Depremden Etkilenen Mevsimlik Tarım İşçilerinin İyi Olma Hali ve Psikolojik Dayanıklılıklarının Artırılması

Mevsimlik Tarım İşçileri için Acil Durumlarda Yaşa Duyarlı Ruh Sağlığı ve Psikososyal Destek Rehberi

Ekim 2024

Depremden Etkilenen Mevsimlik Tarım İşçilerinin İyi Olma Hali ve Psikolojik Dayanıklılıklarının Artırılması

Mevsimlik Tarım İşçileri için Acil Durumlarda Yaşa Duyarlı Ruh Sağlığı ve Psikososyal Destek Rehberi

Ekim 2024

Mevsimlik Tarım İşçileri için Acil Durumlarda
Yaşa Duyarlı Ruh Sağlığı ve Psikososyal Destek Rehberi

Yazarlar

Nevin Küçük
Yağmur Doyuran
Deniz Koşucu

Saha Koordinatörü

İhsan İznebioğlu

Katkı Verenler

Gözde Polatkal
Özlem Zehir

Tasarım

Karaşin Grafik Ltd

Bu yayın Turkish Philantrophy Funds finansal desteği ile hazırlanmıştır. İçeriği tamamen yazarların sorumluluğundadır; Turkish Philantrophy Funds'un politikalarını ve görüşlerini yansıtmamaktadır.

KALKINMA ATÖLYESİ

Bilim, Kültür, Eğitim, Araştırma, Uygulama, Üretim ve İşletme Kooperatifi

Çankaya Mah. Üsküp Cad. No: 16/14 Çankaya - Ankara
+90 (553) 211 38 97
info@ka.org.tr www.ka.org.tr kalkinmaatolyesi kalkinmatolyesi

TURKISH PHILANTHROPY FUNDS

İÇİNDEKİLER

ÖN SÖZ **5**

ÖZET **6**

KISALTMALAR **7**

GİRİŞ **8**

1. BÖLÜM - Acil Durumlarda Ruh Sağlığı ve Psikososyal Destek(MHPSS) 10

1.1. Psikososyal Destek Nedir? 10

1.2. Psikolojik İyi Oluş Halinin Tanımı 11

1.3. MHPSS'nin Yaşa Duyarlı Olması 11

2. BÖLÜM - 6 Şubat Depremlerinin Ardından 13

2.1. 6 Şubat Depremlerinin Ardından MHPSS 13

2.2. 6 Şubat Depremlerinin Ardından Tarım İşçileri 14

2.3. Depremden Etkilenen Genç ve Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçilerinin Mevcut Yaşam Koşullarında Karşılaştıkları Sorun Alanları 17

3. BÖLÜM - Gençlerle ve Yaşlılarla Çalışan Kurum ve Kuruluşlar için Öneriler **28**

4. BÖLÜM - Acil Durumlarda Farklı Yaş Gruplarıyla Çalışan Kişiler **43**

4.1. Acil Durumlarda Farklı Yaş Gruplarıyla Çalışan Kişiler için Önemli Hususlar 43

4.2. Acil Durumlarda Farklı Yaş Gruplarıyla Çalışan Kişiler için Öz Bakım Yöntemleri 46

KAYNAKÇA **50**

EK **52**

Proje Özeti

Mevsimlik Tarım İşçileri Odağında Yaşa Duyarlı Ruh Sağlığı ve Psikososyal Destek Süreci

Şubat 2024, Hatay

ÖN SÖZ

"Yaşamı Yeniden Kuracak Gücümüz Var!"

Depremden 1 yıl sonra Hatay'da tek katlı bir evin duvarında gördüğümüz bir slogan. Yalnızca 5 kelimeden oluşan bu cümlenin taşıdığı duygu, düşünce ve mesaj çok derin. Duvar yazısıyla sesini duyurmaya çalışan ve umuda kök salan bu topluluk için 'Bizim neye gücümüz var?' sorusunu birbirimize sorduk.

Kalkınma Atölyesi Kooperatifi 20 yılı aşkın süredir Çukurova bölgesinde mevsimlik tarım işçilerini ve çocuklarını odağına alan çalışmalarla öncü rolü üstlenmiştir. Kalkınma Atölyesinin uzun soluklu partneri olan NHUMAN Danışmanlık psikolojik sağlık ve güvenlik kavramlarını metodolojik olarak çalışmasının yanı sıra mevsimlik gezici tarım işçileri ile ilgili pek çok çalışmaya ruh sağlığı bağlamında dahil olmuştur. Bu iki kurum güçlerini birleştirerek depremden etkilenen mevsimlik tarım işçilerine ruh sağlığı ve psikososyal destek sürecini başlatmayı planlamıştır. Turkish Philantrophy Funds'un finansal ve teknik desteğiyle birlikte söz konusu planlama hayata geçirilmiştir.

Deprem öncesinde mevcut sorunlarıyla mücadele içinde olan mevsimlik tarım işçileri, deprem sonrasındaki zorlu süreçte hem fiziksel hem de duygusal anlamda daha da fazlasını yüklenmişlerdir. Özellikle gençler ve yaşlılar, bu sürecin yarattığı psikolojik etkilere karşı daha hassaslardır. Bu çalışmadaki amacımız hem genç hem de yaşlı tarım işçilerinin, acil durumlarda yaşadıkları zorlukların daha iyi anlaşılmasına ve bu zorluklara uygun çözümler üretilmesine yardımcı olmaktır. Buradan yola çıkarak rehberde depremin psikolojik etkileri, ruh sağlığı sorunlarının belirtileri, destek mekanizmaları ve farklı yaş gruplar için özelleşen öneriler gibi konulara yer verilmiştir. Ayrıca, kültürel hassasiyet ve toplumsal dayanışmanın önemi vurgulanmıştır.

Bu rehberi özellikle ruh sağlığı profesyonelleri, sivil toplum profesyonelleri, akademisyenler ve kamu kurumları için pratik bir kaynak olacağını düşünerek sizlerle paylaşıyoruz.

Zorlu günleri atlattığımızda, hep birlikte daha güçlü bir gelecek inşa edebilmek umuduyla...

Proje Ekibi

ÖZET

Acil durum ve afetten etkilenen bir bölgedeki nüfusun tümünün zorlu bir süreçten geçmesi ve olumsuz etkilerin çoğunlukta olması kaçınılmazdır. Afetlerin psikolojik ve sosyal etkileri kısa vadede akut olsa bile etkilenen nüfusun uzun vadeli ruh sağlığını ve psikososyal refahını da zayıflatabilir. Bunun yanında belli grupların (örn: çocuklar, kadınlar, yaş almış bireyler vb.) zorlu süreci en az etkiyle atlatabilmesi için sistemli desteğe ihtiyacı vardır. Bu rehber iki yaş grubu için temel tavsiyeler sunacak şekilde mevsimlik tarım işçilerinin deneyimlerinden yola çıkarak hazırlanmıştır.

Bu rehber, acil durumlarda ve afetlerde mevsimlik tarım işçilerine yönelik yaşa duyarlı ruh sağlığı ve psikososyal destek sağlanmasını destekleyecek bir araç olarak sunulmuştur. Hem gençlerin hem de yaşlıların kriz dönemlerinde karşılaştıkları zorlukları anlamak ve bu zorluklara uygun müdahaleler geliştirmek için sunulan öneriler 65 tarım işçisiyle yapılan destekleyici derinlemesine görüşmeler ve saha gözlemleri temel alınarak hazırlanmıştır. Rehber, bu grupların birbirinden ayrışan psikososyal ihtiyaçlarını ele alarak, insani yardım kuruluşları, sivil toplum profesyonelleri, akademisyenler ve kamu kurumlarına pratik öneriler sunmaktadır. Özellikle yaş, cinsiyet ve kültürel farkları dikkate alarak, acil durumlarda toplumsal dayanıklılığı güçlendirmeyi amaçlamaktadır.

Kısaltmalar

BM	Birleşmiş Milletler
DSÖ	Dünya Sağlık Örgütü
IASC	Kurumlararası Daimi Komite
ILO	Uluslararası Çalışma Örgütü
MHPSS	Ruh Sağlığı ve Psikososyal Destek
KYK	Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumu
TSSB	Travma Sonrası Stres Bozukluğu
TPD	Türkiye Psikiyatri Derneği
TPF	Turkish Philanthropy Funds
UNICEF	Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu
UNHCR	Birleşmiş Milletler İnsan Hakları Konseyi

GİRİŞ

Tarım, Türkiye'nin en büyük ekonomik sektörlerinden biridir. Sektörün insan emeği ihtiyacı sadece hasat dönemlerinde değil, toprak hazırlığından sulamaya, bakımdan ilaçlamaya kadar tüm üretim süreçlerinde ortaya çıkmaktadır. Tarımsal üretimde iş gücü üç ana grupta toplanmaktadır. Bunlar ücretsiz aile işçiliği, mahalli tarım işçiliği ve mevsimlik gezici tarım işçiliğidir.

Ücretsiz aile işçileri, sahip oldukları veya ortakçılığını, yarıcılığını aldıkları tarımsal faaliyetin üretim sürecine katılan ve bunun karşılığında herhangi bir ücret almayan aile üyeleri veya yakınlarından oluşmaktadır. Mahalli tarım işçileri tarımsal üretim süreçlerine ekonomik gelir elde etmek amacıyla katılan, bulunduğu il, ilçe, köy, mahallede gündüz tarlada veya bahçede çalışan, akşam ise sürekli yaşadığı yere, evine geri dönen işçilerdir. Mevsimlik gezici tarım işçileri sürekli ikamet ettiği yerleşim yerinden (il, ilçe, köy, mahalle) ekonomik gelir elde etmek amacıyla ayrılarak bir başka yerleşim yerine seyahat eden ve burada tarımsal üretim süreçlerine en az bir gün katılan kişilerdir.

Acil durumlarda psikososyal destek süreci, bireylerin kriz koşullarında duygusal, sosyal ve zihinsel dayanıklılıklarını güçlendirmeyi amaçlayan bir yaklaşımdır. Bu süreç, yalnızca fiziksel ihtiyaçların karşılanmasını değil, aynı zamanda travma, kaygı, belirsizlik ve kayıpların psikolojik etkileriyle başa çıkmalarını sağlamayı hedeflemektedir. Destek süreci, topluluklara kriz anlarında yeniden toparlanma kapasitesi kazandırırken, insanların sosyal bağlarını korumalarına ve dayanışmayı artırmalarına da yardımcı olmaktadır. Yaşa bağlı olarak bu süreçteki ihtiyaçlar önemli ölçüde farklılaşır. Gençler, gelişimsel dönemlerinin özellikleri gereği, kriz anlarında kimlik ve aidiyet konularında daha fazla zorlanabilirler. Onların ihtiyaçları, destekleyici sosyal ilişkiler, güvenli alanlar ve anlamlı aktivitelerle karşılanmalıdır. Aynı zamanda, gençlerin geleceğe dair umutlarını canlı tutmak için eğitim ve beceri kazandırıcı faaliyetlere erişimleri önemlidir. Öte yandan yaşlılar, fiziksel ve sosyal olarak daha kırılgan olabilirler. Sağlık hizmetlerine erişim, duygusal destek ve yalnızlıktan korunma, onların ihtiyaç duyduğu başlıca psikososyal unsurlardır. Yaşlı bireyler, krizlerde sosyal bağlarını sürdürmeye ve toplumsal rollerini korumaya ihtiyaç duyarlar. Bu nedenle, psikososyal destek sürecinde her iki yaş grubuna özel stratejiler geliştirilmesi, destek programlarının etkisini artıracaktır.

Bu rehber, Depremden Etkilenen Mevsimlik *Tarım İşçilerinin İyi Olma Hali ve Psikolojik Dayanıklılıklarının Artırılması Projesi*[*] kapsamında kapsamlı saha çalışmaları ve 65 genç ile yaşlı bireyin katıldığı destekleyici derinlemesine görüşmeler sonucunda hazırlanmıştır. Proje kapsamında gerçekleştirilen bu görüşmeler, farklı yaş gruplarının acil durum dönemlerinde nasıl etkilendiğine ve bu durumlarla nasıl başa çıktıklarına dair önemli bilgiler sunmuş, hem gençlerin hem de yaşlıların deneyimleri, ihtiyaçları ve bakış açıları detaylı bir şekilde incelenerek, rehberin

[*] Turkish Philanthropy Funds (TPF)'un Türkiye Deprem Fonu ile desteklenen proje çalışmaları Kalkınma Atölyesi'nin koordinasyonunda NHuman Danışmanlık uzmanları tarafından yürütülmüştür.

içeriği yaşa duyarlı ve kapsayıcı bir yaklaşımla oluşturulmuştur. Ayrıca Adana ve Hatay illerinde gerçekleşen saha gözlemleri rehberin hazırlanmasında kritik bir rol oynamıştır. Mevsimlik tarım işçilerinin yaşadığı zorluklar ve kültürel normlar çerçevesinde yapılan bu gözlemler, rehberde yer alan önerilerin gerçek yaşam koşullarında uygulanabilirliğini öncelemiştir. Rehberin hazırlık aşamasında acil dönemler ve afetlerdeki ruh sağlığı destek çalışmalarına yönelik uluslararası ve ulusal çalışmalar ile birlikte Kalkınma Atölyesi Kooperatifi'nin *Hızlı Değerlendirme Raporu: Depremlerin Mevsimlik Gezici Tarım İşçileri ve Çocukları Üzerindeki Etkisi* (Mayıs, 2023) başlıklı çalışmasının bulgularından yararlanılmıştır.

Profesyonellerin mevsimlik tarım işçilerinin travma ve stresle başa çıkma süreçlerini daha iyi anlamalarına ve ihtiyaçlarına uygun müdahaleler geliştirmelerine yardımcı olacak bilgilere rehberde yer verilmiştir. Acil durumlar ve afetlerde mevsimlik tarım işçilerine yönelik ruh sağlığı ve psikososyal destek sağlamada yaşa duyarlı ve kapsamlı bir yaklaşım sunmak hedefiyle mevsimlik tarım işçilerine doğrudan ya da dolaylı hizmet sunan insani yardım kuruluşları, sivil toplum profesyonelleri, akademisyenler, kamu ve yerel yönetim çalışanları bu rehberi bir araç olarak kullanabilirler. Rehber, acil durumlar ve afetlerde tarım işçilerinin karşılaştığı psikososyal zorlukları ele alarak, onların yaşam koşullarına uygun ve sürdürülebilir çözümler sunmayı amaçlamaktadır. Özellikle kriz dönemlerinde, mevsimlik tarım işçilerinin ruh sağlığını desteklemeye yönelik müdahalelerin etkili olmasını sağlamak için yaş, cinsiyet ve kültürel farklılıkları dikkate alan bu rehber, toplum temelli bir destek sisteminin kurulmasına da katkı sağlayacaktır.

1. BÖLÜM
Acil Durumlarda Ruh Sağlığı ve Psikososyal Destek (MHPSS)

Toplumun tamamını veya belirli kesimlerini normal yaşam ve faaliyetlerinden alıkoyan, kesintiye uğratan ve acil müdahale gerektiren olaylar ve bu olayların yarattığı kriz durumu, *acil durum* olarak adlandırılmaktadır.[1] Acil durumlar, genel olarak doğal ve insan kaynaklı olmak üzere iki ana kategoriye ayrılmaktadır. *Doğal acil durumlar*, doğa olaylarından kaynaklanmakta ve insan kontrolünün dışında gelişmektedir. Bu tür acil durumlara örnek olarak depremler, kasırgalar, sel baskınları, volkanik patlamalar ve orman yangınları verilebilir. *İnsan kaynaklı acil durumlar* ise genellikle insan faaliyetleri sonucu ortaya çıkmaktadır. Bu tür acil durumlar arasında endüstriyel kazalar, kimyasal sızıntılar, nükleer kazalar, terör saldırıları ve savaş gibi olaylar yer almaktadır. İnsan kaynaklı acil durumlar da doğal afetler kadar yıkıcı olabilir ve geniş çaplı etki yaratabilir.[2]

Sebebi ne olursa olsun, acil durumların yarattığı olumsuz etkilerin tamamını ortadan kaldırmak her zaman mümkün olmasa da, bilgi temelli ve bütünleşik bir bakış açısıyla yapılandırılmış acil durum yönetimi stratejileri sayesinde acil durum anında olumsuz etkileri azaltmak ve olası acil durumlar için yapılacak planlama ile meydana gelebilecek olumsuz etkileri en aza indirmek mümkündür.[3] Bu süreçte ekonomik, sosyal ve fiziksel etkilerin yanı sıra psikolojik etkileri ele almak oldukça önemlidir. Yaşanan durumlar karşısında kişilerin psikolojik iyi oluş hallerini korumaları, olası ruh sağlığı bozukluklarının önlenmesi, normal ve yeni yaşama dönme sürecinde kendi kapasitelerini fark etmeleri ve güçlenmesinin sağlanması için ruh sağlığı ve psikososyal destek uygulamalarına ihtiyaç duyulmaktadır.

