

Deprem Sonrası Ergenler Üzerinde Grup Terapisinin Psikososyal Etkileri: Sistematik İnceleme

Psychosocial Effects of the Group Therapy on Adolescents after an Earthquake: A Systematic Review

 Gülşen Filazoğlu Çokluk¹,  Onat Yetim²,  Fatih Bal³

¹Toros Üniversitesi, Mersin

²Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul

³Sakarya Üniversitesi, Sakarya

ÖZ

Bu çalışma, deprem gibi büyük ölçekli travmatik olayların ardından ergenlere uygulanan grup terapisi müdahalelerinin psikososyal etkilerini incelemek amacıyla yapılmıştır. 2000 ile 2023 yılları arasında yayınlanan bilimsel makaleler sistematik olarak incelenmiştir. PubMed ve Google Akademik veri tabanlarından erişilen ve dahil edilme kriterlerini karşılayan toplam sekiz çalışma incelemeye dahil edilmiştir. Uygulanan terapötik müdahaleler, bilişsel davranışçı terapi (CBT), sanat terapisi, Göz Hareketleriyle Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme (EMDR), psiko-eğitim ve kum tepsi terapi gibi çeşitli yaklaşımları kapsamaktadır. Bulgular, CBT ve EMDR 'nin travma sonrası stres bozukluğu (PTSD) semptomlarını azaltmada en etkili yaklaşımlar olduğunu, sanat terapisi ve kum tepsi terapisinin ise duygusal ifadeyi ve psikolojik dayanıklılığı kolaylaştırdığını göstermiştir. Bulgular, grup terapisinin, özellikle bilişsel-davranışçı terapi, sanat terapisi ve oyun terapisi yoluyla, travma sonrası yaşanan duygusal ve davranışsal sorunların azaltılmasında önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Ancak, grup terapisi müdahalelerinin uzun vadeli etkilerinin daha fazla araştırılması gerektiği vurgulanmaktadır. Bu sistematik inceleme, deprem sonrası ergenler için grup terapisi müdahalelerinin önemini vurgulamakta ve gelecekteki müdahalelerin geliştirilmesi için rehberlik sağlamaktadır.

Anahtar sözcükler: Deprem, ergenler, grup terapisi, psikososyal etkiler, travma sonrası stres bozukluğu

ABSTRACT

This study aims to examine the psychosocial effects of group therapy interventions with adolescents following large-scale traumatic events such as earthquakes. A systematic review of scientific articles published between 2000 and 2023 was conducted. A total of eight studies that met the inclusion criteria and were accessed from the PubMed and Google Scholar databases were included in the review. The therapeutic interventions administered encompassed a range of approaches, including cognitive-behavioral therapy (CBT), art therapy, eye movement desensitization and reprocessing (EMDR), psychoeducation, and sand tray therapy. The findings indicated that CBT and EMDR were the most efficacious approaches for reducing posttraumatic stress disorder (PTSD) symptoms, whereas art therapy and sand tray therapy facilitated emotional expression and psychological resilience. The results suggest that group therapy plays an important role in reducing emotional and behavioral problems experienced after trauma, especially through cognitive-behavioral therapy, art therapy, and play therapy. However, emphasis is placed on the necessity for further investigation into the long-term effects of group therapy interventions. This systematic review underscores the importance of group therapy interventions for adolescents in the aftermath of earthquakes, offering guidance for the development of future interventions.

Keywords: Earthquake, adolescents, group therapy, psychosocial effects, posttraumatic stress disorder

Giriş

Bertinelli ve arkadaşları (2023) tarafından ortaya konulduğu üzere, ruh sağlığı ile sismik olaylar arasında bir bağlantı bulunmaktadır. Depremlerin psikolojik etkisi, genellikle ekonomik ve insani kayıpların yol açtığı korku ve stres duygularıyla daha da kötüleşebilir. Sosyal yaşamdaki değişiklikler gibi bireyler üzerindeki psikolojik etki de göz ardı edilmemelidir (Kirmayer ve ark. 2010, Warsini ve ark. 2014). Araştırmalar, bu tür doğal afetlere maruz kalmanın anksiyete ve depresyon gibi psikolojik rahatsızlıkların gelişmesine neden olabileceğini göstermiştir (Briere ve Elliott 2000). Ayrıca, deprem sonrası sosyal destek sistemlerinin yalnızlık hissinde rol oynadığı gösterilmiştir. Depremden etkilenenlere psikolojik ilk yardım ve psikoterapi hizmetlerinin sunulması tavsiye edilmektedir. Depremi çok yönlü sonuçlarının anlaşılması ve halk sağlığı için uygun stratejilerin formüle edilmesi zorunludur (Schwarz ve Perry 1994, Kar 2009, Furr ve ark. 2010).

Kristensen ve arkadaşlarının (2012) gösterdiği gibi, depremlerin bireyler üzerinde zararlı etkileri vardır. Pine (2003), deneyimlerin sosyal gelişim üzerinde zararlı bir etki yaratabileceğini öne sürmektedir. Layne ve diğerleri (2008) tarafından ortaya konulduğu üzere, deneyime verilen olası psikolojik tepkiler, potansiyel olarak psikiyatrik bozukluklara dönüştüğü gösterilen kaygı ve depresyon duygularını kapsayabilir. Toplamlar, depremlerin yarattığı zorlukların üstesinden gelmek için etkili mekanizmalar uygulamalıdır (Schreiber ve ark. 2010, Margolin ve ark. 2010, Calhoun ve ark. 2022). Ergenlerin, doğal afetlerin ardından, sevdiklerinin ve destek sistemlerinin kaybı gibi faktörlerle daha da kötüleşebilen yüksek bir psikolojik yük yaşadıkları bilinmektedir (Kristensen ve ark. 2012). Ford ve arkadaşları (2009) tarafından ortaya konulduğu üzere, ergenlerde duygusal sıkıntı sosyal izolasyonla daha da artmakta ve içe kapanmaya yol açmaktadır. Bu süreçte ergenlerin sosyal destek sistemlerinin geliştirilmesi, travmaya karşı dayanıklılıklarının güçlendirilmesinde hayati bir faktördür (Saxe ve ark. 2005).

