



Travmayı Paylaşmak: Acımasız Dünya Sendromu ve Duyarlı Örgütler Geliştirmeye Yönelik Bir Perspektif Önerisi

Özge KOCAKULA

Doç.Dr., Aydın Menderes Üniversitesi,
Sultanhisar MYO, Yönetim ve Organizasyon
ozgekocakula@outlook.com
<https://orcid.org/0000-0001-9710-492X>

Makale Başvuru Tarihi : 14.11.2023

Makale Kabul Tarihi : 19.12.2023

Makale Yayın Tarihi : 31.12.2023

Makale Türü : Araştırma Makalesi

DOI: 10.5281/zenodo.10446218

Özet

Anahtar Kelimeler:

Deprem,
Doğal Afet,
Duyarlı Örgütler
Dolaylı Travma
Ekran Travması

Dolaylı travma, özdeşim kurma ve empati süreçleri gibi psikolojik mekanizmalar yoluyla bireylerin, ötekinin başına gelen travmatik deneyimden yaralanarak acı çekmesi ve travmaya maruz kalanlarda görülen semptomların benzerini göstermesidir. Özellikle toplulukçu kültürlerde duygudaşlığa yönelik yaygın eğilim, ulusal ve bölgesel çaplı afetlerde ortaya çıkan travmatik yaşantıların küresel medya organları aracılığıyla ekranları başındaki izleyiciyle buluşturulması, ekran travması da denilen dolaylı travmanın zeminini oluşturmaktadır. Deprem gibi büyük afetler karşısında hissedilen çaresizlik, korku, endişe, yas gibi yoğun duygulanımlar yalnızca afetlerin geliştiği bölgede değil, ekran vasıtasıyla bu görüntülere maruz kalan kitlenin bütününde farklı yoğunluklarda hissedilmektedir. Bu görüntülere maruz kalan bireylerin kişilik özellikleri, travma geçmişleri, empati ve özdeşim düzeyleri gibi faktörler uyarınca, ekran başından bu afetlerdeki acılara ortak olan kişilerde travma sonrası stres bozukluğu, hafıza gerilemeleri, öğrenme ve karar verme güçlükleri gibi bilişsel işlev bozuklukları, psikosomatik rahatsızlıklar ortaya çıkabilmektedir. Bir örgütün parçası olma, kurumsal bir rolü sürdürmek durumunda olan ancak görünürde travmatik yaşantıya doğrudan maruz kalmadığı için bu semptomları sergilemekte 'haklı bir gerekçe'si olmayan bireyler, örgütsel rollerini devam ettirenken aynı zamanda bu duygularıyla baş etmek durumunda oldukları için süreç içerisinde izolasyon, depresyon, anksiyete bozukluğu gibi farklı tablolar ortaya çıkabilmektedir. Afetler karşısında dikkatini afetin gerçekleştiği bölgelere yönelten örgütler, kurumsal sosyal sorumluluk felsefeleri uyarınca aktif yardım girişimlerinde bulunmaktadır. Bu çalışma, örgütsel duyarlılığın kurumsal sosyal sorumluluk felsefesi ile sınırlı kalmasının, örgütleri çalışanlarının duygularına karşı körleştirebileceğine dikkat çekmektedir. Bu gibi durumlar karşısında dikkatin örgütün dışına yönelirken çalışanların duygusal yaşantılarının ihmal edilmesi, aynı zamanda örgütsel rollerini sürdürmek durumunda olan çalışanlar açısından örgütsel güven ve adalet duygusunun zedelenmesi, örgütsel bağlılığın ortadan kalkması, iş motivasyonunun kaybı ve iş tükenmişliği, işten ayrılma niyetinin artması ya da sessiz istifa gibi pek çok örgütsel sonucu beraberinde getirmektedir. Örgütlerin en kıymetli değeri olan beşerî kaynağına karşı körleşmesi, örgütlerde kültür erozyonu, performans kaybı, örgütsel imajın zedelenmesi gibi yıkıcı sonuçları ortaya çıkaracaktır. Bu nedenle örgütlerin perspektifini kurumsal sosyal sorumluluk anlayışından duyarlı örgütler anlayışına doğru genişletmesi gerekmektedir. Duyarlı örgütler, afetler gibi ulusal ölçekte kolektif travmaya yol açabilecek büyüklükte travmatik olaylar karşısında dikkatini çalışanlarından ve onların bu olaylar karşısındaki duygularından ayırmadan aynı zamanda olayın gerçekleştiği bölgede destek oluşturarak bu süreçlerin atlatılmasını herkes için kolaylaştırma hedefini benimseyebilen örgütlerdir. Bunun için örgütün iç paydaşlarına destek sistemleri oluşturarak güvenli bir sığınak sunduğu bir örgüt yapısı ve kültürü oluşturabilmesi gerekmektedir. Çalışma kapsamında duyarlı örgütler geliştirebilmek için kullanılabilir olası stratejiler tartışmaya açılarak, örgütlere kurumsal sosyal sorumluluk anlayışından örgütsel duyarlılık anlayışına doğru genişleyen yeni bir perspektif önerilmektedir.

Sharing Trauma: A Perspective on the Cruel World Syndrome and Developing Responsive Organizations

Abstract

Keywords:

Earthquake,
Natural Disaster,
Responsive
Organizations
Indirect Trauma
Screen Trauma

Vicarious trauma is when individuals, through psychological mechanisms such as identification and empathy processes, suffer from the traumatic experience of the other and show symptoms similar to those seen in trauma survivors. The widespread tendency towards empathy, especially in collectivist cultures, and the fact that traumatic experiences that occur in national and regional disasters are brought together with the viewers on the screens through mass media organs constitute the basis of indirect trauma, also known as screen trauma. Intense emotions such as helplessness, fear, anxiety, and mourning felt in the face of major disasters such as earthquakes are felt at different intensities not only in the region where the disasters occur, but also in the entire audience exposed to these images through the screen. In line with factors such as personality traits, trauma histories, empathy and identification levels of individuals exposed to these images, people who share the pain of these disasters through the screen may develop post-traumatic stress disorder, memory regressions, cognitive dysfunctions such as learning and decision-making difficulties, and psychosomatic disorders. Individuals who have to be a part of an organization and maintain an institutional role, but who do not have a 'justification' for exhibiting these symptoms because they are not directly exposed to the traumatic experience, may develop different pictures such as isolation, depression, anxiety disorder in the process because they have to cope with these feelings while continuing their organizational roles. In the face of disasters, organizations that direct their attention to the regions where the disaster occurs make active aid initiatives in accordance with their corporate social responsibility philosophies. This study draws attention to the fact that limiting organizational sensitivity to the philosophy of corporate social responsibility may blind organizations to the emotions of their employees. In the face of such situations, neglecting the emotional experiences of employees while focusing attention outside the organization brings many organizational consequences such as damage to organizational trust and sense of justice, loss of organizational commitment, loss of job motivation and job burnout, increased intention to quit or silent resignation for employees who have to maintain their organizational roles. When organizations become blind to their human resources, which is their most valuable asset, it will lead to destructive consequences such as culture erosion, loss of performance, and damage to the organizational image. For this reason, organizations need to broaden their perspective from corporate social responsibility to responsive organizations. Responsive organizations are organizations that can adopt the goal of making it easier for everyone to overcome these processes by creating support in the region where the event takes place, without separating their attention from their employees and their feelings in the face of traumatic events that can cause collective trauma on a national scale such as disasters. For this, the organization should be able to create an organizational structure and culture in which it offers a safe haven to its internal stakeholders by creating support systems. Within the scope of the study, possible strategies that can be used to develop responsive organizations are discussed and a new perspective that expands from corporate social responsibility to organizational responsiveness is proposed.

GİRİŞ

Latince kökenli travma sözcüğü; “bir darbe sonucu oluşan bedensel veya ruhsal yara” (etimolojiktürkçe, 2013) anlamına gelmektedir. Literatürde ilk defa McCann ve Pearlman (1990) tarafından kullanılmış olan üstlenilmiş travma (vicarious trauma) terimi; ikincil travmatik stres (seconder traumatic stress), merhamet yorgunluğu (compassion fatigue), tükenmişlik (burnout), karşı-aktarım (countertransference), travmatik karşı-aktarım (traumatic countertransference), travma sonrası stres bozukluğu (post-traumatic stress disorder), duygusal bulaşma (emotional contagion) ve paylaşılan travma (shared trauma) olmak üzere, ilişkili pek çok terimle bugüne dek alanyazında kendisine yer edinmiştir (Branson, 2019). Terimin ortaya çıkışı itibariyle, daha çok doğrudan travmaya maruz kalmış hastalarla çalışan ruh sağlığı uzmanlarının içinde bulunduğu duygu, düşünce ve davranışların travma yaşayan hastalardakine benzer semptomları sergilemesini ifade edecek şekilde kullanıldığı görülmektedir. Ancak izleyen yıllarda yapılan araştırmalar, üstlenilmiş ya da ikincil travmanın yalnızca ruh sağlığı çalışanlarında değil aynı zamanda birincil derece yakınlarından travmaya uğramış olan insanların; kitlesel medya aracılığıyla travmatik görüntülere maruz kalan insanların da Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı V'te (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) DSMV-5'te tanımlandığı şekilde travma sonrası stres bozukluğu (TTSB) semptomları gösterdiği anlaşılmıştır. Türkiye Psikiyatri Derneği (TPD) (2023) ruhsal travmayı “kişiyi aşırı korkutan, dehşet içinde bırakan, çaresizlik yaratan, çoğu kez olağandışı ve beklenmedik olayların yol açtığı etkiler” olarak tanımlamaktadır. Buna göre

savaşlar, patlamalar, deprem, sel, yangın gibi afetler de ruhsal travmaya sebep olan olaylar arasında sıralanmaktadır. Amerikan Psikiyatri Birliği (APA)'nın DSMV-IV (1994)'ü yayınlamasına kadar geçen süreçte, ancak bireyin başına gelen travmatik deneyimlerin travmaya yol açabileceği kabul edilirken DSMV-IV itibarıyla, bir olayı öğrenmiş olmak, haberini almak, görmek gibi dolaylı yollarla da kişi travmaya uğramış kabul edilebilmektedir (Çolak vd., 2018). Bu noktada, bireylerin yaşadığı coğrafyada, ulusal ve yerel düzeyde meydana gelen travmatik olaylar, bizzat bireyin kendisi tarafından deneyimlenmediği durumda dahi bireyin anlam çerçevesini ve sağlıklı zihinsel şemalarını yıkabilecek etkiyi kitlesel medya aracılığıyla gösterebilmektedir. Gerbner (1993), medyada şiddet haberlerine ve görüntülerine uzun süreli maruz kalanların dünyanın tehlikeli ve kötü bir yer olduğuna inanarak güvensizleştiklerini öne sürmektedir. “Acımasız Dünya Sendromu” ismini verdiği bu sendrom, kitlesel medyada şiddet içerikli mesajlara maruz kalma sıklığının, bireylerin dünyayı kavrama ve anlamlandırma çerçevelerini köklü bir biçimde etkileyerek dönüştürdüğünü ifade etmektedir. 2009 yılında 37 yaşında bir hukukçu olarak ‘Dünyada çok fazla acı var, dayanamıyorum!’ diyen Dicle Koğacıoğlu'nun yaşamına son vermesi, acımasız dünya sendromuna acılı bir örnektir. Yalnızca şiddet içerikli haberlerde değil; dizi ve filmlerde karşılaşılan şiddet unsurlarına sıklıkla maruz kalan insanların da televizyon izlemeyen insanlara göre daha güvensiz bir dünyada yaşadıklarını bulgulayan çalışmalar (Çevik, 2023) mevcuttur. Yeşil Yol filminin bir sekansında baş karakter olan John'un monoloğu, acımasız dünya sendromunu farklı bir yoldan gözler önüne sermektedir:

“Her gün dünyada hissettiğimi duyduğum acılardan
Bıktım,
Çok fazla var
Sanki her an kafama cam parçaları batıyor
Anlıyor musun?”
(Yeşil Yol, 1999, Frank Darabont)