1.1 Psikososyal Destek Nedir?

Psikososyal destek, bireylerin ve toplulukların ruh sağlığını ve sosyal iyilik hallerini korumak ve iyileştirmek amacıyla sağlanan kapsamlı hizmetler bütünüdür. Bu destek, kişinin duygusal, sosyal ve psikolojik ihtiyaçlarına yanıt verirken, onların sosyal bağlarını güçlendirmeyi ve toplumsal katılımını artırmayı hedefler. Psikososyal destek, acil durumlarda ve sonrasında bireylerin ve toplulukların dayanıklılığını artırarak, iyileşme süreçlerini hızlandırır ve uzun vadeli sağlığı teşvik eder.[4]

Psikososyal destek hizmetleri, bireylerin yaşadığı travma, stres, kaygı, depresyon ve diğer zihinsel sağlık sorunları ile başa çıkmalarına yardımcı olmak için yapılandırılmıştır. Bu destekler, bireysel danışmanlık ve terapi, grup terapisi ve destek grupları, eğitim ve bilinçlendirme ve acil durum müdahaleleri şeklinde verilebilir. Genellikle profesyonel ruh sağlığı uzmanları, sosyal hizmet

uzmanları, danışmanlar tarafından sağlanır.[5] "Acil durum ortamlarında ruh sağlığı ve psikososyal destek (MHPSS) konusundaki Kurumlararası Daimi Komite (IASC) yönergeleri, MHPSS terimini 'psikososyal iyilik halini korumayı veya teşvik etmeyi ve/veya zihinsel bozuklukları önlemeyi veya tedavi etmeyi amaçlayan her türlü yerel veya dış destek' olarak tanımlar."[6]

1.2 | Psikolojik İyi Oluş Halinin Tanımı

Psikolojik iyi oluş belirlenen amaçlara ulaşmak, başkalarıyla olumlu ilişkiler kurmak ve kişisel gelişim için çaba göstermek gibi varoluşsal durumlarla etkili bir şekilde başa çıkmayı ifade eder.[7] Son yıllarda ruh sağlığının tanımı, sadece psikolojik bir bozukluğa sahip olmamak değil; bireylerin iyi oluşu ve pozitif işlevselliği odağında şekillenmektedir.[8]

Bireylerin tam olarak işlevsel bir şekilde kapasitelerini gösteren iyi oluş kavramı, ruh sağlığı alanında farklı bağlamlarda ele alınmaktadır. Bireylerin, yaşama ilişkin değerlendirmelerinin ya da olaylara verdiği duygusal tepkilerin sonucunda olumlu duyguları daha çok, olumsuz duyguları daha az yaşaması öznel iyi oluş olarak tanımlanmaktadır.[9]

1.3 | MHPSS'nin Yaşa Duyarlı Olması

Yaşa duyarlı MHPSS yaş gruplarının ihtiyaçlarını ve yaşam dönemlerini dikkate alarak verilen destek hizmetlerini ifade etmektedir. Çocukların, ergenlerin, yetişkinlerin ve yaşlıların ruh sağlığı ve psikososyal ihtiyaçları farklı olduğundan, yaşa duyarlı yürütülecek programlar bu farklılıkları ele alarak bireylerin daha etkili bir şekilde desteklenmesini sağlamaktadır.

Mevsimlik tarım işçileri açısından MHPSS'in yaşa duyarlı olması, işçilerin yaşadığı zorlukları ele alırken her yaş grubunun farklı ihtiyaçlarını ve hassasiyetlerini dikkate almaktadır. Yaşa duyarlı MHPSS, her yaş grubunun özgün ihtiyaçlarına odaklanarak, mevsimlik işçilerin ruh sağlığını korumayı ve psikososyal dayanıklılıklarını artırmayı hedeflemektedir. Bu durumu anlamanın en iyi yolu dezavantajlı grupları sahada ayırt edebilmek ve tarım işçilerinin kırılganlıklarını doğru bir yerden ele almaktır.

Toplum içinde bazı kesimler sahip oldukları kültürel ve demografik özellikler nedeniyle dezavantajlı olarak tanımlanmaktadır. Alanyazın incelendiğinde genellikle kadınlar, yoksullar, yaşlılar ve engelliler; dezavantajlı gruplar olarak nitelendirilmektedir.[10] Acil durumlar ve afetlerde dezaavantajlı gruplar, diğer bireylere göre farklı zorluklarla karşı karşıya kalabilmektedir. Afetlere daha dayanıklı olan grupların temel özellikleri ise, daha sağlam altyapıya ve toplum desteğine sahip oldukları görülmektedir. Ayrıca afete dayanıklı gruplar, afet meydana geldiğinde yardım hizmeti için kaynaklara ve zarardan hızlı kurtulabilmek için ihtiyaç duyulan bilgi ve araçlara sahiptirler.[11]

Dezavantajlı gruplar, literatürde kırılgan gruplar olarak da bilinmektedir. Kırılganlık, bir iyilik hali durumudur ve gruplara, sosyal normlara, politik kurumlara, destek kaynaklarına, teknolojik altyapıya ve eşitsizliklere bağlı olarak farklı gruplarda farklı şekillerde ortaya çıkabilmektedir.[12] Kırılganlık hem birey hem de grup düzeyinde görülebilmektedir. Birey düzeyindeki kırılganlık; kaynaklara erişim, sosyal statü ve gelir durumu gibi değişkenlerle açıklanabilirken kolektif kırılganlık; bir grubun, bölgenin veya ulusun kurumsal ve piyasa yapısına göre belirlenir.[13] Ayrımcılık ve önyargılara maruz kalma, sosyal dışlanma, olanaklara erişimde yaşanan güçlükler ve yardım arama davranışının daha az gösterilmesi, kırılgan grupların afet durumlarında karşılaştıkları zorluklar arasındadır.[14]

Kırılgan gruplarda yer alan yaşlı bireyler, afetlerde daha fazla yaralanma ya da hayatlarını kaybetme riski taşımaktadır. Özellikle yaşam koşulları sebebiyle kronik hastalığa sahip olan yaşlı bireylerin sağlık durumu afetlerde daha da kötüleşmektedir.[15] Afet durumlarında, yaşlıların fiziksel sağlık durumuna bağlı olarak afet bölgesini terk etme süreci bazen daha yavaş olabilmektedir. Yaşlı bireyler, afet sırasında evlerini ve alışkın oldukları çevreyi terk etme konusunda daha da isteksizlik gösterebilmektedir. Ayrıca, kaybedilen kaynaklara uyum sağlamak yaşlılar için zorlu olabilmektedir.[16] Yaşlılık tek başına bir güvenlik açığı oluşturmasa da kronik hastalıklar ve yaşlanma sürecinde meydana gelen fizyolojik, duyusal ve bilişsel değişikliklerle birleştiğinde, yaşlı bireyler acil durumlar ve afetlerde özel gereksinimleri olan bireyler haline gelmektedir Yaşlı bireylerin yaklaşık %80'inin afet veya büyük bir acil durum sırasında onları sağlıklı bireylerden daha savunmasız hale getiren en az bir kronik hastalığı vardır ve en az %50'si ise iki kronik hastalığa sahiptir.[17]

Tarım işçilerinde MHPSS'in yaşa duyarlı olması, her yaş grubunun farklı ihtiyaçlarını, stres faktörlerini ve başa çıkma mekanizmalarını dikkate alarak etkili ve bütüncül bir destek sunmayı sağlayacaktır. Çocuklar için eğitim ve oyunla entegrasyon, ergenler için sosyal bağlantıları güçlendirme ve kimlik gelişimine destek, yetişkinler için stres ve geçim kaygılarını yönetme, yaşlılar için ise sağlık sorunları ve sosyal izolasyonla başa çıkma stratejileri bu yaklaşımla daha etkin şekilde ele alınacaktır. Bu sayede, mevsimlik tarım işçilerinin her yaştan bireyinin, göç, belirsizlik ve zorlu yaşam koşullarına karşı daha dayanıklı ve desteklenmiş hissetmesine katkı sunacaktır

2. BÖLÜM
6 Şubat Depremlerinin Ardından

Kahramanmaraş merkezli depremler aynı anda Adıyaman, Elâzığ, Gaziantep, Hatay, Kilis, Osmaniye, Malatya, Adana, Diyarbakır ve Şanlıurfa illerini etkilemiştir. Bu bölgelerde toplam 15,6 milyon kişi yaşamaktadır. Depremden doğrudan ve şiddetli şekilde etkilenen nüfusun sayısı ise 9,1 milyon olarak belirtilmektedir. Bölgede son 10 yıl içinde dış göçlerle gelen ve kayıt dışı yaşam süren özellikle Suriyeli nüfusun yoğun olduğu bilinmektedir. Bu durum, deprem bölgesindeki net nüfus yoğunluğunun kesin olarak bilinmemesine yol açmaktadır, ancak bölgede resmi sayılardan daha fazla nüfus barındırdığı tahmin edilmektedir. Deprem bölgesinde yaşayan nüfusun %35'i kırsal alanlarda yaşamakta ve geçimini tarımsal faaliyetlerden sağlamaktadır. Tarımsal faaliyetler bağlamında Adana, Kahramanmaraş ve Hatay illerinin depremden en çok etkilenen iller olduğu düşünülmektedir. 2022 yılında Türkiye'de 34,2 milyar dolar değerinde tarım ve ormancılık ihracatı yapılmış ve bu miktarın %19'u deprem bölgesindeki tarım ürünlerinden elde edilmiştir.[18]

2.1 | 6 Şubat Depremlerinin Ardından MHPSS

Depremin fiziksel, psikolojik ve sosyal etkileri kişinin işlevselliğini doğrudan etkilemektedir. Depremde kimin hangi düzeyde etkilendiğini belirlemek için genellikle olayın merkezine ne kadar yakın olduklarına göre bir değerlendirme yapılmaktadır. Bu bağlamda depreme doğrudan maruz kalanlar, enkaz altında kalanlar, yakınlarını kaybedenler, yaralananlar ve yaşadıkları fiziksel ve sosyal çevrede büyük değişiklikler, yıkımlar yaşayanlar duygusal açıdan çok daha fazla etkilenebilmektedir. Bunun yanısıra afet bölgesinde tanıdığı ve sevdikleri olanlar, olaya tanıklık edenler, gerek görevli gerek gönüllü olarak çalışanlar, destek verenler ve yardım yoluyla temas eden geniş bir kesim de bu durumdan etkilenmektedir.[19] Depremin şiddetine göre afeti deneyimleyen kişilerin tepkilerinde bireysel farklılıklar olmakla birlikte ortaya çıkan belirtiler 'duygusal, bilişsel, fiziksel ve sosyal tepkiler' şeklinde gruplandırılmaktadır.[20]

Depremin travmatik olması; yoğun korku yaratması, öngörülemez, kontrol edilemez ve yıkıcı özellikleri bireyleri zorlamaktadır. Afetler, bireyin yaşam bütünlüğünü kesintiye uğratarak güven duygusunu sarsmaktadır.[21] En temel güvenlik alanı olan evin artık güvenli olmaması, yaşam alanının yıkılmış olması yaşamsal bir tehdit unsuru oluşturmaktadır. Hayatta kalan bireyin ilk etapta deneyimlediği zorlanma, uzun vadede Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB), anksiyete ya da depresyon gibi psikolojik ve fiziksel stres belirtileri olarak ortaya çıkabilmektedir.[22] Doğal afetlerden sonra hayatta kalan bireylerin aile, akraba ve arkadaş kayıplarının olması, iş ve maddi kayıp, sosyal desteğin bozulması gibi durumlarda görülen TSSB, kaygı, depresyon, psikosomatizasyon gibi psikopatolojiler, afetlerin durumsal özelliklerine de bağlı olarak uzun yıllar sürebilmektedir.[23]

6 Şubat tarihinde Kahramanmaraş merkezli depremlerin sonrasındaki süreçte, öncelikli olarak enkaz altında kalan yurttaşların kurtarılması hedeflenmiş, kurtarılan yaralı veya sağlıklı bireylerin ise gıda ve barınma ihtiyaçları karşılanmaya çalışılmıştır. Bölgede çadır kentler kurulmuş ve bireylerin barınma ihtiyaçları bu şekilde karşılanmaya çalışılırken önemli bir kısmı ise diğer şehirlere yönlendirilmiş ve KYK yurtları, kurumların misafirhaneleri ile dairelere yerleştirilmiştir. Deprem sonrasında üniversite eğitimlerinin belirli bir süre online olarak devam etmesi kararı alınmıştır.[24] Tüm bu süreçlerde evinden, işinden ve ailesinden kayıpları olan bireyler, psikososyal açıdan zorlu bir sürece girmişlerdir. Depremin ilk şoku ile akut dönemde hissedilmeyen veya öncelenmeyen psikososyal sorunlar, depremi yaşayan bireylerin konteyner kentlere yerleşmesi ve düzen oluşturması ile ortaya çıkmıştır.[25]

6 Şubat depremlerinin hemen ardından, Türkiye Psikiyatri Derneği (TPD) ve diğer ilgili kuruluşlar, afetzedelere yönelik ruh sağlığı ve psikososyal destek faaliyetlerine başlamıştır. İlk günlerde, depremden etkilenen bireylerin ruhsal durumlarını değerlendirmek ve psikolojik ilk yardım sağlamak amacıyla eğitim programları düzenlenmiştir. Bu programlarla, TSSB, depresyon ve kaygı gibi ruhsal sorunlarla başa çıkma konusunda rehberlik etmek amaçlanmıştır. Milli Eğitim Bakanlığı'nın koordinasyonunda, depremden etkilenen bölgelerde psikososyal destek hizmetlerine başlanmıştır[26]. Bu hizmetler, özellikle çocuklar ve gençler için psikolojik destek sağlamak amacıyla okul temelli programlardan oluşmaktaydı. Bu süreçte, sivil toplum kuruluşları afetzedelere yönelik ruh sağlığı ve psikososyal destek faaliyetlerinde önemli bir rol oynamıştır. Sivil toplum kuruluşları, depremden etkilenen bölgelerde mobil psikososyal destek ekipleri oluşturmuştur. Bu ekipler, bireysel ve grup terapileri aracılığıyla afetzedelerin iyileşmelerine katkıda bulunmayı hedeflemiştir. Ayrıca, çocuklar ve gençler için özel programlar geliştiren birkaç sivil toplum kuruluşu oyun terapisi ve sanat terapisi gibi yöntemlerle çocuklarla buluşmuştur. 6 Şubat 2023'teki depremlerden sonra sivil toplum kuruluşlarının MHPSS destek faaliyetlerinde önemli katkıları olmasıyla birlikte depremin etkilediği il sayısının ve nüfusun fazla olmasından kaynaklı bazı eksiklikler de meydana gelmiştir. Bunlardan en önemlisi ilk yardım ve acil müdahalelerin ardından, uzun vadeli psikososyal destek programlarıyla MHPSS sürecinin sürekliliğinin sağlanamamasıdır.

