A. Tamer AKER

Ankara Tıp Fakültesi mezunu. 1991–2002 yılları arasında Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesinde çalıştı. 2002'den beri Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesinde görev yapmaktadır. Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Ruhsal Travma Yüksek Lisans Programı'nın yürütücülüğünü sürdürmektedir. TPD'nin kurucu üyesi ve halen Merkez Yönetim Kurulu üyesidir. APHB'nin kurucularından olan Aker, halen APHB yönetim kurulunda görevlidir.

Nazan AYDIN

Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesinden 1990 yılında mezun oldu. Uzmanlık eğitimini Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı'nda tamamladı. 2005–2013 yılları arasında TPD Erzurum Şubesi Başkanlığını yürüttü. 1998-2013 yılları arasında Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı'nda görev yaptı. 2013 yılında Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim Araştırma Hastanesinde göreve başladı. Gebelik ve Doğumla İlişkili Ruhsal Bozukluklar Çalışma Biriminin koordinatörüdür.

Lütfullah BEŞİROĞLU

Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi mezunu. Ruh Sağlığı ve Hastalıkları uzmanı olduktan sonra Van Yüzüncü Yıl Üniversitesinde öğretim üyesi olarak 10 yıla yakın çalıştı. Depremzede. Travma ve anksiyete bozuklukları alanlarında çalışmalarına halen İzmir Katip Çelebi Üniversitesinde Anabilim Dalı Başkanı olarak devam etmektedir.

Feyza ÇELİK

İstanbul Tıp Fakültesi'nden 2006 yılında mezun oldu. Halen Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı'nda araştırma görevlisi olarak çalışmaktadır. APHB yönetim kurulunda görevlidir. 2011 yılından bu yana TPD Ruhsal Travma ve Afet Psikiyatrisi Çalışma Biriminin koordinatörüdür.

Van-Erciş 2011 Depremleri
TPD Etkinlikleri ve Deneyimleri

© Türkiye Psikiyatri Derneği
Tanıtım için yapılacak alıntılar dışında Türkiye Psikiyatri Derneği'nin yazılı izni olmaksızın hiçbir yolla çoğaltılamaz. Bilimsel amaçla kaynak gösterilerek kısa alıntılar yapılabilir.

ISBN: 978-605-62537-8-2

1. Baskı: 2014, Ankara

Editörler:
A. Tamer Aker
Nazan Aydın
Lütfullah Beşiroğlu
Feyza Çelik

Son okuma:
Feyza Çelik
Tolga Binbay, *Türkiye Psikiyati Derneği Yayıncılık Kurulu*

Tasarım ve Uygulama:
BAYT Bilimsel Araştırmalar Basın Yayın ve Tanıtım Ltd. Şti.,
Ziya Gökalp Cad. 30/31, 06420 Kızılay, Ankara
Tel: (0312) 431 30 62

Baskı:
Pelin Ofset Matbaacılık
İvedik O.S.B Matbaacılar Sitesi
1514 Sk. No: 28 Yenimahalle /Ankara
Tel: (0 312) 395 25 80

Baskı Tarihi:
Nisan 2014

TÜRKİYE PSİKİYATRİ DERNEĞİ
RUHSAL TRAVMA VE AFET PSİKİYATRİSİ ÇALIŞMA BİRİMİ

Van-Erciş 2011 Depremleri

TPD Etkinlikleri ve Deneyimleri

Editörler:
A. Tamer Aker
Nazan Aydın
Lütfullah Beşiroğlu
Feyza Çelik

Çalışma Birimleri Dizisi – No: 17

İçindekiler

Yazarlar ix

Katkıda Bulunanlar x

Kısaltmalar Dizini x

Önsöz xi

Editörlerden xii

1 ERCİŞ VE VAN DEPREMİ BAĞLAMINDA AFETLERDE PSİKOSOSYAL HİZMETLER BİRLİĞİ VE TÜRKİYE PSİKİYATRİ DERNEĞİ 1
A. Tamer AKER, Hande KARAKILIÇ

Bir Başka Gözle Depremin Bilgisi 1
Ruhsal Travma ve Afet Kavramı 1
Afetlerde Psikososyal Hizmetler Birliği 3
Van ve Erçiş: İlk Değerlendirme Örnekleri 7
APHB Etkinlikleri 11
Psikososyal Çalışmaların İçerikleri 14
APHB İş Birlikleri 16
Son söz 19
Kaynaklar 19