Ergenlik, duygusal ve sosyal gelişim için çok önemli bir dönemi temsil eder. Schwarz ve Perry (1994) bu dönemde yaşanan travmatik deneyimlerin bu gelişmeleri sekteye uğratabileceğini belirtmektedir. Bu dönem, bireylerin sıkıntı verici deneyimlerin yansımalarına karşı hassas oldukları bir dönemdir. Bu dönem kimlik oluşumu, bağımsızlığın kazanılması ve sosyal ilişkilerin gelişmesi ile karakterize edilir (Pine 2003). Doğal afetlerin güvensizlik duygularının oluşmasına yol açtığı ve bunun da psikolojik ve sosyal sorunların ortaya çıkmasına neden olabildiği gösterilmiştir (Furr ve ark. 2010).

Ayrıca, araştırmalar ergenlerin deprem sonrasında travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) geliştirmeye daha yatkın olduğunu göstermektedir (Öztürk ve ark. 2023). Araştırmalar, bu demografinin TSSB geliştirmeye yetişkinlerden daha yatkın olduğunu ve bunun eğitim ve sosyal işlevsellik üzerinde etkileri olduğunu göstermektedir. Araştırmalar, bu durumun tedavi görmeden uzun süre devam edebileceğini göstermektedir (Goenjian ve ark. 2005). TSSB'nin ergenlerin uzun vadeli zihinsel ve duygusal refahı üzerinde önemli bir etkisi olduğu gösterilmiştir (Calhoun ve ark. 2022). Travmaya verilen tepki, deneyimin ciddiyetine ve bireysel başa çıkma mekanizmalarına bağlı olarak değişmektedir. Japon lise öğrencileri üzerinde 2011 Tohoku depreminin ardından yapılan bir çalışma, okul temelli müdahalelerin depresyon ve kaygı etkili bir şekilde azaltabileceğini göstermiştir (Okumoto ve ark. 2017). Sosyal destek, bireylerin psikolojik iyileşmesinde çok önemli bir faktör olarak tanımlanmıştır (Layne ve ark. 2008). Grup terapisi, ergenlere duygularını açık bir şekilde ifade edebilecekleri bir platform sağlayarak başa çıkma becerilerini geliştirmektedir (Mahmoudi ve ark. 2009). TSSB, ergenlerin uzun vadeli zihinsel ve duygusal refahı için önemli bir risk faktörü olarak tanımlanmıştır. Travmaya verilen tepki, deneyimin şiddetine ve bireyin başa çıkma mekanizmalarına bağlı olarak değişkenlik göstermektedir. Bu bağlamda, 2011 Büyük Doğu Japonya Depremi'nin ardından Japonya'daki lise öğrencileriyle yapılan bir çalışma, okul temelli psikososyal müdahalelerin depresyon ve anksiyete belirtilerini etkili bir şekilde azalttığını göstermiştir (Okuyama ve ark. 2017).

Grup terapisinin, travmatik olayların ergenler üzerindeki psikolojik etkisini azaltmak için etkili bir müdahale olduğu gösterilmiştir (Mahmoudi ve ark. 2009). Başkalarının deneyimsel bilgilerinden yararlanmanın travmanın hafifletilmesi için bir mekanizma olduğu gösterilmiştir (Maslovic ve ark. 2017). Grup terapisinin ergenlerde TSSB semptomlarını azalttığı (Mahmoudi ve ark. 2009) ve Nepal depreminden etkilenen bireylerde anksiyete ve depresyonu hafiflettiği gösterilmiştir (Lee ve Jang 2020). Grup terapisinin sosyal bağları güçlendirdiği ve deneyimlerin ve duygusal tepkilerin paylaşılmasını kolaylaştırarak iyileşmeyi

hızlandığı gösterilmiştir (Okuyama ve ark. 2017). Ayrıca, psikolojik destek sistemlerinin etkinleştirilmesi, travma sonrasında izolasyon duygularını hafifletebilir (Tanaka ve ark. 2020). Japonya'daki Büyük Doğu Japonya Depremi'nin ardından yapılan boylamsal bir çalışma, grup terapisinin depresyon ve anksiyete semptomlarını azalttığını ve öğrencilerin uzun vadeli psikolojik iyileşmesine katkıda bulunduğunu ortaya koymuştur (Okuyama ve ark. 2017). Sosyal destek, travmadan kurtulma sürecinde çok önemli bir faktör olarak tanımlanmıştır (Schreiber ve ark. 2010). Grup terapisi, bu desteği sağlamak için en etkili müdahalelerden biri olarak kabul edilmektedir. Grup terapisinin psikolojik destek sağladığı, duyguların ifade edilmesini ve empati gelişimini kolaylaştırdığı gösterilmiştir (Saxe ve ark. 2005). Ergenlerin grup ortamlarında daha yüksek düzeyde açıklık sergiledikleri, bunun da akranlarıyla bağlantı kurmalarını kolaylaştırdığı, empati gelişimini desteklediği ve izolasyon duygularını azalttığı gösterilmiştir (Saltzman 2018). Bu yaklaşımın duygusal iyileşmeyi hızlandığı gösterilmiştir (Layne ve ark. 2008). Grup terapilerinin, bireysel hastalarda hem kişisel gelişimi hem de sosyal rehabilitasyonu kolaylaştırmada etkili olduğu gösterilmiştir. Araştırma bulguları, grup terapisinin ergen güvenliğini artırabildiğini ve açık duygusal ifadeyi teşvik edebildiğini, böylece uzun vadeli iyileşmeyi kolaylaştırdığını göstermektedir (Ford ve ark. 2009). Grup terapisini geliştirmek için, uzun süreli takipleri içeren ve terapi seanslarını kültürel bağlamlara uyarlayan programlar önerilmektedir (Maslovaric ve ark. 2017).

Bu çalışma, grup terapisi müdahalelerinin depremden etkilenen ergenler üzerindeki etkinliğini ve psikososyal etkisini sistematik olarak incelemektedir. Bu sistematik derlemenin amacı iki yönlüdür: birincisi, grup terapisi müdahalelerinin deprem sonrası ergenlerde psikososyal sorunlar üzerindeki etkisini değerlendirmek; ikincisi, iyileşme sürecindeki rollerini belirlemek. Ergenlerde travmaya bağlı stres bozuklukları ve diğer psikolojik sorunların ele alınmasında grup terapisinin değerlendirilmesi, gelecekteki müdahaleler için bilgi sağlama potansiyeline sahiptir. Çalışma aynı zamanda bu müdahalelerin uzun vadeli iyileşmeye ve ergenlerde sosyal işlevselliğin gelişimine katkısını da incelemektedir.