Gündelik yaşam, bireylerin üstlenmiş olduğu toplumsal rollere fazlaca ‘dikişlenmiş’ halde bulunmasıyla karşımıza çıkan rutinler ve olumsuzluk olarak ortaya çıkan sorumlulukların yerine getirildiği bir döngüyü takip etmektedir. Ancak travma, tanımından da anlaşılacağı üzere gündelik yaşamın bu döngüsel işleyişini sekteye uğratan ve alışıldık rollerin bir müddet askıya alınmasını gerektiren, adeta zamanı donduran bir etkiyle ortaya çıkmaktadır. Duygusal, zihinsel ve davranışsal boyutlarından her birinde ya da bazılarında, kısmi yahut bütüncül ketlenmeler meydana getirebilen travma ile gündelik rutinlerden geçici ancak belirsiz süreliğine bir kopuş gerçekleşmektedir. Mitchell ve Hodson (2017), bireylerin mevcut inanç ve değerlerinde çelişkilere neden olduğunu bulguladıkları travma-içerikli bilgilerin, bilişsel uyumsuzluk kuramı üzerinden açıklanabileceğini savunmaktadır. Çocukluk döneminde cinsel istismara uğramış erkeklerle çalışan Gartner (2014), bu çocuklarla gerçekleştirdiği seanslar sonrasında eve döndüğünde, kendisini sarsılmış ve dengesini kaybetmiş hissettiğini ifade etmektedir. Gartner'ın bu ifadesi, gündelik rutinlerimizin temsil mekânı olarak değerlendirebileceğimiz evlerin, travmaya ait yalnızca işitsel içeriklere maruz kalma durumunda dahi dengemizi korumaya yeterli olmadığını ifade etmektedir. Öte yandan Gartner, söz konusu travmatik içeriklerle yalnızca birey üzerinden değil; savaş gazileri gibi belirli bir grup ya da topluluk üzerinden de özdeşim kurmak yolu ile sarsıcı etkiler üretebildiğini ifade etmektedir (Boulanger, 2018). Bu anlamda yalnızca ruh sağlığı çalışanlarının değil, aynı zamanda söz konusu travmatik içeriklere görsel ve işitsel yollarla maruz kalanların da gündelik yaşamlarını aksatabilecek türden duygusal ve davranışsal sonuçlarla karşı karşıya kalabileceklerini söylemek yanlış olmayacaktır. Bu bağlamda kişilerin gündelik hayat ritmini paranteze alarak hayatta kalma ile ilgili kaygılarını ön plana çıkaran Covid-19 gibi küresel salgınlar, 2023 yılında Hatay merkezli 7,5 şiddetinde gerçekleşen deprem örneğinde olduğu gibi ulusal çapta önemli yıkımları ortaya çıkaran doğal afetler, kolektif hafızada travmatik etkiler üretebilmektedir. Kentsel mekanların ve kolektif hafızanın önemli ölçüde zedelendiği bu gibi durumlar, sadece fiziksel açıdan yıkıcı etkileri değil, kamusal açıdan psikolojik ve sosyal etkileri de beraberinde getirmektedir. Afetlere maruz kalanların bireysel kayıplarının ortaya çıkardığı travmaların yanında, empatik özdeşim yoluyla bu travmalara maruz kalan kitle ile duygudaşlık kuran bütün bireyler, ötekine ait bu travmayı paylaşmakta ve üstlenmektedir. Bu yolla çıkan ikincil travmanın, örgütsel yaşamın içinde ekonomik faaliyetlerini sürdürmek durumunda olan bireyler açısından oluşturduğu psikolojik yük ve bunun örgütsel yaşama olası sonuçları bakımından değerlendirilmesi gerekmektedir.

Bu gibi büyük ölçekli krizlerin yarattığı çevresel belirsizlik ve güvensizlik hissi, örgütsel rollerini sürdürmek durumunda olan çalışanlar ve örgütün bütünü açısından pek çok sonucun tartışmaya açılmasının gerekliliğini

ortaya koymaktadır. Çalışanların işyerlerindeki binaların dayanıklılığı, acil durum planları ve tahliye prosedürleri konusunda yaşadıkları endişeler, iş güvenliği ve genel çalışma ortamına yönelik kaygılar, iş yerindeki rutinlerin bozulması ve olası iş kayıpları gibi faktörler çalışanların stres düzeylerini bu krizler karşısında artırabilir ve ekonomik belirsizlikle birleştiğinde çalışanların genel refahında önemli etkilere yol açabilmektedir. Kaybedilen çalışma arkadaşları veya işyerindeki diğer kişilerle olan ilişkilerin kaybı, çalışanlarda yas ve stres oluştururken aynı zamanda, hayatta kalan çalışanlar için artan iş yükü de başka bir stres faktörü olarak karşımıza çıkmaktadır. Böylesi zamanlarda, aile üyelerinin güvenliği ve ihtiyaçlarıyla ilgili endişeler de çalışanların zihinsel sağlığını etkileyici bir faktör olacaktır. Travmatik olay sırasında yaşanan korku ve panik, sonrasında da devam eden bir travma reaksiyonuna neden olabilmektedir. Bu reaksiyonların kalıcı hale gelmesi, çalışanların iş performansını, konsantrasyonunu ve genel zihinsel sağlığını olumsuz yönde etkileyecek; yaşanan krizin sönümlenmesi sonrasında işyerinde karşı karşıya kalınan olumsuz etkiler, çalışanların işten uzaklaşması ile sonuçlanabilecek ya da sessiz istifalar yaşanabilecektir. Bu gibi durumlar karşısında çalışanlar arasındaki dayanışma kültürünün varlığı, işyerindeki liderlerin duyarlılık göstermesi ve psikososyal destek programları ve danışmanlık hizmetleri ile örgütsel destek mekanizmalarının oluşturulmasının dolaylı travma karşısında çalışanların psikolojik refahını güçlendiren bariyerler olarak işlevsel olabileceği ve doğrudan ya da dolaylı olarak travmaya maruz kalmış çalışanların normal hayatlarına dönerek örgütsel rollerine adapte olmalarını kolaylaştırabileceği düşünülmektedir.

Özellikle belirsizlik düzeyi çok yüksek olan Türkiye gibi ülkelerde ortaya sıklıkla çıkabilen bu tür travmatik yaşantılara yol açabilecek türden geniş ölçekli krizler karşısında kişilerin yazılı ve görsel kitle iletişim araçları yoluyla maruz kaldıkları dolaylı ya da ikincil travmanın örgütler alanında ne tür etkiler üretebileceği ve bunun karşısında örgütsel yapıları nasıl dayanıklı hale getirebileceğimiz sorusu kendisine ulusal yazında hemen hiç yer bulamamıştır. Bu çalışma, dolaylı travmayı örgütler bağlamına yerleştirerek; örgütsel yapıları nasıl daha insan-merkezli ve duyarlı yapılar haline dönüştürebileceğimiz, örgütler açısından en önemli kaynak olan insan kaynağını dolaylı travmanın yıkıcı etkilerine karşı korumak ve güçlendirmek adına hangi örgütsel bariyerleri kullanabileceğimiz gibi temel sorunları merkezine yerleştirmektedir. Bu sorular etrafında araştırmanın yapısı dolaylı travmaya neden olan mekanizmaları kuramsal ve gerçek yaşam deneyimleri üzerinden anlamak, dolaylı travmanın bireyler açısından etkilerini ortaya koymak, örgütler açısından dolaylı travmanın olası etkilerini tartışmaya açmak ve buna karşılık örgütler alanında alınacak tedbirler ve yapısal değişiklikler ile örgütsel duyarlılığı arttırmak üzerine çözüm yolları aramak şeklinde inşa edilmiştir. Kurumsal sosyal sorumluluk perspektifi kapsamında, örgütler bu gibi travmatik deneyimlere yol açan kriz ortamlarında dikkatlerini içeriden dışarıya doğru kaydırmaktadır. Bunun doğrudan bir sonucu olarak bu süreçte örgütler çalışanlarına ve örgütün iç dinamiklerine karşı körleşebilmektedir. Bu çalışmada örgütlerin perspektifini kurumsal sosyal sorumluluktan örgütsel duyarlılığa doğru kaydırmanın, içeriye karşı körleşmeden örgütlerin duyarlılığını koruyabilmelerinin muhtemel yollarını aramanın kolektif travmanın üstesinden gelebilmek için makul bir zemin oluşturacağı önerilmektedir.

Dolaylı Travmanın Öncülleri ve Ardılları

Dolaylı travmanın ardındaki bilimsel dinamikler oldukça karmaşık ve çok yönlüdür. Bu alanda yapılan çalışmaların, sosyal bilişsel teori, bilişsel uyumsuzluk teorisi, bağlanma teorisi, travma teorisi ve merhamet yorgunluğu teorisi dahil olmak üzere çeşitli teorik çerçeveleri içerisinden dolaylı travmayı kavrama çabasında oldukları görülmektedir. Söz gelimi Adams, Boscarino ve Figley (2006), bağlanma teorisine dayanarak, dolaylı travmada bağlanma güvensizliğinin afet çalışanları arasında daha yüksek düzeyde dolaylı travma belirtileriyle ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Sosyal bilişsel teorisinin temellerine dayanarak yaptıkları çalışmada Motta, Kuligowski ve Marino (2010), travmatik olaylara ilişkin bilişsel değerlendirmelerin, travmaya maruz kalma ile dolaylı travma belirtileri arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini bulmuşlardır. Figley (2002), dolaylı travmayı anlamak için teorik bir çerçeve olarak "merhamet yorgunluğu" kavramını önermiş ve travmatik olaylara maruz kalmanın duygusal tükenmeye, duyarsızlaşmaya ve tükenmişlik belirtilerine benzer şekilde kişisel başarının azalmasına yol açabileceğini savunmuştur. Bilişsel uyumsuzluk teorisinden yola çıkarak tasarladıkları çalışmada Elias ve Haj-Yahia (2017), bireylerin mevcut inanç ve değerleriyle çelişen travmayla ilgili bilgilere maruz kalmanın, daha yüksek düzeyde dolaylı travma belirtileriyle ilişkili olduğu sonucuna varmıştır. Travma teorisinin dolaylı travmadaki rolünü araştırdıkları çalışmada Perron ve Hiltz (2006), travmanın beyin aktivitesindeki ve fizyolojik tepkilerdeki değişikliklerle ilişkili olduğunu ve bunun da dolaylı travmanın gelişimine katkıda bulunabileceğini bulmuşlardır. Genel olarak bu çalışmalar, birden fazla teorik çerçevenin

dolaylı travma çalışmalarına uygulanabileceğini ve farklı faktörlerin çalışılan özel bağlam ve nüfusa bağlı olarak daha fazla veya daha az ilgili olabileceğini göstermektedir.

Araştırmalar, travma mağdurlarıyla çalışan profesyonellerin, klinik çalışmalarının bir sonucu olarak bilişsel bir değişim ve içsel değişiklikler yaşayabileceğini göstermektedir. Bu bilişsel değişim, profesyonelin öz kimliğinde, hafıza sisteminde ve inanç sisteminde bozulmaları içerebilir. Ayrıca, profesyoneller travma sonrası stres bozukluğu semptomları ve kendileri ve başkaları hakkındaki inançlarında bozulmalar yaşayabilir. Bu değişiklikler, travmatik içeriğe tekrar tekrar maruz kalınması ve travma mağdurlarıyla kurdukları derin duygusal bağ nedeniyle meydana gelebilir. Bu duygusal bağlar o kadar güçlü olabilir ki, kişiler depremzede vb. gibi travmaya doğrudan maruz kalmış bireylerle benzer semptomlar yaşamaya başlayabilir. Dolaylı travmanın ortaya çıkışı kişilik özellikleri, kişinin şemaları ve referans çerçeveleri gibi sayısız faktör uyarınca değişkenlik gösterebilir ve kişisel travma geçmişi, vaka yükü bileşimi ve deneyim düzeyi gibi faktörlerden etkilenir. Araştırmacılar, profesyoneller tarafından bildirilen dolaylı travmanın yaygınlığı ve şiddeti konusunda tutarsızlıklar bulmuşlardır; bazı çalışmalar önemli düzeyde sıkıntıya işaret ederken, diğerleri minimal semptomlar göstermektedir. Bu alandaki araştırmaların küçük örneklem büyüklükleri ve öz bildirim ölçümleri gibi metodolojik kısıtlamaları bu farklılıklara katkıda bulunmuştur. Ayrıca, dolaylı travmayı ölçmek için temel verilerin ve standartlaştırılmış değerlendirme araçlarının eksikliği, yaygınlığı ve etkisi hakkında kesin sonuçlara varmayı zorlaştırmaktadır. Bu zorluklara rağmen araştırmalar, profesyonellerde dolaylı travmanın tanınması ve ele alınmasının önemini sürekli olarak vurgulamaktadır.