2 DEPREME HAZIR VE HAZIRLIKLI OLMAK 21
Nazan AYDIN, Meltem ORAL, Gökhan DALOĞLU

Tehlike Algısı 22
Depreme Hazırlık Yapmanın Etkinliği Hakkındaki Algılar 23
Türkiye'de İnsanlar Depreme Hazır ve Hazırlıklı mı? 24
Bireyleri Olası Bir Depreme Hazır Hale Getirmek için Neler Yapılabilir? 25
Depreme Hazırlık için Önerilebilecek Pratik Bilgiler 27
Kaynaklar 28

3 İHTİYAÇ TESPİTİ VE ALAN DEĞERLENDİRME: VAN ÖRNEĞİ..... 29
Hamid BOZTAŞ, Feyza ÇELİK

Van İli'nin Coğrafi ve Sosyokültürel Özellikleri 30
23 Ekim Erciş ve 9 Kasım Van Depremleri 32
Van Örneği 34
Değerlendirme 41
Kaynaklar 49

4 VAN'DA YAŞAYAN İNCİNEBİLİR GRUPLARIN DEPREM SONRASI DURUMLARI 51
Cem Taylan ERDEN, Umut KARASU

İncinebilirlik Kavramı 51
Psikiyatrik Açıdan İncinebilir Topluluklar 51
Kaynaklar 55

5 AFETLERDE YEREL-KÜLTÜREL ÖZELLİKLERLE ÇALIŞMAK..... 57
Adem AYDIN, Yavuz SELVİ

Kaynaklar 63

6 AFETLERDE SAĞLIK PERSONELİNİN DURUMU: VAN-ERCİŞ DEPREMİ DENEYİMİ 65
Lütfullah BEŞİROĞLU

Bir Afetin Evreleri 65
Sağlık Personeli için İlk Dönemler 66
Sağlık Personeli için İleri Dönemler 69
Van-Erciş Depremi Bağlamında Sağlık Çalışanları 70
Sonuç 70
Kaynaklar 71

7 TRAVMATİK OLAYLARDA YARDIM ÇALIŞANLARI – İKİNCİL TRAVMATİZASYON 73
Özlem Mestçioğlu GÖKMOĞOL

Olaya Bağlı Stres Kaynakları 73
Mesleki Stres Kaynakları 74
Çevresel Stres Kaynakları 75
Travma Mağdurlarıyla Çalışmak 75
Kimler Eşduyum Yorgunluğuna Daha Duyarlıdır? 76
İkincil Travmatizasyon Gelişimine Katkıda Bulunan Etmenler 76
Eşduyum Yorgunluğu Belirtileri 77
Ayırıcı Tanı 78
İkincil Stres Bozukluğunda Önleme 79
İkincil Stres Bozukluğuna Karşı Alınması Gereken Önlemler 80
Hızlandırılmış İyileştirme Programı 82
Kaynaklar 83

8 TRAVMATİK YAS..... 85
Feyza ÇELİK, Elif KIRMIZI ALSAN

Kaynaklar 88

9 AFET SONRASI YENİDEN YAPILANMA; RUHSAL TRAVMALAR VE TOPLUMSAL YAKLAŞIMLAR 91
Hira Selma KALKAN, Hande KARAKILIÇ

Ritüellerin Toplumsal Etkisi 91
Afetlerde Sosyal Hizmet Uzmanı / Sosyal Çalışmacının Rolü ve Afet Örgütlenmesi 92
Afet Örgütlenmesinde Temel İlkeler 93
Afet Sonrası Toplumlarda Gözlenen Tepkiler ve Evreleri 96
Afete Toplumsal Yanıt 97
Afetlerde Toplumsal Psikososyal Tepkiler 98
Afetlerde Psikososyal Destek Hizmeti 100
Psikososyal Müdahale Sürecinde Yürütülen Çalışmalar 101
Psikososyal Müdahale Etkinliklerinin Dönemleri 103
Toplum Merkezlerinde Psikososyal Uygulamalar 104
Afet Durumlarında Gönüllülüğün Yeri 105
Afet Sonrası Yeniden Yapılanmada Medyanın Kullanımı 108
Kaynaklar 111

10 TRAVMA İLE BAŞA ÇIKMA 113
Mehmet Z. SUNGUR, Claudia HERBERT

Yaşam Biçimini Yeniden Kurma Süreci 113
İyileşme Sürecinizi Başlatmakta Yararlı Olabilecek Bazı İpuçları 114
Profesyonel Yardım Kaynakları 119
Eğer Tedaviye Başladıysanız Çabuk Vazgeçmeyin 120
Travmanın Eşiniz ve Aileniz Üzerindeki Etkileri 120
Kaynak 121