Yöntem

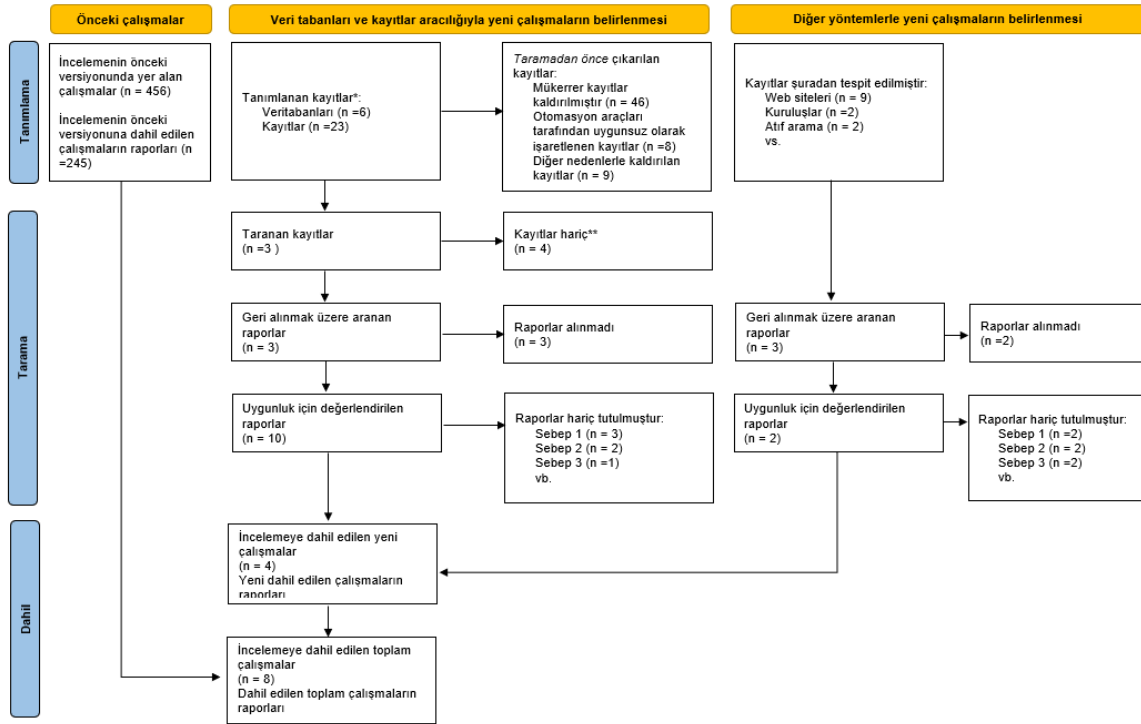
Araştırma Protokolü

Bu çalışma, deprem sonrası ergenlere yönelik grup terapisi müdahalelerinin psikososyal etkilerine ilişkin sistematik bir derlemedir. 2000 ile 2023 yılları arasında PubMed ve Google Akademikte yayımlanmış İngilizce ve Türkçe çalışmaları kapsamaktadır. Kullanılan arama terimleri arasında 'ergenler ve grup terapisi', 'travma ve ergenler ve depremler', 'grup terapisi ve ergenler ve travma sonrası stres', 'ruh sağlığı müdahaleleri ve ergenler ve afetler' ve 'ergenler ve psikolojik etkiler ve doğal afetler' yer almıştır. Bu çalışmanın amacı, depremden etkilenen ergenlerde grup terapisi müdahalelerinin psikolojik sıkıntı, TSSB belirtileri, anksiyete ve depresyon üzerindeki etkililiğini sistematik olarak değerlendirmektir. PRISMA yönergeleri (Moher ve ark. 2009) ve PRISMA akış diyagramı (Rethlefsen ve ark. 2021) doğrultusunda bulguların şeffaf, eksiksiz ve doğru şekilde raporlanması sağlanmıştır.

Mevcut sistematik inceleme sürecinde, incelemenin önceki versiyonunda yer alan toplam 456 çalışma dikkate alınmış ve bu çalışmalar için 245 rapora ulaşılmıştır. Yeni çalışmaları belirlemek için çeşitli veri tabanları ve kayıt sistemlerinde kapsamlı bir arama yapılmış, veri tabanlarından toplam 61 kayıt ve resmi kayıt sistemlerinden 23 kayıt elde edilmiştir. Toplam 84 yeni kaydın 46'sı mükerrer kayıttı, 8'i otomasyon araçları tarafından hariç tutuldu ve 9'u ön eleme aşamasında diğer nedenlerle hariç tutuldu. Sonuç olarak, belirlenen veri tabanları ve kayıt sistemlerinde toplam üç kayıt tespit edilmiştir. Bu özenli çabalara rağmen, kayıtlardan üç rapor elde etme hedefi gerçekleştirilememiştir. Uygunluk açısından değerlendirilen üç rapordan altısı belirli nedenlerle (örneğin, konuyla ilgisizlik, yetersiz metodoloji, tam metin erişim eksikliği) hariç tutulmuştur.

Ayrıca, alternatif metodolojiler aracılığıyla yeni çalışmalar tespit edilmiştir. Bu kapsamda, web sitelerinden toplam dokuz kayıt, çeşitli kuruluşlardan iki kayıt ve referans taraması gibi yöntemlerle iki kayıt tespit edilmiştir. Belirlenen 13 kayıttan üçü erişim için seçilmiştir; ancak bunlardan ikisine ulaşılamamıştır. İki rapor incelemeye dahil edilmemiştir. Bu karar, daha önce belirlenmiş olan nedenlerden dolayı verilmiştir.

Süreçlerin tamamlanmasının ardından, belirlenen kriterleri karşılayan toplam dört yeni çalışma sistematik incelemeye dahil edilmiştir. Bu çalışmalardan ikisine ait raporlar elde edilmiştir. Sonuç olarak, önceki çalışmalarla birlikte toplam sekiz çalışma sistematik incelemeye dahil edilmiş ve böylece dahil edilen çalışmalar için toplam sekiz rapor oluşturulmuştur.