Travmatik olaylara maruz kalmanın bilişsel, duygusal ve fizyolojik değişikliklere yol açabileceğini ve bunun da dolaylı travma gibi olumsuz psikolojik sonuçlara neden olabileceğini öne süren Burke ve arkadaşları (2013) yürüttükleri meta-sentez çalışmasında, bilişsel uyumsuzluk teorisi, bağlanma teorisi ve stres tepki teorisi de dahil olmak üzere çeşitli teorik çerçevelerin merhamet yorgunluğu ve dolaylı travmanın gelişimini anlamak için uygulanabileceğini bulmuşlardır. Travmatik maruziyet, benlik saygısı ve bağlanma arasındaki ilişkiyi incelemiştir Hirschfeld ve Mathews (2012), bağlanma kaygısı ve kaçınmanın dolaylı travma semptomlarıyla ilişkili olduğunu bulmuş ve bağlanma teorisinin dolaylı travmanın gelişimini anlamak için uygulanabileceğini öne sürmüştür. Travmaya maruz kalma, Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) ve dolaylı travmanın yaygınlığını incelemiş ve ayrıca travma bilinçli bakım eğitiminin bu sonuçlar üzerindeki etkisini araştıran Ullman ve Siegel (2018), travma teorisi ve stres tepki teorisi de dahil olmak üzere çeşitli teorik çerçevelerin dolaylı travmanın gelişimini anlamak için uygulanabileceğini bulmuşlardır. Araştırmalar, travmatik materyallere maruz kalmanın ve travma mağdurlarıyla birlikte çalışmanın duygusal bedelinin profesyonellerde bir dizi olumsuz ruh sağlığı etkisine yol açabileceğini göstermiştir. Başlıca etkiler arasında TSSB semptomları, depresyon, anksiyete, tükenmişlik ve iş memnuniyetinde azalma sıralanmaktadır. Bu etkiler, profesyonellerin hayatta kalanlarla etkili bir şekilde etkileşim kurma becerilerini bozabilir, işlerinde zorluklara ve potansiyel tükenmeye yol açabilir. Profesyonellerde dolaylı travmanın şiddetini etkileyen faktörler çalışanların kişisel travma geçmişi, iş yükü, birlikte çalıştığı travma mağdurlarının yüzdesi ve deneyim düzeyi olarak sıralanmaktadır (Williamson ve ark., 2021). Buna ek olarak, kurum kültürü ve iş yerindeki destek de dolaylı travmanın gelişimini etkileyebilir.

Nöro-görüntüleme teknikleri ile üstlenilmiş travma üzerine yapılan araştırmalar, beyin özellikle duygu işleme ve karar alma görevlerinden sorumlu olan bölgelerinde birtakım değişikliklerin olduğunu ortaya koymaktadır. Kilpatrick vd. (2003), travmayla ilgili görüntülere maruz kalan kadınlarda duygusal işleme ile ilişkili beyin bölgeleri olan amigdala, hipokampus ve insula'da aktivite artışı tespit etmişlerdir. Cozzolino vd. (2018), travmatik olaylara maruz kalan polis memurlarından, daha yüksek düzeyde dolaylı travma bildiren polis memurlarının, bilişsel kontrol ve duygu düzenleme ile ilişkili bir beyin bölgesi olan frontal kortekste, alfa dalgalarının gücünde azalma gerçekleştiğini bulgulamışlardır. Stahlman vd. (2022), savaş gazilerinde yaptığı araştırmada, travma ile ilgili görüntülere maruz kalmanın, duygusal işleme ve ağrı işleme ile ilişkili beyin bölgeleri olan amigdala, insula ve dorsal anterior singulat kortekste artan aktivasyonla sonuçlandığını ortaya koymuştur. İstismar, saldırı, taciz gibi özellikle bireysel travmaya yol açan ve bireysel travmaya maruz kalmış kişilerle etkileşimde olan ruh sağlığı çalışanları, sağlık çalışanları, kolluk kuvvetleri, sosyal hizmet çalışanları gibi meslek gruplarının yanısıra savaş, doğal afetler gibi kitlesel boyutta etkiler üreten ve bu anlamda yalnızca belirli meslek gruplarını değil toplumun tamamını ilgilendiren durumlarda da benzer sonuçlar karşımıza çıkmaktadır. Birçok çalışma, deprem yaşamış kişilerde, korku ve duygu işlemeden sorumlu beyin bölgesi olan amigdalada artan aktivite bulmuştur. Örneğin, Wang vd. (2017), TSSB'li depremden kurtulan örneklem

grubunda, kontrol grubundakilere kıyasla amigdala aktivitesinde artış olduğunu göstermiştir. Bu, amigdalanın depremi takiben TSSB semptomlarının gelişmesinde kilit bir rol oynayabileceğini düşündürmektedir. Diğer çalışmalar, beyinde duygu düzenleme ve karar vermeden sorumlu prefrontal kortekste anormal aktivasyon tespit etmiştir. Örneğin, Shi ve diğerleri tarafından yapılan bir çalışmada (2017), TSSB'si olan depremzedelerin, bilişsel bir görev sırasında prefrontal kortekste aktivasyonun azaldığını bulmuştur. Çalışmalar, deprem yaşamış kişilerde farklı beyin bölgeleri arasındaki işlevsel bağlantıda da değişiklikler bulmuştur. Örneğin, Chu ve arkadaşları (2016) tarafından yapılan bir çalışma, depremden kurtulanların, işleyen bir bellek görevi sırasında prefrontal korteks ile diğer beyin bölgeleri arasındaki işlevsel bağlantının değiştiğini göstermektedir.

Önerme 1: Üstlenilmiş travmaya sahip bireyler duygularını düzenlemekte ve karar vermekte zorluk çekmektedir.

Nöro-görüntüleme tekniklerinden fMRI kullanan bu araştırmalar, depreme maruz kalan bireylerin beyin aktivitesinde duygusal düzenleme, hafıza işleme ve diğer bilişsel işlevlerle ilgili değişiklikler gösterdiğini bulmuştur. Örneğin, bir çalışma, TSSB semptomları olan depremden kurtulanlarda beyin ödül işleme ile ilişkili bir bölgesi olan ventral striatumda artmış aktivite bulmuştur (Zhang vd., 2018). Başka bir çalışma, depreme maruz kalan ve olumsuz tepki yanlılığı olan hayatta kalanların, duygusal işlemeye dahil olan bölgelerde değişen beyin aktivitesi gösterdiğini bulmuştur (Zhao vd., 2017). EEG çalışmaları, depremzedelerin depreme maruz kalmayan kişilere göre daha fazla duygusal uyarılma ve daha az duygusal düzenleme sergilediğini göstermiştir. Örneğin, bir çalışma, depremden kurtulanların, beyin duygusal işleme ve bilişsel kontrol ile ilişkili olan frontal ve parietal bölgelerinde artan teta ve alfa aktivitesi gösterdiğini bulmuştur (Liu vd., 2014). Bilişsel görevler gibi deneyimsel yöntemler, depremelerin hayatta kalanlarda bilişsel işlemeyi nasıl etkilediğini incelemek için kullanılmıştır. Yapılan bir araştırmada depremden kurtulanların, anlamsal ve anlamsal olmayan görevlerin işlenmesi sırasında anormal beyin aktiviteleri sergilediği gösterilmiş ve bunun TSSB'de bozulmuş bilişsel işlemeyi yansıtabileceği ifade edilmiştir (Shi vd., 2015). Araştırmalar, nöro-görüntüleme teknikleri kullanılarak depremelerin toplumsal dayanıklılık üzerindeki etkisini de incelemiştir. Bir araştırma, 2010 Şili depreminden etkilenen topluluklardan bireylerin, etkilenmeyen topluluklardan bireylere kıyasla sosyal biliş, empati ve duygu düzenleme ile ilişkili bölgelerde artan aktivite gösterdiğini bulmuştur (Leiva-Bianchi vd., 2018).

Önerme 2: Genel olarak, bu çalışmalar, depremelerin hayatta kalanlarda beyin işlevi, duygusal düzenleme ve bilişsel işlemenin yanı sıra toplum dayanıklılığı üzerinde önemli etkileri olabileceğini düşündürmektedir.

EEG çalışmaları, depremden doğrudan etkilenmeyen ancak depremin medyada yer almasına maruz kalan bireylerin, medyada yer almayanlara kıyasla daha fazla duygusal uyarılma ve azalmış duygusal düzenleme gösterdiğini bulmuştur (Liu vd., 2012). Bu, depremelerin medyada yer almasına maruz kalmanın, etkilenmeyen bireylerde dolaylı travmaya yol açabileceğini düşündürmektedir. fMRI çalışmaları, depremden doğrudan etkilenmeyen ancak depremin medyada yer almasına maruz kalan bireylerin, duygusal işleme ve empati ile ilişkili beyin bölgelerinde artan aktivite sergilediğini bulmuştur (Li vd., 2020). Bu bulgular, etkilenmeyen bireylerin, depremzedelerin duygusal deneyimlerinin empatik olarak işlenmesi yoluyla dolaylı travma yaşayabileceğini düşündürmektedir. Çalışmalar, depremelerin etkilenmemiş topluluklardaki toplum dayanıklılığı üzerindeki etkisini de araştırmıştır. Bu, depreme ilgili travmaya maruz kalmanın artan empati ve sosyal uyum yoluyla toplum dayanıklılığını artırabileceğini düşündürmektedir. Genel olarak, bu çalışmalar, depreme ilişkili travmaya maruz kalmanın, etkilenmemiş bireylerde ve topluluklarda artan duygusal uyarılma, değişen beyin aktivitesi ve toplum direncindeki değişiklikler yoluyla dolaylı travmaya yol açabileceğini göstermektedir. Şiddetli depremler sonucu meydana gelen yıkımlar ve can kayıpları, yalnızca bunları kendi bedensel gerçekliği üzerinden deneyimleyen bireyler üzerinden değil; buna medya aracılığıyla tanıklık etmiş toplumun diğer fertleri ve bu fertlerden oluşan örgütlerde de 'yara' benzeri oluşumlar meydana getirmektedir. Bu deneyimin, depreme maruz kalan bireyler ile medya dolayımı ile gelişmeleri takip eden bireyler ve örgütler açısından farklı zihinsel, duygusal ve davranışsal tepkilere yol açacağı aşıkardır.