11 TOPRAK ANA'DAN DEVLET BABA'YA DEPREM OLGUSU 123
Nur ENGİNDENİZ

Toprak Ana 123
Toprak Ana Simgesi Olarak Kızılay 124
Toprak Ana'nın Sembolü Olan APHB ve Diğer STK'lar 124
Bölge İnsanı Açısından Toprak Ana 124
Devlet Baba 125
Afetlerde Birey-Devlet Baba İlişkisi 126
Kardeşlik, Toplumsal Dayanışma 127
Kaynaklar 128

EKLER 129

DİZİN 139

Ekler

Van ve Erciş'te görev yapan meslektaşlarımız 129

Van ve Erciş depremlerinde görev alan Türkiye Psikiyatri Derneği gönüllüleri 130

Sağlık Bakanlığı ve Dünya Sağlık Örgütü iş birliği ile düzenlenen Van ve Erciş Sağlık Bakanlığı çalışanlarını destekleme ve yeterlik geliştirme eğitim etkinliği; ruhsal travma ve afet psikiyatrisi eğitimi psikiyatrist ve psikolog kolu 131, 132

Sağlık Bakanlığı ve Dünya Sağlık Örgütü iş birliği ile düzenlenen Van ve Erciş Sağlık Bakanlığı çalışanlarını destekleme ve yeterlik geliştirme eğitim etkinliği; ruhsal travma ve afet psikiyatrisi eğitimi aile hekimi kolunda yer alan eğiticiler 133

Sağlık Bakanlığı ve Dünya Sağlık Örgütü iş birliği ile düzenlenen Van ve Erciş Sağlık Bakanlığı çalışanlarını destekleme ve yeterlik geliştirme eğitim etkinliği; ruhsal travma ve afet psikiyatrisi eğitimi hemşire kolunda yer alan eğiticiler 134

Sağlık Bakanlığı ve Dünya Sağlık Örgütü iş birliği ile düzenlenen Van ve Erciş Sağlık Bakanlığı çalışanlarını destekleme ve yeterlik geliştirme eğitim etkinliği; ruhsal travma ve afet psikiyatrisi eğitimi diğer sağlık çalışanlarına yönelik konferanslar 135

Afetlerde Psikososyal Hizmetler Birliği, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı ve UNICEF iş birliği ile gerçekleştirilen "APHB psikososyal uygulamalar" temel düzey eğitimlerinde Türkiye Psikiyatri Derneği adına yer alan eğiticiler 136

Afetlerde Psikososyal Hizmetler Birliği ve AFAD iş birliği ile gerçekleştirilen "APHB Psikososyal Uygulamalar" temel düzey eğitimlerinde Türkiye Psikiyatri Derneği adına yer alan eğiticiler 136

Van-Erciş depremleri sonrasında yürütülen çalışmalarda koordinasyonda yer alan Türkiye Psikiyatri Derneği üyeleri 137

İş birliği yapılan bakanlıklar ve diğer sivil toplum kuruluşları 138

Sağlık Bakanlığı, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı ve Dünya Sağlık Örgütü'nde yer alan Türkiye Psikiyatri Derneği üyeleri 138

Yazarlar

A. Tamer Aker, Prof. Dr.
Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Kocaeli

Elif Kırmızı Alsan, Uzm. Dr.
Kocaeli Universitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ruhsal Travma ve Afet Çalışmaları Birimi

Adem Aydın, Yrd. Doç. Dr.
Yüzüncü Yıl Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Van

Nazan Aydın, Prof. Dr.
Bakırköy Prof. Dr. Mashar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul

Lütfullah Beşiroğlu, Prof. Dr.
Katip Çelebi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı; Atatürk Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İzmir

Hamid Boztaş, Yrd. Doç. Dr.
Abant İzzet Baysal Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Bolu

Feyza Çelik, Arş. Gör. Dr.
Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Kocaeli

Gökhan Daloğlu, Uzm. Dr.
Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Erzurum

Nur Engindeniz, Uzm. Dr.
Serbest Psikiyatrist, İzmir

Cem Taylan Erden, Uzm. Dr.
Serbest Psikiyatrist, Van

Özlem Mestçioğlu Gökmoğol, Yrd. Doç. Dr.
Üsküdar Üniversitesi, Nöropsikiyatri Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi, İstanbul

Claudia Herbert, Klinik Psk.
Oxford Gelişim Merkezi İdari ve Klinik Sorumlusu, Oxford

Hira Selma Kalkan, Uzm. Dr.
Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, Manisa