Şekil 1. PRISMA akış şeması

Dahil Etme ve Dışlama Kriterleri

Araştırmaya dahil edilen çalışmaların belirlenmesinde, başlık veya özetlerinde “deprem ve ergenler” ile “grup terapisi” anahtar kelimelerini açık biçimde içermeleri, 2000–2023 yılları arasında yayımlanmış özgün araştırma makalesi niteliğinde olmaları ve insan örnekleme dayalı veri sunmaları temel ölçütler olarak esas alınmıştır. Dahil edilen çalışmaların yöntemsel çeşitliliği kapsamında tanımlayıcı, gözlemsel, vaka odaklı, deneysel ve yarı deneysel tasarımlar dikkate alınmış; bu sayede konunun farklı bağlamlarda ve çeşitli araştırma yöntemleriyle ele alınmasına olanak tanıyan geniş bir metodolojik perspektif oluşturulması hedeflenmiştir.

Araştırma kapsamı dışında bırakılan yayınlar ise belirli ölçütler doğrultusunda seçilmiştir. Resmî olmayan web sitelerinde yayımlanan içerikler, konferans bildirileri, kitap bölümleri, gazete yazıları ve yalnızca özet metinlerden oluşan çalışmalar değerlendirmeye alınmamış; konunun bağlamıyla doğrudan ilişkilendirilemeyen yayınlar da kapsam dışı bırakılmıştır. Ayrıca dil kısıtlamaları gereği yalnızca Türkçe ve İngilizce dillerinde yayımlanan makaleler incelemeye dahil edilmiş, diğer dillerdeki çalışmalar sistematik değerlendirmeye konu edilmemiştir. Bununla birlikte, araştırmanın öncelikli amacına uygunluk gözetilerek meta-analiz türündeki yayınlar da çalışma havuzuna eklenmemiştir.

Veri Analizi

Örneklem özellikleri, araştırma türleri ve kullanılan ölçüm araçları tablolaştırılarak nitel bir sentez gerçekleştirilmiştir. Araştırma özellikleri Tablo 1’de sunulmuştur.

Bulgular

Bu sistematik derlemede 2000 ile 2023 yılları arasında yayımlanan toplam 8 çalışma incelenmiştir. Tüm

çalışmalar deneysel, tanımlayıcı ve gözlemseldir ve vaka raporlarının yanı sıra küçük ölçekli deneysel gözlemleri de içermektedir.

Tablo 1. Sistematik incelemeye dahil edilen çalışmaların özellikleri

Araştırma	Örneklem	Türü	Ölçme Araçları	Sonuçlar
Demirci ve ark. (2024)	Türkiye'de 6 Şubat 2023 tarihinde meydana gelen depremlerde birincil travmaya maruz kalan, travmatik stres belirtileri gösteren ve gönüllü olarak bir psiko-eğitim sürecine katılmayı kabul eden 8 ergen.	Deneysel	Çocuk ve Ergen Travma Sonrası Stres Bozukluğu Reaksiyon İndeksi (CAPS) Kısa Semptom Envanteri (BSI) Başa Çıkma Stilleri Ölçek-Kısa Formu (CSS-BF)	Psiko-eğitimsel müdahale, depreme maruz kalan ergenlerde travma belirtilerini önemli ölçüde azaltmıştır. Müdahaleden sonra katılımcıların başa çıkma becerilerinde bir artış gözlemlendi. Özellikle, duygu odaklı başa çıkma stratejilerinden daha uyumlu başa çıkma stratejilerine doğru bir kayma gözlemlendi. Müdahale programının ergenlerin psikolojik iyi oluşlarını desteklemede etkili olduğu bulunmuştur.
Lee ve Jang (2020)	Nepal depreminden sonra psikolojik destek arayan 12 ergen, kum oyunu terapisi müdahale programına katıldı.	Deneysel	Dayanıklılık Ölçeği-25 (RS-25) Çocuk Davranışları Kontrol Listesi	Kum oyunu terapisi uygulanan ergenlerde psikolojik sağlık ve psikolojik sağlamlık düzeylerinde önemli artışlar gözlenmiştir. Özellikle, anksiyete, depresyon ve travma sonrası stres semptomlarında bir azalma oldu. Kum oyunu terapisi, deprem sonrası travma yaşayan ergenler için etkili bir müdahale yöntemi olarak değerlendirilmiştir. Kontrol grubunda böyle bir değişiklik gözlenmedi. Kum oyunu terapisi grubu, Nepal depreminin ardından ergenlerin ruh sağlığını ve dayanıklılığını önemli ölçüde geliştirdi.
Tanaka ve ark. (2020)	Wenchuan depreminden etkilenen Sichuan eyaletindeki okullara giden 4.766 Çinli genç.	Gözlemsel	Belirti Kontrol Listesi-90 (SCL-90) Atina Uykusuzluk Ölçeği (AIS) Psikotik Benzeri Deneyimler Ölçeği (PLEs)	Okul temelli psikoterapi ve hikaye anlatımı, gençlerin ruh sağlığı üzerinde uzun vadeli olumlu bir etkiye sahipti. Bu müdahalelere katılan öğrenciler daha az depresif belirti ve travmaya bağlı stres belirtileri sergilediler. Psiko-eğitim özellikle erkek öğrenciler için etkiliyken, hikaye anlatıcılığı kız