Deprem gibi travmatik bir olayı, deprem bölgesinde deneyimleyen bireyler duruma daha 'içeriden' müdahil olurken; bunu ekran dolayımı ile paylaşan bireylerin, 'dışarıda' kalmanın getirdiği farklı spektrumdaki duygulanımları yaşaması kaçınılmazdır. Her iki taraf açısından da yaşama dair geliştirilmiş olan geçerli anlam semalarının sarsılması ve söz konusu travmatik deneyim sonrasında geçersiz hale gelerek işlevini yitirmesi söz konusudur. Bu noktadan itibaren iki örneklem grubu açısından duygudurum yelpazesinde farklılıklar ortaya

çıkması beklenmektedir. Depremi bizzat deneyimleyerek sağ kurtulan bireyler, yaşanılmaz hale gelen deprem bölgesinde yeniden var olma mücadelesinin içine girerek aktif bir çaba içerisinde bulunacaktır. Eylemin düşünceye olan üstünlüğü, aktif çaba halindeki sağ kurtulanların yaşamsal koşulların yeniden sağlanması yönünde girişeceği eylemler dizgesi ve hayatta kalmış olmanın vereceği öfori ile daha az kaygı duyacaktır. Diğer taraftan bunu ekran dolayımı ile deneyimleyen bireyler, 'dışarıda' olmanın getirdiği suçluluk ve utanç, kendisini veya başkalarını zarar görmekten koruyamadığını hissettiği durumda korku, kaygı, çaresizlik ve acı gibi pek çok farklı duyguyu hissedebilmektedir. Bu duyguların yoğun bir biçimde deneyimlenmesi durumunda bireyler tükenme, depresyon gibi farklı sonuçlarla karşı karşıya kalabilmektedir. Zhang vd. (2020), Çin'de meydana gelen 2013 Lushan depreminin, depremden doğrudan etkilenmeyen ancak çalışmaları nedeniyle deprem travmasına maruz kalan sağlık çalışanlarının iş tükenmişliği üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma bulguları, depremle ilgili travmaya maruz kalmanın sağlık çalışanları arasında iş tükenmişliğinin temel bileşenleri olan duygusal tükenme ve duyarsızlaşma ile pozitif ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Shi vd. (2016), Çin'deki 2008 Wenchuan depreminin, devlete ait kamu kuruluşlarındaki depremden etkilenmemiş çalışanların iş performansı üzerindeki etkisini araştırmış; depreme bağlı travmaya maruz kalmanın iş performansı ile negatif ilişkili olduğunu ve bu ilişkiye travma sonrası stres semptomlarının aracılık ettiğini bulmuşlardır. Liu vd. (2018), Çin'de turizm işletmelerinde çalışan depremden etkilenmemiş çalışan örnekleminde, depremle ilişkili travmaya maruz kalma ile iş stresi arasındaki ilişkiyi incelemiş ve depreme bağlı travmaya maruz kalmanın iş stresi ile pozitif ilişkili olduğunu, bu ilişkiye psikolojik stresin aracılık ettiğini ortaya koymuştur. Genel olarak, bu çalışmalar, depremle ilgili travmaya maruz kalmanın, etkilenmemiş bireyler ve topluluklar arasında iş tükenmişliği, iş performansı ve iş stresi gibi örgütsel sonuçlar üzerinde olumsuz etkileri olabileceğini göstermektedir. Depremlerin örgütsel sonuçlar üzerindeki etkisine ilişkin çoğu çalışma, etkilenen bireyler ve topluluklar üzerindeki doğrudan etkiye odaklanırken, bazı çalışmalar dolaylı travmanın etkilenmemiş bireyler ve topluluklardaki örgütsel sonuçlar üzerindeki potansiyel etkisini de incelemiştir. Li vd. (2018), 2011 Japonya depremi ve tsunamisinden sonra dolaylı travma ve sosyal desteğin mağdur olmayan işçilerin psikolojik iyi oluşları üzerindeki etkisini araştırmıştır. Sonuçlar, dolaylı travmanın psikolojik iyi oluşla negatif ilişkili olduğunu ve sosyal desteğin psikolojik iyi oluş üzerinde koruyucu bir etkiye sahip olduğunu göstermiştir. Başka bir araştırma, 2010 Haiti depremine medya yoluyla maruz kalmanın, daha düşük düzeyde örgütsel adalet ve etkilenmemiş bireylerde güven ile ilişkili olduğunu bulmuştur (Chen vd., 2014).

Yine 2011 Japonya depremi ve tsunamisinden etkilenen bölgelerde bulunan kuruluşlardaki çalışanlarla ilgili bir araştırma, afetten dolaylı olarak medyaya maruz kalma yoluyla etkilenen bireylerin, doğrudan etkilenenlere göre daha düşük düzeyde örgütsel bağlılık sergilediğini buldu (Hino vd., 2018). Aynı depremden etkilenen bölgelerde bulunan kuruluşlardaki çalışanlarla ilgili başka bir araştırma, afetten medyaya maruz kalma yoluyla dolaylı olarak etkilenenlerin, doğrudan etkilenenlere göre daha yüksek düzeyde iş tükenmişliği sergilediğini bulmuştur (Fujitani vd., 2016). 1999 Tayvan depreminin, depreme doğrudan maruz kalmayan çalışanlar üzerindeki etkilerini araştıran Trudel-Fitzgerald ve arkadaşları (2016), depremin medyada daha fazla yer almasına maruz kalan çalışanların, medyada daha az yer almasına maruz kalanlara kıyasla daha düşük iş performansı ve daha yüksek devamsızlık sergilediğini göstermiştir. Söz konusu bulgular, depremden doğrudan etkilenmeyen bireylerde, depremle ilişkili travmaya maruz kalmanın iş tükenmişliğini artırabileceğini düşündürmektedir. Genel olarak, bu çalışmalar, medya kapsamı gibi dolaylı yollarla bile depremle ilgili travmaya maruz kalmanın, örgütsel sonuçlar üzerinde olumsuz etkileri olabileceğini ve etkilenmeyen bireylerde dolaylı travmaya yol açabileceğini göstermektedir.

Önerme 3: Bu bulgular, depremle ilgili travmaya dolaylı olarak maruz kalmanın, doğrudan etkilenmemiş bireylerde bile örgütsel adalet ve güven algılarını olumsuz etkileyebileceğini düşündürmektedir.

Dolaylı Travmayı Örgütsel Bağlamın İçinde Kavramak

Kurumsal bağlamda dolaylı travmanın ele alınmasına yönelik kapsamlı bir yaklaşım, travmanın profesyonellerin iş performansı üzerindeki etkisinin tanınmasını ve buna yanıt verilmesini içerir. Travma mağdurlarıyla çalışmanın duygusal bedeli, personelin refahını ve yaşam kalitesini doğrudan etkilemekte ve nihayetinde mağdurların anlatılarıyla ilgilenme ve desteklerini sürdürme kapasitelerini etkilemektedir. Bu nedenle, yöneticilerin travma mağdurlarıyla çalışan terapistlere danışarak bu kişilerin yönetimden nasıl bir desteğe ihtiyaç duyduklarını anlamaları büyük önem taşımaktadır. Kurumların dolaylı travmanın etkisini

azaltmak için göz önünde bulundurması gereken alanlar arasında kurum kültürü, iş yükü, çalışma ortamı, travmaya özgü eğitim ve öğretim, grup desteği, süpervizyon, öz bakım kaynakları ve işyeri bağlamı yer almaktadır. Örneğin, çalışmalar daha düşük dolaylı travma seviyelerinin daha çeşitli bir iş yükü ile ilişkili olduğunu bulmuş ve iş görevlerinin doğasında çeşitlilik ve dengenin önemini vurgulamıştır. Dahası, kuruluşların ikincil travmanın çalışanlar üzerindeki etkisini kabul etmek ve buna yanıt vermek için hizmetlere duyulan ihtiyacı fark etmeleri çok önemlidir. Bu, çalışanların işlerinin duygusal bedelini etkili bir şekilde yönetmesine yardımcı olmak üzere ruh sağlığı desteği, psikolojik müdahaleler ve sosyal kaynaklar sağlamayı içerebilir. Bu yolla örgütler çalışanlarının refahını garanti altına alacak güvenli bir liman görevi görebilirler. Bu ise dolaylı travmanın profesyonellerin iş performansları üzerindeki etkisinin tanınması ve ele alınması, kurumsal desteğin, öz bakım kaynaklarının, şefkatli ve travmaya duyarlı bir çalışma ortamının yaratılmasının önemini vurgulayan proaktif ve çok yönlü bir yaklaşım gerektirmektedir.

Bireylerin zamanlarının büyük bir bölümünü geçirdiği örgütler, çalışanların yaşamlarını sürdürmeleri ve normallik şemasının içini doldurmaları konusunda en önemli dayanak noktasını oluşturmaktadır. Bu yönü ile sosyal yaşamlarında meydana gelen ve normalin dışına taşan travmatik deneyimlerin varlığında örgütler, dolaylı travmanın etkilerinin azaltılmasında ve psikolojik dayanıklılığının güçlendirilmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Bu doğrultuda örgütlerin, liderlik ve kaynak sağlama yoluyla psikolojik esenliği teşvik eden ve iş stresini azaltan bir ortam yaratması, öz bakım ve aile bakımı, görev çeşitliliği ve denetim gibi kanıta dayalı stratejileri uygulamaya alması, çalışanları örgütsel/profesyonel rollerinde desteklemenin anahtarıdır (Bell vd., 2003). Ayrıca, kuruluşların işyerinde travma mağdurlarının özel ihtiyaçlarını tanınması gerekir. Bu, dolaylı travma mağdurlarına yönelik uzman personel desteği sağlamayı ve bu desteğin etkinliğini değerlendirmeyi içerir. Genel olarak, kuruluşlar destekleyici politikalar uygulayarak, sürekli eğitim ve öğretim sağlayarak, sağlıklı yaşam programları sunarak ve bu önlemlerin etkinliğini değerlendirerek travma mağdurlarının refahına öncelik vermelidir (Sabin-Farrell ve Turpin, 2003). Kuruluşlar bu stratejileri uygulayarak travma mağdurlarının dolaylı travma riskini en aza indirirken kurumsal rollerini etkili bir şekilde yerine getirmelerine yardımcı olabilir.

Dolaylı travma kavramı, özellikle travma mağdurlarıyla çalışan sosyal hizmet yetkilileri bağlamında son yıllarda giderek artan bir ilgi görmektedir. Bu durum, dolaylı travmanın örgütsel bileşenlerini araştıran ve çalışanlar arasında ortaya çıkmasını önlemek için stratejiler öneren literatürün giderek artmasına yol açmıştır. Araştırmacılar ve uygulayıcılar, dolaylı travmanın hem kişisel hem de örgütsel bağintılarını tespit etmişlerdir. Örneğin, destekleyici olmayan yönetim, mesleki meydan okuma eksikliği, düşük maaşlar ve destek hizmetleri sağlamadaki zorluklar, sosyal hizmet uzmanları arasında daha yüksek tükenmişlik ve dolaylı travma oranlarıyla ilişkilendirilmiştir. Sonuç olarak, bu sorunlar nedeniyle deneyimli insan kaynağının kaybedilmesi, örgütlerin itibarını, örgüt kültürünü ve yapısını önemli ölçüde zedeleyerek uzun vadeli yıkıcı örgütsel etkiler üretebilir. Bu bulgular ışığında uzmanlar, çalışanlarda dolaylı travmayı önlemek için potansiyel stratejiler olarak kurum kültüründe, iş yükünde, grup desteğinde, denetimde, öz bakımda, eğitimde ve çalışma ortamında değişiklikler yapılmasını önermiştir. Bu müdahaleler, tükenmişliği önlemeyi, güvenli bir bariyer oluşturmayı veya çalışanların kendi psikolojik bariyerlerini güçlendirmesine aracılık etmeyi ve dolaylı travmanın gelişimine katkıda bulunabilecek örgüt niteliklerini ele almayı amaçlamaktadır.