2.2 | 6 Şubat Depremlerinin Ardından Tarım İşçileri

Tarımsal faaliyetler doğrudan doğal kaynaklara bağımlıdır. Bu nedenle, tarım sektörü, çevreyle sürekli etkileşim içinde olan ve sosyo-ekonomik kalkınma için kritik öneme sahip bir sektördür. Üretim süreci, doğal kaynaklara ve iklim koşullarına doğrudan bağımlı olduğundan, doğal afetler döneminde tarım altyapısının tahrip olması ve sermaye kayıplarının ortaya çıkması, üretimin sürdürülebilirliği açısından yüksek riskler doğurmaktadır. Acil durumlar ve doğal afetler sonucunda tarım sektöründe altyapı tahribatı ve sermaye kayıpları yaşanmasıyla beşerî kayıplar ve göçler de artmaktadır. Bu durum, afet bölgelerinde üretimin durmasına ve doğal kaynakların kullanılamaz hale gelmesine yol açabilir. Kırsal bölgelerden kentlere göçler arttıkça kentsel alanlarda gıda talebi artmakta ve talebi karşılamak giderek zorlaşmaktadır. Kırdan

kente göçler, işgücü piyasasında baskı oluşturarak kayıtdışılığı arttırmakta ve gelir dengesini bozmaktadır. Ayrıca, tarımsal üretim yapan nüfusun kentsel alanlara göç etmesi, tarımsal üretimde azalmaya ve gıda güvenliği sorunlarına yol açabilmektedir. Öte yandan, kentten kırsal alanlara yapılacak göçlerde ise altyapı imkanlarının yetersizliği, doğal kaynakların sınırlılığı ve kaynakların paylaşımına yönelik sorunlar ters etki yaratabilmektedir. Bu nedenle, tarımsal sistemlerinin doğal afetlere hazırlıklı ve dayanıklı bir şekilde yönetilebilmesi önemlidir.

Yaşanan deprem gibi doğal afetler toplumun genelinde önemli ölçüde bir etkiye sahip olsa da mevsimlik gezici tarım işçileri gibi gruplar daha savunmasız konumdadırlar. Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF) ve Kalkınma Atölyesi'nin 6 Şubat Depremi'nden sonra Mayıs 2023'te yaptığı çalışmada, daha önce tarımla uğraşmış ancak tarım işçisi olmayan kişilerin çadır yerleşim alanlarına gelerek mevsimlik gezici tarım işçiliği yapmaya başladığı belirtilmektedir. Araştırma, depremin ardından bu hanelerin son derece kırılgan ve ekonomik olarak savunmasız duruma geldiğini ortaya koymuştur. İstihdam kaybı ve gelirlerdeki büyük düşüş nedeniyle haneler deprem sonrası tarımsal işlere yönelmek zorunda kalmışlardır. Buna ek olarak, bu hanelerdeki çocuklar tarım işçiliğine itilmiş ve eğitimlerinden kopma riskiyle karşılaşmışlardır. Bu çalışma, mevsimlik gezici tarım işçilerinin önceki yıllara göre daha erken göç ettiğini göstermektedir. Çadırlarda yaşayan gezici tarım işçilerinin temel ihtiyaçlardan -battaniye, branda, yatak- yoksun olduğu görülmektedir. Temel ihtiyaçların karşılanamaması, sağlık ve güvenlik risklerini açığa çıkarmaktadır. Depremin sonucu olarak mevsimlik gezici tarım işçiliği daha az görünür hale gelmiş, gıda, giyecek ya da sağlık yardımı gibi hizmetlerin ulaştırılması zorlaşmıştır.[27]

Temmuz 2024, Adana

Mevsimlik gezici tarım işçileriyle yapılan yaş bazlı çalışmalarda yaşlılık evresinde, sağlık sorunları ve kronik hastalıkların görülme sıklığının arttığı görülmektedir. Bu sorunlar, yaşlı bireylerin yaşam kalitesini önemli ölçüde düşürmektedir.[28] Boyraz ve Çağlar (2023)'ın Sivas'ta yürüttüğü bir çalışmada 55 yaş üzeri 30 mevsimlik gezici tarım işçisi ile görüşülmüştür. Bu çalışmada, çadırların doğa koşullarına dayanıksız olduğu, suya erişimin oldukça kısıtlı olduğu, tuvalet ve banyonun çadır dışında olduğu ve hijyenik olmadığı, mevsimlik gezici tarım işçilerinin yeterli beslenemedikleri görülmüştür.[29] Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve Uluslararası Çalışma Örgütü'nün (ILO) 2021 yılında gerçekleştirdiği araştırma sonucunda ise uzun çalışma saatlerinin ölüm riskini arttırdığı görülmüştür.[30]

Yaşlılık döneminin sağlık sorunları açısından risk taşımasının yanı sıra mevsimlik tarım işçisi olan yaşlı bireyler, diğer mevsimlik gezici tarım işçilerine göre daha fazla sağlık sorunu yaşamaktadır.[31] 2011 yılında yapılan bir araştırmada, kişinin yaşı arttıkça hastalığı olması ya da hastalık geçirmesi olasılığının 1,04 katına çıktığı saptanmıştır.[32] Kutlu'nun (2011) yürüttüğü araştırmanın sonuçları ise bu bulguları destekler niteliktedir. Söz konusu araştırmada mevsimlik gezici işçilerinde herhangi bir hastalık varlığı bedensel alan puanını 10,4 kat, ruhsal alan puanını 4,7 kat ve ulusal çevresel alan puanını 2,9 kat olumsuz etkilemektedir.[33]

Genç mevsimlik gezici tarım işçilerine yönelik çalışmalardan 2019 yılında yapılan bir araştırma, genç işçilerin önemli bir kısmının eğitim hayatına hiç başlamadığını veya düşük eğitim seviyesine sahip olduğunu göstermektedir. Çalışmada, genç işçilerin büyük bir bölümünün ilkokul eğitimini tamamlamadan okuldan ayrıldığı veya en fazla ilkokul mezunu olduğu, daha küçük bir grubun ise ortaokul ve üzeri eğitim seviyelerine ulaştığı ortaya konmuştur. Bu durum, genç tarım işçilerinin eğitim açısından karşı karşıya kaldığı zorlukların boyutunu gözler önüne sermektedir.[34]

Şimşek ve Eşigül-Yaghmaei'nin 2019 yılında yaptığı araştırma, mevsimlik tarımda çalışan gençlerin fiziksel, ruhsal ve sosyal ihtiyaçlarını etkileyen çevresel, psikososyal, sağlık ve eğitim koşullarının yüksek düzeyde strese neden olduğunu ortaya koymuştur. Gençlerin, özellikle çalışma koşullarıyla ilgili olarak sıcak hava, elektrik eksikliği, şehirden uzak alanlarda çalışma, güvenli ulaşım olanaklarının yetersizliği, temiz içme suyuna erişim sorunu ve güvenli barınma alanlarının olmaması gibi nedenlerle yoğun stres yaşadığı tespit edilmiştir. Su, banyo ve tuvalet gibi en temel ihtiyaçlara erişememek, gençler için ciddi bir stres kaynağı olup, insan haklarına erişimde büyük eksikliklere işaret etmektedir. Özellikle sıcak havada çalışırken soğuk suya ulaşamamak, gençlerin yaşadığı temel zorluklar arasında yer almaktadır. Araştırmalar; uzun süreli stresin sağlık üzerinde ciddi olumsuz etkileri olabileceğini, tansiyon yükselmesi, kolesterol düşüşü, tip II diyabet, kalp krizi, beyin kanaması gibi sağlık sorunlarına yol açabileceğini ve yaşlanmayı hızlandırabileceğini göstermektedir. Ayrıca stres, öğrenme yeteneğini azaltmakta; anksiyete, depresyon, travma sonrası stres bozukluğu ve kronik ağrı gibi psikolojik sorunlara neden olabilmektedir.[35]

Genç mevsimlik tarım işçilerinin sigortasız ve uzun süre çalışma, ücret yetersizliği, ayrımcılık, sürekli göç hali, duygusal-fiziksel şiddete maruz kalma, aileden ve arkadaşlardan ayrı kalma gibi durumlar psikososyal stres faktörleri olarak değerlendirilmektedir.[36] Yaş düzeyine uygun olmayan işlerde çalışılmasının olumsuz etkilerinin yanında, işin gerektirdiği fiziksel koşullar, aileden ayrı kalma, iş hayatındaki olumsuzluklar, barınma problemleri ve göç gibi durumlar ele alındığında genç mevsimlik tarım işçilerinin travmatik olaylara dair daha riskli grupta olduğu görülmektedir. [37,38]

Acil durumlar ve afetler söz konusu olduğunda genç ve yaşlı mevsimlik tarım işçilerinin daha da kırılgan hale gelmeleri söz konusudur. Bu nedenle bireylere yaş odaklı değerlendirmelerin ve müdahalelerin yapılması, yaşa duyarlı ruh sağlığı ve psikososyal destek sunulması oldukça önemlidir.

6 Şubat depremlerinin ardından mevsimlik tarım işçilerinin ve depremden önceki mevcut sorunlarının daha az görünür hale geldiği belirlenmiştir. Buradan yola çıkarak özellikle depremden etkilenen mevsimlik tarım işçilerinin genç (18-24 yaş) ve yaşlı (+55 yaş) gruplarına erişilmiştir. Her iki yaş grubundaki bireylerin, uzman psikologlar tarafından sağlanan ruh sağlığı desteğiyle iyi olma halleri ve dayanıklılıkları desteklenmiştir. Depremden etkilenen mevsimlik tarım işçileri yüz yüze derinlemesine destek görüşmelerine alınmış ve ardından telefon görüşmeleriyle takip edilmiştir.

Gerçekleşen psikososyal destek süreçlerinde mevsimlik tarım işçilerinin paylaşmak istediği sorun alanlarında ortak başlıklar görülmüştür. Bu başlıklar barınma, beslenme, sağlık, fiziksel ve sosyal güvenlik, ekonomik koşullar, çalışma koşulları ve eğitim olarak ele alınmıştır. Her bir sorun alanı detaylı bir şekilde incelenmiş, yaş gruplarına göre değişiklik gösteren bilgiler ise ilgili başlığın altında yer verilmiştir.

2.3 Depremden Etkilenen Genç ve Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçilerinin Mevcut Yaşam Koşullarında Karşılaştıkları Sorun Alanları

1) BARINMA

Mevsimlik tarım işçilerinin yaşam alanlarındaki koşullardan olumsuz etkilendikleri görülmüştür. Bu etkenler; hanedeki kişi sayısının çokluğundan veya yaşam alanının küçüklüğünden kaynaklanan riskler (örneğin; hijyen, sağlık hastalıkların bulaşma riskinin artması vb.), barınma yerlerinin yol veya kanal kenarında olmasından dolayı kaza ya da ölüm riski, yaşam alanlarının iklim koşullarınına dayanıksız olması, temiz suya erişimin kısıtlılığı, uygun tuvalet/banyo bulunmaması nedeniyle ortaya çıkan sağlık sorunları, kişilerin özel alanlarının olmaması olarak sıralanabilmektedir. Yapılan görüşmelerde özellikle kimlik gelişimi devam eden 18-24 yaş aralığındaki genç bireylerin kendilerine ait bir alana ihtiyaç duyduğu görülmüştür. 55 yaş

üstü bireyler de yaşam alanlarında sessiz, rahat ve dinlenebilecek bir alanın olmamasından yakınmaktadır. Depremden sonra afetlere dayanıksız yapıdaki konaklama yerlerinde yaşayan kişilerin yaşam alanlarıyla ilişkili olarak daha kaygılı olduğu görülmektedir. Halihazırda yaşadığı çadıra girmek istemeyen kişiler kendini güvende hissetmemekte ve bu durum onların psikolojik iyi oluşlarını olumsuz bir şekilde etkilemektedir.

> *Eşime bazı günlerde sadece bize ait daha küçük bir çadırda kalabileceğimizi söylüyorum.*

Buna ek olarak çadırların küçük olması ve hanedeki tüm bireylerin aynı yerde yaşamlarını sürdürmesi sebebiyle özel yaşamlarının ve mahremiyetlerinin ihlali söz konusudur. Bu durum özellikle çocukları ihmal ve istismara açık hale getirmektedir.

Tablo 1. Depremden Etkilenen Genç ve Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçilerinin Karşılaştıkları Barınma İlgili Öne Çıkan Sorunlar

Sorun Alanı	Gençler için	Yaşlılar için	Tüm Yaş Grupları için
Barınma	1) Kimlik gelişimi devam eden 18-24 yaş aralığındaki genç bireylerin yaşadıkları depremle birlikte kendilerine ait özel bir alana duyduğu ihtiyacın artması	1) Yaşam alanlarının sessiz, rahat ve dinlendirici olmaması 2) Yaşam alanlarının küçüklüğü ve herkesin aynı yerde yaşamlarını sürdürmesi sebebiyle kişilerin özel yaşamlarının ve mahremiyetlerinin sağlanamaması	1) Hanedeki kişi sayısının çokluğundan veya yaşam alanının küçüklüğünden kaynaklanan riskler(örneğin; hijyen, sağlık hastalıkların bulaşma riskinin artması vb.) 2) Barınma yerlerinin yol veya kanal kenarında olmasından dolayı kaza ya da ölüm riski 3) Yaşam alanlarının iklim koşullarınına dayanıksız olması 4) Yaşam alanlarında temiz suya erişimin kısıtlılığı, uygun tuvalet/banyo bulunmaması nedeniyle ortaya çıkan sağlık sorunları 5) Yaşam alanlarında güvenli elektrik erişiminin yeterli olmamasına bağlı olarak can veya mal kaybı yaşanma riski 6) Depremden sonra afetlere dayanıksız yapıdaki konaklama yerlerinde yaşayan kişilerin yaşam alanlarıyla ilişkili olarak daha kaygılı olması ve bu durumun kişilerin psikolojik iyi oluşlarını etkilemesi

2) BESLENME

Beslenmeyle ilişkili aksaklıklar, yaş fark etmeksizin çadır alanlarında yaşayan mevsimlik tarım işçileri için sağlık sorunu haline gelmektedir. Düşük hane geliri nedeniyle yoksulluk ve yetersiz beslenme, kişilerin bilişsel ve fizyolojik gelişimlerini direkt olarak olumsuz etkilemekte olup özellikle gençlerin gelişimini sekteye uğratmaktadır.

> *Ben 9 gündür kahvaltı yapmadım.*

Kişilerin barınma koşulları, araç gereç eksiklikleri gibi nedenlerle var olan gıdaların hijyeni sağlanamamaktadır. Gıda güvenliğinin olmaması kişilerin sağlığını önemli ölçüde tehdit etmektedir. Tarım işçilerinin büyük bir büyük bir kısmı dengeli beslenme, hidrasyon ve vitamin-mineral alımını tam olarak sağlayamamaktadır. Bu durum, hem zorlu çalışma koşullarıyla gelişimi sekteye uğrayan genç işçilerin hem de kronik rahatsızlıklara sahip birçok yaşlı işçinin bağışıklık sistemini zayıflatmaktadır. Özellikle genç tarım işçileri mevcut beslenme koşullarının yanında yaşadıkları stres ve kaygıya bağlı olarak yeme bozuklukları geliştirebilmektedir. Kişilerin konuya dair bilgi ve destek erişimi eksikliğinin olmasıyla bu problemler çözüme kavuşamamakta, yeme bozukluklarıyla ilişkili olarak aşırı kilo kaybı veya artışı kişilerde stres yaratmaktadır.

Tablo 2. Depremden Etkilenen Genç ve Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçilerinin Karşılaştıkları Beslenme İlgili Öne Çıkan Sorunlar

Sorun Alanı	Gençler için	Yaşlılar için	Tüm Yaş Grupları için
Beslenme	1) Yetersiz beslenmenin, gençlerin bilişsel ve fizyolojik gelişimlerini olumsuz etkilemesi 2) Yaşadıkları stres ve kaygıya bağlı olarak yeme bozuklukları gibi psikolojik sorunlar ve kronik rahatsızlıklar geliştirmeleri	1) Yaşlı bireylerin çoğunun diyabet, yüksek tansiyon ya da kalp hastalığı gibi kronik rahatsızlıkları olması ve bu konuya dair hizmet alamamaları 2) Acil durumlarda sosyal izolasyon nedeniyle yalnız kalmaları ve bununla ilişkili olarak beslenme motivasyonlarının azalması	1) Kişilerin mevcut koşullardan dolayı yetersiz beslenmesi ve var olan gıdaların güvenliğinin/ hijyeninin sağlanamaması 2) Kişilerde dengeli beslenmeye yönelik bilgi eksikliğinin söz konusu olması

3) SAĞLIK

Mevsimlik tarım işçileri, çeşitli fiziksel ve psikolojik sağlık sorunları ile karşı karşıya kalmakta ve bu sorunların çözümü, mevcut sağlık hizmetlerine erişimde yaşanan zorluklarla sınırlanmaktadır. Bu çalışma kapsamında üç aylık süre boyunca gözlemlenen, işçilerin kaldıkları ortamların hijyenik olmayışı ve sağlık sorunlarını olumsuz etkileyen koşullar yaratmaktadır. 18-24 yaş aralığındaki ve 55 yaş üstü tarım işçileri farklı sağlık sorunlarına sahiptir ancak her iki grup da sağlık hizmetlerine erişim konusunda ciddi sıkıntılarla karşılaşmaktadır. Sağlık hizmetlerine erişim kısıtlılığı kişilerin stres yaşamasına sebep olmaktadır.