				öğrenciler için daha etkiliydi. Bu müdahalelere katılan öğrenciler daha fazla psikolojik dayanıklılık ve başa çıkma becerileri gösterdiler.
Maslovaric ve ark. (2017)	İtalya'da 2016 Orta İtalya Depremi'nden etkilenen 119 travma geçirmiş ergen.	Deneysel	Gözden Geçirilmiş Olay Etkisi Ölçeği (IES-R)	EMDR (Göz Hareketleriyle Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme) Bütünleştirici Grup Tedavi Protokolü'nün (IGTP) deprem yaşamış ergenlerde travma sonrası stres belirtilerini, anksiyete ve depresyonu önemli ölçüde azalttığı gösterilmiştir. Müdahaleyi takiben psikolojik iyi oluş arttı. Grup temelli EMDR-IGTP'nin bir afet sonrası gençler için etkili bir müdahale aracı olduğu bulunmuştur.
Okuyama ve ark. (2017)	Miyagi bölgesinde (2011 Japonya depreminden etkilenen) bir ortaokula devam eden toplam 101 öğrenci, travma sonrası stres ve depresyon belirtilerini değerlendirmek için okul temelli bir müdahaleden sonra takip edildi.	Tanımlayıcı/ Gözlemsel	Depresif Semptomatolojinin Hızlı Envanteri (QIDS) Zung Öz Değerlendirme Kaygısı Ölçeği (SAS) Gözden Geçirilmiş Olay Etkisi Ölçeği (IES-R)	Okul temelli müdahale sonrasında öğrencilerin travma sonrası stres ve depresyon belirtilerinde anlamlı bir azalma gözlenmiştir. Müdahalenin afet sonrası ergenlerin psikolojik iyi oluşlarını desteklemede etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Öğrencilerin çoğu müdahaleden memnun kaldı ve kendilerini daha iyi hissettiklerini belirtti. Okul temelli psikolojik desteğin afet sonrası gençler için faydalı olabileceğini göstermektedir.
Maleki Avarsin ve Pourhossein (2016)	Depremi ardından Doğu Azerbaycan ilinde 60 genç kurtarıldı.	Deneysel	Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği-21 (DASS-21)	Bilişsel Davranışçı Grup Terapisi (BDGT), deney grubundaki ergenlerde anksiyete ve akut stres düzeylerini anlamlı olarak azaltmıştır. Kontrol grubunda anlamlı bir değişiklik gözlenmedi. Çalışma, BDGT'nin depremlerden etkilenen ergenlerin psikolojik iyi oluşlarını iyileştirmek için etkili bir müdahale olduğunu ortaya koydu.

Mahmoudi ve ark. (2009)	Bam Depremi'nden etkilenen, travma sonrası stres belirtileri gösteren ve tedavi görmeye istekli 100 ergen.	Deneyisel	Travma Sonrası Stres Ölçeği (TSSÖ)	Kısa süreli bilişsel davranışçı grup terapisinin, Bam depremini takiben TSSB 'si olan ergenlerde TSSB semptomlarını önemli ölçüde azalttığı bulunmuştur. Müdahale grubundaki katılımcılar, kontrol grubuna kıyasla travma ile ilişkili kaygı, korku ve diğer stres semptomlarında önemli iyileşmeler gösterdi. Depremzede ergenlerin psikolojik iyileşmesinde bu tür psikososyal müdahalelerin etkinliği vurgulanmıştır.
Goenjian ve ark. (2005)	Çalışmaya dört grup dahil edildi: Spitak'tan tedavi görmeyen 32 öğrenci, Gümrü bölgesinden tedavi gören 36 öğrenci, tedavi görmeyen 27 öğrenci ve Erivan'dan tedavi görmeyen 30 öğrenci. Depremi yaşayan ve tedavi gören ergenler, tedavi görmeyenlerle karşılaştırıldı.	Tanımlayıcı/ Gözlemsel	Çocuk TSSB Reaksiyon İndeksi (CPTSD-RI) Depresyon Öz Değerlendirme Ölçeği (DSRS)	Beş yıl sonra, tedavi gören öğrenciler TSSB ve depresyon semptomlarında önemli bir azalma gösterdi. Buna karşılık, bu semptomlar devam etti ve tedavi almayan gruplarda daha şiddetliydi. Bu da erken psikolojik müdahalenin uzun vadede ruh sağlığı üzerinde koruyucu bir etkisi olduğunu göstermektedir.

Çalışmaların örneklem büyüklükleri önemli ölçüde değişiklik göstermiştir. Örneklem ergenlerden (Demirci ve ark. 2024) 4.766 katılımcıya (Tanaka ve ark. 2020) kadar değişmektedir ve katılımcılar genellikle deprem sonrası travma sonrası stres bozukluğu tanısı almış bireylerden oluşmaktadır. Örneklem seçiminde çoğunlukla amaçlı örnekleme ya da gruplara rastgele atama yöntemleri kullanılmıştır.

Çalışmalarda kullanılan ölçüm araçları semptom alanına göre farklılık göstermektedir. Kullanılan ölçekler arasında Çocuk ve Ergen Travma Sonrası Stres Bozukluğu Reaksiyon İndeksi (CAPS), Kısa Semptom Envanteri (BSI), Başa Çıkma Tarzları Ölçeği-Kısa Form (CSS-BF), Dayanıklılık Ölçeği-25 (RS-25), Çocuk Davranış Kontrol Listesi Semptom Kontrol Listesi-90 (SCL-90), Atina Uykusuzluk Ölçeği (AIS), Psikotik Benzeri Deneyimler Ölçeği (PLEs) yer almaktadır, Gözden Geçirilmiş Olay Etkisi Ölçeği (IES-R), Depresif Semptomatolojinin Hızlı Envanteri (QIDS), Zung Öz Değerlendirme Kaygısı Ölçeği (SAS), Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği-21 (DASS-21), Travma Sonrası Stres Ölçeği (TSSÖ), Çocuk TSSB Reaksiyon İndeksi (CPTSD-RI) ve Depresyon Öz Değerlendirme Ölçeği (DSRS).

Bu sistematik derlemeye dahil edilen sekiz çalışma, farklı ülkelerde deprem sonrasında uygulanan psikolojik müdahalelerin ergenlerin psikolojik iyi olma hali üzerindeki etkilerini incelemiştir. Müdahaleler arasında BDT, psikoeğitim, sanat temelli terapiler ve EMDR temelli grup protokolleri yer almış ve sonuçlar genel olarak TSSB, anksiyete, depresyon ve başa çıkma becerileri gibi temel psikolojik alanlar üzerinde değişken etkiler olduğunu göstermiştir. Mahmoudi ve arkadaşları (2009), İran'daki Bam Depremi sonrasında yürütülen kontrollü deneyisel bir çalışmada 85 katılımcıya uygulanan kısa süreli BDT'nin TSSB semptomlarını önemli ölçüde azalttığını bildirmiştir. Benzer şekilde, Maleki Avarsin ve Pourhossein (2016) Doğu Azerbaycan Depremi sonrasında 20 katılımcının yer aldığı yarı deneyisel bir çalışmada BDT'nin hem kadınlarda hem de erkeklerde kaygı ve stres düzeylerini önemli ölçüde azalttığını göstermiştir. Türkiye'de Demirci ve arkadaşları (2024), 2023 Kahramanmaraş depremlerinin ardından sekiz ergenle tek gruplu AB desenli bir