Umut Karasu, Uzm. Dr.
Balıkesir Devlet Hastanesi, Balıkesir

Hande Karakılıç, Uzm. Dr.
Serbest Psikiyatrist, Ankara

Meltem Oral, Sosyal Hizm. Uzm.
Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Erzurum

Yavuz Selvi, Doç. Dr.
Selçuk Üniversitesi, Selçuklu Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Konya

Mehmet Z. Sungur, Prof. Dr.
Marmara Üniversitesi Pendik Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, İstanbul

Katkıda Bulunanlar

Hülya Çeçen, Arş. Gör. Dr.
Yüzüncü Yıl Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Van

Belkıs Şeniz, Arş. Gör. Dr.
Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Kocaeli

Aybike Telkök, Arş. Gör. Dr.
Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Kocaeli

Kısaltmalar Dizini

APHB	Afetlerde Psikososyal Hizmetler Birliği
ASPB	Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı
BEAH	Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi
DSÖ	Dünya Sağlık Örgütü
EMDR	Eye Movement Desensitization and Reprocessing
GSKD	Gayrisafi Katma Değeri
IOM	Uluslararası Göç Örgütü
MDB	Major Depresif Bozukluk
NLP	Neuro-Linguistic Programming
RTAPÇB	Ruhsal Travma ve Afet Psikiyatrisi Çalışma Birimi
SHU	Sosyal Hizmet Uzmanı
STK	Sivil Toplum Kuruluşları
TPD	Türkiye Psikiyatri Derneği
TPD MYK	Türkiye Psikiyatri Derneği Merkez Yönetim Kurulu
TRSM	Toplum Ruh Sağlığı Merkezi
TTB	Türk Tabipler Birliği
TSSB	Travma Sonrası Stres Bozukluğu
TUİK	Türkiye İstatistik Kurumu
UMKE	Ulusal Medikal Kurtarma Ekipleri
UNICEF	Birleşmiş Milletler Çocuk Fonu
VAKAD	Van Kadın Derneği
YYÜ	Yüzüncü Yıl Üniversitesi

Önsöz

Kocaeli depreminden sonra örgütlenen Afetlerde Psikososyal Hizmetler Birliği (APHB) ve Türkiye Psikiyatri Derneği (TPD) için Van-Erciş depremi gerçek bir sınav olmuştur. Yıkıcı depremin hemen ardından bölgede görev yapan üyelerimiz ve Türkiye'nin her köşesinden koşup gelen gönüllülerimiz aylar boyunca travmatize olan insanların yanında yer aldılar. Açıkta, soğukta, çadırlarda ve konteynerlerde yardıma gerek duyanlara destek oldular, hastalananları tedavi ettiler, halka ve çalışanlara eğitim verdiler.

Sağlanan desteğin yeterliliği ve niteliği elbette daha fazla olabilirdi. Ama onlar oradaydılar ve zorluklar içinde büyük bir yüce gönüllülükle ellerinden gelen her şeyi yaptılar.

Şimdi de depremin kitabını yazdılar. Yaşadıklarının, tanık olduklarının, neler yaptıklarının aktarıldığı bu kitap tarihe düştükleri bir kayıt niteliğindedir ve gelecekte başka neler yapılabileceğine ışık tutmaktadır. Elinizdeki kitabın ruh sağlığı çalışanlarının afet ve travma konularında farkındalıklarını ve toplumsal dayanışma duyarlılıklarını daha da arttıracağı inancındayız. Bu TPD kitabının yaşanan acıların unutulmamasını sağlayarak gelecekteki afetlere hazırlanmamızı sağlamasını umut ediyoruz.

Prof. Dr. Tunç ALKIN
Türkiye Psikiyatri Derneği Başkanı

Editörlerden

23 Ekim ve 9 Kasım 2011 Van ve Erciş depremleri yarattığı yıkım ve ortaya çıkardığı acılar Türkiye afet tarihi açısından önemli kilometre taşlarından biri olmuştur. Çeşitli sorunlar içermekle birlikte, deprem sonrası hatırı sayılır bir toplumsal ve kamusal destek harekete geçmiştir. Psikososyal hizmetler bu desteğin tam içinde bir parça olmuş ve ilk günden beri bölgede varlığını hissettirmiştir.

Van ve Erciş depremleri sonrası TPD depremzedelere yönelik yürütülen psikososyal hizmet çalışmalarında önemli bir işlev edinmiştir. TPD, bu işlevini 2005'ten bu yana APHB çatısı altında yürütmektedir. APHB; Türkiye Kızılay Derneği ile birlikte ruh sağlığı alanında çalışan dernekleri bünyesinde toplayan ve ülke içi veya dışındaki afetlere yönelik müdahaleler geliştiren, uygulayan bir çatı yapıdır.

