

ULUSLARARASI SOSYAL ARAŐTIRMALAR DERGİSİ THE JOURNAL OF INTERNATIONAL SOCIAL RESEARCH

Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi / The Journal of International Social Research
Cilt: 14 Sayı: 76 Şubat 2021 & Volume: 14 Issue: 76 February 2021
www.sosyalarastirmalar.com Issn: 1307-9581

TÜRKİYE'DE MÜLTECİLERE HİZMET VEREN PROFESYONELLERİN İKİNCİL TRAVMATİK STRES DÜZEYİ, PSİKOLOJİK DAYANIKLILIK VE ALGILANAN SOSYAL DESTEKLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ* *INVESTIGATION THE RELATIONSHIPS BETWEEN SECONDARY TRAUMATIC STRESS LEVEL, PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AND PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AMONG PROFESSIONALS SERVING REFUGEES IN TURKEY*

Guncha DURDYEVA**

Elif Özge ERBAY***

Öz

Bu araştırmanın amacı Türkiye'de mültecilere hizmet veren profesyonellerin ikincil travmatik stres düzeyi ile psikolojik dayanıklılık ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaçla Türkiye'de mültecilere hizmet veren Göç İdaresi, sivil toplum kuruluşları, vakıf, dernek vb. yerlerde çalışan profesyoneller arasından tesadüfi olarak seçilen 150 kişiye online olarak ikincil travmatik stres ölçeği, psikolojik dayanıklılık ölçeği ve algılanan sosyal destek ölçeği uygulanmıştır. Veriler SPSS 22 programında analiz edilmiştir. Psikolojik dayanıklılık ve çok boyutlu algılanan stresin tüm boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır. İkinci travmatik stresle, psikolojik dayanıklılığın alt boyutu olan kendini adama ve algılanan sosyal desteğin alt boyutu olan özel bir insan boyutları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: İkincil Travmatik Stres, Psikolojik Dayanıklılık, Algılanan Sosyal Destek.

Abstract

The purpose of this study is investigating the relationship between secondary traumatic stress level of professionals providing services to refugees in Turkey, their psychological resilience and perceived social support. For this purpose, 150 professionals who work in Immigration Administration, non-governmental organizations, foundations, and associations which serves refugees in Turkey, were selected randomly and applied secondary traumatic stress scale, psychological resilience scale and perceived social support scale online. The data were analyzed with Statistical Package for Social Sciences (SPSS 22) program. A positive significant relationship was found between psychological resilience and all dimensions of multidimensional stress. A significant negative relationship was also found between secondary traumatic stress, dedication as a dimension of psychological resilience and a special human dimension as a dimension of perceived social support.

Keywords: Secondary Traumatic Stress, Psychological Resilience, Perceived Social Support.

* Bu çalışma, İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Ana Bilim Dalı, Psikoloji Bilim Dalı (tezli) yüksek lisans programı kapsamında hazırlanan yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

** İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi, ORCID: 0000-0003-0570-1431, gunchadurdyeva@stu.aydin.edu.tr

*** Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Ana Bilim Dalı, ORCID: 0000-0001-7927-0596, eliferbay@aydin.edu.tr



1.GİRİŞ

Travmatik olayların ertesinde travmaya uğrayan kişilerle ilgilenen meslek mensuplarında (arama kurtarma, doktor, hemşire, psikolog, avukat vb.) ikincil travmatik stres gelişebilmektedir. Travmayı deneyimleyen kişilere hizmet veren, yardım eden ve onları dinleyen bireylerde "ikincil travmatik stres" düzeyi artmaktadır (Kahil, 2016), fakat mültecilere hizmet veren profesyonellerin yaptıkları işe alışmış oldukları düşünülerek onların da travmatize olabileceği çoğu zaman göz ardı edilmektedir.

Global düzeyde çatışmalar, savaşlar, tabii afetler vb. nedenlerle buldukları yerlerden göçe zorlananların sayısı yükselirken Türkiye'de, 3 milyon 600 bin civarında Suriyeli mültecinin ve başka uyruklara sahip 330 bin mültecinin bulunduğu bilinmektedir (Birleşmiş Milletler Mülteciler Yüksek Örgütü - UNHCR, 2020).