çalışma yürütmüş ve sekiz seanslık bir psikoterapi programı uygulamıştır. Dört aylık izlemde, depresyon düzeylerinde azalma ve baş etme becerilerinde artış gözlenmiş, ancak TSSB belirtilerinde anlamlı bir değişiklik saptanmamıştır. Daha büyük örneklem gruplarıyla yapılan çalışmalar arasında, Okuyama ve arkadaşları (2017) 2011 Büyük Doğu Japonya Depremi'nin ardından Japonya'da 1.432 ila 1.488 öğrenciyle üç yıl boyunca okul temelli psikososyal destek programları uygulamış ve bu süre zarfında depresyon ve kaygı düzeylerinde kademeli düşüşler kaydetmiştir. Benzer şekilde, Tanaka ve arkadaşları (2020) 2008 Wenchuan Depremi'nin ardından Çin'de 1.028 öğrenciyle 8 ila 12 seanslık okul temelli bir psikoeğitim programı uygulamış ve müdahale sayesinde psikolojik sıkıntı ve uykusuzluk düzeylerinde azalma olduğunu bildirmiştir. Ancak, bu çalışmanın kesitsel yapısı nedensel ilişkiler kurmayı zorlaştırmıştır. Sanat temelli müdahalelerin etkilerini inceleyen Lee ve Jang (2020), 2015 depreminin ardından Nepal'de 119 çocukla karma yöntemli bir çalışma yürütmüş ve yedi seans kum tepsisi terapisinin kaygı ve yoksunluk belirtilerini azalttığını bildirmiş ve çocukların anlatılarına dayanan tematik analizlerde duygusal iyileşme temalarının ortaya çıktığını vurgulamıştır. Ayrıca, travmaya özgü müdahalelerde kullanılan EMDR temelli grup müdahalelerine ilişkin veriler de dikkat çekicidir. Maslovaric ve arkadaşları (2017) 2016 İtalya depreminin ardından 116 katılımcıyla üç seanslık bir grup EMDR protokolü uygulayarak bir çalışma yürütmüş ve üç aylık takipte TSSB semptomlarında önemli bir azalma gözlemlenmiştir. Uzun vadeli takip verileri açısından dikkate değer bir diğer çalışma da Goenjian ve arkadaşlarının (2005) çalışmasıdır. Araştırmacılar 1988 Spitak Depremi'nin ardından 38 katılımcıya grup ve bireysel travma-yas terapisi uygulamış ve bu kişileri 1,5 yıl ve 5 yıl sonra yeniden değerlendirmişlerdir; her iki takip döneminde de TSSB ve depresyon belirtilerinde anlamlı azalmalar rapor etmişlerdir. Bu bulgular, grup terapisi müdahalelerinin sadece kısa vadeli değil uzun vadeli etkileri de olabileceğini göstermektedir. Genel olarak, incelenen çalışmalar, çeşitli terapi türlerinin afetlerden sonra ergenlerin psikolojik iyi olma halini desteklemede bir dereceye kadar etkili olduğunu göstermektedir. Ancak müdahalenin türü, süresi, örneklem büyüklüğü ve değerlendirmelerin zamanlaması farklılık gösterdiğinden, bulguları karşılaştırırken bu değişkenleri göz önünde bulundurmak önemlidir.

Tartışma

Bu sistematik derleme, deprem sonrası ergenlere uygulanan grup terapisi müdahalelerinin psikolojik iyi oluşlarına katkılarını kapsamlı bir şekilde incelemiştir. Bulgular genel olarak grup terapisinin TSSB, anksiyete, depresyon ve sosyal izolasyon gibi yaygın psikopatolojileri azaltmada etkili olduğunu göstermektedir. Mahmoudi ve diğerlerinin (2009) bildirdiği gibi, kısa süreli bilişsel-davranışçı grup terapisi TSSB semptomlarını azaltmaktadır. Benzer şekilde, Maleki Avarsin ve Pourhossein (2016) kaygı ve stres seviyelerinde önemli düşüşler olduğunu bildirmiştir. Benzer şekilde, sanat temelli terapiler (örn. kum terapisi) ve psikoeğitim programları esnekliği artırmada ve sosyal işlevselliği optimize etmede olumlu sonuçlar göstermiştir (Lee ve Jang 2020; Demirci ve ark.,2024).

Okuyama ve arkadaşları (2017) tarafından Japonya'da yürütülen üç yıllık bir takip çalışması, okul temelli müdahalelerin uzun vadeli depresyon ve anksiyete düzeylerini azalttığını ortaya koyarak erken müdahalenin önemini vurgulamıştır. Grup terapisinin yalnızca bireysel iyileşmeyi değil, aynı zamanda empati, sosyal bağlılık ve destek mekanizmalarının geliştirilmesini de kolaylaştırdığı gösterilmiştir (Saxe ve ark. 2005). Bununla birlikte, bazı çalışmalarda TSSB semptomlarında önemli bir iyileşmenin olmaması, müdahalelerin zamanlaması ve bileşimi konusunda ek araştırmaların gerekliliğine işaret etmektedir.

Grup terapisinin etkinliği, kullanılan terapi türüne bağlıdır. En çok kullanılan yöntem olan BDT, TSSB ve anksiyete belirtilerini azaltmada etkilidir (Mahmoudi ve ark. 2009; Maleki Avarsin ve Pourhossein 2016). Sandplay terapisi gibi sanat temelli yaklaşımların, sözel olmayan ifade araçları sağlayarak esnekliği artırdığı açıktır (Lee ve Jang 2020). EMDR temelli grup protokolleri belirsiz sonuçlar vermiş ve bazı vakalarda TSSB semptomlarını şiddetlendirdiği gösterilmiştir (Maslovaric ve ark. 2017). Birçok çalışmadaki önemli bir metodolojik sınırlama, terapist yetkinliği ve eğitimi hakkında raporlama yapılmamasıdır. Bu önemli sınırlama, geçerliliği olmayan bulgulara yol açtığı için sorundur (Ford ve ark. 2009, Saltzman ve ark. 2018).

