıç ve diğerleri (2006) tarafından yapılan bir çalışmada bu bulguya katkı sağlamaktadır ve çalışmada afet sonrası yer değiştirme, sosyal ağı bozduğu için depresyonla gelen psikolojik sıkıntıları artırabilir sonucuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda, göç özellikle ilk aşamalarda diğer

bir kültüre uyum sağlamayı gerektirdiğinden aile üyeleri için travmaya ve psikolojik yaralanmaya açık hale gelmeye sebep olabilir (Moro, 2005). Travmanın aile ilişkilerine etkisine bakıldığında, travmanın başında alınan aile desteğinin travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) etkilerini hafiflettiği ve travmadan üç yıl sonra bile kişinin iyileşmesinde etkisi bulunduğu bilinmektedir (Schwarzer ve diğerleri, 2014; Warner ve diğerleri, 2015). Bu yüzden afet sonrası olası etkilerden korunmak için aile sistemini desteklemek oldukça önemlidir.

Yapılan araştırmalara bakıldığında doğal afetlerin etkileri arasında sıklıkla travma sonrası stres bozukluğuna rastlanılmaktadır. 1999 Gölcük Depremi'nden bir yıl sonra hayatta kalanlarda TSSB oranı %43 olarak bulunmuştur (Başoğlu ve diğerleri, 2002). Başka bir çalışmada afetten bir yıl sonra çadır kentte yaşayanlarda bu oran %25.4 olarak bulunmuştur. (Tural ve diğerleri, 2004). Özen ve Sir (2004) Bingöl depreminden 2 ay sonra TSSB oranının %25 olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca, Solomon ve diğerleri (1993) depremzedelerin deprem mağduru olmayanlara kıyasla daha yüksek düzeyde TSSB, alkol kullanımı, depresyon ve genel psikiyatrik belirtiler sergilediğini bulmuşlardır.

Sonuç olarak doğal afetlerin toplumun büyük bir kesimini birçok yönden etkilediği bilinmektedir. Bu nedenle afetlerin bireyler, aileler, gruplar, topluluklar üzerindeki etkilerinin öğrenilmesi dünya üzerinde gerçekleşebilecek benzer olaylara yönelik pratik ve faydalı çıkarımlar oluşması açısından önemlidir. Ayrıca afetlerin bu etkilerini öğrenmek, bireylerin doğal afet sonucunda yaşadıkları durumu anlamlandırma ihtiyacını karşılaması ve afet anında hızlı ve uzun vadeli müdahaleler sağlanması açısından katkı sağlar. Bu bağlamda yaşanan afet sonrası depremin oluşturduğu etkilerin daha iyi anlaşılması için süreci daha çok betimlemeye yönelik çalışmalara ve literatür bilgisine ihtiyaç vardır (Doostgharin, 2009). Bu derleme çalışmasında da doğal afetlerin aile sistemi üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Doğal Afet ve Eşler Arası İlişki

Doğal afet sonrası evlilik, partner ilişkileri ve aile etkileşimi ile ilgili çalışmalar oldukça sınırlıdır. Bu bağlamda bu alan neredeyse boş ve keşif potansiyeliyle dolu bir alan olarak ortaya çıkmaktadır. Çalışmalar, eşlerin afetlerden nasıl etkilenebileceğine dair genel stres araştırmaları bağlamında açıklamalara dayandırılmakta ancak doğal felaketin iletişim, çatışma, cinsellik, uyum, ilişki doyumu, eş ve ebeveynlik gibi çift süreçleri üzerindeki sonuçları

hakkında yeterli araştırma sonuçları bulunmamaktadır (Witting ve diğerleri, 2021). Bu yüzden doğal afetlerin evlilik ilişkileri üzerindeki etkisi ile ilgili evlilik ilişkilerine yönelik çalışmalar önemini arttırmaktadır.

Yapılan sınırlı araştırmalar incelendiğinde, doğal afetin ardından evlilik stresinin ve aile içi şiddetin bu felaketi takip edebileceği görülmüştür (Adams & Adams, 1984; Norris ve Uhl, 1993). Lowe ve diğerleri (2012) tarafından Katrina Kasırgası'ndan sağ kurtulmuş, çoğu Afrikalı Amerikalı, düşük gelirli 40 kadından oluşan bir çalışma grubunda ilişkilerdeki değişiklikleri anlamak amacıyla görüşmeler yapılmıştır. Çalışmada kasırganın yakın ilişkilerini nasıl etkilediği araştırılmıştır. Katılımcıların önemli bir kısmı ilişkilerinde olumsuz değişiklikler bildirirken, katılımcıların bir kısmı başlangıçtaki gerginliğe rağmen ilişkilerinin güçlendiğini bildirmiştir. Olumlu ve olumsuz sonuçların altında yatan süreçleri anlamak amacıyla bir çerçeve olarak aile stres modeli üzerinden açıklamalar yapılmıştır. Stres modeli ile tutarlı olarak, katılımcılar kasırganın işsizlik ve uzun süreli ayrılmalar dahil olmak üzere dış stres faktörlerine yol açtığını ve bu stres faktörlerinin sırasıyla hem bireysel işleyişi hem de ilişkisel süreçleri (örneğin iletişim ve destek) baltaladığını bildirmiştir. Olumlu değişiklikler bildiren katılımcılar ise ilişkilerinde yeni istihdam fırsatları, daha geniş bir bakış açısı ve yüksek düzeyde etkili iletişim ve destek deneyimlerini aktarmışlardır. Destek kaynaklarına bakıldığında ise hepsi eşit etkiye sahip değildir. Arkadaşlardan ve eşlerden alınan destek diğerlerine göre daha etkilidir. Bu nedenle çiftlerin afetten sonra çift ve aile terapisi alması özel hale gelebilir (Goodwin ve diğerleri, 2020). Ayrıca afet sonrası düşük gelirli ailelerin ekonomik yükünü azaltan politikalar ve bireyler ile çiftler için deneysel olarak desteklenen, kültürel açıdan duyarlı, klinik müdahaleler öneriler arasındadır (Lowe ve diğerleri, 2012).

Doğal Afet ile Anne Baba ve Çocuk İlişkisi

Doğal afetler ebeveynler aracılığı ile aile sistemini, dolayısıyla çocukları etkiler. Ebeveynin zorlayıcı yaşam olayına uyumu çocuğun da uyumunu şekillendirir. Zorlayıcı olaydan önceki çocuk ve ebeveyn arasındaki ilişki çocuğun depremden sonraki tepkilerini etkiler. Proctor ve diğerleri (2007) küçük çocukların deprem gibi ani, olumsuz bir çevresel olaya tepkilerinin, kısmen olaydan önceki ebeveyn-çocuk ilişkisinin doğasından ve ayrıca ebeveynlerin olayı takiben sergilediği tepkilerden etkilendiğini ortaya koymuşlardır. Araştırma sonucuna göre çocukların büyük çoğunluğu depremden sonra ilk 1 ay ve hatta 8 ay sonra psikolojik sıkıntı belirtileri sergilemişlerdir. Ayrıca babaları tarafından

olumsuz davranışa maruz kalan kız çocukları ile anneleri tarafından olumsuz davranışa maruz kalan erkek çocuklarında depremin şiddeti ile verilen tepki arasındaki ilişki düşük bulunurken, özellikle erkek çocuklar için deprem etkisinin ebeveyn stresi aracılığı ile yüksek orantılı olduğu bulunmuştur. Aynı araştırmada elde edilen bulgulara göre deprem sonrası ebeveyn stresi çocukların psikolojik sıkıntısı ile ilişkilidir. Deprem sonrası ebeveyn stresi, depremin etkisi ve çocukların psikolojik sıkıntısı arasında aracı bir role sahiptir. Deprem öncesi olumlu ebeveyn davranışlarının çocukların sıkıntı düzeyini hafiflettiği görülmüştür. Bu bulgulardan hareketle ebeveyn güçlendirmesinin önemli olduğu söylenebilir.