Mevsimlik tarım işçilerinin karşılaştığı temel sağlık sorunları, hijyen koşullarının kötü olmasından ve zorlu çalışma şartlarından kaynaklanmaktadır. Kalabalık ve sağlıksız yaşam alanlarında bulunmaları, bulaşıcı hastalıkların hızla yayılmasına neden olmakta; temiz suya, temel hijyen koşullarına ve sağlık hizmetlerine erişimin sınırlı olması bu durumu daha da zorlaştırmaktadır. Bu nedenle hem 18-24 yaş aralığındaki tarım işçilerinde hem de 55 yaş üstü tarım işçilerinde de solunum yolu enfeksiyonları, ve kas-iskelet sistemi sorunları gibi rahatsızlıklar yaygındır.

İşçilerin sürekli yer değiştirmesi nedeniyle sürekli bir sağlık takibi yapılması da güçleşmektedir. Tarım işçileri merkezden uzak yerlerde yaşadıkları için hastaneye gitmeleri, iş günü kaybına, dolayısıyla yevmiye kesintisine neden olmaktadır. Maddi kaygılardan dolayı çalışanlar, hastalıkları ya da rahatsızlıkları için tedavilerini son raddeye kadar ertelemektedirler.

> *Diş ağrısından duramıyorum ama hastaneye gidecek vaktim yok, ya tarladayım ya ev işindeyim. 30 yaşındayım ve şimdiden 6 tane dişim yok.*

Genç mevsimlik tarım işçileri, özellikle kadın işçiler, doğurganlık ve üreme sağlığı ile ilgili ciddi sorunlarla karşı karşıya kalmaktadır. Gebelik takibinin yapılamaması, doğum öncesi ve sonrası sağlık hizmetlerine erişimdeki zorluklar, anne ve bebek sağlığını riske atan önemli faktörler arasındadır. Kadın işçilerin bu süreçte yeterli sağlık hizmeti alamamaları gebelik sürecinde ve doğum sırasında yaşanabilecek riskleri artırmaktadır. Ayrıca, yoğun fiziksel çalışma ve niteliksiz yaşam koşulları, kadınların genel sağlık durumunu olumsuz etkilemektedir.

55 yaş üstü tarım işçileri yaşa ve mesleğe bağlı kronik hastalıklarla mücadele etmektedir. Bu hastalıklar arasında hipertansiyon, diyabet ve eklem problemleri yaygındır. Ancak, bu kronik hastalıkların yönetimi için gerekli olan düzenli sağlık hizmetlerine erişim, gezici hayat tarzları ve yetersiz sağlık altyapısı nedeniyle mümkün olamamaktadır. 55 yaş üstü tarım işçilerinin sağlık sorunları, işin fiziksel talepleri ve zor çalışma koşulları ile birleştiğinde daha da ağırlaşmakta, bu durum onların yaşam kalitesini ciddi şekilde düşürmektedir.

Fiziksel sağlık sorunlarının yanısıra her iki yaş grubundaki işçiler çeşitli psikolojik sorunlar yaşamakta olup psikolojik sağlık hizmetine ihtiyaç duymaktadır. Özellikle depremden sonra işçiler bahsettikleri sorunlarının daha belirgin hale geldiğinden, bu durumun işlevselliklerini ve hayat kalitesini düşürdüğünden söz etmektedir. Yaşanılan zorlanmalara karşın maddi ve zaman kısıtlılığı, yaşam alanlarının sağlık hizmeti veren kuruluşlardan uzak olması gibi sebeplerle kişiler bu hizmete erişememektedir. Tüm bunların kesişiminde tarım işçilerinin kendilerini ifade ederken ruh sağlığı okur yazarlığının düşük olduğu gözlemlenmiştir. Bu durumun tarım işçilerinin ruh sağlığı desteği alma sürecini sekteye uğrattığı görülmüştür.

"Tarlada çalışmak fiziksel, deprem psikolojik sağlığımı etkiledi."
"Depremden sonra psikolojik olarak işe, tarlaya, toprağa dönemedik."
"Depremden önce hayallerimiz vardı. Hayal kurmak istemiyorum artık. Depremden sonra geçim sıkıntısı da arttı. Çocuklarımın geleceğini düşünemiyorum. İşe gittiğim için annelik yapamıyorum. Bu sürecin gençleri daha çok etkilediğini düşünüyorum, nasıl hayal kurup aile kuracaklar?"

Ağustos 2024, Adana

Tablo 3. Depremden Etkilenen Genç ve Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçilerinin Karşılaştıkları Sağlıkla İlgili Öne Çıkan Sorunlar

Sorun Alanı	Gençler için	Yaşlılar için	Tüm Yaş Grupları için
Sağlık	1) Genç kadın çalışanların maruz kaldığı erken yaşta gebe kalma, ağır çalışma koşulları, hijyen koşullarının sağlanamaması gibi nedenlerle yaşadıkları sağlık sorunları (düşük, erken doğum, gebelik takibinin yapılamaması, doğum öncesi ve sonrası sağlık hizmetlerine erişimdeki zorluklar, gebelik sürecinde ve doğum sırasında yaşanabilecek riskler vb.) 2) Hijyenik menstrüel ürünlere erişimin kısıtlılığı olarak bilinen regl yoksulluğunun ve konuya dair bilgi eksikliğinin söz konusu olması 3) Genç erkek çalışanların uzun saatler ve dinlenmeden çalışmaları yaşa bağlı hastalıkların daha erken başlamasına ve erken yaşlanmaya yol açması 4)Sağlık koşullarının elverişli olmamasından kaynaklı psikolojik sağlığın da risk altında olması 5) İş harici zamanda gençlerin sağlıkları için yaptığı fiziksel aktivitenin az olması	1) Kronik hastalıkların yönetimi için gerekli olan düzenli sağlık hizmetlerine erişimin kısıtlı olması 2) Çalışamayacak durumda olan tarım işçilerinin sosyal olarak izole bir şekilde çadır alanlarında yaşıyor olmasının psikolojik sağlıklarını olumsuz etkilemesi	1) Yaşam/barınma ortamının sağlık hizmeti veren kurumlardan uzak olması nedeniyle fiziksel ve psikolojik sağlık hizmetlerine erişimin kısıtlı olması 2) Kalabalık ve sağlıksız yaşam alanlarında bulunmaları, temiz suya, temel hijyen koşullarına ve sağlık hizmetlerine erişimin sınırlı olması 3) Ruh sağlığı okuryazarlığının düşük olmasının yanı sıra özellikle depremden sonra meydana gelen psikolojik zorlanmalara yönelik desteğe ekonomik ve zaman kısıtlılığından dolayı erişilememesi 4) Kişilerin temel sağlık bilgisinin ve hastalıklardan koruyucu uygulamaların sınırlı olması 5) Düşük hane geliri nedeniyle yetersiz beslenme; bu nedenle ortaya çıkan bilişsel ve fizyolojik gelişim geriliği

4) FİZİKSEL VE SOSYAL GÜVENLİK

Mevsimlik tarım işçileri, fiziksel ve sosyal güvenlik açısından ciddi sorunlarla karşı karşıya kalmaktadır. Saha çalışmalarında, mevsimlik tarım işçilerinin en büyük ortak sorununun temel sosyal güvenceden yoksun olduğu ve fiziksel güvenliklerinin de yeterli olmadığı görülmüştür. Hem genç hem yaşlı işçiler sosyal güvenlikten yoksun oldukları için sağlık hizmetlerine erişimde zorluk yaşamaktadır. Sigortalı bir çalışma düzenine sahip olmadıkları için hastane masraflarını karşılayamamakta, herhangi bir sağlık probleminde kendi imkânlarıyla çözüm aramak zorunda kalmaktadırlar. Bunun yanı sıra uzun vadede emeklilik gibi temel sosyal haklardan mahrum kalmaktadırlar. Çalışma hayatları boyunca sosyal güvenceden faydalanamayan işçiler, yaşlılıklarında da ekonomik ve sağlık açısından zor durumda kalmalarına ve güvencesiz bir hayat sürmelerine neden olmaktadır.

Tarım işçileri, genellikle geçici ve korunaklı olmayan barınma alanlarında kalmaktadır. Barınma koşulları, yetersiz olduğu gibi yaşadıkları alanlar herhangi bir doğal afete ya da çevresel tehdide karşı güvence sağlamamaktadır. Bu durum, hem yetişkin işçilerin hem de çocuklarının fiziksel güvenliğini riske atmaktadır.

Fiziksel güvenlik açısından ise genç işçiler, çalıştıkları zorlu şartların yanı sıra çocukları için de endişe duymaktadır. Çalışma sırasında çocuklar çoğu zaman çadır alanlarında tek başına bırakılmakta ve bu durum, onların güvenliğini tehdit eden bir unsur haline gelmektedir. Tarım işçilerinin, çalışma saatlerinde çocuklarını güvenli bir ortamda bırakma imkânları yoktur.

55 yaş üstü tarım işçileri sosyal güvenlik sisteminin dışında kalmış olmaları nedeniyle emeklilik hakkına sahip değildirler. Uzun yıllar boyunca çalışmış olmalarına rağmen, sigortalı bir iş düzenine sahip olmamaları onları yaşlılık dönemlerinde maddi sıkıntılarla karşı karşıya bırakmaktadır. Ayrıca, sosyal güvenceden yoksun olmaları sağlık harcamalarını karşılayamamalarına yol açmaktadır, bu da kronik hastalıklarla baş etmelerini zorlaştırmaktadır. Fiziksel güvenlik açısından yaşlı işçiler de büyük risk altındadır. Zorlu çalışma koşullarına ek olarak, barındıkları geçici ve korunaklı olmayan mekânlar, yaşa bağlı olarak artan sağlık ve güvenlik risklerini daha da ağırlaştırmaktadır. Bu nedenle yaşlı işçiler, hem çalışma hayatlarında hem de yaşadıkları ortamlarda güvencesiz bir hayat sürmektedirler.

> *Eşimin ameliyat olması gerekti. 100.000₺ tuttu ameliyat. Sigorta yok bir şey yok. Biraz birikimim vardı biraz da arkadaşlarımdan borç istedim.*

Tablo 4. Depremden Etkilenen Genç ve Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçilerinin Karşılaştıkları Güvenlikle İlgili Öne Çıkan Sorunlar

Sorun Alanı	Gençler için	Yaşlılar için	Tüm Yaş Grupları için
Fiziksel ve Sosyal Güvenlik	1) İşçilerin çalışma sırasında çocuklarını çoğu zaman çadır alanlarında tek başına bırakmak zorunda kalması ve bu durumun kişilerin güvenliğini tehdit eden bir unsur haline gelmesi 2) Sosyal güvenceden yoksun olmanın sonucu olarak, sağlık hizmetlerine erişim imkânları sınırlı olması ve ilerleyen yaşlarda da güvencesiz bir hayata devam edilmesi	1) Çalışma hayatları boyunca sosyal güvenceden faydalanamayan işçilerin yaşlılıklarında da ekonomik koşullar nedeniyle zor durumda kalmaları 2) Sosyal güvenlik sisteminin dışında kalmış olmaları nedeniyle emeklilik hakkına sahip olmadıkları için sağlık hizmetlerinden yararlanılamaması ve kronik hastalıklarla baş etmekte güçlük çekilmesi	1)Temel sosyal güvenceden yoksun olunması ve fiziksel güvenliklerinin de yeterli olmaması; dolayısıyla sağlık hizmetlerine erişimde zorluk yaşanması ve uzun vadede emeklilik gibi temel sosyal haklardan mahrum kalınması 2) Geçici ve korunaklı olmayan barınma alanlarında kalınmasından dolayı herhangi bir doğal afete ya da çevresel tehdide karşı güvencenin olmaması

5) EKONOMİK KOŞULLAR

Mevsimlik tarım işçileri tarafından en sık vurgulanan sorunun ekonomik koşullar olduğu görülmüştür. Tarım işçilerinin yevmiye usulüyle ve düzensiz (iş oldukça) çalışmaları, işe gidemediklerinde yevmiyelerinden kesilmesi gibi sorunlar işçilerde kaygı yaratmaktadır. Yapılan görüşmelerde işçiler, ekonomik durumun mevsimlik tarım işçileri için her zaman kötü olduğu, ancak depremden sonra koşulların daha da zorlaştığını belirtmişlerdir.

Mevsimlik tarım işçilerinin genel ekonomik durumu oldukça zayıf olup, bu durum hem çalışma koşullarını hem de hayat standartlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Gelir düzensizliği ve iş güvencesizliği, özellikle gençler arasında belirsizlik yaratırken, yaşlı işçilerin ekonomik açıdan daha da zor bir durumda oldukları gözlemlenmiştir. Hem genç hem yaşlı işçiler için ekonomik zorluklar, geleceğe yönelik plan yapmalarını engellemekte ve uzun vadede maddi güvencelerden yoksun bırakmaktadır.

Genç mevsimlik tarım işçileri, genellikle geleceğe yönelik belirsizlik içinde yaşamaktadır. Birçoğu, düşük gelirleri nedeniyle herhangi bir ekonomik hedef veya yatırım yapma imkânına sahip değildir. Bu durum, özellikle genç işçilerde bir gelecek planı yapma konusunda motivasyon eksikliğine yol açmaktadır. Genç işçilerin çoğunun gelecekleriyle ilgili herhangi bir plan yapmadığı, mevcut ekonomik şartların bu kitleyi umutsuzluğa sürüklediği görülmüştür.

> *Gençler daha umursamaz oldu, depremden sonra hiçbir şeyin değeri kalmadı. Daha fazla çalışmak zorunda kaldılar eve katkı sağlamak için.*

Ekonomik zorluklara rağmen gelecek için hedefler belirleyen, özellikle ev sahibi olma hayali olan genç işçiler vardır. Söz konusu genç işçilerin hayallerine ulaşmasının uzun yıllar süreceği gerçekliği kendilerinde umutsuzluk duygusunu uyandırmaktadır. Ayrıca, 6 Şubattan sonra 'gelecekte bir evleri olsa dahi depremin evlerini yıkacağı ve emeklerinin boşa gideceği' düşüncesi onları kaygılandırmaktadır.

> *Ev yaptırsam ne olacak? Bir depremde yok oldu her şey. Ev yaptırmak isterdim ama güvenli değil.*

Tablo 5. Depremden Etkilenen Genç ve Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçilerinin Karşılaştıkları Ekonomik Koşullarla İlgili Öne Çıkan Sorunlar

Sorun Alanı	Gençler için	Yaşlılar için	Tüm Yaş Grupları için
Ekonomik Koşullar	1) Gelir düzensizliği ve iş güvencesizliğinin gençler arasında belirsizlik yaratması, dolayısıyla depremden sonra artan geleceğe dair motivasyon eksikliğine ve umutsuzluğa sebep olması	Yetersiz maddi kaynaklar, sosyal destekten yoksun kalmalarına ve yalnızlaşmalarına neden olması. Ekonomik güçlükler, krizle başa çıkma kapasitelerini zayıflatarak psikolojik streslerini derinleştirmesi.	1) Yevmiye usulüyle ve iş oldukça çalışılması, işe gidemediklerinde yevmiyelerinden kesilmesi ve depremle birlikte ihtiyaçların artması ve koşulların zorlaşması

6) ÇALIŞMA KOŞULLARI

Mevsimlik tarım işçilerinin çalışma koşulları, hem fiziksel hem de psikolojik açıdan oldukça zorlu ve yorucudur. Gençler ve yaşlılar, zorunlu olarak bu ağır iş koşullarına maruz kalmakta ve bu durum sağlıklı yaşam sürdürebilme şanslarını ciddi şekilde kısıtlamaktadır. Tarımsal işlerin doğası gereği, işçiler sabahın erken saatlerinde çalışmaya başlamakta ve gün boyu yoğun fiziksel emek harcamaktadırlar. Bu şartlar, işçilerin yaşlarından çok daha yaşlı görünmelerine, ve sağlık sorunlarının genç yaşlarda ortaya çıkmasına yol açmaktadır. Hem genç hem yaşlı işçiler için bu

çalışma düzeni, uzun vadede ciddi sağlık ve yaşam kalitesi problemleri yaratmaktadır. Bunların yanı sıra iş sağlığı ve güvenliğinden uzak olmaları; işçilerin korunmadığı, üretiminin güvenli bir şekilde yapılmadığı gibi birçok riski beraberinde getirmekte, buna yönelik iş süreci kişilerde kaygı yaratmaktadır.