Bu çalışmada göze çarpan bir gözlem, örneklem büyüklükleri ve metodolojik yaklaşımlardaki heterojenliğin bulguların genellenebilirliğini kısıtlamaya hizmet ettiğidir. Örneğin, Demirci ve arkadaşları (2024) sekiz ergen ve ailesinden oluşan bir örneklem büyüklüğüyle bir çalışma yürütmüştür. Buna karşılık, Okuyama ve

diğerleri (2017) rastgele atamalar veya kontrol grupları içermemiştir, bu da nedensel çıkarımlar yapma kabiliyetini engellemektedir. Ayrıca, önemli sayıda çalışma, grup terapisinin uzun vadeli etkilerini doğru bir şekilde değerlendirme yeteneğini engelleyen nispeten kısa takip süreleri nedeniyle eleştirilmiştir (Tanaka ve ark. 2020).

Çalışmaların çoğu, semptomları değerlendirmek için DASS-21, IES-R, CPTSD-RI ve SCL-90 dahil olmak üzere çeşitli ölçüm araçları kullanmıştır. Bu çeşitlilik, doğrudan karşılaştırmaları zorlaştırmıştır. Ayrıca, değerlendirmelerin çoğu, katılımcı yanlılığı riski taşıyan kendi kendine bildirilen formlara dayanmaktadır. Ayrıca, çalışmaların çoğu kültürel bağlamın rolünü göz önünde bulundurmaya ihmal etmiş, bu da kapsamlı analizlerin eksikliğine neden olmuştur. Bununla birlikte, toplum temelli kolektivist yapıların (örneğin İran ve Nepal) grup terapisinin etkinliğini artırdığı gösterilmiştir. Mahmoudi ve arkadaşları 2009 yılında yaptıkları bir çalışmada, dini uygulamalarla bütünleştirilmiş grup terapisinin daha etkili olduğunu bildirmişlerdir. Benzer bir şekilde, Lee ve Jang'ın (2020) çalışması, Hindu-Budist inançlarından etkilenen kum terapisinin Nepal'deki genç bireyler arasında ruhsal iyilik halini ele almadaki etkinliğini ortaya koymuştur.

Son olarak, cinsiyet, önceki travma geçmişi, dayanıklılık düzeyi ve sosyoekonomik durum gibi bireysel farklılıklar çoğu çalışmada göz ardı edilmiştir. Bu durum, grup terapisi için en uygun adayların belirlenmesini zorlaştırmaktadır. Gelecekteki araştırma çabalarının, grup terapisinin hangi koşullar altında en etkili olduğunu ve bu terapi biçiminin hangi bireyler için en faydalı olduğunu belirlemeye odaklanması önerilmektedir. Ayrıca, dijital platformlar üzerinden yürütülen grup terapisi erişilebilirliği artırma potansiyeline sahiptir. Pandemi sonrasında hızlanan dijital dönüşüm göz önünde bulundurulduğunda, çevrimiçi grup terapisi yöntemlerinin etkinliğine ilişkin titiz değerlendirmeler yapılması zorunludur (Saltzman ve ark. 2018).

Grup terapisi, depreme maruz kalan ergenler için yaygın olarak kabul gören bir psikolojik müdahaledir. Bu müdahalelerin TSSB, anksiyete ve depresyonu azaltmadaki ve sosyal destek mekanizmalarının güçlendirilmesine katkıda bulunmadaki etkinliği iyi bir şekilde belgelenmiştir. Bununla birlikte, bulgular, küçük örneklem boyutları, kısa takip süreleri, kültürel adaptasyon eksikliği ve metodolojik farklılıklar gibi çalışmanın sınırlamaları dahilinde değerlendirilmelidir. Sonuç olarak, sonuçlar genellenebilir olmayabilir. Gelecekteki araştırmalar daha uzun takip sürelerine, kültürel olarak uyarlanmış müdahalelere, terapist yeterliliğinin ayrıntılı raporlanmasına ve büyük ölçekli randomize kontrollü çalışmalara odaklanmalıdır. Bu programın uygulanması, afetlerden etkilenen ergenler için grup terapisi müdahalelerinin sağlanmasını kolaylaştıracaktır.

Sonuç

Bu sistematik derleme, farklı kültürel bağlamlarda depremden etkilenen ergenler üzerinde yürütülen sekiz grup temelli psikolojik müdahale çalışmasını incelemiştir. Bulgular, BDT, psikoeğitim, göz hareketleriyle duyarısızlaştırma ve yeniden işleme (EMDR) ve sanat terapisi gibi grup formatında uygulanan terapötik müdahalelerin, ergenler arasında TSSB, anksiyete, depresyon ve sosyal izolasyon gibi yaygın psikolojik sorunları azaltmada genellikle etkili olduğunu göstermektedir. Özellikle, yapılandırılmış, travma odaklı grup terapileri TSSB semptomlarını hafifletmede etkili olurken, okul temelli müdahalelerin sosyal işlevselliği ve psikososyal dayanıklılığı desteklediği gösterilmiştir.

Bununla birlikte, çeşitli çalışmalar TSSB semptomlarında sınırlı iyileşme bildirmiştir; bu da müdahale türü, süresi, uygulayıcı kalitesi ve bireysel farklılıklar gibi faktörlerin terapötik sonuçları etkileyebileceğini düşündürmektedir. Grup terapisinin, bireyler arasındaki sosyal destek ağlarını güçlendirerek ve duygusal ifade süreçlerini teşvik ederek ergenlerin iyileşme sürecinde önemli bir rol oynadığı gösterilmiştir. Bununla birlikte, bireysel terapi, uzun süreli takip çalışmaları ve kültürel olarak uyarlanmış müdahale modelleri ile entegrasyonun gerekliliği de ortaya çıkmıştır. Sonuç olarak, deprem sonrası ergenlerde psikolojik iyileşmeyi desteklemek için uygulanan grup terapisi etkili ve uygulanabilir bir müdahale olarak ortaya çıkmıştır; ancak, sürdürülebilirliği, bağlamsal geçerliliği ve bu etkilerin bireysel farklılıklara duyarlılığını artırmak için daha yüksek kaliteli araştırmalara ihtiyaç vardır.