Ayrıca, travma mağdurlarına destek sağlamanın duygusal etkisi, merhamet yorgunluğu, ikincil travmatik stres ve dolaylı travma gibi çeşitli yapılar altında incelenmiştir. Terapistler arasında dolaylı travma deneyimini değerlendirmeye ve anlamaya yönelik girişimler olsa da bu alandaki araştırmalar, travmatize olmuş danışanlarla çalışan ruh sağlığı profesyonellerinin klinik çalışmalarından önemli ölçüde ve olumsuz etkilendikleri fikrini kanıtlamakta zorluklarla karşılaşmıştır. Dolaylı travmayı ele almanın içerdiği karmaşıklıklar göz önüne alındığında, travmaya maruz kalmanın psikolojik etkilerini azaltmak, bireyleri sıkıntıyı etkili bir şekilde yönetmeleri için güçlendirmek ve travmatize kişilerin kendilerini daha az yalnız hissetmelerini sağlamak için psikoeğitim ve destek içeren bütünleştirici bir psikolojik yaklaşım önerilmiştir. Bu yaklaşım, travma mağdurlarının dirençli ve büyüme kapasitesine sahip olduğunu kabul etmekte ve iyileşme ve büyümeyi kolaylaştırmak için hem dış paydaşlar hem de çalışanlar için güvenli ve destekleyici bir ortam yaratmanın önemini vurgulamaktadır. Buna ek olarak, kuruluşların travma mağdurlarına yönelik çok sayıda ve uzun vadeli

hizmetin yanı sıra kendi kendine yardım grupları ve çalışanlar için ruh sağlığı desteğine erişim gibi yardımcı hizmetler sunması çok önemlidir. Travma mağdurlarını kurumsal rollerini yerine getirirken desteklemek için, kuruluşların çalışan güvenliğine öncelik vermesi ve dolaylı travmayı önleme ve müdahale stratejileri uygulaması önemlidir. Genel olarak, dolaylı travmanın kurumsal bağlamda tanınması ve ele alınması, sosyal destek, denetim, eğitim, öz bakım stratejileri ve travmaya duyarlı bir çalışma ortamı yaratmayı içeren çok yönlü bir yaklaşım gerektirmektedir (Sodeke-Gregson ve ark., 2013).

Özellikle ulusal afetler gibi travmatik olaylardan doğrudan etkilenmeyen ancak medyada yer alan haberlere veya diğer dolaylı etkilenme biçimlerine maruz kalarak dolaylı travma yaşayabilecek bireyler ve topluluklar üzerindeki etkisinin örgütsel açıdan sonuçlarına ilişkin sınırlı sayıda araştırma bulunmaktadır. Bununla birlikte, literatürde afetlere verilen kurumsal tepkilerin dolaylı travma yaşayabilecek çalışanlar ve toplum üyeleri üzerindeki etkisini araştıran bazı çalışmalar bulunmaktadır. Katrina Kasırgası'na verilen kurumsal tepkilerin, kasırgadan doğrudan etkilenmeyen ancak afet müdahale çalışmalarına katılan çalışanların duygusal refahı üzerindeki etkisinin araştırıldığı çalışmada, felaketin medyada yer alması gibi felakete ilgili stres faktörlerine daha yüksek düzeyde maruz kaldığını bildiren çalışanların, daha düşük düzeyde maruz kalanlara kıyasla daha kötü duygusal esenliğe sahip olduğunu ortaya koyulmuştur (Pennington ve ark., 2010). Diğer çalışmalar, afetlere verilen kurumsal tepkilerin toplumsal dayanıklılık üzerindeki etkisini araştırmıştır. Örneğin, bir çalışmada Missouri'deki bir kasırganın ardından çalışanlara sağlanan kurumsal desteğin, etkilenen bölgede toplumsal dayanıklılığın artmasıyla ilişkili olduğu bulunmuştur (Luthans vd., 2004). İşleri nedeniyle afete ilgili travmaya dolaylı olarak maruz kalabilen sağlık çalışanlarının incelendiği başka bir çalışmada, Toronto'daki SARS salgınına müdahale ekibinde yer alan ancak virüsü kendileri kapmayan sağlık çalışanlarının, rahatsız edici düşünceler ve kaçınma davranışları da dahil olmak üzere dolaylı travma belirtileri yaşadığı bulunmuştur (Maunder ve ark., 2010). Genel olarak bu çalışmalar, afetlere verilen kurumsal tepkilerin, medyada yer alan haberlere maruz kalarak veya olaylara dahil olarak dolaylı travma yaşayabilecek çalışanların ve toplum üyelerinin duygusal refahı üzerinde etkili olabileceğini göstermektedir. Ulusal afetlerin ve kurumsal sonuçların doğrudan etkilenmeyen bireyler ve topluluklar üzerindeki etkisine ilişkin araştırmalar, öncelikle travmatik bir olayın bir grup veya topluluk üzerindeki duygusal ve psikolojik etkisini ifade eden kolektif travma kavramına odaklanmıştır. Literatürde ulusal afetler ve örgütsel sonuçlar arasındaki ilişkiyi, medyada yer alma veya diğer dolaylı maruz kalma biçimleri yoluyla dolaylı travma yaşayabilecek bireyler ve topluluklar üzerinde yapılan bazı araştırmalar yer almaktadır. Garg ve arkadaşları (2019) tarafından yapılan bir çalışma, 2008 Mumbai terör saldırıları sonrasında kolektif travma ile örgütsel sonuçlar arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışma, kolektif travmayı doğrudan ya da medya haberlerine maruz kalma yoluyla dolaylı olarak yaşayan çalışanların iş memnuniyetinin azaldığını ve işten ayrılma niyetlerinin arttığını ortaya koymuştur. Silver ve arkadaşları (2013) tarafından yapılan bir çalışmada, Boston Maratonu bombalamasının ardından medyaya maruz kalmanın kolektif travma üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Çalışma, bombalama olayına medya aracılığıyla dolaylı olarak maruz kalan bireylerin daha yüksek düzeyde travma sonrası stres belirtileri gösterdiğini ve gelecekteki terör saldırılarından daha fazla korktuğunu ortaya koymuştur. Beutler ve arkadaşları (2019), 2016 yılında Orlando, Florida'da Pulse gece kulübünde yaşanan silahlı saldırının ardından dolaylı travma ve toplumsal dayanıklılık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışma, silahlı saldırıdan doğrudan etkilenmeyen ancak olayın medyada yer almasına maruz kalan bireylerin dolaylı travma semptomlarında artış olduğunu ve bunun da toplumsal dayanıklılığın azalmasıyla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Genel olarak bu çalışmalar, medyada yer alan haberlere ve ulusal felakete ve örgütsel sonuçlara dolaylı olarak maruz kalmanın dolaylı travmaya yol açabileceğini ve örgütsel sonuçlar ve toplum dayanıklılığı üzerinde olumsuz etkileri olabileceğini göstermektedir.

Çalışanların Örgütsel Rolüne Entegrasyonu

Dolaylı travmanın kuruluşlardaki profesyonellerin rol performansı üzerindeki etkisini anlamak, çalışanların refahını ve travma mağdurlarına sağlanan hizmetlerin kalitesini korumak için çok önemlidir. Kuruluşlar, travma mağdurlarıyla çalışmanın duygusal bedelinin farkına vararak çalışanlarını destekleyecek stratejiler geliştirebilir ve dayanıklılığı ve öz bakımı teşvik eden bir ortam yaratabilirler. Kuruluşların dolaylı travmanın rol performansı üzerindeki etkisini ele alabilmelerinin bir yolu, personele sosyal destek, gözetim ve eğitim sağlamaktır

(Pearlman ve Mac Ian, 1995). Kuruluşlar, dolaylı travmayı tanımaya ve öz bakım ve dengeleyici stratejileri öğrenmeye odaklanan kaynaklar sunarak çalışanlarının daha fazla güven geliştirmelerini, izolasyonu azaltmalarını ve dolaylı travmanın kişisel ve mesleki yaşamlarındaki tezahürünü etkili bir şekilde yönetmelerini sağlar. Bu da rol performanslarını ve travma mağdurlarıyla empati kurma becerilerini olumlu yönde etkiler (Tabor, 2011). Ayrıca, sorumlu denetim, çalışanların korkularını, endişelerini ve yetersizliklerini ifade edebilmeleri için güvenli bir alan yaratılmasında kritik bir rol oynar. Çalışanlar rollerinde desteklendiklerini hissettiklerinde, işleriyle ilgili duygusal zorlukları daha iyi yönetebilir ve travma mağdurlarına daha etkili destek sağlayabilirler (Bell vd., 2003).

Kuruluşların travma mağdurlarıyla çalışmanın genellikle çoklu ve uzun vadeli hizmetleri içerdiğini kabul etmeleri önemlidir. Bu nedenle, müşterilerini kendi kendine yardım grupları, deneyimli tıp uzmanları ve bu hizmetler için ödeme kaynakları gibi ek hizmetlerle geliştirmek veya ilişkilendirmek için proaktif bir yaklaşım benimseyen kuruluşlar, yalnızca müşterilerini desteklemekle kalmaz, aynı zamanda personelleri üzerindeki iş yükünü ve duygusal yükü de azaltır (Dunkley ve Whelan, 2006). Güvenli, rahat ve özel bir çalışma ortamı yaratmak, kendilerini şiddete maruz bırakabilecek ortamlarda çalışan profesyoneller için çok önemlidir. Kuruluşların çalışanlarının güvenliğine öncelik vermeleri ve onları olası zararlardan korumak için gerekli güvenlik sistemlerini veya önlemlerini sağlamaları çok önemlidir.

Özetle, dolaylı travmanın kuruluşlardaki rol performansı üzerindeki etkisini ele almak, çalışanlar için güvenli ve destekleyici bir çalışma ortamı yaratma taahhüdünün yanı sıra sosyal destek, denetim ve öz bakım kaynaklarını kapsayan bütünsel bir yaklaşım gerektirir. Ayrıca, dayanıklılık eğitiminin kurumsal uygulamalara dahil edilmesi, dolaylı travma ve ikincil travmatik stresin etkilerinin azaltılmasına önemli ölçüde katkıda bulunabilir (Graves ve ark., 2023). Dayanıklılık eğitimi, bireylerin iş arkadaşlığı kurmalarına, merhamet yorgunluğu gibi etkili stres yönetimi tekniklerini öğrenmelerine ve iş stresörlerini ele almak için stratejiler geliştirmelerine yardımcı olabilir. Ayrıca, kuruluşlar travma mağdurlarına destek sağlarken ortaya çıkabilecek potansiyel tuzaklara ve zorluklara karşı dikkatli olmalıdır. Bu zorluklar arasında yeniden travmatize olma potansiyeli, sürekli mesleki gelişim ve eğitim ihtiyacı ve çalışanlar için sağlıklı bir iş-yaşam dengesinin korunmasının önemi sayılabilir. Kuruluşların dolaylı travma deneyiminin profesyoneller arasında farklılık gösterebileceğini ve herkesin aynı derecede veya aynı şekilde etkilenmeyebileceğini kabul etmeleri de önemlidir. Bu nedenle kuruluşlar, çalışanlarına düzenli gözetim ve zor vakaların sorgulanması ve işlenmesi için fırsatlar da dahil olmak üzere sürekli destek ve kaynak sağlama konusunda dikkatli olmalıdır. Kurumsal bağlamda dolaylı travma ve ikincil travmatik stresin etkilerini azaltmaya yönelik potansiyel stratejilerden biri de dayanıklılık eğitimi vermektir (Sabin-Farrell ve Turpin, 2003). Kuruluşlar, dayanıklılık eğitimi vererek travma mağdurlarını rollerinin duygusal zorluklarıyla başa çıkabilmeleri için gerekli araç ve stratejilerle donatabilir. Bu, dolaylı travmanın potansiyel olumsuz etkilerini önlemek veya yönetmek için stres yönetimi, öz bakım teknikleri ve dayanıklılık geliştirme eğitimlerini içerebilir. Buna ek olarak, kuruluşların, çalışanların deneyimlerini tartışmak ve gerektiğinde yardım almak için kendilerini güvende hissettikleri bir açık iletişim ve destek kültürü oluşturmaları çok önemlidir.

Liderliğin Rolü

Liderlerin travma konusundaki farkındalıklarını artırmak, liderlik becerilerini geliştirmek ve duygusal zekalarını kullanmak, örgüt içinde travma duyarlılığını desteklemenin kritik unsurlarıdır. Liderlere, travma ve dolaylı travma konusunda spesifik eğitimler sunmak, liderlerin bu konuda bilinç ve farkındalık kazanması yolunda ilk adım olarak düşünülebilir. Bu eğitimler, travma belirtilerini tanımak, çalışanlar arasında potansiyel travma belirtilerini gözlemlemek ve bu konuda duyarlı bir liderlik anlayışını geliştirmek üzerine odaklanmalıdır. Liderlere, empatik iletişim ve dinleme becerilerini geliştirmeleri için pratikler sunmak, liderlerin travma mağdurlarıyla empati kurarak çalışanları daha iyi anlamalarına ve desteklemelerine yardımcı olabilir. Humphrey (2008), liderin takipçiler üzerinde uyandırdığı duyguların ve bunun yanı sıra örgüt ile ilişkisi olmayan diğer duygularının aktif bir yöneticisi olarak kritik bir işlevi olduğunu ifade etmektedir. Liderin takipçilerin duyguları üzerindeki bu etkisini ifade etmek için "duygusal emekle liderlik" terimini önermiştir (Humphrey, 2008). Duygusal emekle liderlik, liderin duygusal ifade, empati ve etkileşim konularında yetenekli olmasını

içermektedir. Lider, duygusal emekle liderlik becerilerini kullanarak, takipçilerin dolaylı travmaya maruz kalmaktan dolayı yaşadığı olumsuz duygulanımları iyileştirici yönde etkide bulunabilecektir.