2013 senesinde yayınlanan 6458 nolu ve tarihli "Yabancılar ve Uluslararası Koruma Kanunu'nun" (YUKK) 61.maddesinde mülteci şu şekilde tanımlanmıştır:

"Avrupa ülkelerinde meydana gelen olaylar nedeniyle; ırkı, dini, tabiiyeti, belli bir toplumsal gruba mensubiyeti veya siyasi düşüncelerinden dolayı zulme uğrayacağından haklı sebeplerle korktuğu için yerinden edilen kişilerdir"

Bu araştırmanın mültecilere hizmet veren profesyonellerin ikincil travmatizasyonu ve psiko-sosyal destek ihtiyaçları konusunda farkındalık oluşturacağı düşünülmektedir. Mültecilere hizmet veren profesyonellere yönelik sosyal destek sağlandığında kişilerin ikincil travmatik stres düzeyleri azalmakta ve psikolojik dayanıklılığı da güçlenmektedir.

1.1.Psikolojik Dayanıklılık Kavramı

Psikolojik dayanıklılık, alanyazında "psikolojik sağlamlık", "direnc gösterme" vb. anlamlarda kullanılan bir terimdir (Gençöz, 2011; Gizir, 2007).

Alanyazında var olan psikolojik dayanıklılık tanımları en genel anlamda iki başlık altında tasnif edilmiştir (Fraser, Richmen ve Galinsky, 1999): Kişisel bir özellik/sahip olunan bir kaynak veya kişilikle ilgili bir özellik ve bir süreç ya da bir sonuç olarak psikolojik dayanıklılık şeklindedir. İlk kategorideki tanımlamalardan bazıları şunlardır:

- ✓ Psikolojik dayanıklılık, stresin yaşandığı durumlarda ortaya çıkan direnc gösterme şeklinde bir kişilik bir özelliğidir (Kobasa, 1979).
- ✓ Uyumlu olabilme, esneyebilme ve dengeli olmayı kapsayan bir beceridir (Beardslee, 1989).
- ✓ Ani yaşanan travmalar karşısında mücadele edebilme kabiliyetidir (Agaibi ve Wilson, 2005).
- ✓ Bireyin başarılı olmasında etkisi olan bir özelliktir. Kişinin zorlu şartlar altında yılmadan çalışmasında rol oynar (Kirmayer,2009).
- ✓ Zorluklarla mücadele edebilmek için fiziki ve ruhsal sağlığın yeterli olmasıdır (Ryff ve Singer, 2003).
- ✓ Hayattaki sorunlar ve riskler karşısında kişinin güçlü olmasıdır (Rutter, 1985).
- ✓ Güç ve tehdit edici şartlara uyum gösterebilme özelliğidir (Masten vd., 1990).
- ✓ Felaketler veya travmalar yaşasa bile kişinin uyumlu davranabildiği bir durumdur (Luthar ve Cicchetti, 2000).

1.2.Psikolojik dayanıklılığın boyutları

Kobasa (1982) varoluşçu kurama dayandırarak psikolojik dayanıklılığı açıklamıştır. Sonrasında yapılan çalışmalarda psikolojik dayanıklılığın kendini adama (bağlanma), kontrol ve meydan okuma boyutları çeşitli araştırmacılarca ortaya konmuştur (Florian, Mikulincer ve Taubman, 1995; Holt, Fine ve Tollefson, 1987; Skau, 1994).

1.2.1.Kendini Adama (Bağlanma)

Kendini adamak; geniş anlamda bir gaye ve katılım duygusunu ifade eder ve insanların olayları ve insanları anlamasını sağlar (Kobasa, 1982). Bireyin sosyal çevre, iş, aile çevresi, kişilerarası ilişkilerde inanç ve değerlere bağlanması, hayatın tüm alanlarında görülmektedir ve bu durum da kişinin stresli durumlarda mücadelesi için ihtiyaç duyulan güç kaynağını oluşturmaktadır (Durak, 2002).

1.2.2.Kontrol

Psikolojik sağlamlığın kontrol boyutu, bireyin hayatta gelişen hadiseleri kontrol edebileceğine inandığının bir tezahürüdür (Azeem, 2010). Kontrol, kişilerin faaliyetlerinden istenen neticeler şeklinde



stresli hayat olaylarını tecrübe etmelerine ve böylece doğru bir şekilde kullanılmalarına olanak tanır (Eschleman, Bowling ve Alarcon, 2010).

1.2.3.Meydan Okuma

Meydan okuma boyutu, kişilerin zorlu olayları tehditten çok zorluklar şeklinde algılaması, görmesi anlamına gelir (Holt vd., 1987). Kişilerin güçlükleri, büyüme ve yeni şeyler öğrenme fırsatları şeklinde gördüklerini göstermektedir. Meydan okuma boyutu, farklı yaşam olaylarına adaptasyonda etkili bir özelliktir (Hanton vd., 2003).