> *Tarlalarda, yollarda ölüyoruz biz, yaşamımızın bir değeri yok.*

Bu zorlayıcı çalışma koşulları nedeniyle, işçilerin çoğunun tarım işi yapmayan yaşıtlarına göre daha yaşlı göründüğü ve fiziksel olarak erken yaşlandığı gözlemlenmiştir. Uzun saatler boyunca ağır işler yapmak, vücutlarında kalıcı hasarlara ve yıpranmalara neden olmakta; bu da hem fiziksel sağlığı hem de iş kapasitesini olumsuz etkilemektedir. Özellikle kadın işçiler hamilelik dönemlerinde dahi çalışmaya devam etmek zorunda kalmakta, bu da hem anne hem de bebek sağlığını tehdit eden bir durum yaratmaktadır. Ayrıca, işçilerin çocukları da iş hayatına dahil olmakta ve bu durum onların fiziksel gelişimini olumsuz etkilemektedir. Çocuklar, hem beslenme hem de iş yükü ağır geldiği için gelişimsel açıdan geride kalmaktadır.

Tablo 6. Depremden Etkilenen Genç ve Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçilerinin Karşılaştıkları Çalışma Koşullarıyla İlgili Öne Çıkan Sorunlar

Sorun Alanı	Gençler için	Yaşlılar için	Tüm Yaş Grupları için
Çalışma Koşulları	1) Ağır iş koşullarına maruz kalmakla birlikte bireylerin daha hızlı yaşlanması ve sağlık sorunlarının genç yaşlarda ortaya çıkması 2) Hamilelik döneminde çalışmak zorunda kalan genç kadın işçilerin hem anne hem de bebek sağlığını tehdit eden risklere açık olması	1) Depremden sonra daha fazla saatlerde veya çalışmıyorken tekrar çalışmak zorunda kalan yaşlı işçilerin, vücutlarında kalıcı hasarlara ve yıpranmalara sahip olması, sağlığını ciddi bir şekilde tehdit eden unsurlarla karşılaşmaları	Deprem sonrası değişen dinamikler nedeniyle 1) daha düşük ücretle daha uzun saatler çalışmak zorunda kalma 2) tarımsal süreçlerde çalışacak yeterli sayıda işçinin olmaması ve iş yükünün artması

7) EĞİTİM

Acil durumlar ve afetler okulların kapanmasına, eğitim-öğretim faaliyetlerinin durmasına ve eğitim süreçlerinde kesintilere yol açmaktadır. Acil durumlar dışındaki zamanlarda da mevsimlik tarım işçilerinin çalışma ve yaşam döngüsü sebebiyle göçe dahil olmak zorunda kalan çocukların ve gençlerin eğitimlerinin sekteye uğraması, okuldan terkler söz konusudur.

Göç edilen yerin okula uzak olması, okul servisinden yararlanılamaması, kardeş sayısının çokluğu gibi sebeplerle çocuklar okula düzenli devam edememektedir. Yapılan görüşmelerde fark edildiği üzere bu şekilde eğitimden koparılmış, okumak istese de ebeveynleri izin vermediği için lise veya üniversiteye devam edemeyen 18-24 yaş aralığında genç bireyler bulunmaktadır. Bu yaş grubunun eğitimden kopması akademik ve sosyal gelişimini olumsuz etkilediği ve 55 yaş üstü tarım işçilerinin ekonomik koşullardan ve bilgi eksikliğinden dolayı çocuklarının eğitime devamını sağlayamadığı gözlemlenmiştir. Genç bireylerin eğitim hakkından mahrum kalmasının kişiler üzerindeki psikolojik yansımaları görülmektedir. 55 yaş üstü çoğu bireyin ise eğitim hakkına erişemeyip okur yazar olmaması, gündelik yaşamındaki ihtiyaçları karşılamayı olumsuz yönde etkilemektedir. Buna ek olarak depremden sonra yaşanılan ekonomik sorunlardan dolayı da genç bireylerin haneye daha fazla gelir getirmek zorunda kaldığı, dolayısıyla da eğitimine devam edemediği bilinmektedir.

Tablo 7. Depremden Etkilenen Genç ve Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçilerinin Karşılaştıkları Eğitimle İlgili Öne Çıkan Sorunlar

Sorun Alanı	Gençler için	Yaşlılar için	Tüm Yaş Grupları için
Eğitim	1) Depremden sonra genç bireylerin haneye ek gelir getirmek amacıyla çalışarak eğitimden kopması 2) Eğitimden kopmanın gençlerin akademik ve sosyal gelişimini olumsuz etkilemesi	1) 55 yaş üstü çoğu bireyin (yoğunluklu kadınların) okur yazar olmaması 2) Destek ve yardımlaşma hizmetleri hakkında bilgilere erişimin sınırlı olması	1) Eğitim düzeyinin düşük olması ile birlikte deprem gibi afetlere yönelik bilgi eksikliğinin olması

Ağustos 2024, Adana

3. BÖLÜM
Gençlerle ve Yaşlılarla Çalışan Kurum ve Kuruluşlar için Öneriler

Acil durumlar ve afetlerde mevsimlik tarım işçilerine yönelik ruh sağlığı ve psikososyal destek sağlamaya yönelik süreçte dikkat edilmesi gereken unsurlar vardır. Deprem gibi acil durumlarla derinleşen riskler ile birlikte bu sürecin daha sağlıklı ilerlemesi adına kırılgan grupların ihtiyaçlarına öncelik verilmesi ve yaşa duyarlı bir yaklaşım benimsenmesi önemlidir. Bu çalışmada yapılan görüşmelerin de katkısıyla elde edilen bilgiler ışığında yukarıda bahsedilen ihtiyaç alanlarının farklı yaş gruplarına yönelik özelleştirilmesinin, yapılacak uygulamaların daha işlevsel hale gelmesini sağlaması düşünülmektedir. Kişilerin yaşlarıyla farklılaşan psikososyal ihtiyaçları göz önünde bulundurularak yapılacak her çalışma, yaşa bağlı kırılganlığı hafifletecek olup kişilere verimli bir şekilde destek olmayı kolaylaştıracaktır. Ayrıca yaşa uygun sosyal faaliyetler, sağlık hizmetlerine erişim kolaylığı ve duygusal destek mekanizmaları oluşturmak bireylerin iyileşme sürecine önemli katkılar sunacaktır. Bu bölümde söz konusu 18-24 yaş arası ve 55 yaş üstü grubu ile çalışan kurum ve kuruluşlara yönelik öneriler sıralanmıştır. Barınma, beslenme, sağlık, güvenlik, ekonomik koşullar, çalışma koşulları ve eğitim bağlamlarında özelleşen öneriler sunulmuştur.

BARINMA

Acil durumlar ve afetlerde kişilerin kendilerini güvende hissedebilmeleri için yaşam alanlarına sahip olması gerekmektedir. Bu yaşam alanların güvenli ve sağlıklı olması, eğer yoksa böyle bir alanın kişilere sağlanması, psikososyal destek süreci için de önemli bir noktadır. Psikososyal destek çalışmaları yapan ekiplerin kişilerin temel barınma ihtiyacının yanı sıra barınmayla ilişkin ihtiyaçlara da hakim olması, süreci daha verimli kılmaktadır. Barınmanın hem psikolojik olarak hem de fiziksel olarak kişiler üzerinde etkisinin büyük olmasının yanı sıra gençler ve yaşlılar arasında farklı ihtiyaçlara sahip olunması söz konusudur. Bu noktada sosyal alan ve barınma ihtiyacının karşılanmasında kişilerin hassasiyetinin gözetilmesi; mahremiyet, gizlilik ve güvenlik gibi hakları göz önünde bulundurulması gerekmektedir.

Genel Öneriler:

Yaşam Alanlarında Güvenliğin Sağlanması: Kişilerin temel ihtiyaçlarını karşılayan yaşam alanlarında fiziksel ve sosyal güvenlik açığı olmaması ve yaşam alanlarında dayanıklı olması için tedbirler alınmalıdır.

Yaşam Alanlarında Temel Hijyen Koşullarının Sağlanması: Sağlık sorunlarını önlemek açısından yaşam alanlarının sağlıklı olması oldukça önemlidir. Temiz su temini, gıda güvenliği, temizlik ve atık yönetimi konusunda alternatif çözümler yaratılmalıdır. Ayrıca yaşam alanlarında kişisel hijyen konusunda psikososyal destek ekibi kişileri bilgilendirilmelidir.

Yaşam Alanının Elverişliliğinin Sağlanması: Yaşam alanının tasarımında yeterli gece aydınlatması sağlanmalı ve tuvalet, ortak alan gibi noktalara gidişin kolay olması açısından görseller ile yaşam alanlarındaki yollar desteklenmelidir. Elektrik, aydınlatma gibi enerji ihtiyaçları yenilenebilir enerji kaynaklarından elde edilmeli ve sürdürülebilir olmalıdır.

Yaşam Alanında Güven ve Huzurun İnşası: Afet sonrası psikososyal destek uygulamalarında, afetlerden sonra kişilerde oluşan barınmaya yönelik kaygıların ve korkuların azalması için psikoeğitime yer verilmelidir.

	Genç Mevsimlik Tarım İşçileri (18-24 Yaş)
	1. Mahremiyet ve Özel Alan İhtiyacı Kimlik gelişimi devam eden ve benliğini keşfeden genç bireylerin kendilerine ait özel bir alana duyulan ihtiyacın yaşanılan afet ile daha da artması söz konusudur.
	Öneri: Kişilerin kendi isteğiyle oluşturabileceği, benimsediği ve kendine dair şeylerin gizliliğinin olduğunu bildiği alternatif özel alanlar yaratılmalıdır. Psikososyal destek ekibi, özellikle çocuklarıyla aynı odada yaşamak zorunda kalan ebeveynleri olası gizlilik ihlalinden korumak adına bilgilendirmelidir.

	Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçileri (55 Yaş ve Üzeri)
	1. Dinlenme ihtiyacı Yaşlı tarım işçilerin yaşam alanlarında sessiz, rahat, ve dinlenebilecek bir alanın olmaması hayat kalitesini düşürmektedir.
	Öneri: Kişilere nitelikli dinlenebilecekleri ve uyuyabilecekleri fiziksel bir ortam sağlanmalılar. Psikososyal destek ekibi bunun yanı sıra uyku hijyeni konusunda yaşlıları bilgilendirmelidir.

BESLENME

Acil durumlarda kırılgan topluluklarda beslenme, krizlerin neden olduğu gıda güvencesizliği ve sağlık riskleri nedeniyle oldukça kritik bir konudur. Bu durumlarda, kırılgan gruplar (örneğin, çocuklar, hamile ve emziren kadınlar, yaşlılar ve kronik hastalığı olanlar) gıda yetersizliğinden daha fazla etkilenmektedir. Psikososyal destek çalışmaları yapan ekiplerinin beslenme konusundaki farkındalığı, acil durumlarda hedef grubun fiziksel ve zihinsel sağlığını koruma açısından önemlidir. Acil durumlarda gençler ve yaşlılar, beslenme konusunda farklı ihtiyaç ve zorluklar yaşamaktadır. Psikososyal destek ekiplerinin bu yaş gruplarına yönelik duyarlılığı, hem fiziksel hem de ruhsal iyilik halini korumada kritik öneme sahiptir.

Genel Öneriler:

Yiyecek Dağıtımında Yaş Farklılıklarını Göz Önünde Bulundurma: Gençler ve yaşlılar için farklı beslenme ihtiyaçlarına uygun yiyecekler sağlanmalıdır. Gençler için enerji yoğunluğu yüksek, yaşlılar için sindirimi kolay ve besleyici yiyecekler sunulmalıdır.

Psikososyal Destekle Birlikte Beslenme Eğitimi: Hem gençlerin hem de yaşlıların kriz anlarında beslenme konusunda bilinçlenmesi için eğitim ve bilgilendirme yapılmalıdır. Dengeli beslenme, hidrasyon ve vitamin-mineral alımının önemi vurgulanmalıdır.

Gıdaya Erişim ve Gıda Güvenliği: Acil durumlarda hem gençler hem de yaşlıların gıdaya düzenli erişimi sağlanmalı ve dağıtılan gıdaların güvenli ve besleyici olmasına özen gösterilmelidir.

	Genç Mevsimlik Tarım İşçileri (18-24 Yaş)
	1. Fiziksel Enerji ve Besin İhtiyacı Gençler, fiziksel olarak aktif bir yaş grubudur. Bu nedenle acil durumlarda enerji ihtiyacı yüksektir.
	Öneri: Gençlerin enerji seviyelerini yüksek tutabilmeleri için dengeli ve yeterli beslenmelerine dikkat edilmelidir. Tahıl ürünleri, baklagiller, kuruyemişler ve taze meyve-sebzeler gibi enerji verici gıdalarla destek sağlanmalıdır.
	2. Stres ve Bağışıklık Sistemi Acil durumlar, gençlerde stres ve anksiyeteye neden olabilir. Bu durumda bağışıklık sistemi zayıflayabilir ve bu da gençleri hastalıklara karşı daha savunmasız hale getirebilir.
	Öneri: Bağışıklık sistemini destekleyen **C vitamini, çinko, demir** ve **D vitamini** içeren besinlere dikkat edilmelidir. Narenciye, yeşil yapraklı sebzeler, kırmızı et, balık ve tam tahıllar gibi bağışıklık güçlendirici gıdalar sağlanabilir.
	3. Psikolojik Sağlık ve Yeme Bozuklukları Gençler, ekonomik ve sosyal belirsizliklerle karşılaştıklarında stres ve kaygıya bağlı olarak yeme bozuklukları geliştirebilirler. Bazıları iştahsızlık yaşarken, bazıları aşırı yeme eğiliminde olabilir.
	Öneri: Gençlerin ruhsal durumlarını ve yeme alışkanlıklarını yakından izlemek önemlidir. Psikososyal destek ekipleri, gençleri duygusal yeme davranışları hakkında bilgilendirip dengeli beslenme konusunda destek sağlayabilir.

	4. Kültürel ve Sosyal Yiyecek Tercihleri Gençler, genellikle beslenme tercihlerini sosyal çevrelerinden etkilenerek şekillendirir. Acil durumlarda, alışık oldukları beslenme düzenine erişim sağlamak zor olabilir.
	Öneri: Gençlerin alışkanlıklarına uygun sağlıklı alternatifler sunmak, onların beslenme motivasyonlarını artırabilir. Kültürel ve sosyal olarak kabul gören yiyeceklerin temin edilmesi, gençlerin daha dengeli bir beslenme düzeni oluşturmasına yardımcı olabilir.

	Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçileri (55 Yaş ve Üzeri)
	1. Sindirim ve Besin Emilimi Yaşlı bireylerin sindirim sistemleri gençlere göre daha yavaş çalışır ve bazı besinlerin emilimi zor olabilir.
	Öneri: Yaşlıların ihtiyaç duydukları vitamin ve mineralleri karşılayacak şekilde beslenmeleri sağlanmalıdır. Özellikle kalsiyum ve D vitamini açısından zengin süt ürünleri, demir içeren kırmızı et ve baklagiller, B12 vitamini içeren et, balık ve yumurta tüketimi teşvik edilmelidir.
	2. Hidrasyon (Sıvı Alımı) Yaşlılar, susuzluk hissini gençlere oranla daha az fark edebilir ve dehidrasyon riski yaşayabilirler. Dehidrasyon, yaşlılarda zihinsel bulanıklık, halsizlik ve hatta ciddi sağlık sorunlarına yol açabilir.
	Öneri: Yaşlı bireylerin düzenli su tüketmelerini sağlamak çok önemlidir. Yeterli miktarda sıvı almalarını teşvik etmek için suya ek olarak, su içeriği yüksek gıdalar (çorba, meyve, sebze) sunulabilir.
	3. Kronik Hastalıklar ve Diyet Gereksinimleri Yaşlı bireylerin birçoğu, diyabet, yüksek tansiyon ya da kalp hastalığı gibi kronik rahatsızlıklara sahip olabilir. Bu durumlar, özel diyet gereksinimlerini beraberinde getirir.
	Öneri: Psikososyal destek ekipleri, yaşlı bireylerin tıbbi durumlarına uygun beslenme planları sunmalıdır. Tuz, şeker ve yağ oranı düşük, aynı zamanda vitamin ve mineral açısından zengin gıdalar sağlanmalıdır. Ayrıca, ilaç kullanımlarına uygun bir beslenme düzeni planlanmalıdır.