Doğal afet sonrası psikolojik sıkıntı ve travma sonrası stresin artmasında demografik değişkenler, afet öncesi psikolojik sıkıntı, tahliye zamanlaması ve ölüm değişkenleri kontrol edilse bile afet sırasında bir çocuğun güvenliğine dair bilgi eksikliğinin de önemli bir faktör olduğu ortaya çıkmıştır. Katılımcılarla yapılan görüşmelerden annelerin sürekli olarak çocuklarının ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarının önüne koyduğu görülmüştür (Lowe ve diğerleri 2011; Scaramella ve diğerleri, 2008). Müdahale çalışmalarını daha etkili yürütebilmek için bir afetten sonra çocuklara sağlanan sosyal desteğin kaynağını da dikkate almak önemlidir. Örneğin, anne ve babadan gelen sosyal destek, akranların sağladığından daha önemli olabilir (Lai ve diğerleri, 2018). Bununla birlikte yaşam koşullarında en dikkat çekici değişim barınma ile ilgilidir. Barınma merkezlerinde yaşayan ergenlerin kaygı düzeyleri daha yüksektir. Buna rağmen, bu ergenlerin intihar eğilimleri, kendi evlerinde veya yakınlarının evlerinde yaşayan ergenlerin intihar eğilimlerine göre anlamlı olarak düşüktür. Barınma merkezlerinde uzun süreli yaşantı deneyimi stresli olabilirken, ergenlerde ruhsal gelişimi de teşvik edebilir, intihar düşüncelerine ve girişimlerine karşı koruyucu faktör olarak işlev görebilir. Bu durum, toplu yaşamın sağladığı sosyal destek ve gençlerin yaşadıkları deneyimle ilgili yalnız olmadıkları algısı ile ilişkili olarak açıklanabilir. Özellikle afet sonrası büyük oranda ekonomik kayıp yaşayan ergenlerin depresyon, travma sonrası stres ve kaygı düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Anne babanın ekonomik zarar görmesi veya işini kaybetmesi aile yaşamını doğrudan etkileyebilir, ergenlerin umutlarını ve geleceklere yönelik olumlu bakış açılarını zedeleyebilir, duygusal rahatsızlıklara ve psikolojik rahatsızlıklara yol açabilir (Gerstner ve diğerleri, 2020).

Anne ve babalar doğal felaketin getirdiği sorunlarla karşı karşıya kaldıklarında kendilerini toparlamaya ve aileleri için yeniden düzen sağlamaya

odaklanırlar. Bunun sonucunda çocuklarına sosyal destek sağlamada değişim gösterebilirler. Zaman geçtiğinde ve temel ihtiyaçlar karşılandığında, ebeveynler çocuklarına yeterli sosyal desteği sağlamak için daha donanımlı hale gelebilirler (Lai ve diğerleri, 2018).

Doğal Afetlerin Çocuklar Üzerindeki Etkisi

Doğal felaketlerin çocukların ruh sağlığına etkisi TSSB, depresyon ve kaygı bozuklukları ile ilişkilendirilmektedir. Kültürel farklılıkların ve sosyal desteğin bir doğal afetten sonra çocukları etkileyip etkilemediği konusunda farklı görüşler vardır (Rahmani ve diğerleri, 2022). Depremın çocuklar üzerindeki etkisi iki yönlüdür. İlki, aile üyelerinin ya da arkadaşlarının kaybı ile oluşan duygusal savunmasızlıklarıdır; ikincisi ise ebeveyn kaybı ile oluşan hayatta kalma ile ilgili riskleridir (Doostgharin, 2009; Javadian, 2007). Bu etkilerden sonra çocuklarda yetersiz beslenme, çeşitli hastalıklar, malzeme ve güvenli konut eksikliği sebebi ile yaralanma riski oluşabilir. Uzun vadeli süreçte oluşacak risk faktörleri literatürde daha sık karşımıza çıksa da bu açıklanan kısa süreli faktörler ile ilgili araştırmalar sınırlıdır (Şalcıoğlu ve diğerleri, 2003). Doğal afetlerin kısa süreli etkilerine baktığımızda, sevdiği birinin ölümüne tanık olan çocuklarda olayla ilgili rüyalar, deprem mahallinden görüntüler ve sesler gibi tipik TSSB belirtileri görülebilir (Myers-Walls, 2005). Özellikle duygusal problem geçmişi olan yaşı daha büyük çocuklarda, bu etkilerin uzun süreli devam edebileceği ve daha fazla nevrotik savunma kullanabilecekleri görülmektedir (Lewin ve diğerleri, 1998).

Ebeveynlerin deprem sonrasında çocuklara hemen rahatlık ve destek sunamaması çocuklardaki sıkıntıyı arttırabilir. Çocuklarda ortaya çıkan bu sıkıntılar sadece yaşanan olayın dehşetiyle değil normal hayat rutininin bozulmasıyla da ilgilidir. Günlük yaşamlarında çocuklara bakım veren yetişkinlerin sergilediği tutumlar ve yaşadıkları sıkıntılar, bunun yanı sıra ailenin tanıdık olan fiziksel ve sosyal yapılarına erişimin yok olması çocuklardaki bu sıkıntıların artmasına yol açmaktadır (Margolin ve diğerleri, 2010). Örneğin, Maria Kasırgası'ndan sonra Porto Rikolu gençlerle yürütülen bir çalışmada, afetle ilişkili stres faktörlerinin ve yüksek düzeyde TSSB, depresyon semptomlarının önemli ölçüde yaygın olduğu ortaya koyulmuştur. Çalışmada, afetin ardından çocukların toplam uyku sürelerinde azalma ve uyku bölünmeleri yanında uykuya dalmakta, uykuyu sürdürmekte ve normalden daha fazla uyumada zorluk yaşadıkları bulunmuştur (Lai ve diğerleri, 2020).

Doğal Afetler ve Kardeş Sistemi

Asarnow ve diğerleri (1999) kardeşler arasında depreme maruz kalma ve deprem sonrası sıkıntı arasında anlamlı bir farklılık olduğunu ortaya koymuşlardır. Doostgharin (2009) tarafından yapılan bir araştırmada deprem sonrası 3 ile 14 gün arasında mülteci kampında toplanan 13-16 yaş aralığındaki çocuklarla görüşmeler yapılmıştır. Anne ve babasının ölümünden emin olan bu çocukların kardeşlerinin hayatta olup olmadıkları ile ilgili endişeleri yapılan görüşmelerde vurgulanmıştır. Bu durumun gençlerin tepki verme biçimini etkilediği görülmektedir. Gençlerin depremden sonra harekete geçme düşüncesi, kayıp yakınlarını aramak, aile üyelerinin güvenliği ile ilgili bilgi gereksinimi ve depremin olduğu bölgeye geri dönmek gibi istekleri ön plandadır.