Bunun yanında örgütsel yapı tarafından liderlere, iş dengesizlikleri veya olağandışı durumlar karşısında duyarlı ve esnek bir liderlik anlayışı geliştirmeleri konusunda rehberlik edilmesi liderlerin değişen durumlara hızlı ve etkili bir şekilde tepki vermelerini sağlayabilir. Liderlere kriz durumlarını etkili bir şekilde yönetme becerileri kazandırmak kriz anlarında liderlerin sakin kalmaları, doğru kararları alabilmeleri ve ekip üyelerini güvenli bir şekilde yönlendirebilmeleri açısından önemlidir. Bir lider, kendi hedeflerine ulaşırken takipçilerinin zorluklarla başa çıkmakta yaşadıkları sıkıntıları düzenleyip destekleyerek hem bakım arayan hem de bakım veren rollerini yerine getirmektedir (Hudson, 2013). Daha güçlü ve bilge bakım verenler rolünü benimseyebilen; takipçileri için güvenli bir sığınak ve güvenli bir üs sağlarken, kendilerine olan güven ile başkalarına olan güveni dengeleyebilen (Popper ve Mayselless, 2007) liderler etkili lider olarak ele alınmakta ve bu liderlerin gösterdiği liderlik stili ile işyeri uyumu, işten ayrılma niyeti, iş tatmini ve düşük tükenmişlik seviyeleri gibi olumlu etkiler arasında yüksek düzeyde bir ilişki bulunmaktadır (Harms, 2011; Popper ve Mayselless, 2003; Richards ve Hackett, 2012).

Örgütler, liderlerin etkili iletişim becerilerini geliştirmelerine odaklanmak açık ve net iletişim zeminini tesis etmek yoluyla, dolaylı travma tepkileri gösteren çalışanların durumunu daha derin bir düzeyden anlamalarını ve aynı zamanda liderin kendi beklentilerini uygun bir dille ifade etme olanağını sağlayabilir. Liderlerin empati yeteneklerinin kurumsal perspektif alma/rolplay davranışları yoluyla artırılması ve ilişki yönetimi becerilerinin güçlendirilmesi liderlerin çalışanlar arasında güçlü bağlar kurmalarını ve travma sonrası süreçte destekleyici bir ortam oluşturmalarını sağlar. Bunun yanında liderlere duygusal farkındalık geliştirme tekniklerinin öğretilmesi, kendi duygusal durumlarını ve çalışanların duygusal ihtiyaçlarını anlamak yoluyla liderlerin daha etkili bir destek sağlamalarına yardımcı olabilir. Liderlerin takipçilerine bağlamsal olarak doğru duyguları gösterebildiklerinde yetenekli olarak algılandığı bunun ise duygu düzenlemeyi etkili bir şekilde kullanmayı gerektirdiği (Cook vd., 2003) bilinmektedir. Bunun yanı sıra umut, iyimserlik, duygusal zekâ, sevgi ya da mizah gibi olumlu duygulara sahip olan ve bunları harekete geçiren liderler, bulaşıcılık etkisi yoluyla takipçilerinin duygusal durumlarını etkileyebilmektedirler (Hannah vd., 2009). Travma sonrası büyüme genellikle duygusal iyileşme süreçleri ile ilişkilidir (Lerias ve Byrne, 2003). İşe geri dönüş sürecinde, çalışanlara uygun destek ve esneklik sağlanmalıdır. İşe adaptasyonu kolaylaştırmak için kişisel gelişim seminerleri ve koçluk hizmetleri, çalışanların güçlü yanlarını keşfetmelerine ve bu süreçte büyümelerine yardımcı olabilir (Kadambi ve Ennis, 2004). Çalışanlara psikologlar, danışmanlar veya destek grupları aracılığıyla psikososyal destek sağlanması, liderlerin mentorluk programları düzenlemesi ya da mentorluk etmesi çalışanların duygusal dayanıklılıklarını artırabilir. Liderin bilgi paylaşımını teşvik etmesi çalışanların örgüt hakkında güvende hissetmelerini sağlayacaktır. Çalışanları ortak hedeflere, işbirliği ve dayanışmaya yönlendirerek destekleyici bir iş iklimi oluşturma örgüt içindeki dayanıklılığı artıracaktır. Esnek çalışma düzenleri gibi politikalar, çalışanların iş-yaşam dengesini sağlamalarına yardımcı olarak iş motivasyonunu ve örgütsel bağlılığı artıracaktır.

Travma-Yönelimli Örgütsel Bariyerler

Dolaylı travmanın sosyal ve kültürel boyutlarını anlamak, travma mağdurlarına etkili bakım sağlamak ve ruh sağlığı profesyonellerinin refahını korumak için çok önemlidir. Kültürel yeterlilik, farklı geçmişlerden gelen danışanların çeşitli ihtiyaçlarını tanıma ve bu faktörlerin profesyonellerde dolaylı travmanın gelişimini nasıl etkileyebileceğini anlamada önemli bir rol oynar. Irk, cinsiyet ve cinsel yönelim gibi sosyal kategorizasyonların birbirine bağlı doğasını kabul eden kesişimsellik, travmadan kurtulanların ve ruh sağlığı profesyonellerinin çok yönlü deneyimlerini anlamak için çok önemlidir (Dunkley & Whelan, 2006). Kuruluşların, bir bireyin kimliğinin çeşitli yönlerinin travmatik deneyimlere maruz kalmalarını ve ardından ruhsal sağlıkları üzerindeki etkilerini nasıl etkileyebileceğini göz önünde bulundurarak, dolaylı travmanın kesişimsel boyutlarını ele alan eğitim ve kaynakları uygulamaları zorunludur (Palm vd., 2004). Bireysel öz bakım ve kurumsal uygulamalara ek olarak, toplum ve sosyal destek mekanizmaları da dolaylı travmanın etkilerinin azaltılmasında önemli bir rol oynar (Maltzman, 2011). Toplum kuruluşları ve kültürel gruplarla ortaklıklar kurmak, ruh sağlığı profesyonelleri için kültürel açıdan duyarlı kaynakların ve destek ağlarının mevcudiyetini artırabilir. Ayrıca, farklı geçmişlere sahip profesyonellerin deneyimlerini paylaşabilecekleri ve rehberlik alabilecekleri kültürel açıdan duyarlı alanlar yaratmak, daha kapsayıcı ve destekleyici bir çalışma ortamına katkıda bulunabilir (Bell vd., 2003).

İşyerinde dolaylı travmanın yönetimi proaktif ve çok yönlü bir yaklaşım gerektirir. Kuruluşlar, personelinin psikolojik refahına öncelik vermeli ve iş stresini azaltmak ve genel dayanıklılığı artırmak için kanıta dayalı işyeri stratejileri uygulamalıdır. Liderlik ve kaynak sağlama, personelin kendine ve ailesine özen göstermesini, görev çeşitliliği getirmesini, araştırma yapmasını ve dolaylı travmanın etkilerine karşı destekleyici ve duyarlı bir denetime katılmasını sağlamak için gereklidir. Denetim, kurumsal bağlamda travma mağdurları üzerindeki dolaylı travmanın etkisini azaltmada çok önemli bir rol oynar (Bell ve ark., 2003). Amirler, çalışanların deneyimlerini paylaşmaları, endişelerini dile getirmeleri ve rehberlik ve geri bildirim almaları için güvenli ve destekleyici bir ortam sağlamalıdır. Ayrıca, kuruluşlar aşağıdaki stratejileri de göz önünde bulundurmalıdır:

1. Travma mağdurlarının deneyimlerini ve duygularını kendilerini anlayan iş arkadaşlarıyla tartışabilecekleri düzenli bilgilendirme oturumları veya destek grupları uygulamak.
2. Travma mağdurlarının deneyimlerini ele almaları ve işlemeleri için profesyonel danışmanlık veya terapi hizmetlerine erişim sağlamak.
3. Travma mağdurlarının iş yüklerini yönetebilmeleri ve gerekli molaları veya izinleri alabilmeleri için esnek çalışma programları ve kolaylıklar sunmak.
4. Travma mağdurları için aidiyet ve psikolojik güvenlik duygusunu teşvik etmek amacıyla kurum içinde açık iletişim, empati ve destek kültürü oluşturmak.
5. Tüm personel arasında farkındalığı ve anlayışı artırmak için travmaya duyarlı bakım ve dolaylı travmanın etkileri konusunda sürekli eğitim ve öğretim sağlanması.
6. Travma mağdurları için kurumsal politikalar geliştirilmesi ve uygulanması. Kişisel bakım, sınırlar ve gerektiğinde destek aramaya ilişkin açık kılavuz ilkeler de dâhil olmak üzere, dolaylı travmayı yönetmeye yönelik kurumsal politikalar ve protokoller geliştirmek ve uygulamak. 7. Kurumdaki tüm çalışanlar için öz bakım, stres yönetimi ve dayanıklılık geliştirme tekniklerine odaklanan düzenli sağlıklı yaşam programları veya girişimleri uygulamak.

Bu stratejiler, travma mağdurlarının dolaylı travma riskini en aza indirirken kurumsal rollerini etkili bir şekilde yerine getirmelerine yardımcı olabilir. Kuruluşlar bu proaktif adımları atarak, travma mağdurlarının müşterilerine etkili bir şekilde hizmet etmelerini sağlarken aynı zamanda kendi refah ve dayanıklılıklarına da öncelik veren destekleyici ve güçlendirici bir çalışma ortamı yaratabilirler. Buna ek olarak, kuruluşların sağlık hizmetleri işyerlerinde aile içi ve aile içi şiddetten kurtulan personelin yaygınlığını fark etmeleri ve onlara özel destek sağlamaları çok önemlidir. Bu desteğin alımını, etkinliğini ve maliyetini değerlendirmek, bu çalışanların refahını sağlamak için zorunludur.

Travma mağdurları, öz bakım uygulayarak, uygun destek ve gözetim arayışına girerek ve dolaylı travmanın etkilerini azaltmaya yönelik stratejiler uygulayarak kurumsal rollerini yerine getirebilirler. Stratejilerden biri, kurum içinde travma mağdurlarının deneyimlerinde desteklendiklerini ve onaylandıklarını hissettikleri bir empati ve anlayış kültürü yaratmaktır. Bir diğer strateji de dolaylı travma ve ikincil travmatik stres hakkında sürekli eğitim ve öğretimin yanı sıra çalışanların iş ve özel hayatlarına dahil edebilecekleri başa çıkma stratejileri sağlamaktır. Travma mağdurları egzersiz, farkındalık ve gerektiğinde terapi veya danışmanlık almak gibi öz bakımı teşvik eden faaliyetlerde bulunarak kendi refahlarına öncelik vermelidir. Travma mağdurları, tükenmişliği önlemek ve başkalarına etkili destek sağlama kapasitesine sahip olduklarından emin olmak için işlerinde sağlıklı sınırlar belirlemelidir. Benzer deneyimleri veya endişeleri olan meslektaşlarıyla bağlantı kurmaktan fayda sağlayabilir; zor görevleri yürütmek, rehberlik aramak ve süpervizörlerinden destek almak için düzenli süpervizyon oturumlarına aktif olarak katılmalıdır.

Dayanıklılık eğitimi: Kuruluşlar, travma mağdurlarına rollerinin duygusal zorluklarıyla başa çıkabilmeleri için gerekli araç ve stratejilerle donatmak üzere dayanıklılık eğitimi verebilir.