1.3.İkincil Travmatik Stres

Salston ve Figley'e (2003) göre ikincil travmatik stres (İTS) , bireyde travma olan ve acı çektiğini gördüğü bireylere yardımda bulunma arzusunun neden olduğu stresli durumlardan dolayı oluşan davranışsal ve duygusal neticelerdir.

Sabin-Farrell ve Turpin (2003) İTS'nin oluşmasında seviyesinin ve özelliğinin tespitinde etkili olan unsurları ortaya koymuştur. Bu unsurlar: (1) Karakterle ilgili nitelikler, (2) Mesleki tecrübe, (3) Vakaların çokluğu şeklindedir.

İTS yaşayan çalışanların travmanın sonrasında stres yaşamalarında yukarıdaki üç unsur önem taşımaktadır. Ayrıca bir olaya tanık olunması ve travmatik olayla ilgili empati kurulması da travmanın İTS oluşturmasında etkilidir (Haksal, 2007). Mesela ağır engelli olan bir kişiyle veya doğal afete maruz kalan bir aile ile görüşmek İTS şiddetini yükseltmektedir.

Mesleki tecrübeyle beraber ruh sağlığı alanında çalışan kişilerin İTS ile daha iyi mücadele edebildiği fakat çok sayıda vakayla karşılaşmanın İTS için bir risk unsuru olabileceği düşünülmektedir (Chrestman, 1999). Ruh sağlığıyla ilgili çalışan kişilerin risk etmenlerinin negatif etkilerini en aza düşürmek için koruyucu etmenler kullanılabilir. Yassen (1995) İTS ile ilgili araştırmasında bu rahatsızlığın etkilerinden korunmada 3 aşama öne sürmüştür. Birinci aşamada travmaya maruz kalan kişilerin İTS konusunda farkındalıklarını artırmaları, şahsi öz bakımlarını düzenleyebilecek seviyeye gelmeleri gerekmektedir. İkinci aşamada çalışanlara destekte bulunabilecek birimler kullanılabilir. Bu destek birimleri, "konsültasyon", "süpervizyon" ve destek gruplarıdır. Üçüncü aşamada ise ruh sağlığı alanında görev yapan kişilerin farklı terapi yöntemleriyle kendilerini korumaları önerilmektedir. Hamilton (2008) mesleki eğitim ilgili uzmanları tarafından ruh sağlığı alanında çalışan kişilerin İTS konusunda bilgilendirilmesinin çalışanların korunmasında etkili olduğunu belirtmiştir. Ayrıca Chrestman (1999) araştırmasında süpervizyon desteğinin İTS'nin etkisini azalttığını tespit etmiştir.

1.4.Sosyal Destek

Bireyin çevre ile ilgili olumlu hisleri, insan davranışını kabul etmeyi ve maddi ve manevi yardımı kapsayan bir ilişkidir (Özbeşler, 2001). Johnson ve Sarason (1979) sosyal desteği kişisel güven mekanizması aracılığıyla sosyal kaynakların kullanımı şeklinde açıklamışlardır. Thoits (1986) sosyal desteği stresli durumla mücadele ederken başkalarından temin edilen yardım şeklinde ifade etmiştir.

2.ARAŞTIRMANIN AMACI

Sosyal hizmet alanında yürütülen alanyazındaki çalışmalar incelendiğinde mültecilere hizmet veren profesyonellere yönelik çalışmaların oldukça sınırlı olduğu görülmüştür. Çok sayıda mülteciyi kabul eden ülkemizde mültecilerle yüz yüze olan ve onlara hizmet veren profesyonellerin yaşadığı ikincil travmatik strese dair sorunların ortaya konulması ve çözümüne katkı sunulması açısından böyle bir araştırmanın yapılması önem taşımaktadır.

Bu araştırmanın amacı; Türkiye'de mültecilere hizmet veren profesyonellerin ikincil travmatik stres düzeyi, psikolojik dayanıklılıkları ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Hipotezler

H1: İkincil travmatik stres ile psikolojik dayanıklılık arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H2: İkincil travmatik stres ile algılanan sosyal destek arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır.

H3: Psikolojik dayanıklılık ile algılanan sosyal destek arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır.