Kardeşe sahip olup olmamanın, TSSB ve depresyon belirtileri ile ilişkisine dair farklı araştırma sonuçları vardır. Kardeşi olan çocuklara kıyasla tek çocukların daha yüksek bir depresyon seviyesine sahip olma eğiliminde oldukları görülmüştür (Zhang ve diğerleri, 2012). Buna karşın, Fan ve diğerleri (2011) depremden sonra tek çocukların TSSB ve depresyona sahip olma olasılığının daha az olduğunu bulmuştur. Benzer biçimde, Çin'deki Ya'an depreminden 3 yıl sonra çocuklar ve ergenlerde TSSB ve depresyon ile ilişkili yordayıcıları belirlemeye yönelik çalışmada kardeşe sahip olanların daha yüksek TSSB ve depresyon belirtisi gösterdiği bulunmuştur (Jin ve diğerleri, 2018). Ergenler üzerine yapılan bir çalışmada Zhang ve diğerleri (2012), TSSB semptomlarının bir depremden sonra zaman içinde kademeli olarak değiştiğini, kardeşleri olan çocukların geçen sürede TSSB semptomları sergileme olasılığının en yüksek olduğunu bulmuştur. Jin ve diğerleri (2019) Ya'an depreminden sonra, tek çocuk olmanın ya da kardeşe sahip olmanın olumsuz yaşam olayları, depresif belirtiler ve TSSB üzerindeki etkisini incelemişlerdir. Araştırmanın bulguları, kardeşleri olan çocukların tek çocuklara göre depresif semptomlar, TSSB, olumsuz yaşam olayları açısından daha yüksek puan aldıklarını göstermektedir. Kardeşleri olan çocuklara ek müdahalede bulunulması gerektiği önerilmiştir.

Tek çocukların ebeveynleri çocuklarını büyütürken daha endişeli olduklarından (Schachter, 1961), çocuğun ihtiyaçlarına daha çok yanıt vermektedirler ve bu da onlara daha sağlıklı bir gelişim olanağı sunmaktadır. Jin ve diğerleri (2019) tek çocuk olmanın aile desteğini daha fazla almaya olanak sunduğu için kardeşi olan çocuklara göre TSSB ve depresyon belirtilerini daha az gösterdiklerini belirtmişlerdir. Diğer yandan, tek çocuk olmak en başta bakım alma açısından kardeşi olan çocuklardan farkı olmasa da zaman geçtikçe kardeşi

olan çocukların destek alma oranları daha yüksek bulunmuştur (Shi ve diğerleri, 2016). Alan yazındaki araştırmalar incelendiğinde, kardeşe sahip olmanın TSSB ve depresyon ile ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmaların çoğunlukta olduğu görülmektedir. Bunun yanı sıra kardeşe sahip olmanın sosyal destek sağladığı anlaşılmaktadır.

Doğal Afetlerde Aile Sistemi için Koruyucu Etmenler ve Riskler

Deprem gibi doğal afetler bireyi olduğu kadar aile sistemini de etkilemektedir. Doğal afet deneyiminin ardından yapılan çalışmalarda mağdurların aynı derecede etkilenmediği anlaşılmaktadır. Bu bağlamda koruyucu faktörlerin depremin olumsuz etkilerini azalttığı, risk faktörlerinin ise olumsuz etkileri arttırabileceği görülebilir. Bu nedenle bu çalışmada, depremin aile sistemi üzerindeki etkisi ile ilişkili faktörler gözden geçirilmiştir.

Yerel düzeyde ve aile birimi düzeyinde afetlerle yüzleşmeye hazırlıklı olmak, afet hasarını azaltma hedefine ulaşmanın temel bir yolu olarak tanımlanmaktadır (Levac ve diğerleri 2012). Genel olarak, afete hazırlık, bir afet durumunda olumsuz sonuçları hafifletmek ve bunlarla başa çıkmak için bir dizi plan, beklenti ve kaynağı içerir. Buna göre, ailelerin afetten en az 72 saat sonra fiziksel olarak kendi kendilerine yetmelerine ortam sağlanmalıdır (Kohn ve diğerleri, 2012). Ancak, dünya genelinde afete hazırlıklı olma oranı genellikle düşüktür. (Witting ve diğerleri, 2021). Yıkıcı bir afet sonrası yeniden yapılanma ve zamanın geçmesiyle, depremden etkilenen bölgelerde yaşayanların yaşam kalitesi önemli ölçüde iyileşir. Afet tehdidi altındaki bölgelerde yaşayanların yaşam kalitesi üzerindeki etkisine ilişkin farklı bakış açılarını yansıtan çok sayıda araştırma yapılmıştır. Afete hazırlık yapan çiftlerin hazırlık davranışı ve yaşam doyumları arasında yüksek düzeyde pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur (Qing ve diğerleri, 2021). Benzer bir biçimde sel bölgelerinde evlerini yüksek bölgelere taşıyarak sele hazırlanan kişilerin öznel iyi oluşlarının daha yüksek olduğunu bulunmuştur (Hudson ve diğerleri, 2019). Deprem deneyiminde iyi iş organizasyonu ve bireyin sağlıklı baş etme mekanizmaları koruyucu faktörler içindedir. Afete hazırlıklı olmanın bireyleri hazır hale getirerek dolayısıyla aile üyelerini ve toplumun baş etme mekanizmalarına katkı sağlayacağı böylelikle iyi oluşu arttıracağı düşünülmektedir.

Doğal afet sonrası değişen sosyoekonomik durum, aile-toplum desteği eksikliği, aile içi şiddeti ve toplumsal şiddeti beraberinde getirebilmektedir (Ommeren ve Wessells, 2007). Şiddetin yanı sıra kayıplar da aile sistemini etkilemektedir. Deprem sonrası yaşlı bireylerde orta ve ciddi düzeyde aile işlev

bozukluğu görülmektedir. Diğer yandan, deprem sırasında daha az mali kayıp yaşamak aile işlevi için olumlu bir yordayıcıdır (Cao ve diğerleri, 2013). Yaşlı bireylerin aile işlevleri incelendiğinde, deprem sonrası geniş veya çekirdek ailelerdeki aile uyumu, tek ebeveynli ailelerden önemli ölçüde daha yüksektir. Yaşlı ebeveynlerde başka bir bebek doğurma olanağı, pozitif aile işlevi ve aile uyumu için önemli bir belirleyicidir (Cao ve diğerleri, 2013).

Nepalli depremzede annelerle yapılan çalışmada, depremin aile yaşamı üzerinde olumsuz etkisi olduğu ve araştırmaya katılan annelerin %24'ünün TSSB belirtileri gösterdiği bulunmuştur. Daha düşük eğitim seviyesine sahip olmak ve aile üyelerini kaybetmiş olmak, annelerin daha yüksek TSSB belirtisi gösterdiğini ortaya koymuştur (Kvestad ve diğerleri, 2019). Bununla birlikte, depremin ardından etkin bir rol üstlenmek koruyucu bir faktör olabilir. Örneğin, deprem sonrası kurtarma çalışmalarına yardım eden annelerin, yardım etmeyenlere göre daha düşük TSSB gösterdiği bulunmuştur (Kvestad ve diğerleri, 2019).