Bu kitapta APHB yapısı içindeki etkinlikler kadar, depremin bizlere ve depremi yaşayan insanlara olan etkisi kolay okunabilir bir biçim içinde aktarılmaya çalışılmıştır. Yaşanan onca sıkıntı ve acının, dayanışma ve desteğin canlı bir belgesidir. O günleri yaşayanların, o günlere destek olanların emekleri, zorlukları, umut ve umutsuzlukları, sevinç ve acıları bir yönüyle bu kitaba yansımıştır.

Van ve Erciş depremlerinde bizzat orada bulunan, bu afeti yaşamış meslektaşlarımızla, bu afet karşısında duyarsız kalmayıp şu veya bu şekilde katkı sağlamış olan tüm meslektaşlarımıza bir teşekkür niteliğinde olan bu kitabın, o günleri yaşayanlar için önemli bir tarihsel anı, okuyanlar içinse iyi bir bilgi kaynağı olmasını dileriz.

APHB çatısı altında hizmet veren tüm gönüllüler, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), Sağlık Bakanlığı, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı (ASPB) ve Birleşmiş Milletler Çocuk Fonu (UNICEF) başta olmak üzere gerek alanda yürütülen çalışmalarda gerek bu kitabın hazırlanmasında emeği geçen herkese teşekkürlerimizle...

A. Tamer AKER
Nazan AYDIN
Lütfullah BEŞİROĞLU
Feyza ÇELİK

1 Erciş ve Van Depremi Bağlamında Afetlerde Psikososyal Hizmetler Birliği ve Türkiye Psikiyatri Derneği

A. Tamer AKER, Hande KARAKILIÇ

Bir Başka Gözle Depremin Bilgisi

23 Ekim 2012 Van depremi Richter ölçeğine (M_L) göre 6.6 aletsel büyüklükte olmuş ve bu deprem son yıllarda en güncel aletsel büyüklük eşeli olan Moment Magnitüde(Mw) göre 7.2 olarak açıklanmıştır. Depremi takiben, depremin aletsel büyüklüğü medyada bilim adamlarınca tartışılmaya başlanmış ancak her iki ölçek büyüklüğünde de söz konusu depremin yıkıcı bir deprem olduğu gözden kaçmıştır. Birçok bilim adamı bu depremin ardından bu bölgede olabilecek artçı deprem büyüklüğünü bir eşel küçük, yani 6.2 olarak açıklamışlardır. Özellikle Doğu Anadolu gibi ekonomik anlamda olumsuz koşulların var olduğu bölgelerde depremler 5.5 büyüklüğünden itibaren hasar yapmaya ve ölümlere yol açabilirler.

Öte yandan 9 Kasım 2011 tarihinde meydana gelen Richter ölçeğine göre 5.6 aletsel büyüklüğe sahip sarsıntı bazı bilim adamlarınca artçı, bazılarınca yeni bir deprem olarak farklı değerlendirilmiş, neticede resmi kuruluşlar tarafından bu depremin yeni bir deprem olduğu bilgisi kamuoyu ile paylaşılmıştır. Bu bölgede süregelen orta büyüklükteki artçı depremlerin fazlalığı ve bazı bilim adamlarının kesin ve doğru bir dayanak olmasa da, Özalp Fayı'nda 7 büyüklüğünde yeni bir deprem beklediklerini açıklamaları, bölgede başka büyük depremlerin olabileceği endişesini oluşturmuştur.

Van depreminin ardından bölgede artçı depremler 5.8 büyüklüğüne kadar yükselebilir. Bu etkinlik yaklaşık bir yıl sürebilir ve hasarlı binalara uzman görüşü alınmadan girilmemesi gerektiği belirtilmiştir.

Deprem olgusu etrafında dönen bilimsel yorumların toplumla paylaşımının ruh sağlığına yansımaları konusundaki değerlendirmeyi burada okuyucuya bırakarak, buradan hareketle, afet çalışmalarının ortaklaşa yürüyen çok meslekli, etkileşimli ve sürekli bir yapısı olduğunu vurgulamak isteriz.

Ruhsal Travma ve Afet Kavramı

Travmatik Olay / Travma

Yukarıda başka bir anlatımla tanımlanan deprem, elbette insanlar için travmatik bir yaşantıdır. Bu noktada travmayı ve ruhsal travmayı tanımlamak yararlı olacaktır. Travmatik olaylar kişinin yaşamsal bütünlüğünü tehdit eden veya bozan olaylardır. Deprem, sel gibi doğal afetler, savaşlar,