3.YÖNTEM

3.1.Örneklem

Türkiye’de mültecilere hizmet veren Göç İdaresi, sivil toplum kuruluşları, vakıf, dernek vb. yerlerde çalışan profesyoneller arasından tesadüfi olarak seçilen 150 kişiye online olarak ulaşılmış ve araştırma anketleri uygulanmıştır.

3.2.Sınırlılıklar

Bu araştırma 2020 yılında Türkiye’de mültecilere hizmet veren Göç İdaresi, sivil toplum kuruluşları, vakıf, dernek vb. yerlerde çalışan profesyoneller arasından tesadüfi olarak seçilen 150 kişinin verdiği cevaplarla sınırlıdır.

3.4.Verilerin Toplanması

Bu araştırmadaki veriler bir İnternet platformu üzerinde oluşturulmuş olan anketler yoluyla online olarak toplanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, İkincil Travmatik Stres Ölçeği Türkçe Formu ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ) kullanılmıştır:

3.4.1.Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Profesyonellerin psikolojik dayanıklılık düzeylerini belirlemek amacıyla Işık (2016) tarafından geliştirilen “Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek 5’li Likert tipinde, 21 maddeden oluşmaktadır. 3 Alt boyutu olan ölçeğin Işık (2016) tarafından yapılan güvenilirlik analizleri neticesinde iç tutarlılık katsayısı $\alpha=.76$ şeklinde bulunmuştur.

3.4.2.İkincil Travmatik Stres Ölçeği Türkçe Formu

Profesyonellerin ikincil travmatik stres düzeyini belirlemek amacıyla “İkincil Travmatik Stres Ölçeği Türkçe Formu” kullanılmıştır. Ölçek Bride ve arkadaşları tarafından (2004) geliştirilmiş, Türkiye örneklemindeki geçerlik çalışması Kahil (2016) tarafından yapılmıştır. Kahil’in (2016) yaptığı çalışmada ölçeğin güvenilirlik analizleri sonuçları $\alpha=.94$ şeklinde bulunmuştur. 5’li Likert tipinde, 17 maddeden oluşan ölçeğin Türkçe örnekleminde tek boyutlu bir yapı sergilediği tespit edilmiştir.

3.4.3.Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)

“Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği” (Multidimensional Scale of Perceived Social Support-MSPSS) Zimet ve arkadaşları (1988) tarafından bireyin algıladığı sosyal desteğin seviyesini ölçmek için geliştirilmiştir. Eker, Arkar ve Yıldız (2001) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan ölçeğin Aile, Arkadaş ve Özel bir insan olmak üzere 3 alt boyutu ve 12 maddesi bulunmaktadır. Türkçe örnekleminde güvenilirlik katsayısı $\alpha= .89$ olarak tespit edilmiştir.

3.5.Verilerin Analizi:

Analizler öncesinde verilen normallik testleri yapılmış, elde edilen *çarpıklık* ve *basıklık* katsayılarının (+1.5 ile -1.5 arası) kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu (Tabachnick ve Fidell, 2007) tespit edildiğinden, parametrik analiz yöntemleri tercih edilmiştir. Araştırmaya katılan profesyonellerin ikincil travmatik stres düzeyleri, psikolojik dayanıklılık ve algılanan sosyal destekleri arasındaki ilişkiyi görebilmek için Pearson Korelasyon analizleri yapılmıştır.

BULGULAR

Araştırmaya katılan profesyonellere ait bazı sosyo-demografik bilgiler şu şekildedir (Bkz. Tablo 1): Araştırmaya katılanların %33.3’ü erkek, %66.7’si ise kadındır. %23.3’ ü 20-25, %43.3 ü 26-31, %14.7’si 32-37, %9.3’ü 38-43, %9.3’ ü 44-49 yaş aralığındadır. %66’sı bekar, %34’ü ise evlidir. Katılımcıların %14.7’si önlisans, %49.3’ü lisans, %36’sı ise lisansüstü mezundur. Araştırmaya katılanların %53.3’ ü Ruh Sağlığı Profesyoneli (Psikolog, Psikiyatrist, Psikolojik Danışmanı, Sosyal Hizmet Uzmanı), %10.7’si Tercüman, %5.3’ü Hukuk Profesyoneli, %30.7’si diğer mesleklerdendir.