Açık iletişim ve destek kültürü: Kuruluşlar, travma mağdurlarının deneyimlerini tartışırken, yardım ararken ve ihtiyaç duydukları desteği alırken kendilerini rahat hissedebilecekleri bir ortam yaratmalıdır.

Diğer kurumlarla işbirliği: Kuruluşlar, maddi destek sağlamak, sosyal izolasyonu önlemek ve en iyi uygulamaları ve kaynakları paylaşmak için travma geçirmiş insan kaynağıyla çalışan diğer örgütlerle işbirlikleri geliştirebilir.

Travmaya özgü eğitim ve öğretimi: Kuruluşlar dolaylı travma, etkileri ve travmayı yönetme stratejileri hakkında eğitim ve öğretim sağlamalıdır.

Travmaya duyarlı politikalar ve prosedürler: Kuruluşlar, travma mağdurlarının ihtiyaçlarına duyarlı politikalar ve prosedürler geliştirmelidir; örneğin, öz bakım uygulamalarını barındıran esnek çalışma programları ve işyerinde travmayla ilgili tetikleyiciler veya semptomlar için destek sunmalıdır. Bu stratejilere ek olarak, kuruluşlar güvenlik önlemleri alarak, özel alanlar sağlayarak ve düzenli molalar ve dinlenme sürelerine izin vererek travma mağdurları için güvenli ve rahat bir çalışma ortamı yaratabilirler.

Öz-düşünüm ve öz-farkındalığı teşvik: Kuruluşlar, travma mağdurları arasında öz yansıtma ve öz farkındalığı teşvik edebilir, dolaylı travmayla ilgili kendi tetikleyici noktalarını ve duygularını belirlemelerine yardımcı olabilir ve onları öz bakım uygulamalarına katılmaya teşvik edebilir.

Terapötik desteğe erişim: Kuruluşlar, travma mağdurlarına yaşadıkları kişisel travmaları ele alabilmeleri için terapi veya danışmanlık hizmetlerine erişim imkânı sunmalıdır.

Topluluk ve bağlantı duygusunu teşvik edin: Kuruluşlar, travma mağdurlarının travma destek grupları veya akran mentorluk programları gibi benzer deneyimleri veya endişeleri olan diğer çalışanlarla bağlantı kurmaları için fırsatlar yaratabilir.

Çalışanların refahının düzenli olarak değerlendirilmesi ve ölçülmesi: Kuruluşlar, dolaylı travma belirtilerini tespit etmek ve uygun desteği sağlamak için anketler veya kontroller yoluyla travma mağdurlarının refahını düzenli olarak değerlendirmelidir.

Sürekli süpervizyon ve bilgilendirme: Kuruluşlar, travmadan kurtulanlara düzenli süpervizyon ve bilgilendirme fırsatları sunarak travmadan kurtulanlarla yaptıkları çalışmalarla ilgili deneyimlerini ve duygularını işlemelerine ve süpervizörlerden rehberlik ve destek almalarına olanak sağlamalıdır.

Öz bakım için kaynak aktarımı: Kuruluşlar, travma mağdurlarının öz bakım uygulamalarını desteklemek için farkındalık egzersizleri, rahatlama teknikleri ve sağlıklı yaşam programlarına veya faaliyetlerine erişim gibi kaynaklar ve araçlar sağlamalıdır.

Eğitim ve öğretime öncelik: Kuruluşlar, sadece travma mağdurları için değil, tüm personel için dolaylı travma konusunda eğitim ve öğretime yatırım yapmalıdır. Bu, travmanın çalışanlar üzerindeki etkisi hakkında farkındalığı ve bilgiyi artıracak ve onları uygun desteği sağlamak için araçlarla donatacaktır.

Esnek çalışma düzenlemeleri: Kuruluşlar, travma mağdurlarına, kişisel ihtiyaçlarını karşılamak ve öz bakım uygulamalarına izin vermek için esnek saatler veya uzaktan çalışma seçenekleri gibi esnek çalışma düzenlemeleri sağlayabilir.

Destekleyici bir kurum kültürü: Kuruluşlar, travma mağdurlarının refahına değer veren kapsayıcı ve destekleyici bir kültürü teşvik etmelidir. Bu, açık iletişimi, empatiyi ve anlayışı teşvik etmenin yanı sıra çalışanların refahına öncelik veren politika ve prosedürlerin uygulanmasını da içerir.

Net politikalar ve prosedürler: Kuruluşlar, dolaylı travmayı ele almak ve travma mağdurlarını desteklemek için kılavuz ilkeler sağlamak üzere açık politika ve prosedürlere sahip olmalıdır. Bu politikalar, dolaylı travmanın raporlanması ve ele alınmasına yönelik prosedürlerin yanı sıra gerektiğinde harici destek veya kaynak arayışına yönelik yönergeleri de içermelidir.

İşbirlikleri ve ortaklıklar: Kuruluşlar, ek destek ve kaynak sağlamak için travma mağdurlarıyla çalışan diğer kurum veya kuruluşlarla işbirliği yapabilir.

Çalışan Yardım Programları veya danışmanlık hizmetleri: Kuruluşlar, travma mağdurlarının ihtiyaç duyduklarında profesyonel yardım ve destek alabilmeleri için profesyonel danışmanlık hizmetlerine erişim sağlayabilir. Bu stratejiler, travma mağdurlarının dolaylı travmanın potansiyel etkilerini yönetirken kurumsal rollerini yerine getirmelerine yardımcı olabilir.

Sonuç

Farklı kültürel bağlamlarda yapılan araştırmalar ışığında, kendisi doğrudan travmatik yaşantıya maruz kalmamakla birlikte, bu yaşantılara medya, anlatı vb. dolaylı yollardan maruz kalmış bireylerin 'başkalarının yaraları'ndan yara aldıklarını, ortak yarayı paylaştıklarını ve doğrudan yaralanmış olanlarda ortaya çıkan semptomların aynısını ve bazı durumlarda daha şiddetlisini sergilediklerini görmekteyiz. Özellikle Türkiye gibi kolektif toplumların yapısında var olan 'ortaklaşıcılık' kültürü, müstakil duygulanımlardan çok öteki/ler/in duygusuna ortak olma eğilimini güçlendirmektedir. Bu eğilimlerin güçlü olduğu kültürel bağlamlarda, ikincil travmanın görülme sıklığının daha yaygın olması beklenmektedir. Ne var ki Türkiye özelinde sağlık/ sosyal hizmet/ ruh sağlığı çalışanlarının haricinde farklı sektör çalışanları üzerinde ikincil travmaya yönelik herhangi bir araştırma bulunmamaktadır. Dünya geninde de benzer şekilde yaygın eğilimin sağlık çalışanları örneklemi temel almak olduğu görülmektedir. Bu durum bizi diğer sektör çalışanlarının travmatik yaşantılara yönelik içeriklere hiç maruz kalmadığı gibi hatalı bir varsayıma götürmektedir. Oysa hangi sektörde hangi örgütsel rolü ve hangi kültürel/toplumsal bağlamda üstlendiği fark etmeksizin bütün çalışanlar, insan olmanın bir gereği ve sonucu olarak başkalarını önemseme kapasitesi ile dünyaya gelmektedir. Bu kapasite dolayısıyla ve yapılan araştırmalar ışığında, 'öteki'nin acısını/travmasını üstlenmiş bireylerde duygu düzenlemede ve karar vermede zorluklar, beyinsel fonksiyonlar ve özelinde hafızada gerileme, duygusal tükenme ve duyarsızlaşma, iş tükenmişliği, örgütsel adalet ve güven algılarının zedelenmesi, duygusal esenliğin, psikolojik sağlamlığın, örgütsel bağlılığın ve iş tatmininin azalması ve sonucunda işten ayrılma niyetinin artması gibi sonuçlar, merhamet yorgunluğu olarak da adlandırılan dolaylı travmanın doğrudan sonuçlarıdır. Bu sonuçlar arasında en çarpıcı olanı, dolaylı travmaya maruz kalanların travmayı dorudan deneyimleyenlere göre daha yüksek iş tükenmişliği ve daha düşük örgütsel bağlılık duymalarıdır. Travmaya maruz kalanları bir ekran dolayımı ile deneyimleyen bireyler, 'dışarıda' olmanın getirdiği suçluluk ve utanç, kendisini veya başkalarını zarar görmekten koruyamadığı hissettiği durumda korku, kaygı, çaresizlik ve acı gibi pek çok farklı duyguyu hissedebilmektedir. Öteki'nin acısını öteki'nden daha çok üstlenmek olarak görebileceğimiz bu durum, dolaylı travmaya yönelik önleyici ya da onarıcı tedbirleri bugüne dek hiç gündeme getirmemiş ve dolaylı travma mağdurlarını ve onların üstlenilmiş acılarını bu yolla yok saymış olan örgütlerin karşı karşıya olduğu bir tehlide işaret etmektedir.

İkincil travmanın farkında olan bazı örgütler açısından ise ikincil travma mağdurlarının acılarını marjinalleştirilmesi/ ötekileştirilmesi ve değersizleştirilmesi gibi daha yıkıcı bir eğilimden bahsetmek mümkündür. Örgütler bağlamında, dolaylı travmanın öncüllerini tartışmaya açmış olmak, altında işleyen mekanizmaların daha anlaşılır olmasını sağlamak ve ampirik bulgularla dolaylı travmanın bireyler üstündeki etkilerini görmek bakımından bu çalışmanın örgütsel duyarlılığı arttırmaya yönelik tedbirler alınmasını ve travmaya duyarlı örgüt yapıları tasarlanmasını sağlamayı kolaylaştırması umulmaktadır. Yapılan sınırlı sayıda araştırma yoluyla, örgütlerin dolaylı travma mağduru çalışanlarına sağladığı sosyal destek mekanizmalarının, psikolojik esenlik ve öznel iyi oluş üzerinde önemli etkileri olduğunu bulgulanmıştır. Başka bir araştırmanın sonuçları ise, kurumsal sosyal desteğin toplumsal dayanıklılığın artması ile sonuçlandığını belirtmektedir. Bu nedenle çalışma kapsamında örgütlerin perspektifini kurumsal sosyal sorumluluktan örgütsel duyarlılığa doğru kaydırmasının gerek çalışanlar gerekse toplumun bütün fertleri açısından öneminin altı çizilmektedir. Bu doğrultuda özellikle liderliğin rolü ve örgütsel bariyerler başlıkları altında geliştirilen öneriler, içeriye karşı körleşmeden örgütlerin duyarlılığını koruyabilmelerinin muhtemel yollarını tartışmaya açmaktadır. Bu konuda yapılacak teorik ve ampirik gelecek araştırmalar, bu önerilerin uygulamada test edilmesi, üzerine farklı önerilerle eklenerek çözüm yollarının genişletilmesi yoluyla duyarlı örgüt yapılarını tasarlama sürecine katkıda bulunacaktır.