	5. Yalnızlık ve Beslenme Motivasyonu Yaşlılar, acil durumlarda sosyal izolasyon nedeniyle yalnız kalabilirler. Bu durum, beslenme motivasyonlarını azaltabilir ve yetersiz beslenmeye yol açabilir.
	Öneri: Yaşlı bireylerin yalnız hissetmemeleri için sosyal destek mekanizmaları oluşturulmalı ve yemek zamanları sosyal bir etkinliğe dönüştürülmelidir. Toplu yemek programları ya da hanedeki bireyleriyle birlikte yemek yeme fırsatları sunmak, onların beslenme motivasyonunu artırabilir.

SAĞLIK

Sağlık sorunları için; gençlerin temel ihtiyaçlara (su, sanitasyon, gıda, elektrik vb.) güvenilir ve emniyetli bir şekilde ulaşabildiğinin sağlanmasının yanı sıra yaşam ortamında fiziksel sağlığını olumsuz etkileyebilecek durumlar keşfedilmeli ve acil durumlarda sekteye uğrayan ihtiyaçlar için sürdürülebilir aksiyonlar alınmalıdır. Özellikle genç gebe kadınlar açısından bu durumlar (düşük, erken doğum, gebelik takibinin yapılamaması, doğum öncesi ve sonrası sağlık hizmetlerine erişimdeki zorluklar, gebelik sürecinde ve doğum sırasında yaşanabilecek riskler vb.) anne ve bebek sağlığını riske attığı için kişilerin yaşam alanlarında önleyici çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Genel Öneriler:

Temel Sağlık Kontrollerinin Düzenli Takibi: Mevsimlik tarım işçilerinin kırsal ve geçici yaşam alanlarında bulunmaları, sağlık hizmetlerine erişimlerini zorlaştırmaktadır. Bu nedenle, sağlık ekiplerinin saha ziyaretlerini düzenli olarak gerçekleştirmeleri ve temel sağlık kontrollerini yapmaları büyük önem taşımaktadır. Bu kontroller, bulaşıcı hastalıklar, kronik rahatsızlıklar, beslenme sorunları ve genel sağlık durumlarının erken teşhis edilerek müdahale edilmesine olanak sağlamaktadır.

Psikososyal Destekle Birlikte Fiziksel Sağlık Eğitimi: Sağlık konusundaki bilgi eksikliğinden kaynaklanacak sorunları engellemek için kişilere fiziksel ve psikolojik sağlığı kapsayan temel bir eğitim verilmelidir. Bu eğitim; kişisel hijyen eğitimi, cinsel sağlık, çevre sağlığı (sanitasyon) eğitimi, ilkyardım eğitimi, anne ve çocuk sağlığı eğitimi gibi konularla da desteklenebilir.

Acil Durumlar ve Afetlere Yönelik Psikoeğitim: Acil durumlardan önce psikososyal destek ekibi tarafından mevsimlik tarım işçilerine, özellikle genç ebeveynlere yönelik, afet konusunda çocuklara yaklaşıma ilişkin psikoeğitim verilmelidir.

	Genç Mevsimlik Tarım İşçileri (18-24 Yaş)
	1. Bakım veren ve Bebek Sağlığı Acil durumlarla birlikte gebe kadın işçiler, özel sağlık hizmetlerine ihtiyaç duymaktadır. Doğum önceki ve sonraki süreçlerde temel sağlık hizmetinden yararlanamamak hayati risk taşımaktadır.
	Öneri: Gebelik sürecinde düzenli kontrollerin yapılması, anne ve bebek sağlığının izlenmesi açısından gereklidir. Ayrıca, doğum sonrası bakımın da sağlanması elzemdir. Kurum ve kuruluşlar, gebelik süreçlerini izlemek ve gerekli tıbbi yardımları temin etmek adına sağlık profesyonelleriyle iş birliği yapmalıdır.
	2. Menstrüel Dönem ve Ürün İhtiyacı Tarım işçilerinin yaşadıkları bölgelerde hijyenik menstrüel ürünlere (ped, tampon vb.) erişim çoğu zaman maddi ve lojistik nedenlerden ötürü zorlaşmaktadır. Bu durum, enfeksiyon riskini artırarak kadınların sağlıklarını tehdit etmektedir.
	Öneri: Kurum ve kuruluşlar, menstrüel hijyen ürünlerine ücretsiz ve düzenli erişimi sağlamalıdır. Aynı zamanda bu ürünlerin doğru kullanımı konusunda da bilgilendirme yapılması gerekmektedir.
	3. Fiziksel Aktivite Genç işçilerin çalışma koşulları ve çalıştıkları zaman dışında kendilerini ayırdıkları zamanda fiziksel sağlıkları için egzersiz yapmamaları; erken yaşlanma, kas ve kemik ağrısı gibi çeşitli sorunları güçlendirmektedir.
	Öneri: Genç işçilere fiziksel aktivitenin hem beden hem psikolojik sağlığımıza etkisi hakkında bilgilendirme yapılarak temel vücut hareketleri öğretilmelidir. Bu hareketleri; spor dalları, dans, egzersiz, oyun gibi farklı noktalarda da kullanılabileceği vurgulanarak egzersizlerin düzenli yapılmasına teşvik edilmelidir.

	Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçileri (55 Yaş ve Üzeri)
	1. Yaşlılığa Uyum Yaşlı işçiler, acil durumlarda çevresel faktörlere uyum sürecinde ve stresle baş etme sürecinde psikolojik olarak zorlanmalar yaşayabilmekte ve bu sebeple izole olabilmektedir.

	Öneri: Psikososyal destek ekibi, sağlıklı ve aktif yaşlanma konusunda yaşlı işçileri bilgilendirerek sosyal çevreye uyum yeteneğini ve yaşam kalitesini yükseltmek, yaşamdan doyum alma motivasyonunu artırmak için danışmanlık vermelidir.
	2. Mobil Klinikler ve Gezici Sağlık Ekipleri Yaşlı tarım işçilerinde yüksek tansiyon, diyabet, kalp rahatsızlıkları gibi kronik hastalıklar yaygındır. Bu hastalıkların yönetimi için düzenli sağlık kontrollerine, ilaç tedavisine ve gerekli tıbbi cihazlara erişimin sağlanması önemlidir.
	Öneri: Mobil klinikler ve gezici sağlık ekipleri aracılığıyla bu kişilerin sağlık hizmetlerine erişebilmeleri hayati önem taşımaktadır. Yaşlı tarım işçilerinin kronik hastalıklarının yönetimi için düzenli ilaç kullanımına ve bazen tıbbi cihazlara ihtiyaçları olabilir. Bu işçilere uygun sağlık desteği ve ilaç temini için mobil eczane hizmetleri organize edilmelidir.

FİZİKSEL VE SOSYAL GÜVENLİK

Acil durumlarda fiziksel ve sosyal güvenlik, hem gençler hem de yaşlılar için kritik bir ihtiyaçtır. Fakat bu iki yaş grubunun güvenlik kaygıları ve ihtiyaçları farklılık gösterebilir. Psikososyal destek ekiplerinin, bu farklılıkları göz önünde bulundurarak yaşa duyarlı yaklaşımlar geliştirmesi gerekir.

Genel Öneriler:

Barınma Alanlarında Güvenlik: Hem gençler hem de yaşlılar için güvenli barınma alanları oluşturulmalıdır. Bu alanlar, fiziksel güvenliği sağlarken, aynı zamanda sosyal izolasyonu önlemeye yönelik düzenlemeler içermelidir.

Topluluk Dayanışması: Toplum temelli destek ağları, gençler ve yaşlılar için fiziksel ve sosyal güvenliği sağlamada kritik bir rol oynamaktadır.. Psikososyal destek ekipleri, bu tür dayanışma ağlarının kurulmasına öncülük etmeli ve sosyal bağları güçlendirmelidir.

Erişim Kolaylığı: Acil durumlar sırasında hem gençlerin hem de yaşlıların temel hizmetlere (barınma, sağlık, gıda) hızlı ve kolay bir şekilde erişimi sağlanmalıdır. Bu hizmetlere erişim yolları hakkında bilgilendirme yapılmalıdır.

	Genç Mevsimlik Tarım İşçileri (18-24 Yaş)
	1. Fiziksel Güvenlik ve Hareket Özgürlüğü Gençler, fiziksel güvenlik konusunda özgürlük ve bağımsızlıklarına önem verirler. Acil durumlar, gençlerin hareket özgürlüğünü kısıtlayarak onları güvensiz ve kontrol dışı hissettirebilir. Özellikle afet sonrası barınma yerlerinde kalmak zorunda kalan gençler için bu durum travmatik olabilir.
	Öneri: Psikososyal destek ekipleri, gençlerin güvenli bir şekilde hareket edebilecekleri alanlar sağlamalı ve fiziksel güvenlik konusunda bilgilendirme yapmalıdır. Ayrıca, kendilerini güvende hissetmeleri için barınma alanlarındaki güvenlik önlemleri hakkında açık iletişim kurulmalıdır.
	2. Sosyal Güvenlik ve Toplumsal Destek Gençler, arkadaş çevresi ve sosyal gruplarıyla güçlü bağlar kurar. Acil durumlarda bu sosyal bağlar kopabilir veya zayıflayabilir, bu da yalnızlık ve izolasyon hissi yaratabilir. Gençler, özellikle ekonomik kriz dönemlerinde sosyal güvenlik ağına ihtiyaç duyarlar.
	Öneri: Gençlerin toplumsal destek ağlarına yeniden bağlanmalarını teşvik eden etkinlikler düzenlenmelidir. Online platformlar aracılığıyla sosyal grupların bir araya gelmesi sağlanabilir. Topluluk merkezleri, gönüllülük fırsatları ve dayanışma grupları aracılığıyla sosyal katılım teşvik edilebilir.
	3. Cinsiyete Dayalı Güvenlik Endişeleri Genç kadınlar, cinsiyete dayalı şiddet veya taciz gibi güvenlik riskleriyle karşı karşıya kalabilir. Acil durumlar, bu tür riskleri artırabilir, özellikle kalabalık barınma yerlerinde veya güvenliği tam sağlanmamış alanlarda genç kadınlar kendilerini tehdit altında hissedebilir.
	Öneri: Psikososyal destek ekipleri, genç kadınların güvenlik ihtiyaçlarına özel hassasiyet göstermelidir. Güvenli barınma yerleri sağlanmalı, acil yardım hatlarına erişim kolaylaştırılmalı ve güvenlik protokolleri net bir şekilde açıklanmalıdır. Cinsiyet temelli şiddete karşı bilinçlendirme çalışmaları da yapılmalıdır.
	4. İşsizlik ve Finansal Güvenlik Gençler, ekonomik belirsizliklerde işsizlikle karşı karşıya kaldıklarında büyük bir güvenlik kaygısı yaşayabilirler. Geleceğe yönelik ekonomik güvensizlik, gençlerde stres ve kaygıyı artırır.
	Öneri: Psikososyal destek ekipleri, gençlere finansal güvenliklerini artırmak için iş arama, kariyer planlaması ve mali yönetim konularında rehberlik sunabilir. Acil durum destek fonları ve iş bulma ağlarına erişim sağlanarak gençlerin finansal güvenlik kaygıları azaltılabilir.

	Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçileri (55 Yaş ve Üzeri)
	1. Fiziksel Güvenlik ve Hareket Kısıtlamaları Yaşlılar, fiziksel hareketlilik açısından daha sınırlı olabilir ve acil durumlarda güvenlik ihtiyaçları artar. Özellikle düşme, yaralanma veya fiziksel zayıflık riski yaşlılarda daha yüksektir. Acil durumlar, yaşlıların güvenli bir şekilde hareket etmelerini zorlaştırabilir.
	Öneri: Yaşlıların güvenli barınma alanlarında korunmalarını sağlamak önemlidir. Düşme ve yaralanmaları önleyici tedbirler (kaymaz yüzeyler, merdivenlerde tutunma yerleri) alınmalı ve yaşlı bireylerin fiziksel olarak rahat hareket edebilecekleri güvenli alanlar sağlanmalıdır. Ayrıca, acil durum tahliye planlarında yaşlıların fiziksel kısıtlamaları göz önünde bulundurulmalıdır.
	2. Sosyal Güvenlik ve Yalnızlık Yaşlılar, acil durumlar sırasında sosyal izolasyondan ciddi şekilde etkilenebilir. Yalnızlık ve toplumsal destek eksikliği, yaşlıların ruhsal sağlığını olumsuz etkileyebilir. Aynı zamanda, sosyal bağlantılarının kesilmesi, yaşlıların kendilerini güvende hissetmelerini zorlaştırabilir.
	Öneri: Yaşlılar için sosyal destek ağları oluşturulmalı ve bu ağlar aracılığıyla düzenli iletişim sağlanmalıdır. Gönüllü ziyaret programları, telefonla destek hatları ve komşuluk yardımlaşma grupları gibi sosyal güvenlik mekanizmaları güçlendirilmelidir. Yaşlı bireylerin topluluk içindeki yerlerini korumaları için sosyal etkinliklere katılmaları teşvik edilmelidir.
	3. Kronik Hastalıklar ve Sağlık Güvenliği Yaşlı bireylerin büyük bir kısmı kronik hastalıklara sahiptir ve düzenli tıbbi bakıma ihtiyaç duyarlar. Acil durumlar sırasında sağlık hizmetlerine erişim sınırlı olabilir, bu da yaşlı bireylerin sağlık güvenliğini tehdit edebilir.
	Öneri: Yaşlı bireylerin sağlık güvenliği için acil durumlarda tıbbi ihtiyaçlarının karşılanmasına özel önem verilmelidir. Sağlık hizmetlerine erişimin kesintiye uğramaması için düzenli sağlık kontrolleri ve ilaç temini sağlanmalıdır. Ayrıca, acil durumlarda yaşlı bireylerin sağlık bilgilerinin ve tıbbi geçmişlerinin kolayca erişilebilir olması sağlanmalıdır.
	4. Kötü Muamele ve İhmal Riski Yaşlı bireyler, acil durumlar sırasında daha savunmasız hale gelebilir ve kötü muamele, ihmal veya istismar riskiyle karşılaşabilirler. Bu tür durumlar, yaşlıların hem fiziksel hem de sosyal güvenliklerini tehdit edebilir.

	Öneri: Psikososyal destek ekipleri, yaşlı bireyleri ihmal ve istismar durumlarına karşı koruma konusunda bilinçlendirmeli ve destek mekanizmaları oluşturmalıdır. Acil durumlarda yaşlıların güvenliğini izleyen sistemler (gönüllü izleme programları vb.) kurulmalıdır. Yaşlı bireylerin fiziksel ve ruhsal güvenliklerini sağlamak için düzenli iletişim ve izleme mekanizmaları devreye sokulmalıdır.

EKONOMİK KOŞULLAR

Ekonomik koşullar, özellikle acil durumlar ve afetler sırasında toplulukların ve bireylerin ruh sağlığını önemli ölçüde etkileyen unsurlardandır. Psikososyal destek ekipleri, hedef grubun ekonomik zorluklarıyla başa çıkabilmelerine yardımcı olmak için çeşitli stratejiler geliştirmelidir.