Kaynaklar

- Bertinelli L, Mahé C, Strobl E (2023) Earthquakes and mental health. *World Dev*, 169:106283.
- Briere J, Elliott DM (2000) Prevalence, characteristics, and long-term sequelae of natural disaster exposure in the general population. *J Trauma Stress*, 13:661-679.
- Calhoun CD, Stone KJ, Cobb AR, Patterson MW, Danielson CK, Bendežú JJ (2022) The role of social support in coping with psychological trauma: An integrated biopsychosocial model for posttraumatic stress recovery. *Psychiatr Q*, 93:949-970.
- Demirci H, Bilge Y, Emiral E, Şen S (2024) Enhancing recovery in postearthquake adolescents: Examining the impact of a psychoeducational intervention on traumatic stress symptoms and coping strategies. *Curr Psychol*, 43:26983-26996.
- Ford JD, Fallot RD, Harris M (2009) Group therapy. In *Treating Complex Traumatic Stress Disorders: An Evidence-Based Guide*. (Eds CA Courtois, JD Ford):415-440. New York, Guilford Press.
- Furr JM, Comer JS, Edmunds JM, Kendall PC (2010) Disasters and youth: A meta-analytic examination of posttraumatic stress. *J Consult Clin Psychol*, 78:765-780.
- Goenjian AK, Walling D, Steinberg AM, Karayan I, Najarian LM, Pynoos RS (2005) A prospective study of posttraumatic stress and depressive reactions among treated and untreated adolescents 5 years after a catastrophic disaster. *Am J Psychiatry*, 162:2302-2308.
- Kar N (2009) Psychological impact of disasters on children: Review of assessment and interventions. *World J Pediatr*, 5:5-11.
- Kirmayer LJ, Kienzler H, Afana AH, Pedersen D (2010) Trauma and disasters in social and cultural context. In *Principles of Social Psychiatry*. (Eds LJ Kirmayer, R Lemelson, M Barad):155-177. Hoboken, NJ, Wiley.
- Kristensen P, Weisæth L, Heir T (2012) Bereavement and mental health after sudden and violent losses: A review. *Psychiatry*, 75:76-97.
- Layne CM, Saltzman WR, Poppleton L, Burlingame GM., Pašalić A, Duraković E et al. (2008) Effectiveness of a school-based group psychotherapy program for war-exposed adolescents: A randomized controlled trial. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 47:1048-1062.
- Lee S, Jang M (2020) The effect of group sandplay therapy on psychological health and resilience of adolescent survivors of Nepal earthquake. *J Symb Sandplay Ther*, 11: 45-78.
- Luthar SS, Prince RP (2006) Developmental psychopathology. In *Lewis's Child and Adolescent Psychiatry*. (Ed M Lewis):291-299. Pennsylvania, Lippincott Williams & Wilkins.
- Mahmoudi GJ, Mohammadi MR, Yasami MT, Ali RN, Naderi F, Moftakhari O. (2006) The effects of a short-term cognitive behavioral group intervention on Bam earthquake-related PTSD symptoms in adolescents. *Iran J Psychiatry Clin Psychol*, 12:146-154.
- Maleki Avarsin F, Pourhossein R (2016) The effectiveness of cognitive behavioral group therapy on anxiety and acute stress in adolescents rescued from earthquake in East Azerbaijan Province, Iran. *Eur Online J Nat Soc Sci*, 5:966-972.
- Mannarino AP, Cohen JA (2011) Traumatic loss in children and adolescents. *J Child Adolesc Trauma*, 4:22-33.
- Margolin G, Ramos MC, Guran EL (2010) Earthquakes and children: The role of psychologists with families and communities. *Prof Psychol Res Pr*, 41:1-9.
- Maslovaric G, Zaccagnino M, Mezzaluna C, Perilli S., Trivellato D, Longo V et al. (2017) The effectiveness of Eye Movement Desensitization and Reprocessing integrative group protocol with adolescent survivors of the Central Italy earthquake. *Front Psychol*, 8:1826.
- McNally RJ, Bryant RA, Ehlers A (2003) Does early psychological intervention promote recovery from posttraumatic stress? *Psychol Sci Public Interest*, 4:45-79.
- Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, PRISMA Group (2009) Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *Int J Surg*, 8:336-341.
- Öztürk E, Akış AD, Derin G, Erdoğan B (2023) Social trauma and disaster psychology: The impact of earthquakes on children's mental health from the perspective of dissonance theory and modern psychotraumatology. *Novel Forensic Research*, 2:57-70.
- Pine DS (2003) Developmental psychobiology and response to threats: Relevance to trauma in children and adolescents. *Biol Psychiatry*, 53:796-808.
- Rethlefsen ML, Kirtley S, Waffenschmidt S, Ayala AP, Moher D, Page MJ, et al. (2021) PRISMA-S: An extension to the PRISMA statement for reporting literature searches in systematic reviews. *Syst Rev*, 10:39.
- Saltzman WR, Layne CM, Steinberg AM, Pynoos RS (2018) Trauma/grief-focused group psychotherapy with adolescents. In *Psychological Effects of Catastrophic Disasters*. (Eds. RJ Ursano, CS Fullerton, AE Norwood):669-729. New York, Routledge.
- Saxe R (2005) Against simulation: The argument from error. *Trends Cogn Sci*, 9:174-179.
- Schreiber V, Maercker A, Renneberg B (2010) Social influences on mental health help-seeking after interpersonal traumatization: A qualitative analysis. *BMC Public Health*, 10:634.

- Schwarz ED, Perry BD (1994) Posttraumatic response in children and adolescents. *Psychiatr Clin North Am*, 17:311-326.
- Tanaka E, Iso H, Tsutsumi A, Kameoka S, You Y, Kato H (2020) School-based psychoeducation and storytelling: Associations with long-term mental health in adolescent survivors of the Wenchuan earthquake. *Epidemiol Psychiatr Sci*, 29:e65.
- Warsini S, Mills J, Usher K (2014) Solastalgia: Living with the environmental damage caused by natural disasters. *Prehosp Disaster Med*, 29:87-90.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Etik Onay: Bu çalışma bir derleme yazısı olduğu için etik onaya gerek yoktur.

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Ethical Approval: This review study does not require ethical clearance.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study.