Kaynakça

- Adams, R. E., Boscarino, J. A., & Figley, C. R. (2006). Compassion fatigue and psychological distress among social workers: A validation study. *American Journal of orthopsychiatry*, 76(1), 103-108.
- Bell, H. (2003). Strengths and secondary trauma in family violence work. *Social work*, 48(4), 513-522.
- Bell, H., Kulkarni, S., & Dalton, L. E. (2003). Organizational Prevention of Vicarious Trauma. *Families in Society*, 84(4), 463-470. <https://doi.org/10.1606/1044-3894.131>
- Beutler, A., & Fields, K. B. (2019). Approach to the adult with knee pain likely of musculoskeletal origin. *Up to Date, Last Updated: Feb, 20*.
- Boulanger, G. (2018). When is vicarious trauma a necessary therapeutic tool?. *Psychoanalytic Psychology*, 35(1), 60.
- Bourke, M. L., & Craun, S. W. (2014). Secondary traumatic stress among internet crimes against children task force personnel: Impact, risk factors, and coping strategies. *Sexual Abuse*, 26(6), 586-609.
- Branson, D. C. (2019). Vicarious trauma, themes in research, and terminology: A review of literature. *Traumatology*, 25(1), 2.
- Burke, H. M., Olshansky, E. F., & Krugman, S. D. (2013). Compassion fatigue in nurses: A metasynthesis. *Journal of Clinical Nursing*, 22(23-24), 3172-3183. doi: 10.1111/jocn.12400
- Chu, X., Zhou, Y., Hu, Z. *et al.* (2016). 24-hour-restraint stress induces long-term depressive-like phenotypes in mice. *Sci Rep* 6, 32935. <https://doi.org/10.1038/srep32935>
- Cook, J. M., Ruzek, J. I., & Cassidy, E. (2003). Practical geriatrics: possible association of posttraumatic stress disorder with cognitive impairment among older adults. *Psychiatric Services*, 54(9), 1223-1225.
- Cozzolino, O., Marchese, M., Trovato, F., Pracucci, E., Ratto, G. M., Buzzi, M. G., ... & Santorelli, F. M. (2018). Understanding spreading depression from headache to sudden unexpected death. *Frontiers in neurology*, 9, 19.
- Çevik, G. B. (2023). *Afet (travma) psikolojisi*. Afetlerde Eğitim ve Yönetimi, EfeAkademi Yayınları.
- Çolak, M., Sireli, O., & Dayi, A. (2023). Adult Separation Anxiety and Childhood Traumas: The Mediating Role of Cognitive Distortions. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 1-8.
- Dunkley, J., & Whelan, T. A. (2006). Vicarious traumatization: Current status and future directions. *British Journal of Guidance & Counselling*, 34(1), 107-116.
- Elias, H., & Haj-Yahia, M. M. (2017). Therapists' perceptions of their encounter with sex offenders. *International journal of offender therapy and comparative criminology*, 61(10), 1151-1170.
- Figley, C. R. (Ed.). (2002). *Treating compassion fatigue*. New York: Brunner-Routledge.
- Fujitani, K., Carroll, M., Yanagisawa, R., & Katz, C. (2016). Burnout and psychiatric distress in local caregivers two years after the 2011 Great East Japan Earthquake and Fukushima nuclear radiation disaster. *Community mental health journal*, 52, 39-45.
- Garg, S., Singh, M. M., Rustagi, R., Engtipi, K., & Bala, I. (2019). Magnitude of domestic violence and its socio-demographic correlates among pregnant women in Delhi. *Journal of family medicine and primary care*, 8(11), 3634.
- Gartner, R. B. (2014). Trauma and countertrauma, resilience and counterresilience. *Contemporary Psychoanalysis*, 50(4), 609-626.
- Gerbner, G. (1993). Instant history--image history: lessons of the Persian Gulf War (1). *Velvet Light Trap*, 3-15.
- Graves, C. L., Norloff, E., Thompson, D., Kosyk, O., Sang, Y., Chen, A., ... & Wallet, S. M. (2023). Chronic early life stress alters the neuroimmune profile and functioning of the developing zebrafish gut. *Brain, Behavior, & Immunity-Health*, 100655.

- Hannah, S. T., Uhl-Bien, M., Avolio, B. J., & Cavarretta, F. L. (2009). A framework for examining leadership in extreme contexts. *The Leadership Quarterly*, 20(6), 897-919.
- Harms, A. N. (2011). *The dirty work of law enforcement: emotion, secondary traumatic stress, and burnout in federal officers exposed to disturbing media*. Minnesota State University, Mankato.
- Hino, A., Wakida, Y., Noguchi, Y., Ido, H., Inoue, A., Mafune, K., & Hiro, H. (2018). 693 combined effects of overtime work hours and exercise habits on psychological distress: a cross-sectional study among Japanese white-collar workers. *Occupational and Environmental Medicine*, 75(2), 616-617.
- Hirschfeld, M., & Mathews, S. (2012). The relationship between traumatic exposure, self-esteem and attachment in clinical social workers.. *Social Work Research*, 36(3), 227-236. doi: 10.1093/swr/svs013
- Humphreys, C. (2008). Responding to the individual trauma of domestic violence: challenges for mental health professionals. *Social Work in Mental Health*, 7(1-3), 186-203.
- Javanbakht, A., Grasser, L. R., Kim, S., Arfken, C. L., & Nugent, N. (2022). Perceived health, adversity, and posttraumatic stress disorder in Syrian and Iraqi refugees. *International journal of social psychiatry*, 68(1), 118-128.
- Kadambi, M. A., & Ennis, L. (2004). Reconsidering vicarious trauma: A review of the literature and its' limitations. *Journal of Trauma Practice*, 3(2), 1-21.
- Kilpatrick, D. G., Ruggiero, K. J., Acierno, R., Saunders, B. E., Resnick, H. S., & Best, C. L. (2003). Violence and risk of PTSD, major depression, substance abuse/dependence, and comorbidity: results from the National Survey of Adolescents. *Journal of consulting and clinical psychology*, 71(4), 692.
- Leiva-Bianchi, M., Cornejo, F., Fresno, A., Rojas, C., & Serrano, C. (2018). Effectiveness of cognitive-behavioural therapy for post-disaster distress in post-traumatic stress symptoms after Chilean earthquake and tsunami. *Gaceta Sanitaria*, 32, 291-296.
- Lerias, D., & Byrne, M. K. (2003). Vicarious traumatization: Symptoms and predictors. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 19(3), 129-138.
- Li, X., Buxton, O. M., Hikichi, H., Haneuse, S., Aida, J., Kondo, K., & Kawachi, I. (2018). Predictors of persistent sleep problems among older disaster survivors: a natural experiment from the 2011 Great East Japan earthquake and tsunami. *Sleep*, 41(7), zsy084.
- Li, Y., Zhu, H., Ren, Z., Lui, S., Yuan, M., Gong, Q., ... & Zhang, W. (2020). Exploring memory function in earthquake trauma survivors with resting-state fMRI and machine learning. *BMC psychiatry*, 20, 1-12.
- Popper, M., ve Maysel, O. (2003). Back to basics: Applying parenting perspective to transformational leadership. *Leadership Quarterly*, 14, 41-65.
- Liu, J., Kou, Z., & Tian, Y. (2014). Diffuse axonal injury after traumatic cerebral microbleeds: an evaluation of imaging techniques. *Neural regeneration research*, 9(12), 1222.
- Liu, L., Wang, L., Cao, C., Cao, X., Zhu, Y., Liu, P., ... & Zhang, J. (2018). Serotonin transporter 5-HTTLPR genotype is associated with intrusion and avoidance symptoms of DSM-5 posttraumatic stress disorder (PTSD) in Chinese earthquake survivors. *Anxiety, Stress, & Coping*, 31(3), 318-327.
- Luthans F, Youssef-Morgan CM, Avolio B. (2015). *Psychological capital and beyond*. New York: Oxford Univ. Press
- Luthans, F., Luthans, K. W., and Luthans, B. C. (2004). Positive psychological capital: beyond human and social capital. *Bus. Horiz.* 47, 45-50. doi: 10.1016/j.bushor.2003.11.007
- Maunder, R. G., Peladeau, N., Savage, D., & Lancee, W. J. (2010). The prevalence of childhood adversity among healthcare workers and its relationship to adult life events, distress and impairment. *Child abuse & neglect*, 34(2), 114-123.
- McCann, I.L., & Pearlman, L.A- (1990). Vicarious traumatization: A framework for understanding the psychological effects of working with victims. *Journal of Traumatic Stress* 3 (1), pp.131-149.

- Motta, R. W., Kuligowski, J. M., & Marino, D. M. (2010). The role of exercise in reducing childhood and adolescent PTSD, anxiety, and depression. *The School Psychologist*, 64(3), 10-13.
- Pearlman, L. A., & Mac Ian, P. S. (1995). Vicarious traumatization: An empirical study of the effects of trauma work on trauma therapists. *Professional psychology: Research and practice*, 26(6), 558.
- Pennington, K., Coast, M. J., & Kroh, M. (2010). Health care for the homeless: A partnership between a city and a school of nursing. *Journal of Nursing Education*, 49(12), 700-703.
- Perron BE & Hiltz BS. (2006). Burnout and secondary trauma among forensic interviewers of abused children. *Child Adolesc Soc Work J*, 23, 216–34.
- Popper, M., ve Maysseless, O. (2007). The building blocks of leader development: A psychological conceptual framework. *Leadership and Organization Development Journal*, 28, 664–684.
- Richards, D., & Hackett, R. (2012). Attachment and emotion regulation: Compensatory interactions and leader–member exchange. *The Leadership Quarterly*, 23, 686–701.
- Sabin-Farrell, R., & Turpin, G. (2003). Vicarious traumatization: implications for the mental health of health workers?. *Clinical psychology review*, 23(3), 449-480.
- Shi, L., Wang, L., Jia, X., Li, Z., Mu, H., Liu, X., ... & Fan, L. (2017). Prevalence and correlates of symptoms of post-traumatic stress disorder among Chinese healthcare workers exposed to physical violence: a cross-sectional study. *BMJ open*, 7(7).
- Shi, X., Zhou, Y., Geng, F., Li, Y., Zhou, J., Lei, B., ... & Fan, F. (2018). Posttraumatic stress disorder symptoms in parents and adolescents after the Wenchuan earthquake: A longitudinal actor-partner interdependence model. *Journal of affective disorders*, 226, 301-306.
- Silver, R. C., Holman, E. A., Andersen, J. P., Poulin, M., McIntosh, D. N., & Gil-Rivas, V. (2013). Mental-and physical-health effects of acute exposure to media images of the September 11, 2001, attacks and the Iraq War. *Psychological science*, 24(9), 1623-1634.
- Sodeke-Gregson, E. A., Holttum, S., & Billings, J. (2013). Compassion satisfaction, burnout, and secondary traumatic stress in UK therapists who work with adult trauma clients. *European journal of psychotraumatology*, 4(1), 21869.
- Stahlman, S., Javanbakht, M., Cochran, S., Hamilton, A. B., Shoptaw, S., & Gorbach, P. M. (2015). Mental health and substance use factors associated with unwanted sexual contact among US active duty service women. *Journal of traumatic stress*, 28(3), 167-173.
- Tabor, P. D. (2011). Vicarious traumatization: Concept analysis. *Journal of Forensic Nursing*, 7(4), 203– 208.
- Trudel-Fitzgerald, C., Chen, Y., Singh, A., Okereke, O. I., & Kubzansky, L. D. (2016). Psychiatric, psychological, and social determinants of health in the Nurses' Health Study cohorts. *American journal of public health*, 106(9), 1644-1649.
- Ullman, S. E., & Siegel, J. M. (2018). Trauma exposure, PTSD and vicarious trauma in a national sample of clinical social workers: Does training in trauma-informed care make a difference? *Journal of Social Work Research*, 44(4), 566-576. doi: 10.1080/01488376.2018.1461512
- Wang, Z., Caughron, B., & Young, M. R. I. (2017). Posttraumatic stress disorder: an immunological disorder?. *Frontiers in Psychiatry*, 8, 222.
- Williamson, V., Murphy, D., Stevelink, S. A. M., Allen, S., Jones, E., & Greenberg, N. (2021). The impact of moral injury on the wellbeing of U.K. military veterans. *BMC Psychology*, 9(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00578-7>
- Zhang, X., Zhang, J., Wang, L., & Zhang, W. (2018). Altered gray matter volume and its correlation with PTSD severity in Chinese Earthquake Survivors. *Frontiers in psychiatry*, 9, 629.
- Zhang, X., Zhang, J., Wang, L., Li, R., & Zhang, W. (2016). Altered resting-state functional connectivity of the amygdala in Chinese earthquake survivors. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 65, 208-214.

Zhang, Y., Zhang, J., Ren, R., & Tang, X. (2020). Bidirectional associations of insomnia symptoms with somatic complaints and posttraumatic stress disorder in child and adolescent earthquake survivors: a longitudinal study. *Sleep and Breathing*, 24, 311-320

Deburant, F. (1990). Yeşil Yol, https://www.youtube.com/watch?v=usD0r_Y_1mQ

Etimoloji Türkçe (2023). <https://www.etimolojiturkce.com/kelime/travma>