	Genç Mevsimlik Tarım İşçileri (18-24 Yaş)
	1. Kimlik ve Bağımsızlık Gençler, ekonomik bağımsızlıklarını kazanma sürecindedir. Ekonomik zorluklar, iş bulamama ya da gelir kaybı, kendilerini yetersiz ve özgüvensiz hissetmelerine neden olabilir. Bu süreçte gençler, kimliklerini ve yaşam amaçlarını sorgulama eğiliminde olabilir.
	Öneri: Psikososyal destek ekipleri, gençlerin bu süreçte duygusal dayanıklılıklarını artırarak kendilerini geliştirmelerine yardımcı olabilir. Özellikle kariyer danışmanlığı, kişisel gelişim programları ve stres yönetimi becerileri üzerine destek sunulmalıdır.
	2. İşsizlik ve Gelecek Kaygısı Gençler, ekonomik krizler ve işsizlikle karşılaştıklarında geleceğe yönelik büyük bir belirsizlik ve kaygı yaşayabilirler. Bu kaygı, depresyon, anksiyete gibi ruhsal sorunlara neden olabilir.
	Öneri: Gençleri işsizlik sürecinde motive edecek psikososyal müdahaleler (kariyer rehberliği, iş arama desteği, gönüllülük fırsatlarına yönlendirme) sunulabilir. Ayrıca, gençlerin sahip oldukları yetenekleri fark etmeleri ve alternatif kariyer yolları keşfetmeleri teşvik edilmelidir.
	3. Maddi Bağımlılık ve Aile İlişkileri Gençlerin ekonomik olarak ailelerine bağımlı hale gelmesi, aile içinde çatışmalara yol açabilir. Bu durum hem gençlerin özgüvenini zedeleyebilir hem de aile içinde gerginliğe sebep olabilir.
	Öneri: Psikososyal destek ekipleri, aile içi çatışmaları önlemek için aile üyeleri arasında sağlıklı iletişimi destekleyen rehberlik sunabilir. Aile içi ilişkilerin güçlendirilmesi, maddi bağımlılığın yarattığı stresi hafifletmeye yardımcı olur.

	4. Toplumsal Bağlılık ve Sosyal Destek Gençler, ekonomik zorluklar yaşadıklarında sosyal çevrelerinden uzaklaşma ya da kendilerini izole etme eğiliminde olabilirler.
	Öneri: Gençlerin toplumsal aidiyet hissini koruyabilmeleri için topluluk destek grupları ve sosyal dayanışma projelerine katılımlarını teşvik etmek önemlidir. Bu tür sosyal bağlantılar, yalnızlık hissini azaltabilir ve psikolojik dayanıklılığı artırabilir.

	Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçileri (55 Yaş ve Üzeri)
	1. Maddi Güvence ve Bağımlılık Yaşlı bireyler, sabit gelir kaynaklarına (emekli maaşı gibi) bağımlı olabilir. Ekonomik zorluklar, bu gelirlerin yetersiz hale gelmesine neden olabilir ve yaşlıların maddi güvencelerini kaybetme korkusunu artırabilir. Aynı zamanda fiziksel sağlık sorunları ve bakıma ihtiyaç duymaları, bu zorlukları daha da karmaşık hale getirebilir.
	Öneri: Yaşlılara maddi ve sosyal destek hizmetlerine nasıl erişebilecekleri hakkında rehberlik sunulmalı. Ayrıca, maddi bağımsızlıklarını artırmaya yönelik devlet yardımları veya yerel destek ağları hakkında bilgilendirilmelidirler.
	2. Yalnızlık ve Sosyal İzolasyon Yaşlılar, ekonomik zorluklar nedeniyle sosyal izolasyon yaşayabilir. Ekonomik yetersizlikler, sosyal etkinliklere katılımı zorlaştırabilir, bu da depresyon ve anksiyete gibi ruhsal sorunları tetikleyebilir.
	Öneri: Yaşlı bireyler için sosyal bağları güçlendiren topluluk temelli etkinlikler ve sosyal destek ağları oluşturulmalıdır. Hane halkı üyelerinin ve komşuların yaşlı bireylerle düzenli iletişim kurması teşvik edilmeli, yaşlıların sosyal hayatlarına katılmaları sağlanmalıdır.
	3. Kendini Değersiz Hissetme Yaşlılar, üretken oldukları yılları geride bırakmış olduklarını ve ekonomik olarak topluma katkıda bulunamadıklarını düşündüklerinde kendilerini değersiz hissedebilirler. Ekonomik sıkıntılar bu duyguyu daha da derinleştirebilir.
	Öneri: Yaşlıların topluma katkı sağlayabilecekleri yollar araştırılmalı ve bu konuda onları cesaretlendirmek için fırsatlar sunulmalıdır. Örneğin, bilgi ve tecrübelerini genç nesillere aktarmalarını sağlayacak gönüllülük programları ya da sosyal sorumluluk projelerine dahil olmaları teşvik edilebilir.

	4. Sağlık ve Bakım Hizmetlerine Erişim Ekonomik zorluklar, yaşlı bireylerin sağlık ve bakım hizmetlerine erişimini sınırlayabilir. Bu, onların fiziksel ve ruhsal sağlıklarının daha da kötüleşmesine yol açabilir.
	Öneri: Yaşlı bireylerin sağlık hizmetlerine erişimini artıracak yerel ve ulusal yardım programlarına başvurmalarına yardımcı olunmalı. Sağlık hizmetlerine erişimde yaşadıkları sorunlar için çözüm yolları sunulabilir; örneğin, evde bakım hizmetleri veya topluluk temelli sağlık programlarına yönlendirme yapılabilir.
	5. Ekonomik ve Duygusal Destek için Aile İçi İlişkiler Yaşlı bireyler, ekonomik olarak çocuklarına ya da diğer aile üyelerine bağımlı olabilir. Bu durum hem yaşlı bireyler hem de aile içinde gerginliğe ve çatışmalara neden olabilir.
	Öneri: Psikososyal destek ekipleri, aile içi ilişkileri ve iletişimi güçlendirecek müdahalelerde bulunmalı. Aile üyeleri arasındaki maddi sorumlulukların dengeli dağıtılması ve bu konuda şeffaf bir iletişimin sağlanması teşvik edilmelidir.

ÇALIŞMA KOŞULLARI

Mevsimlik tarım işçileri, çoğunlukla zorlayıcı ve sağlıksız çalışma koşullarında görev yapmaktadır. İşçiler, genellikle uzun ve düzensiz çalışma saatlerine maruz kalmakta; aşırı sıcak ya da soğuk hava koşullarında çalışmak zorunda kalmaktadırlar. Çalışma alanları, çoğu zaman kötü hijyen koşullarına sahip olup, işçilerin sağlığını tehdit eden çevresel riskler barındırmaktadır. Tarım ilaçları ve kimyasallara maruz kalma, yetersiz koruyucu ekipman kullanımı gibi faktörler iş güvenliğini olumsuz etkilemektedir. Ek olarak, işçilerin yaşadığı barınma alanları genellikle güvenlikten yoksun ve temel ihtiyaçların karşılanamadığı ortamlardır; temiz içme suyu, elektrik, banyo ve tuvalet gibi hizmetlerin eksikliği yaygındır. Bu zorlayıcı çalışma koşulları, mevsimlik tarım işçilerinin genel yaşam kalitesini ciddi şekilde düşürmektedir.

	Genç Mevsimlik Tarım İşçileri (18-24 Yaş)
	1. Çalışma Saatlerinin Düzensizliği ve Uzunluğu Çalışma saatlerinin oldukça düzensiz ve uzun olması genç çalışanların yorgunluğu artırmakta ve dinlenememelerine neden olmaktadır.
	Öneri: Genç işçiler için çalışma saatleri düzenlenmeli, aşırı uzun ve düzensiz çalışma süreleri azaltılmalıdır. İşçilerin düzenli dinlenme araları olması sağlanarak fiziksel yorgunluk ve stres azaltılmalıdır.

	2. Güvenli Çalışma Alanlarının Yetersiz Olması Güvenli çalışma alanlarının tarım işçileri için yetersiz olduğu görülmektedir.
	Öneri: Çalışma alanlarının güvenliği artırılmalı; iş kazalarını önlemek için gerekli düzenlemeler yapılmalıdır. Genç işçilerin kimyasallara ya da yüksek tehlikeli tarım araçlarına maruz kalmalarını azaltmak için güvenli çalışma prosedürleri uygulanmalıdır.
	3. Hava Koşullarına Uygunsuz Çalışma Şekli Mevsimlik tarım işçilerinin çalışma koşulları hava koşullarına göre değişkenlik göstermemekte ve aynı koşullarda çalışmaya devam etmektedirler.
	Öneri: Aşırı sıcak ve soğuk hava koşullarında çalışma saatleri düzenlenmeli ve işçilerin sıvı ihtiyacını karşılamak için çalışma alanlarına temiz su erişimi sağlanmalıdır. Sıcak günlerde gölgelik alanlar oluşturulmalıdır.

	Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçileri (55 Yaş ve Üzeri)
	1. Çalışma Süresinin Uzunluğu ve Dinlenme Sürelerinin Az Olması Yaşlı mevsimlik tarım işçilerinin çalışma süreleri yaşlarına göre oldukça uzundur.
	Öneri: Yaşlı işçilerin fiziksel güçlerini aşan işlerde çalışmaları engellenmeli, çalışma süreleri kısaltılmalı ve daha sık dinlenme araları verilmelidir. Bu düzenlemeler, yaşlı işçilerin yorgunluk ve aşırı fiziksel zorlanma riskini azaltacaktır.
	2. Çalışma Şeklinin Ergonomik Olmaması Yaşlı mevsimlik tarım işçilerinin çalışma tarzları ergonomik değildir.
	Öneri: Yaşlıların çalıştığı alanlar ergonomik olarak düzenlenmeli; oturma, eğilme ve kaldırma gibi hareketlerin kolaylaştırılması için uygun ekipman ve düzenlemeler yapılmalıdır. Yaşlı işçilere uygun çalışma istasyonları sağlanmalıdır.
	3. Aşırı Sıcak ve Aşırı Soğuk Hava Koşulları Yaşlı mevsimlik tarım işçileri aşırı sıcak ve aşırı soğuk hava koşullarında da çalışmaya devam etmektedirler.
	Öneri: Yaşlı işçiler için uygun hava koşullarında çalışma düzenlemeleri yapılmalı; aşırı sıcak veya soğuk hava durumlarında çalışmaları sınırlandırılmalıdır. Gölgelik alanlar, soğuk hava korumaları ve uygun kıyafetlerle güvenlikleri sağlanmalıdır.

EĞİTİM

Depremler 18-24 yaş arasındaki gençlerin eğitim süreçlerinde ciddi olumsuz etkilere yol açmıştır. Depremde evlerini kaybeden veya hasar gören gençler, barınma sorunları yaşamış ve bu durum eğitimlerine devam etmelerini zorlaştırmıştır. Uzaktan eğitim sürecinde ise yaşanan internet ve teknolojiye erişim sorunları nedeniyle öğrencilerin derslere katılımı ve eğitim materyallerine ulaşımı söz konusu değildir. Ekonomik zorluklar gençlerin eğitim masraflarını ikincil plana atmış, bazı öğrenciler eğitimlerini yarıda bırakmak zorunda kalmıştır. Deprem öncesi üniversiteye devam eden öğrencilerin mezuniyet tarihlerinin gecikmesi, akademik başarılarının düşmesi ve mezun olmadan okulu terk etmesi yaygındır. 55 yaş üstü çoğu bireyin (yoğunluklu kadınların) okur yazar olmaması gündelik ihtiyaçlarını karşılamada güçlük çekmesine neden olmakla birlikte acil durum ve afet dönemlerine yönelik hazırlık ve iyileşme süreçlerinde de bilgi eksikliğine neden olmaktadır.

Genel Öneriler:

Acil Durumlar ve Afetlere Hazırlık: Mevsimlik tarım işçilerinin çalışma ve yaşam koşulları onları acil durumlar ve afetlere hazırlık süreçlerinde kapsam dışında bırakmaktadır. Çalışma süresi boyunca kayıtlı istihdama dahil olmamaları ve benzer şekilde düzensiz göç süreçleri dolayısıyla çalışmak için geldikleri illerde ikamete kayıtlı olmamaları işçileri temel haklarından mahrum bırakmaktadır. Mevsimlik tarım işçilerinin çalışmak için vardıkları illerde geçici kayıtları oluşturulmalıdır. Bölge nüfusuna kayıtlı tüm bireylerin katıldığı acil durumlar ve krizlere hazırlık süreçlerine dahil edilmelidirler.

Okulların Koruyucu Rolü: Okullar yürüttükleri akademik faaliyetlerin yanı sıra öğretmenleri, öğrencileri ve velileri bünyesinde barındıran sosyal ortamlardır. Okul topluluğunun bir araya gelmesinin toplumsal iyileşme ve dayanışma süreçlerinde önemli bir rolü vardır. Mevsimlik tarım işçileri okullarda yürütülen faaliyetlere kapsayıcı şekilde dahil edilmelidir. Acil durumdan etkilenen öğrencilere ve velilerine psikososyal destek sağlanmalı. Okullarda psikologlar ve rehber öğretmenler, travma sonrası stresle başa çıkmaya yönelik faaliyetler yürütmelidir.

	Genç Mevsimlik Tarım İşçileri (18-24 Yaş)
	Eğitimden Kopma ve Okul Terki Mevsimlik tarım işçileri okul topluluğundan en uzakta kalan gruplardan biridir. Acil durumlar ve afetlerde bu durum daha ciddi etkilere neden olmaktadır.
	Öneri: 18-24 yaş arasındaki gençler mesleki eğitime yönlendirilmelidir. Devlet destekli iş başı eğitim programları hakkında bilgilendirilmelidirler. Parasız yatılı eğitim imkanları sunan okullar artırılmalı ve gençlerin okulla bağı güçlendirilmelidir.

	Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçileri (55 Yaş ve Üzeri)
	1. Okur-yazarlık Düzeyi 55 yaş üstü çoğu bireyin (yoğunluklu kadınların) okur yazar olmaması gündelik ihtiyaçlarını karşılamada güçlük çekmesine neden olmaktadır.
	Öneri: Yaşlı dostu alanlar oluşturularak bu alanlarda yürütülen faaliyetlerin bir kısmı akran öğrenmesi yoluyla okuma yazma öğretimine ayrılmalıdır. Bu tarz çalışmalarda kadınlara öncelik tanınmalıdır.
	2. Hizmetlere Erişim Yaşlı tarım işçilerinin acil durum ve afetlerin hazırlık ve iyileşme dönemlerine yönelik bilgi eksikliği vardır.
	Öneri: Afetin ardından yaşlı bireylere destek alabilecekleri kurumlar ve hizmetleri hakkında erişilebilir yollarla bilgilendirme yapılmalıdır.

Temmuz 2024, Adana

4. BÖLÜM
Acil Durumlarda Farklı Yaş Gruplarıyla Çalışan Kişiler

4.1 Acil Durumlarda 18-24 Yaş Arası ve 55 Üstü Yaş Gruplarıyla Çalışan Kişiler için Önemli Hususlar

Acil durumlar ve afetlerde hizmet veya destek veren bireylerin çalıştığı süre boyunca karşılaştıkları olası veya beklenmedik zorluklar olabilmektedir. Destek alan bireylerin yaşadığı zorlukları anlamanın yanı sıra destek veren kişilerin de karşılaştıkları zorlukları anlamak, destek verme sürecinin daha sağlıklı ilerlemesi için önemlidir. Farklı yaş gruplarıyla psikososyal destek süreci yöneten kişilerin farklı ihtiyaçlara temas etmesiyle ilişkili olarak dikkat etmesi gereken bazı noktalar ve zorluklar vardır. Bu olası zorluklar aşağıdaki şemada gösterilmiştir.

Psikososyal destek sürecinde yaş fark etmeksizin her bir bireyin mahremiyetini korumak, çalışanlar için kritik bir ilke olmalıdır. Gerekirse verilen desteğin koşullarına göre bireylere özel alan sağlanarak sürece devam edilmelidir. Psikososyal destek sürecinde 18-24 yaş arası ve 55 üstü olarak ele alınabilecek iki farklı yaş grubuyla çalışırken yaş odaklı sergilenen herhangi olumsuz bir tutum verilen süreci olumsuz etkileyecektir. Özellikle yaşlı bireylere yönelik yapılan yaş ayrımcılığının onların sağlıkları, esenlikleri ve hatta aldıkları psikososyal destek ve sağlık hizmeti kalitesi üzerinde oldukça olumsuz etkileri vardır. Bu noktada psikososyal destek veren bireylerinde yaş konusunda ayrımcı, ayrıştırıcı ve yargılayıcı bir dile sahip olmaması gerekmektedir. Ayrıca etnik ve kültürel değerlerin farkında olunması da dil konusundaki hassasiyetin önemli bir parçasıdır.

Deprem, sel gibi afetlerin yerel iyileştirme planlarında mevsimlik tarım işçileri ayrı bir risk grubu olarak ele alınmalı ve işçi hareketliliği düşünülerek müdahale edilmelidir. Tarım işçilerine sağlık, sosyal ve eğitim hizmetleri sunan sivil toplum kuruluşları, Birleşmiş Milletler (BM) kuruluşları ve kamu kurumlarının, tarım takvimine göre afet sonrası iyileşme döneminde işçilerin hareketliliği konusunda bilgi sahibi olması önemlidir. Aksi takdirde destek süreci kesintiye uğrayacağından nitelikli bir iyileşme sağlanamayabilecektir.