Depremin etkileri değerlendirildiğinde kadın olmak, cinsiyetin getirdiği özellikler bağlamında risk faktörü oluşturmaktadır. Kadınlar ve bekar anneler doğal afetlerden sonra artan psikolojik belirtiler bağlamında risk grubunda yer almaktadır (Bolin & Bolton, 1986; Kessler ve diğerleri, 2008). Depremin ardından kadınlar, düşük aile desteği, sağlık sistemine erişimde zorluk, ekonomik kayıp gibi değişkenlerden etkilenmiştir. Ek olarak, ölü doğum, kürtaj, genital sağlık gibi üreme sorunları açısından depresyon ve anksiyete riski ile karşı karşıya kalmaktadırlar (Anwar ve diğerleri, 2011). Deprem sonrası kadınlar üzerindeki olumsuz etkiyi arttıran diğer bir risk faktörü, gebeliktir. Kadınlar için gebelik ve doğum sonrası dönem, kronik stres faktörlerine karşı daha savunmasız oldukları dönemlerdir (Olson ve diğerleri, 2019). Depremin hamileliğin erken döneminde meydana gelmesiyle, daha stresli olarak değerlendirilmesi arasında ilişki bulunmuştur. Özellikle gebeliğin erken döneminde stresin etkilerinin daha belirgin olduğu vurgulanabilir (Glynn ve diğerleri, 2001). Doğal felaketlerin yakın ve uzak zamanlı etkileri arasında; doğum sonrası depresyon (King ve diğerleri, 2012, Brotnow ve diğerleri, 2015) ve nesiller arası travma aktarımı (Connolly, 2011) sayılabilir. Bu kapsamda gebeler için koruyucu ruh sağlığı hizmetleri olası riskleri azaltmada kritik öneme sahiptir.

Anne babaların ruh sağlığı çocukları etkileyebilir. Alexander ve Klein (2009), çocukların kaygı düzeyini sağlıklı aile işlevi ile açıklamışlardır. Bununla ilgili olarak, Kılıç ve diğerleri (2003), daha fazla ruhsal soruna sahip anne babası olan çocukların daha fazla TSSB semptomu gösterdiklerini ve daha depresif ve endişeli olduklarını ortaya koymuşlardır. Çocukların travma düzeyi babalarının

depresyon ve genel ruh sağlığı ile ilişkilidir. Sağlıksız aile işlevi ile çocukların kaygı düzeyi arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Araştırmada, babaları TSSB ve depresyon yaşayan çocukların depresyon düzeyi daha yüksek bulunmuştur.

Doğal Afet ve Aile Psikolojik Danışmanlığı

Doğal afet sonrasında çeşitli psikososyal sorunların yaşandığı bilinmektedir. Uygulanacak müdahaleler planlanırken doğal afet sonrası danışmanlığa ilişkin daha fazla farkındalığa gereksinim duyulmaktadır. Müdahale stratejisi olarak tercihen toplum temelli, uzun süreli; sağlık ve eğitim kurumları ile yerel ve ulusal yönetim kurumlarının dahil olduğu geniş kapsamlı müdahalelerin benimsenmesi önerilmektedir. Psikososyal, psikoeğitim ve klinik müdahaleleri birlikte kullanan bütünsel bir yaklaşımın, sadece bir yaklaşımdan yararlanmaktan daha etkili olması beklenmektedir (Kar, 2009). Kapsamlı bir doğal afet yardım programı içinde sistematik tarama ve travma/yas odaklı müdahaleler dahil olmak üzere toplum ruh sağlığı hizmetlerini dahil etmeye ihtiyaç vardır (Goenjian ve diğerleri, 2001).

Doğal felaketlerin ardından çocuklar hem kendilerinin hem de ailelerinin nasıl hissettiğine ilişkin konuşmaya gereksinim duyabilir. Özellikle, bir ebeveynin veya aile üyesinin kaybı söz konusuysa, çocuğun kaybettiği sevdiklerini hatırlama ve onun hakkında konuşma gereksinimini kolaylaştırmak gerekir. Uzmanların çocuklara psikolojik destek sunarken çocukların duygularını anlamlandırmalarına ve duygularını ifade etmelerine yardımcı olması önerilmektedir. Bunu yaparken çocuğun hızına ayak uydurulması, çocuğun kendiliğinden ortaya koyduğu şeylerin göz ardı edilmemesi gerekmektedir. Bunun yanı sıra, çocuğun baş etmekte zorlandığı duyguların düzenlenmesi desteklenebilir (Kar, 2009).

Doğal afetlerden sonra çoğu çocuk tipik semptomlar gösterir. Anne babalar ve öğretmenler duygusal destek sağladığında ve uyumlu başa çıkma stratejilerini kolaylaştırdığında bu belirtileri hafifletilebilirler. Fakat, bazı çocuklar klinik semptomlar yaşayabilir (Baggerly ve Exum, 2007). Doğal afet sonrası, aile sisteminin ve dengesinin etkilenmesi kaçınılmazdır. Ailenin felaketten etkilenme derecesi çocukların klinik semptomlarını işlevsel olarak ele alma kapasitesini etkilemekle beraber çoğu anne baba başta çocukları olmak üzere, psikolojik danışma hizmetleri için destek arayışına gireceklerdir.

Doğal afetlerden sonra çocukların ve ergenlerin tipik ve klinik travmatik stres semptomlarını tanımak, aile danışmanlarına gerekli terapötik müdahaleleri sağlamada rehberlik edecektir. Aile danışmanlarının, uzmanlıklarını ve danışanlarının özelliklerini dikkate alarak çocukların belirtileri tanıma ve

yönetmede, travma öyküsünün yeniden oluşturulmasında ve yeniden bağlantı kurmalarında, oyun terapisi ve etkililiği kanıtlanmış yaklaşımlarla müdahale süreçlerini yönetmeleri beklenir. Bunların yanı sıra iyileşmenin evde ve okulda da gerçekleştiği göz önüne alınmalıdır. Bu yüzden danışmanların, psikolojik sağlamlığı geliştirme kaynakları için çocukların stres belirtilerini anlama, daha fazla dikkat ve bakım verme, rutini yeniden oluşturma, açık iletişim ve uyumlu başa çıkma stratejilerini kolaylaştırma konusunda anne babalara ve öğretmenlere danışmanlık yapmaları önemlidir (Baggerly ve Exum, 2007).

Sonuç ve Öneriler

Doğal afetlerin aile sistemi üzerindeki etkileri incelendiğinde; göç, aile yaşam rutini, sosyal yaşam, sosyo-ekonomik durum, yas ve bunların getirdiği psikolojik etkilerin aile sisteminde köklü değişikliklere yol açtığı ve bu değişimlerin her bir alt sistem üzerinde farklı etkileri olduğu söylenebilir. Bu çalışmada doğal afetin eş sistemi, ebeveyn sistemi, kardeş sistemi ve çocuklar üzerindeki etkilerine ilişkin araştırma sonuçları incelenmiştir. Bu sistemler içinde özellikle eşler arasındaki ilişki niteliği tüm aile sistemini etkilemektedir. Eş sisteminin güçlendirilmesi aile sisteminin güçlenmesine olanak sağlar. Doğal afetin eşler arası ilişki üzerinde oluşturduğu olumlu ve olumsuz etkileri yönetme çift terapisi, aile danışmanlığı, psikoeğitim çalışmaları ile desteklenebilir.