Tablo 1.Sosyo Demografik Bilgiler

Cinsiyet:		
	F	%
Erkek	50	33,3
Kadın	100	66,7
Yaşınız?		
20-25	35	23,3
26-31:	65	43,3
:32-37	22	14,7
38-43	14	9,3
44-49	14	9,3
Medeni Durum		
Bekar	99	66,0
Evli	51	34,0
Eğitim düzeyi		
Önlisans Mezunu	22	14,7
Lisans Mezunu	74	49,3
Lisansüstü	54	36,0
Mesleğiniz		
Ruh Sağlığı Profesyoneli (Psikolog, Psikiyatrist, Psikolojik Danışmanı, Sosyal Hizmet Uzmanı)	80	53,3
Tercüman	16	10,7
Hukuk Profesyoneli	8	5,3
Diğer	46	30,7

Tablo 2.ÇBASD- İkincil Travmatik Stres - Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi

		ikincil travmatik stres	psikolojik dayanıklılık (genel)	kendini adama	kontrol	mevda okuma	algılanan sosyal destek (genel)	özel bir insan	arkadaş desteği	aile desteği
ikincil travmatik stres	R	1								
	P									
	N	150								
psikolojik dayanıklılık (genel)	R	-,152	1							
	P	,064								
	N	150	150							
kendini adama	R	-,316**	,900**	1						
	P	,000	,000							
	N	150	150	150						
Kontrol	R	,010	,880**	,669**	1					
	P	,900	,000	,000						
	N	150	150	150	150					
mevda okuma	R	-,090	,935**	,764**	,755**	1				
	P	,271	,000	,000	,000					
	N	150	150	150	150	150				
algılanan sosyal destek (genel)	R	-,153	,351**	,394**	,282**	,276**	1			
	P	,062	,000	,000	,000	,001				
	N	150	150	150	150	150	150			
özel bir insan	R	-,174*	,357**	,417**	,274**	,278**	,932**	1		
	P	,033	,000	,000	,001	,001	,000			
	N	150	150	150	150	150	150	150		
arkadaş desteği	R	-,120	,284**	,324**	,257**	,195*	,939**	,807**	1	
	P	,143	,000	,000	,002	,017	,000	,000		
	N	150	150	150	150	150	150	150	150	
aile desteği	R	-,137	,349**	,371**	,264**	,309**	,939**	,820**	,823**	1
	P	,095	,000	,000	,001	,000	,000	,000	,000	
	N	150	150	150	150	150	150	150	150	150



Araştırma kapsamındaki değişkenler arasındaki ilişkileri tespit etmek için yapılan korelasyon analizleri sonucunda (Bkz. Tablo 2); profesyonellerin ikincil travmatik stres düzeylerinin, ne psikolojik dayanıklılık ne de algılanan sosyal destek genel puanları ile aralarında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ancak, psikolojik dayanıklılık seviyeleri ile algılanan sosyal destek genel puanları arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r=.351$, $p<.01$).

Değişkenlerin alt boyutları ile aralarındaki ilişkiler incelendiğinde ise; ikinci travmatik stres düzeyinin, psikolojik dayanıklılık alt boyutlarından kendini adama ve sosyal destek alt boyutlarından özel bir insan boyutu ile negatif yönlü anlamlı bir ilişkisi olduğu saptanmıştır (sırasıyla, $r= -.316$, $p<.01$; $r=-.174$, $p<.05$).

DEĞERLENDİRME

Bu başlık altında elde edilen bulgular çerçevesinde test edilen hipotezlerin sonuçlarına yer verilecektir.

"İkincil travmatik stres ile psikolojik dayanıklılık arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır" birinci hipotezini test etmek için yapılan korelasyon analizi sonucunda hipotez destek görmemiştir.

"İkincil travmatik stres ile algılanan sosyal destek arasında negatif yönlü anlamlı ilişki vardır." ikinci hipotezini test etmek için yapılan korelasyon analizi sonucunda hipotezin destek görmediği tespit edilmiştir.

"Psikolojik dayanıklılık ile algılanan sosyal destek arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki vardır." üçüncü hipotezi ise, yapılan korelasyon analizi sonucunda destek görmüş, bu iki değişken arasında orta düzeyli anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Mültecilerle çalışan profesyoneller çalıştıkları iş ortamında pek çok zorlukla karşılaşmaktadır. Bu zorluklardan biri de mültecilerin yaşadıkları travmatik durumlara tanık olmalarıdır. Bu durum profesyoneller üzerinde ikincil travmatik strese neden olmaktadır (Figley, 1995). Profesyonellerin hem kendi psikolojik iyi oluşlarını korumak hem de verdikleri hizmeti etkin kılabilmek adına, ikincil travmatik yaşantılarla yüz yüze geldikleri stresle başa çıkabilmeleri büyük önem taşımaktadır. Bu doğrultuda kişilerin sahip oldukları psikolojik dayanıklılık düzeylerinin ve sosyal destek sistemlerinin de büyük rolü olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla yürütülen bu çalışmada, ikincil travmatik stres düzeylerinin, psikolojik dayanıklılık ve algılanan sosyal destekle aralarındaki ilişki incelenmiş; elde edilen bulgular doğrultusunda profesyonelleri güçlendirecek uygulamalara ve yürütülecek gelecek çalışmalara ışık tutabilmek hedeflenmiştir.

