

# Kahramanların Yükleri Üzerine: İzmir İtfaiyecileriyle Yürütülen Psikolojik Değerlendirme ve Müdahale Çalışmaları

*On the Burdens of Heroes: Psychological Assessment and Intervention Studies Conducted with İzmir Firefighters*

Zehra Gem

## ÖZET

Bu çalışmada travmatik olaylardan işleri gereği doğrudan ve dolaylı olarak etkilenen itfaiye çalışanlarının Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB), depresyon, iş stresi, anksiyete ve ilişkili ruhsal problemlere yönelik yapılan çalışmalara değinilecektir. İtfaiyeciler işleri gereği travmatik olaylara müdahale ederken travmaya ilk temas eden gruplar içerisinde olup literatürde ilk müdahale ekipleri olarak adlandırılmaktadır. İlk müdahale ekipleri olaylara müdahale ederken ciddi yaralanma ve ölüm riski ile karşı karşıya kalabilmektedir. İşleri gereği uzun ve tekrarlı bir şekilde travmatik olaylara maruz kalma ruh sağlığı açısından risk altına olmalarına neden olmaktadır. Dünya çapında yapılan yaygınlık çalışmaları incelendiğinde itfaiye çalışanlarında TSSB oranlarının %6 ile %57 arasında değiştiği görülmektedir. Türkiye'de yapılan yaygınlık çalışmalarında ise oran %40 ile %50 arasında değiştiği görülmektedir. İzmir itfaiyecilerinde bu oran %41 olarak bulunmuştur. TSSB'nin yanı sıra itfaiye çalışanları depresyon, anksiyete, iş stresi, ilişkisel problemler, uyku bozuklukları, intihar riski, madde kötüye kullanımı ve bağımlılığı gibi ruhsal sorunlardan da mustarip olmaktadır. Yapılan bir sistematik derleme çalışmasında depresyon oranı %36, anksiyete %5 olarak rapor edilmiştir. Normal örneklemelere göre iki kat fazla görülen bu oranlar dikkat çekicidir. 2012 itibarıyla itfaiye çalışanlarının daha farklı alanlarda görev almalarına yönelik kararlarla birlikte iş yüklerinde artış meydana gelmiştir. Stresli çalışma koşulları, müdahale edilen ortam koşullarındaki değişim, deneyim, iş dışı stres faktörlerinin de ruhsal sorunlar üzerinde olumsuz etkiler yaratmaktadır. Bu nedenle itfaiye çalışanlarına yönelik değerlendirme ve müdahale çalışmalarının yapılması önem arz etmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** İtfaiye Çalışanları, TSSB, Depresyon, Anksiyete, Stres

## ABSTRACT

In this study, the focus will be on the research conducted on firefighters who are directly and indirectly affected by traumatic events due to their jobs, specifically in relation to Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD), depression, job stress, anxiety, and associated mental health problems. Firefighters, due to their role, are among the first groups to come into contact with trauma during their interventions in traumatic events, and they are referred to as first responders in the literature. While intervening in incidents, first responders may face serious injury and death risks. Their prolonged and repetitive exposure to traumatic events due to their job places them at risk in terms of mental health. Prevalence studies conducted worldwide show that PTSD rates among firefighters range from 6% to 57%. In prevalence studies conducted in Turkey, this rate is seen to vary between 40% and 50%. In the case of İzmir firefighters, this rate was found to be 41%. In addition to PTSD, firefighters also suffer from mental health issues such as depression, anxiety, job stress, relational problems, sleep disorders, suicide risk, substance abuse, and addiction. In a systematic review study, the depression rate was reported as 36% and anxiety as 5%. These rates, which are twice as high as those in normal samples, are striking. As of 2012, with the decisions made for firefighters to take on roles in different areas, there has been an increase in their workload. Stressful working conditions, changes in the conditions of the intervention environment, experience, and non-work-related stress factors also have negative effects on mental health problems. Therefore, it is important to conduct assessment and intervention studies for firefighters.

**Key Words:** Firefighters, PTSD, Depression, Anxiety, Stress

## ÖZGEÇMİŞ

### Zehra GEM

2008-2012 yılları arasında Hacettepe Üniversitesi Psikoloji bölümünde lisans eğitimini tamamladıktan sonra, 2013 yılında Batman Üniversitesi Psikoloji Bölümünde Araştırma Görevlisi olarak başlamıştır. 2015 yılında Dokuz Eylül Üniversitesi Psikoloji Bölümü Klinik Psikoloji Bölümünde Yüksek Lisans eğitimine başlamıştır. Aynı üniversitede Klinik Doktora Programında eğitimine devam etmekte olup araştırma görevlisi olarak görev yapmaktadır. 2015 yılından beri Türk Psikologlar Derneği Travma, Afet ve Kriz çalışma grubu gönüllüsü olarak ülkede çapında meydana gelen deprem, yangın, kaza gibi travmatik olaylarda hem halk hem de profesyonellere yönelik psikososyal destek bağlamında gönüllü çalışmalar yürütmüştür.