Anne ve babalar, doğal afetin getirdiği güçlükler nedeniyle aile içindeki rollerini sağlıklı bir biçimde yerine getirmede zorlanabilirler. Çocuklar afet sonrasında rutinlerinin değişmesiyle uyum ve davranış problemi gösterebilirler. Anne babalar aile içi ilişkilerinde denge kurmakta ve ebeveyn stresini yönetmekte afet öncesine göre daha fazla zorlanacaklardır. Anne babalar afet sonrasında çocuklarının gelişim dönemlerine göre göstereceği stres tepkilerine ilişkin farkındalıklarını arttırarak ve bu tepkileri sağlıklı bir biçimde yöneterek aile işlevlerini güçlendirebilirler. Anne babaların bu zorlayıcı görevlerini yerine getirmek için bireysel olarak kendi kaynaklarını güçlendirmeleri önerilmektedir. Bu açıdan psikososyal destek hizmetleri ailelerin bakım verme rolünü oyun ve danışma merkezleri aracılığıyla destekleyebilir. Ayrıca aile danışmanları anne babaların, çocuklarının psikolojik iyileşme sürecindeki doğrudan ve dolaylı etkisinin farkında olması ve buna yönelik psikoeğitim ve danışmanlık hizmetleri sunabilir.

Çocuk özelinde yapılan araştırmalara bakıldığında, psikolojik sağlamlığı yüksek olan çocukların keder ve kayıplarla baş etmede daha hızlı iyileştikleri görülmüştür. Psikolojik sağlamlık, davranışsal adaptasyonu içeren içsel durumla ve çevre tarafından iletilen etkili işlevsellik ile açıklanır (Daniel, 2003). Ayrıca gençlerin ve çocukların afet sonrası tepki verme biçimleri, afet öncesi çeşitli yaşam olayları, yaşam deneyimleri ve kişilik örüntülerine bağlıdır. Bu kapsamda değerlendirildiğinde, afet geçirmiş çocukların yaşama uyum sağlayabilmeleri için öncelikle acilen temel ihtiyaçları karşılanmalı, yakınlarını kaybetmiş çocuklara kaynaklarını da kaybettikleri için kısa ve uzun vadeli psikolojik destek sunulmalıdır (Myers-Walls, 2005). Pfefferbaum ve diğerleri (2003), çocukların yaşadığı travmanın etkilerini azaltmak ve onları korumak için ailelerin felaketler sonrası uygulanmak üzere planlarının olması gerektiğini vurgular. Örneğin, anne ve babalar, çocuklarını rutin aktivitelere yönlendirebilir, üretken olmalarını destekleyebilir ve olumsuz görsellerin paylaşıldığı medyanın kullanımı konusunda kısıtlayıcı olabilirler. Bazen çocukların daha hızlı başa çıkmaları ve iyileşmeleri için rahat ve destekleyici bir ortam sağlamak üzere stresli bir ortamdan uzaklaştırılmaları gerekebilir. Çocukların travmatik deneyimden kurtulması, aynı zamanda toplumun veya ülkenin sosyal ve ekonomik iyileşmesine de bağlıdır (Goenjian ve diğerleri, 2001).

Kardeş sistemindeki çocuk sayısı doğal afet bağlantılı sorunları farklılaştırmaktadır. Tek çocuk olmak, sosyal destek açısından kardeşe sahip olanlara göre dezavantajlı bir durum olduğu için anne babanın bu dezavantajın farkında olması ve gerekli ilgiyi sunması önemlidir. Diğer yandan kardeşe sahip olmanın da dezavantajları bulunmaktadır. Anne baba ilgiyi ihtiyacının daha fazla olduğunu düşündüğü çocuğa yönlendirebilir ya da çeşitli sebeplerle çocuklarının bakım sorumluluğunu birbirine yükleyebilir. İlgi odağında olmayan çocuk için ihmal edilmişlik duygusu ve kardeşin sorumluluğunu almanın stresi doğal afetin yanı sıra ek bir stres kaynağı oluşturabilir. Anne babaların ve uzmanların kardeş sistemi içinde neler olup bittiğini fark etmeleri ve çocukların ortaya çıkan ihtiyaçlarına yönelik destekleyici çalışmalar yapmaları önerilir.

Aile sistemini olumlu etkileyen sosyal yaşamının desteklenmesi ailelerin iyi oluşu açısından önem taşımaktadır. Depremle ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında, yıkımın yüksek olması ile yer değiştiren depremzedelerin, depreme maruz kalmaya devam eden depremzedeler kadar TSSB belirtileri gösterdikleri görülmüştür. Yer değiştirmeyen depremzedelerin yaşadıkları deneyim ortaklığı duygusunun bazen iyileştirici olduğu görülmüştür (Norris ve diğerleri, 2002a).

Bu bağlamda, psikososyal kaynakların mağdurların ruh sağlığı açısından önemli bir noktada olduğu söylenebilir. Çünkü, sosyal kaynakların kaybını önlemek için insanların kendi doğal gruplarının yakınında kalması arzu edilir. Ayrıca doğal afet sonrasında rutinin olabildiğince hızlı sağlanması tavsiye edilir, böylelikle insanlar olaya ilişkin deneyimlerini ve duygularını kendi yakınları ile paylaşma fırsatı yakalayabilir. Kriz danışmanlığının da temel ilkelerinden biri, afet sonrası yaşanan bazı sıkıntıların anormal durumlara verilen normal tepkiler olduğunu kabul etmektir. Bu açıdan bakıldığında, bu tepkilerin normal olduğunu görmeleri için rutin sosyal etkileşimler en iyi yollardan biridir (Norris ve diğerleri, 2002b). Buna ek olarak, doğal afetlere ilişkin hazırlık yapma davranışı iyi oluş bağlamında koruyucu bir faktör olarak değerlendirilebilir. Bu bağlamda aile üyelerinin afete hazırlık planı yapmaları, ailelerinin güvenliği için afete hazırlık davranışlarını sergilemeleri ailenin psikolojik sağlamlığını arttırabilir.

Afet sonrası aile üyeleri bir yandan hayatta kalmaya ve yaşamlarını devam ettirmeye odaklanır, diğer yandan afetin getirdiği kayıplarla ve travmatik stresle başa çıkmaya çalışırlar. Bu bağlamda aile üyelerinin her biri ve aile içi rolleri için psikolojik sağlamlıklarını arttırmak, ilişkilerinde ortaya çıkabilecek olası stresi yönetme becerilerini desteklemek, aile yaşamını güvenli hale getirmek, iyi oluşlarını arttırmak için psikososyal destek hizmetleri ile desteklenme ihtiyaçları açıktır (Proctor ve diğerleri, 2007). Doğal afet kapsamında yürütülecek aile danışmanlığı hizmetleri için çalışmaların ve araştırmaların arttırılması, aile danışmanlarının konuyla ilgili uzmanlıklarının desteklenmesi önerilmektedir.

Okul temelli aile danışmanlığı hizmetleri kapsamında öğrencilere, ailelere, öğretmenlere, yöneticilere ve okul personeline doğal afetler özelinde bilgilendirme hizmetleri sunulabilir. Okul psikolojik danışmanları, öğretmenlerin ve ailelerin önleyici hizmetler, krize müdahale becerilerini geliştirmeye yönelik konsültasyon hizmetleri sunabilirler. Öğretmenler sınıf rehberliği aracılığıyla bireysel desteğe ihtiyacı olan öğrencileri fark edip krize müdahale çalışmaları için okul psikolojik danışmanına yönlendirebilir.