Yapılan bu çalışma ile elde edilen bulgulara göre; profesyonellerin ikincil travmatik stres düzeylerinin, ne psikolojik dayanıklılık ne de algılanan sosyal destek genel puanları ile aralarında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Temelde çalışanların sosyal destek sistemlerinin sahip oldukları psikolojik dayanıklılık düzeyine olumlu etki edeceği, diğer yandan ikincil travmatik stresle mücadelede ise sosyal destek ve psikolojik dayanıklılığın olumlu etki edeceği düşünülmekteydi. Alanyazında yer alan çeşitli çalışmalar (Altekin, 2014; Hegney vd., 2015) bu düşüncüyü destekler nitelikte olsa da, araştırma kısıtları olarak açıklanan örneklem yetersizliği sebebiyle beklenen sonuca ulaşamadığı düşünülmektedir. Dünya genelinde olduğu gibi Türkiye’de de Yeni Koronavirüs (COVID-19) kapsamında alınan önlemler gereği sahada çalışan profesyonellere ulaşma konusundaki sıkıntılar, örneklem sayısının yetersiz kalmasına sebep olmuştur. Diğer yandan, katılımcıların psikolojik dayanıklılık seviyeleri ile algılanan sosyal destek puanları arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Buna göre, profesyonellerin sosyal destek sistemlerine dair olumlu algılarının, psikolojik olarak dayanıklı ve dirençli hissetmelerine yardımcı olduğu söylenebilir.

İkincil travmatik stres yaşantısının psikolojik dayanıklılık ve sosyal destek genel puanlarıyla ilişkili çıkmamasına karşın; psikolojik dayanıklılığın alt boyutlarından kendini adama davranışı ile negatif yönlü anlamlı bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Buna göre kişinin kendini adama özelliği arttıkça, yaşadığı ikincil travmatik stres düzeyi azalmaktadır. Diğer bir deyişle, kişinin kendisini hayatındaki farklı alanlara adayarak aktif şekilde ilgilenme eğilimine sahip olması; içinde olduğu sosyal çevre, ailesi ve diğer kişilerle kurduğu sosyal ilişkiler, sahip olduğu inanç ve değer sistemine bağlılığı (Kobasa, Maddi ve Kahn, 1982); kişiyi yaşantısı içinde aktif tutmakta; yaşadığı stresli durumlarla başa çıkma konusunda onu daha dirençli hale getirmektedir.



Travmatik yaşantılara sahip olan bireylerin travma sonrası stres belirtisiyle mücadelesinde ve günlük hayata adaptasyonunda psikolojik dayanıklılık önemlidir (Zara, 2011). Nitekim Kobasa'nın (1982) stresli travmatik olayların ertesinde kişinin kendisini toparlayabilme becerisi olarak tanımladığı psikolojik dayanıklılığın ikincil travmatik stresi azaltabileceği, bu çalışma ile kendine adama boyutu üzerinden mümkün görünmektedir.

İkincil travmatik stres yaşantısıyla aralarında negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilen diğer bir değişken ise algılanan sosyal destek algısının alt boyutlarından özel bir insan boyutudur. Diğer bir deyişle, bireyin yaşantısındaki önemli durumlarda paylaşımında bulunabileceği özel bir insanın var olması, travmatik stresle başa çıkmada kullandığı en temel sosyal destek sistemi olarak karşımıza çıkmaktadır. Benzer şekilde Altekin de (2014) travmatik yaşantısı bulunan kişilerle çalışan profesyonellere yaptığı araştırmasında sosyal desteğin artmasıyla stres belirtilerinin azaldığını ve psikolojik dayanıklılığın arttığını saptamıştır. Cowmen ve Ferrari (2004) ise bir yangında görev yapan 221 itfaiyeciye, sosyal destekte bulunmanın streslerini ne şekilde etkilediği ile ilgili bir inceleme yapmış ve araştırma sonunda algılanan sosyal destekteki artışın çalışanlarda stresin azalmasına sebep olduğunu saptamıştır.