İlgili alanyazın tarandığında doğal afetlerin aile sistemi üzerindeki etkilerine ilişkin nitel ve nicel araştırmaların çeşitliliği dikkat çekici olmakla beraber Türkiye’de konuya ilişkin çalışmalar oldukça sınırlıdır. Bu bağlamda doğal afet öncesi hazırlık, doğal afet sırası ve sonrası aile sistemine yönelik etkilere ilişkin nitel ve nicel araştırma desenlerinin kullanıldığı araştırmalara ihtiyaç vardır. Konuyla ilgili TSSB, depresyon, yas, belirsiz kayıp, aile stresi,

evlilik doyumu, ebeveyn stresi, aile içi şiddet, aile yılmazlığı, aile yaşam doyumu, aile uyumu, kardeş ilişkileri, sosyal destek gibi konularda farklı araştırma desenleriyle çalışmalar yürütülebilir. Betimsel araştırmaların yanı sıra sahada çalışan uygulayıcılara destek olması için olgu sunumu ve müdahale çalışmalarının olduğu deneysel araştırmalara ihtiyaç vardır. Küresel iklim krizi ve doğal afetler açısından Türkiye'nin riskli bir bölge olduğu düşünüldüğünde, yerel ve ulusal politikalar aracılığıyla doğal afet öncesi hazırlıklara ilişkin gerekli bilgilendirmelerin yapılması ve doğal afetler kapsamında aile danışmanlığı hizmetlerinin yaygınlaşması ve desteklenmesi önceliklendirilmelidir.

KAYNAKÇA

- Adams P.R. ve Adams, G.R. (1984). Mount Saint Helens's ashfall: evidence for a disaster stress reaction. *American Psychologist*, 39(3), 252–260.
- Alexander, D.A. ve Klein, S. (2009). First responders after disasters: a review of stress reactions, at-risk, vulnerability, and resilience factors. *Prehospital and Disaster Medicine*, 24(2).
- Anwar, J., Mpofu, E., Matthews, L. R., Shadoul, A. F. ve Brock, K. E. (2011). Reproductive health and access to healthcare facilities: risk factors for depression and anxiety in women with an earthquake experience. *Anwar et al. BMC Public Health*, 11(523).
- Asarnow, J., Glynn, S., Pynoos, R.S., Nahum, J., Guthrie, D., Cantwell, D.P. ve Franklin, B. (1999). When the Earth Stops Shaking: earthquake sequelae among children diagnosed for pre-earthquake psychopathology. *J. Am. Acad. Child Adolesc. Psychiatry*, 38(8), 1016-1023.
- Baggerly, J. ve Exum, H. A. (2007). Counseling children after natural disasters: guidance for family therapists. *The American Journal of Family Therapy*, 36(1), 79-93.
- Başoğlu, M., Şalcıoğlu E., ve Livanou M. (2002). Traumatic stress responses in earthquake survivors in Turkey. *Journal of Traumatic Stress*, 15(4), 269-276.
- Bolin, R. C., & Bolton, P. A. (1986). Race, religion, and ethnicity in disaster recovery.
- Brotnow, L., Reiss, D., Stover, C. S., Ganiban, J., Leve, L. D., Neiderhiser, J. M. ve Stevens, H. E. (2015). Expectant mothers maximizing opportunities: maternal characteristics moderate multifactorial prenatal stress in the prediction of birth weight in a sample of children adopted at birth. *PloS one*, 10(11).
- Cao, X., Jiang, X., Li, X., Lo, M. C. J. H., Li, R. ve Dou, X. (2013). Perceived family functioning and depression in bereaved parents in China after the 2008 Sichuan earthquake. *Archives of Psychiatric Nursing*, 27(4), 204-209.
- Cao, X., Jiang, X., Li, X., Lo, M. C. J. H. ve Li, R. (2013). Family functioning and its predictors among disaster bereaved individuals in China: eighteen months after the Wenchuan earthquake. *PloS one*, 8(4), e60738.

- Centre for Research on the Epidemiology of Disasters (CRED). (2023). 2022 Disasters in numbers. Brussels.
- Connolly, A. (2011). Healing the wounds of our fathers: Intergenerational trauma, memory, symbolization and narrative. *Journal of Analytical Psychology*, 56(5), 607-626.
- Daniel, B. (2003). The Value of Resilience as a Concept for Practice in Residential Settings, *Scottish Journal of Residential Child Care*, 2.
- Doostgharin, T. (2009). Children affected by earthquakes and their immediate emotional needs. *International Social Work*, 52(1).
- Fan, F., Zhang, Y., Yang, Y., Mo, L. ve Liu, X. (2011). Symptoms of posttraumatic stress disorder, depression, and anxiety among adolescents following the 2008 Wenchuan earthquake in China. *J Trauma Stress* 24, 44–53.
- Galea, S., Nandi, A. ve Vlahov, D. (2005). The epidemiology of post-traumatic stress disorder after disasters. *Epidemiologic reviews*, 27(1), 78-91.
- Gerstner, R. M., Lara-Lara, F., Vasconez, E., Viscor, G., Jarrin, J. D., & Ortiz-Prado, E. (2020). Earthquake-related stressors associated with suicidality, depression, anxiety and post-traumatic stress in adolescents from Muisne after the earthquake 2016 in Ecuador. *BMC psychiatry*, 20(1), 1-9.
- Glynn, L. M., Wadhwa, P. D., Dunkel-Schetter, C., Chicz-DeMet, A. ve Sandman, C. A. (2001). When stress happens matters: effects of earthquake timing on stress responsivity in pregnancy. *American journal of obstetrics and gynecology*, 184(4), 637-642.
- Goenjian A.K., Molina L., Steinberg A.M., Fairbanks L.A., Alvarez M.L. ve Goenjian H.A. (2001). Posttraumatic stress and depressive reactions among Nicaraguan adolescents after hurricane Mitch. *Am J Psychiatry*, 158, 788-794.
- Goodwin, R., Sugiyama, K., Sun, S., Aida, J., & Ben-Ezra, M. (2020). Psychological distress after the Great East Japan Earthquake: two multilevel 6-year prospective analyses. *The British Journal of Psychiatry*, 216(3), 144-150.
- Hudson, P., Botzen, W.W., Poussin, J. ve Aerts, J.C. (2019). Impacts of flooding and flood preparedness on subjective well-being: A monetisation of the tangible and intangible impacts. *Journal of Happiness Studies*, 20, 665-682.
- Ommeren, M. ve Wessells, M. (2007). Inter-agency agreement on mental health and psychosocial support in emergency settings. *Bulletin of the World Health Organization*, 85.
- Javadian, R. (2007). Social work responses to earthquake disasters: a social work intervention in Bam, Iran. *International Social Work*, 50(3).
- Jin, Y., Deng, H. ve An, J. (2018). The Prevalence of PTSD symptoms and depressive symptoms and related predictors in children and adolescents 3 years after the Ya'an Earthquake. *Child Psychiatry Hum Dev* 50, 300–307.
- Jin, Y., Zeng, P., An, J. ve Xu, J. (2019). Negative life events and post-traumatic stress disorder symptoms: a moderated mediation model of only-child status and depressive symptoms. *Public Health*, 172, 31-39.