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu ise algılanan sosyal desteğin psikolojik dayanıklılık ile arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkisinin bulunmasıdır. Kişinin aileden ya da aile dışından sağladığı sosyal desteğin stresli durumlarda yalnız olmadığını hissetmesini ve geleceğe daha pozitif bakmasını sağladığı; bu sayede kişinin psikolojik dayanıklılığını artırdığı ve olumsuz olaylar karşısında daha dirençli olmasını sağladığı düşünülmektedir. Sosyal destek ile psikolojik dayanıklılığın olumlu yönlü ilişkisi benzer çalışmalarda da tespit edilmiştir (Ganellen ve Blaney, 1984; Kobasa ve Puccetti, 1983). Sonuç olarak yürütülen bu çalışma ile mülteci grupları gibi travmatik deneyimlere sahip kişilere hizmet veren profesyonellerin ikincil travmatik stresle karşı karşıya kaldığı durumlarda; sosyal destek sistemlerinin süpervizyon, debriefing vb. çalışmalarla güçlendirilmesi ile bu güçlüklerle başa çıkmanın kolaylaştırılabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, kişisel yaşantılarında kendilerini farklı alanlara aktif şekilde adayın profesyonellerin de, psikolojik olarak daha dirençli ve dolayısıyla stresle başa çıkmada daha güçlü olacakları tespit edilmiştir. Gelecek çalışmaların, yalnızca mültecilere değil, farklı kitlelere de hizmet veren profesyonellerin örneklem grubuna dahil edilmesiyle, daha da zengin sonuçlar alınabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Agaibi, C. E., & Wilson, J. P. (2005). Trauma, PTSD, and resilience: A review of the literature. *Trauma, Violence, & Abuse*, 6(3), 195-216.
- Altekin, S. (2014). *Vicarious traumatization: an investigation of the effects of trauma work on mental health professionals in Turkey*. Yayınlanmamış Doktora tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Azeem, S. M. (2010). Personality hardiness, job involvement and job burnout among teachers. *International Journal of Vocational and Technical Education*, 2(3), 36-40.
- Beardslee W. R. (1989). The role of self understanding in resilient individuals: The development of a perspective. *American Journal of Orthopsychiatry*, 59, 266-278.
- Birleşmiş Milletler Mülteciler Yüksek Örgütü. *UNHCR Turkey Operational Update*, November 2020. <https://www.unhcr.org/tr>
- Bride, B.E., Robinson, M.M., Yegidis, B. ve Figley, C.R. (2003). Development and Validation of The Secondary Traumatic Stress Scale. *Research on Social Work Practice*, 13(10), 1-16.
- Chrestman, KR (1999). *Secondary exposure to trauma and self reported distress among therapists*. B.H. Stamm (Ed.). Secondary traumatic stress: Self-care issues for clinicians, researchers, & educators, Lutherville, MD: Sidran Press. (s. 29- 36).
- Cowman, S. E., Ferrari, J. R., Liao-Troth, M.(2004). Mediating effects of social support on firefighters' sense of community and perceptions of care. *Journal of Community Psychology*, 2004; 32(2): 121-126. 121.
- Durak, M. (2002). *Predictive Role of Hardiness on Psychological Symptomatology of University Students Experienced Earthquake*. Doctoral Dissertation, Ankara: Middle East Technical University, 2002.
- Eker, D., ve Arkar, H. (1995). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği' nin faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği [Factorial Structure, Validity, and Reliability of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support]. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 17-25.
- Eschleman, J. Kevin, Bowling, A. Nathan ve Alarcon, M. Gene (2010). A Meta Analytic Examination of Hardiness, *International Journal of Stress Management*, 17(4), 277.
- Figley, C. R. (Ed.). (1995). Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized. *Brunner/Mazel psychological stress series*, No. 23.
- Florian, V., Mikulincer, M. ve Taubman, O. (1995). Does hardiness contribute to mental health during a stressful real life situation? The roles of appraisal and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (4), 687-695.
- Fraser, M. W., Richman, J. M., & Galinsky, M. J. (1999). Risk, protection, and resilience: Toward a conceptual framework for social practice. *Social Work Research*, 23, 129-208.
- Ganellen, R. ve Blaney, P. H. (1984). Hardiness and social support as moderators of the effects of life stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47 (1), 156-163.
- Gençöz, T. (2011). Psikolojik Sağlığımızı Nasıl Koruruz. Kararcı AN, Gençöz F, Bozo Ö., *Ergenlik Dönemi Psikolojik Sorunları ve Çözüm Önerileri*, 2.baskı, Ankara: Odtü Yayıncılık.
- Gizir, CA. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2007, 28(3): 113-128.