- Kar, N. (2009). Psychological impact of disasters on children: review of assessment and interventions. *World Journal of Pediatrics*, 5, 5-11.
- Kasapoğlu A. ve Ecevit M. (2001). *Depremın Sosyolojik Araştırması*. Ankara: Sosyoloji Derneği Yayınları.
- Kessler, R. C., Galea, S., Gruber, M. J., Sampson, N. A., Ursano, R. J. ve Wessely, S. (2008). Trends in mental illness and suicidality after Hurricane Katrina. *Molecular psychiatry*, 13(4), 374-384.
- Kılıç, E. Z., Özgüven, H. D. ve Sayıl, I. (2003). The psychological effects of parental mental health on children experiencing disaster: The experience of Bolu earthquake in Turkey. *Family process*, 42(4), 485-495.
- Kılıç, C., Aydın, I., Taskıntuna, N., Özçürümez, G., Kurt, G., Eren, E., Lale, T., Özel, S., ve Zileli, L. (2006). Predictors of psychological distress in survivors of the 1999 earthquakes in Turkey: effects of relocation after the disaster. *Acta Psychiatr Scand*, 114.
- King, S., Dancause, K., Turcotte-Tremblay, A.M., Veru, F. ve Laplante, D.P. (2012). Using natural disasters to study the effects of prenatal maternal stress on child health and development. *Birth Defects Research Part C: Embryo Today: Reviews*, 96(4), 273-288.
- Kohn, S., Eaton, J. L., Feroz, S., Bainbridge, A. A., Hoolachan, J. ve Barnett, D. J. (2012). Personal disaster preparedness: an integrative review of the literature. *Disaster medicine and public health preparedness*, 6(3), 217-231.
- Kvestad, I., Ranjitkar, S., Ulak, M., Chandyo, R. K., Shrestha, M., Shrestha, L., ... ve Hysing, M. (2019). Earthquake exposure and post-traumatic stress among Nepalese mothers after the 2015 earthquakes. *Frontiers in psychology*, 10, 734. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00734>.
- Lai, B. S., La Greca, A. M., Colgan, C. A., Herge, W., Chan, S., Medzhitova, J., ... ve Auslander, B. (2020). Sleep problems and posttraumatic stress: children exposed to a natural disaster. *Journal of pediatric psychology*, 45(9), 1016-1026.
- Lai, B. S., Osborne, M. C., Piscitello, J., Self-Brown, S. ve Kelley, M. L. (2018). The relationship between social support and posttraumatic stress symptoms among youth exposed to a natural disaster. *European journal of psychotraumatology*, 9(sup2), 1450042.
- Levac, J., Toal-Sullivan, D. ve O'Sullivan, T.L. (2012). Household emergency preparedness: a literature review. *Journal of community health*, 37, 725-733.
- Lewin, T.J., Carr, V.J. ve Webster, R.A. (1998). Recovery from Post-earthquake Psychological Morbidity: Who Suffers and Who Recovers? *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 32(1).
- Lowe, S.R., Chan, C. S. ve Rhodes, J.E. (2011). The impact of child-related stressors on the psychological functioning of lower-income mothers after Hurricane Katrina. *Journal of family issues*, 32(10), 1303-1324.
- Lowe, S.R., Rhodes, J.E. ve Scoglio, A.A. (2012). Changes in marital and partner relationships in the aftermath of Hurricane Katrina: An analysis with low-income women. *Psychology of women quarterly*, 36(3), 286-300.

- Margolin, G., Ramos, M. C. ve Guran, E. L. (2010). Earthquakes and Children: The Role of Psychologists with Families and Communities. *Prof Psychol Res Pr*, 41(1).
- Moro, M. R. (2005). Working with children of migrant parents. Paris: Association Internationale d'EthnoPsychanalyse. <http://www.clinique-transculturelle.org/> adresinden elde edilmiştir.
- Myers-Walls, J.A. (2005). Children as Victims of Hurricane Katrina, Purdue University.
- Norris, F.H., Friedman M.J. ve Watson P.J. (2002a). 60,000 disaster victims speak: Part I. An empirical review of the literature. *Psychiatry*, 65.
- Norris, F. H., Friedman, M. J. ve Watson, P. J. (2002b). 60,000 disaster victims speak: Part II. Summary and implications of the disaster mental health research. *Psychiatry: Interpersonal and biological processes*, 65(3), 240-260.
- Norris F.H. ve Uhl G.A. (1993). Chronic stress as a mediator of acute stress: The case of Hurricane Hugo. *Journal of Applied Social Psychology*, 23(16),1263–1284.
- Olson, D.M., Brémault-Phillips, S., King, S., Metz, G. A. S., Montesanti, S., Olson, J. K. ve Watts, R. (2019). Recent Canadian efforts to develop population-level pregnancy intervention studies to mitigate effects of natural disasters and other tragedies. *Journal of developmental origins of health and disease*, 10(1), 108-114.
- Özen S. ve Sir, A. (2004). Frequency of PTSD in a group of search and rescue workers two months after 2003 Bingol (Turkey) earthquake. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 192(8), 573-575.
- Petrova, K. (2021). Natural hazards, internal migration and protests in Bangladesh. *Journal of Peace Research*, 58(1), 33-49.
- Pfefferbaum, R.L., Gurwitsch R.H., Robertson M.J., Brandt E.N. ve Jr Pfefferbaum, B. (2003). Terrorism, the media, and distress in youth. *The Prevention Researcher*, 10(2), 14–16.
- Proctor, L. J., Fauchier, A., Oliver, P. H., Ramos, M. C., Rios, M. A. ve Margolin, G. (2007). Family context and young children's responses to earthquake. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 48(9), 941-949.
- Qing, C., Guo, S., Deng, X. ve Xu, D. (2021). Farmers' disaster preparedness and quality of life in earthquake-prone areas: The mediating role of risk perception. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 59, 102-252.
- Rahmani, M., Muzwagi, A. ve Pumariega, A.J. (2022). Cultural Factors in Disaster Response Among Diverse Children and Youth Around the World. *Curr Psychiatry Rep*, 24, 481–491. <https://doi.org/10.1007/s11920-022-01356-x>
- Salcioglu, E., M. Basoglu, M. ve Livanou (2003). Long-term Psychological Outcome for Non treatment-seeking Earthquake Survivors in Turkey. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 191(3).
- Scaramella, L. V., Sohr-Preston, S. L., Callahan, K. L. ve Mirabile, S. P. (2008). A test of the Family Stress Model on toddler-aged children's adjustment among Hurricane Katrina impacted and nonimpacted low-income families. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 37(3), 530-541.