- Haksal, P. (2007). *Acil servis personelinde görülen ikincil travmatik stres düzeyinin disosiyasyon düzeyi, sosyal destek algısı ve başa çıkma stratejileri açısından incelenmesi*. Doktora Tezi, Ankara, Hacettepe Üniversitesi.
- Hamilton, M. (2008). Compassion fatigue: what school counsellors should know about secondary traumatic stress. *The Alberta Counsellor*, 30(1): 9-21.
- Hanton, S., Evans, L., ve Neil, R. (2003). Hardiness and the competitive trait anxiety response. *Anxiety, Stress and Coping*, 16(2), 1-24
- Hegney, D. G., Rees, C. S., Eley, R., Osseiran-Moisson, R. ve Francis, K. (2015). The contribution of individual psychological resilience in determining the professional quality of life of Australian nurses. *Frontiers in Psychology*, 6.
- Holt, P., Fine, M. ve Tollefson, N. (1987). Mediating stress: Survival of the hardy. *Psychology in The Schools*, 24 (1), 51-58
- Işık, Ş. (2016). Türkiye’de Kendini Toparlama Gücü Konusunda Yapılmış Araştırmaların İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 65-76
- Johnson, JH, Sarason, IG. (1979). Moderator variables in life stress research. *Washington University Seattle Department of Psychology*, 6:151-167.
- Kahil, A. (2016). *Travmatik yaşantıları olan bireylere yardım davranışında bulunan profesyonel ve gönüllülerin ikincil travmatik stres düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans Tezi, Ankara, Ufuk Üniversitesi.
- Kirmayer, L.J., Sehdev, M., Whitley, R., Dandeneau, S.F., & Isaac, C. (2009). Community Resilience: Models, Metaphors and Measures. *Journal of Aboriginal Health*, 5, 62-117.
- Kobasa, S. (1982). Commitment and coping in stress resistance among lawyers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42 (4), 707-717.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1-11.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 168-177.
- Kobasa, S. ve Puccetti, M. C. (1983). Personality and social resources in stress resistance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45 (4), 839-850.
- Luthar, S. ve Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, 12, 857-885.
- Masten, A., Best, K., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2(4), 425-444. doi:10.1017/S0954579400005812.
- Özbesler, C. (2001) *Çocukluk Çağı Lösemileri ve Sosyal Destek Sistemlerinin Aile İşlevlerinin Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, H.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147, 598-611.
- Ryff, C. D. & Singer, B. (2003). Flourishing under fire: Resilience as a prototype of challenged thriving. in C.L.M. Keyes & J. Haidt (Eds), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived*, (pp. 15-36). Washington, DC: American Psychological Association.
- Sabin-Farrell, R. ve Turpin, G. (2003). Vicarious traumatization: Implications for the mental health of health workers?. *Clinical Psychology Review*, 23, 449 - 480.
- Salston, M.D. ve Figley C.R. (2003). Secondary Traumatic Stress Effects of Working With Survivors of Criminal Victimization. *Journal of Traumatic Stress*, 16(2), 167-174.
- Skau, M. (1994). *Intern Hardiness, Coping and Satisfaction*. New York: University at Albany.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. (5th ed.), Allyn & Bacon/Pearson Education.
- Thoits, PA. (1986). Social support as coping assistance. *Journal of consulting and clinical psychology*, 54(4):416-423
- Kobasa, S. (1982). Commitment and coping in stress resistance among lawyers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42 (4), 707-717.
- Yabancılar ve Uluslararası Koruma Kanunu (2013, 4 Nisan). Resmi Gazete (Sayı: 28615).
<https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2013/04/20130411-2.htm>
- Yassen, J. (1995) Preventing secondary traumatic stress disorder. In *Compassion Fatigue: Coping with Secondary Traumatic Stress Disorder in Those Who Treat the Traumatized*, (Ed. CR Figley), 178-208. New York, Brunner-Mazel.
- Zara, A. (2011). Yaşadıkça: Psikolojik Sorunlar ve Başa Çıkma Yolları. A. Zara (Ed.), *Krizler ve Travmalar*, (s. 91-121), Ankara: İmge Yayınları.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41.