- Schachter, S. (1961). The psychology of affiliation: experimental studies of the sources of gregariousness. *Q Rev Biol*, 17(3), 15-25.
- Schwarzer, R., Bowler, R. M. ve Cone, J. E. (2014). Social integration buffers stress in New York police after the 9/11 terrorist attack. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 27(1).
- Shi, X., Yu, N. X., Zhou, Y., Geng, F. ve Fan, F. (2016). Depressive symptoms and associated psychosocial factors among adolescent survivors 30 months after 2008 Wenchuan earthquake: a follow-up study. *Frontiers in psychology*, 7, 467.
- Solomon, S. D., Bravo, M., Rubio-Stipec, M. ve Canino, G. (1993). Effect of family role on response to disaster. *Journal of Traumatic Stress*, 6(2), 255-269. <https://doi.org/10.1002/jts.2490060208>
- Tural, Ü., Coşkun, B., Önder, E., Çorapçıoğlu, A., Yıldız, M., Kesepara, C., Karakaya, I., Aydın, M., Erol, A., Torun, F. ve Aybar, G. (2004). Psychological consequences of the 1999 earthquake in Turkey. *J. Traum. Stress*, 17, 451-459.
- Warner, M. L., Gutiérrez-Doña, B., Angulo, M. V. ve Schwarzer, R. (2015). Resource loss, self-efficacy, and family support predict posttraumatic stress symptoms: a 3-year study of earthquake survivors. *Anxiety, Stress, & Coping*, 28(3).
- Witting, A. B., Bagley, L. A., Nelson, K. ve Lindsay, T. (2021). Natural disasters and the relational study of the family: A 2-decade scoping review. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 52, 101990.
- Zhang, Z., Ran, M.S., Li, Y.H., Ou, G.J., Gong R.R. ve Li R.H. (2012) Prevalence of post-traumatic stress disorder among adolescents after the Wenchuan earthquake in China. *Psychol Med* 42,1687-1693
- Zhang, Y., Fan, F., Liu, X. ve Mo, L. (2012). Life Events, Coping, and Posttraumatic Stress Symptoms among Chinese Adolescents Exposed to 2008 Wenchuan Earthquake, China. *PLoS ONE* 7(1).

Extended Abstract

Introduction: Natural disasters are events that many people encounter or are likely to encounter, such as earthquakes, floods, hurricanes, landslides and fires. There were 387 natural disasters worldwide in 2022, causing 30,704 deaths and affecting 185 million people (CRED, 2023). It is known that natural disasters affect a large part of the society in many ways. In this context, there is a need for more descriptive studies and literature knowledge of the process in order to better understand the effects of the earthquake after the disaster (Doostgharin, 2009). In this review study, it is aimed to examine the effects of natural disasters on the family system.

Natural Disaster and Spousal Relationship: When the limited studies were examined, it was seen that marital stress and domestic violence could follow this disaster after a natural disaster (Adams & Adams, 1984; Norris & Uhl, 1993). Natural disasters affect the family system, and therefore children, through parents. Post-earthquake parental stress has a mediating role between the effect of the earthquake and the psychological distress of children. It was observed that positive parental behaviors before the earthquake alleviated the distress level of children (Proctor et al., 2007).

Effects of Natural Disasters on Children: The effects of natural disasters on children's mental health are associated with PTSD, depression and anxiety disorders (Rahmani et al., 2022). In addition, the failure of parents to provide comfort and support to children immediately after an earthquake may increase the distress in children. Attitudes and distresses exhibited by adults who care for children in their daily lives, as well as the lack of access to familiar physical and social structures, lead to the shaping of these reactions (Margolin et al., 2010).

Natural Disasters and Sibling Subsystem: Asarnow et al. (1999) found that there was a significant difference between siblings in earthquake exposure and post-earthquake distress. There are different research results on the relationship between having siblings and PTSD and depression symptoms. (Fan et al., 2011; Jin et al., 2019; Zhang et al., 2012).

Protective Factors and Risks for the Family System in Natural Disasters: In the studies conducted after the natural disaster experience, it is understood that the victims are not affected to the same degree. In this context, it can be seen that protective factors reduce the negative effects of the earthquake, while risk factors can increase the negative effects. Being prepared to face disasters at the local and family unit level is defined as a key way to achieve the goal of disaster damage reduction (Levac et al., 2012). After the earthquake, moderate and severe family dysfunction is observed in bereaved individuals. Having a lower education level and losing family members revealed that mothers showed higher PTSD symptoms, while taking an active role after the earthquake was a protective factor (Kvestad et al., 2019). When the effects of the earthquake are evaluated,

being a woman constitutes a risk factor in terms of the characteristics brought by gender (Bolin & Bolton, 1986; Kessler et al., 2008). The mental health of parents can affect their children's mental health. Alexander and Klein (2009) explained the anxiety level of children with unhealthy family function.

Natural Disaster and Family Psychological Counseling: There is a need for greater awareness of post-disaster counseling when planning the interventions to be implemented. A holistic approach that uses psychosocial, psychoeducational and clinical interventions together is expected to be more effective than using only one approach (Kar, 2009). There is a need to include community mental health services, including systematic screening and trauma/grief-focused interventions, within a comprehensive disaster relief program (Goenjian et al., 2001).

After a natural disaster, it is inevitable that the family system and its balance will be affected. Although the extent to which the family is affected by the disaster affects the capacity of children to functionally handle their clinical symptoms, most parents, especially for their children, will seek support for psychological counseling services. Recognizing the typical and clinical symptoms of traumatic stress in children and adolescents after natural disasters will guide family counselors in providing the necessary therapeutic interventions.

Conclusion and recommendations: When the effects of natural disasters on the family system are examined; It can be said that migration, family life routine, social life, socio-economic status, bereavement and the psychological effects they bring cause radical changes in the family system and these changes have different effects on each subsystem. After the earthquake, Parents will have more difficulty in balancing their family relationships and managing parental stress than before the disaster. Parents can strengthen family functions by raising their awareness of the stress reactions that their children will show according to their developmental periods after a disaster and by managing these reactions in a healthy way. Family counselors can provide psychoeducation and counseling services for parents to be aware of their direct and indirect effects on their children's psychological recovery process.

It is recommended to increase studies and researches for family counseling services to be carried out within the scope of natural disasters, and to support the expertise of family counselors on the subject. Within the scope of school-based family counseling services, information services can be provided to students, families, teachers, administrators and school personnel regarding natural disasters. When the relevant literature is reviewed, there is a need for studies using qualitative and quantitative research designs on the effects of pre-disaster preparation, during and after the natural disaster on the family system. Researchers can conduct studies with different research designs on the subject such as PTSD, depression, grief, ambiguous loss, family stress,

marital satisfaction, parental stress, domestic violence, family resilience, family life satisfaction, family harmony, sibling relationships, social support. In addition to descriptive studies, experimental studies with case reports and intervention studies are needed to support practitioners working in the field.

Yazarlar Hakkında / About Authors

Arzu Taşdelen-Karçkay. Doç. Dr., Akdeniz Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışma A.B.D., Antalya, Türkiye. e-mail: tasdelenarzu@yahoo.com
Assistant Professor, Akdeniz University, Department of Guidance and Psychological Counseling, Antalya, Turkey. e-mail: tasdelenarzu@yahoo.com

Derya Alkan. Doktora Öğrencisi, Akdeniz Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışma A.B.D., Antalya, Türkiye. e-mail: alkand@ankara.edu.tr
PhD Student, Akdeniz University, Department of Guidance and Psychological Counseling, Antalya, Turkey. e-mail: alkand@ankara.edu.tr

Begüm Toprak. Doktora Öğrencisi, Akdeniz Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışma A.B.D., Antalya, Türkiye. e-mail: toprak.begum@hotmail.com
PhD Student, Akdeniz University, Department of Guidance and Psychological Counseling, Antalya, Turkey. e-mail: toprak.begum@hotmail.com

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest

Yazarlar tarafından çıkar çatışmasının olmadığı rapor edilmiştir.
It has been reported by the authors that there is no conflict of interest.


Fonlama / Funding

Herhangi bir fon desteği alınmamıştır.
No funding support was received.

ORCID

Arzu Taşdelen Karçkay  <https://orcid.org/0000-0002-7131-9858>

Derya Alkan  <https://orcid.org/0000-0001-8385-4885>

Begüm Toprak  <https://orcid.org/0000-0003-4691-2972>