Karşılaşılabilecek Zorluklar

Mevsimlik tarım işçileriyle afetlerde sahada çalışırken karşılaşılabilecek zorluklar, bu grubun yaşam tarzı, yetersiz barınma koşulları, sağlık hizmetlerine erişim kısıtlılığı ve sosyal izolasyon gibi birçok faktörden kaynaklanmaktadır. Mevsimlik işçilerin sık sık yer değiştirmesi, afet anında onları tespit etmeyi ve yardım ulaştırmayı zorlaştırmaktadır. Kaldıkları çadırlar ve geçici barınaklar, deprem ya da sel gibi afetlere karşı savunmasız olduğundan, güvenli bir

şekilde tahliye edilmeleri veya uygun barınma sağlanması önemli bir sorundur. Bu işçilerin genellikle izole ve uzak bölgelerde yaşaması, sağlık hizmeti ve acil yardıma erişimi de büyük ölçüde kısıtlamaktadır. Ayrıca, dil ve kültürel farklılıklar sahada çalışan ekiplerin iletişim kurmasını zorlaştırmakta; mevsimlik işçilerin sosyal haklar ve yardım mekanizmaları hakkında yeterli bilgiye sahip olmaması, afet anında destek ağlarına erişimlerini engellemektedir. Afet durumunda geçim kaygısı da işçilerin başa çıkmak zorunda olduğu önemli bir sorundur; işlerini kaybetme riski, onların hem afetin etkileriyle mücadele etmelerini hem de günlük ihtiyaçlarını karşılamalarını zorlayıcı faktörlerdir. Altyapı eksikliği, özellikle ulaşım, su ve elektrik gibi temel hizmetlerin zarar görmesi, afet sonrası yardım ekiplerinin sahadaki çalışmalarını aksatmakta ve tüm bu zorluklar, mevsimlik tarım işçilerine yaşa ve ihtiyaçlarına uygun psikososyal destek sunmayı zorlu hale getirmektedir.

Psikososyal destek sürecinde karşılaşılabilecek zorlukların özetlendiği şema aşağıda yer almaktadır.

Toplumsal Cinsiyet ve Kültüre Duyarlılık

Acil durumlarda toplumsal cinsiyet eşitsizlikleri mevsimlik tarım işçileri arasında belirginleşmektedir. Kırsal alanlarda yaşayan ve çalışan bireylerde cinsiyete yönelik farklı tutumlar gittikçe artmaktadır. Cinsiyete dayalı roller açısından eşitsizlikler, maruz kalan her bir bireyin hayatının farklı bir alanını olumsuz etkilemektedir.

Kadın tarım işçileri özelinde görülen eşitsizlikler kadınların evde hem kendi hem de başkalarının çocuklarına bakmaları, ev içi iş yükü eşitsizliği, tarladan sonra kadınların evde de çalışmaları gibi konularla ele alınırken; erkek tarım işçileri özelinde görülen bu durumlar ev dışındaki sorumluluklarla sınırlı kalmıştır. Kadınların 'evin içinde' erkeklerin ise 'evin dışında' çalıştığı miti mevsimlik tarım işçileri için de geçerli olmayıp paylaşılan sorumluluklar açısından kadınların birçok alanda aktif olduğu görülmektedir. Bunlara ek olarak özellikle genç kadın işçiler; erken gebelik, erken evlilik, çok eşlilik gibi durumlardan kaynaklı dezavantajlı konumdadır.

> *Hamile olanlar çalışamıyor, onlar için biz işe gidiyoruz, onlar çocuk bakıyor.*
> *Başkasının 2 çocuğuna daha bakıyorum, toplam 4 çocuk. İneğe de bakıyorum, kolay değil.*

Cinsiyet temelli şiddet ve istismar riski; kriz koşullarında yükselmekte, bu ise kadın işçilerin güvenliğini ve refahını daha fazla tehdit etmektedir. Ekonomik zorluklar ve güvencesizlik nedeniyle erken evlenme riski de artmaktadır. Bu durum ise kadınların eğitim ve iş fırsatlarını kaybetmelerine yol açmaktadır. Kadın tarım işçileri, halihazırda düşük olan ücretlerini ve sosyal güvencelerini kaybetme riskiyle daha fazla karşılaşırken diğer bir tarafta evdeki artan bakım sorumluluklarını da tek başına üstlenmektedir. Çalışamayan hamile kadınların çalışan kadın işçilerin çocuklarına bakarak destek olduğu görülmekte olup çocuk bakımına dair ebeveynlerin sorumlulukları açısından çok ciddi bir fark olduğu görülmektedir.

Ağustos 2024, Adana

Genç ve yaşlı kadın mevsimlik tarım işçileri arasındaki toplumsal cinsiyet eşitsizlikleri farklı şekillerde ortaya çıkmaktadır. Genç kadınlar daha fazla erken evlenme ve cinsel istismar riskiyle karşı karşıya kalırken yaşlı kadınlar ise bakım yükünün artması ve sağlık sorunlarına erişimde zorluk yaşama gibi sorunlarla daha fazla mücadele etmektedir. Ayrıca, genç kadınlar iş güvencesi ve eğitim fırsatlarını kaybetme riski taşırken, yaşlı kadınlar ise emeklilik güvencesi olmadan zor koşullarda çalışmaya devam etmek zorunda kalabilmektedir.

Psikososyal destek sürecinin toplumsal cinsiyet eşitliği odaklı ve içinde bulunulan kültüre duyarlı olması son derece önem taşımaktadır. İçerisinde bulunan kültürün dinamiklerine hakim olmanın yanı sıra destek sürecini sekteye uğratacak süreçler(örneğin; eşlerin detsek ekibiyle görüşmemesi için birbirlerine izin vermemesi) için alternatif çözüm yolları bulunmalıdır. Bu noktada destek verenin önceliği, cinsiyet eşitsizliğini gözeterek mevsimlik tarım işçilerinin alabileceği maksimum yararı sağlamaktır. Toplumsal cinsiyete duyarlı bir iletişimi benimsemekle başlamak, mevsimlik tarım işçilerine verilecek olan desteğin ilk adımı olmalıdır. Bu süreçte gerçekleşecek aksiyonlarda cinsiyet eşitsizliğine maruz kalan bireylerin hakkı, psikososyal destek ekibi tarafından gözetilmeli ve gerekli müdahaleler yapılmalıdır.

Mevsimlik tarım işçileri ile çalışırken özellikle yaşlı bireylerde daha çok temas edilen ve psikososyal destek sürecinde koruyucu ve iyileştirici bir yönü olduğu düşünülen dini inançların önemini de atlamamak gerekmektedir. Psikososyal destek veren bireylerin konuya dair farklılıkları hassasiyetle ve saygıyla karşılaması bu sürecin önemli bir parçasıdır.

4.2 Acil Durumlarda Farklı Yaş Gruplarıyla Çalışan Kişiler için Öz Bakım Yöntemleri

Acil durumlarda farklı yaş gruplarıyla çalışan profesyoneller, her yaş grubunun kendine özgü ihtiyaçlarını ve hassasiyetlerini göz önünde bulundurmalıdır. Öz bakım, bu çalışanların hem fiziksel hem de zihinsel sağlıklarını korumak için kritik öneme sahiptir. Ayrıca acil durumlarda farklı yaş gruplarıyla çalışanların öz bakımını ihmal etmemesi, hem kendi sağlıkları hem de çalıştıkları kişilere daha iyi destek sunabilmeleri açısından uzun vadede dayanıklılığı arttırmakta ve tükenmişliği önlemektedir.

Genel Öz Bakım Önerileri

1. **Fiziksel Sağlığı Koruma**

   Düzenli Uyku: Acil durumlarda çalışanlar, uyku düzenlerine dikkat etmelidir. Yetersiz uyku, karar alma süreçlerini ve duygusal dayanıklılığı olumsuz etkileyebilir.

   Besleyici Gıdalar Tüketme: Çalışanlar, yoğun stres altında sağlıklı beslenmeyi ihmal edebilir. Protein, sebze ve meyve açısından zengin dengeli bir beslenme, enerji seviyelerini korumaya yardımcı olur.

Fiziksel Aktivite: Kısa yürüyüşler veya basit egzersizler, vücutta biriken stresi azaltabilir ve genel refahı artırabilir.

2. **Duygusal Dayanıklılığı Güçlendirme**

Duygusal Farkındalık: Çalışanların kendi duygusal durumlarını izlemeleri önemlidir. Kendi sınırlarını tanımak ve gerektiğinde destek istemek, tükenmeyi önler.

Sosyal Destek: Ekip içinde ve dışındaki sosyal destek ağlarını korumak önemlidir. Diğer meslektaşlarla veya arkadaşlarla paylaşımlarda bulunmak, duygusal yükü hafifletebilir.

Kısa Mola Verme: Zihinsel olarak tükenmeyi önlemek için gün içinde kısa molalar verilmelidir. Bu molalar, derin nefes alma, meditasyon veya doğada kısa yürüyüşler gibi rahatlatıcı aktivitelerle değerlendirilebilir.

3. **Mesleki Sınırları Koruma**

Sınır Koyma: Çalışanlar, yardım etme isteğiyle sınırlarını aşmaktan kaçınmalıdır. Hem fiziksel hem de duygusal kaynaklarını koruyabilmek için belirli sınırlar koymak önemlidir.

Görev Dağılımı: Tüm yükü tek başına üstlenmek yerine, işlerin ekip içinde paylaştırılması tükenmeyi engeller. Görevleri paylaşarak sorumluluğu yaymak, herkesin daha dengeli bir şekilde çalışmasını sağlar.

Genç Mevsimlik Tarım İşçileri (18-24 Yaş) ile Çalışanlar İçin Öz Bakım Önerileri

1. **Enerji Yönetimi**

Gençlerle çalışan profesyoneller, dinamik ve hareketli bir çalışma ortamında olabilir. Gençlerin enerjisi ve hızına ayak uydurmak için kendi enerji seviyelerini korumaları gerekir. Düzenli fiziksel egzersiz ve sağlıklı beslenme, bu enerji dengesini sağlar.

2. **Duygusal Mesafe**

Gençler genellikle kriz anlarında duygusal tepkiler gösterebilirler. Çalışanların bu duygusal dalgalanmaları kişisel almadan, sağlıklı bir mesafe koruyarak destek sunmaları önemlidir. Duygusal sınırlar koymak, empati kurarken kendini korumaya yardımcı olur.

3. **Stresle Baş Etme Yöntemleri**

Gençlerle çalışmak, hızlı kararlar almayı ve sürekli değişen durumlara adapte olmayı gerektirir. Stres yönetimi teknikleri (meditasyon, nefes egzersizleri, farkındalık) bu süreçte hem zihinsel hem de fiziksel dayanıklılığı artırır.

Temmuz 2024, Adana

4. Sosyal İlişkiler ve Dayanışma

Gençlerle çalışanların, ekip içi dayanışmayı sürdürmeleri önemlidir. Ekip arkadaşlarıyla işbirliği yaparak deneyim paylaşımı sağlamak, duygusal yükü hafifletebilir.

Yaşlı Mevsimlik Tarım İşçileri (55 Yaş ve Üzeri) ile Çalışanlar İçin Öz Bakım Önerileri

1. Sabır ve Anlayış Geliştirme

Yaşlılarla çalışmak, daha fazla sabır ve anlayış gerektirir. Yaşlı bireylerin yavaş hareket edebilmesi veya iletişimde zorlanabilmesi, çalışanlar için ek bir stres kaynağı olabilir. Bu nedenle, çalışanların kendi sabır seviyelerini geliştirmeleri ve yavaşlamaya izin vermeleri önemlidir. Nefes egzersizleri ve farkındalık uygulamaları sabırlı olmayı kolaylaştırabilir.

2. Duygusal Yükün Farkında Olma

Yaşlı bireylerin sağlık sorunları veya yaşlılıkla ilgili zorlukları, çalışanlar üzerinde duygusal bir yük yaratabilir. Bu yükü hafifletmek için çalışanların, düzenli olarak duygusal farkındalık geliştirmeleri ve bu duygularla sağlıklı bir şekilde başa çıkmaları önemlidir.Duygusal sınırlar koymak, empati kurarken kendini korumaya yardımcı olur.

3. Kendine Şefkat

Yaşlı bireylerle çalışırken duygusal olarak zorlanmak mümkündür. Çalışanlar, kendilerine karşı nazik olmalı ve hata yaptıklarında ya da zorlandıklarında kendini suçlamaktan kaçınmalıdır. Kendine şefkat geliştirme ve zor anlarda kendini destekleme becerileri öz bakımın önemli bir parçasıdır.

4. Zihinsel ve Fiziksel Yenilenme

Yaşlılarla çalışanlar, zaman zaman işin ağırlığından zihinsel ve fiziksel olarak yorulabilirler. Kendilerine vakit ayırarak yenilenme sağlamak, uzun vadede daha sağlıklı ve etkili bir çalışma kapasitesi oluşturur. Düzenli tatiller, kısa molalar veya keyif aldıkları etkinliklere zaman ayırmaları, onların zihinsel ve bedensel dinlenmelerine katkı sağlar.

KAYNAKÇA

1 Resmi Gazete. (2009). Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığının Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun, No: 5902 (29.5.2009 tarih ve 27261 sayı).

2 World Health Organization: Emergency and humanitarian action: natural disaster profile, available at: www.who.int/ disasters/

3 Küçük, N., & Nilay Keskin. (2022). MEVSİMLİK GEZİCİ TARIM İŞÇİLERİ VE ÇOCUKLARI İÇİN ACİL MÜDAHALE KILAVUZU. Kalkınma Atölyesi.

4 Mental Health and Psychosocial Support (MHPSS). UNHCR. (n.d.). https://emergency.unhcr.org/emergency-assistance/health-and-nutrition/mental-health-and-psychosocial-support-mhpss

5 Kızılay. (2008). Afetlerde Psikososyal Uygulama Rehberi. Ankara: Kızılay Yayınları.

6 Seto, M., Nemoto, H., Kobayashi, N., Kikuchi, S., Honda, N., Kim, Y., Kelman, I., & Tomita, H. (2019). Post-disaster mental health and psychosocial support in the areas affected by the Great East japan earthquake: A qualitative study. BMC Psychiatry, 19(1). https://doi.org/10.1186/s12888-019-2243-z

7 Keyes, C. L. M., Shmotkin, D. ve Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. Journal of Personality and Social Psychology,82(6), 1007-1022

8 WHO, 2019.

9 Diener, E. (1984). Subjective well-being. Psychological Bulletin, 95(3), 542–575

10 Beaulieu, L. J., Tootle, D. (2010). Helping disadvantaged populations prepare for disasters assessing the efficacy of the emergency preparedness demonstration framework. Arkansas: SRDC

11 Benevolenza, M. A., DeRigne, L. A. (2019) The impact of climate change and natural disasters on vulnerable populations: A systematic review of literature. Journal of Human Behavior in the Social Environment, 29(2), 266-281.https:// doi.org/10.1080/ 10911359.2018.1527739

12 Arıca, F., Çakır, C., & Kağnıcı, D. (2023). Kırılgan gruplar özelinde afetlerde psikososyal hizmetler. Afet ve Risk Dergisi, 6(1), 176-187.

13 Adger, N. W. (1999). Social vulnerability to climate change and extremes in coastal Vietnam. World Development, 27 (2), 249-269. https://doi.org/10.1016/S0305-750X(98)00136-3

14 Okay, N., İnal, E. (2019). Kırılgantan kapasite geliştirmeye. Dirençlilik Dergisi, 3 (1), 85-99. DOI: 10.32569/ resilience.570286

15 Çakır, Ö., Aydoğmuş Atalay, G. (2020). Afetlerde özel gereksinimli grup olarak yaşlılar. Dirençlilik Dergisi, 4(1), 169-186. https://doi.org/10.32569/resilience.630540

16 Bayraktar, N., Dal Yılmaz, Ü. (2018). Vulnerability of elderly people in disasters: A systematic review. Turkish Journal of Geriatrics, 21(3), 467-482. DOI: 10.31086/tjgeri.2018344062

17 CDC-Centers for Disease Control and Prevention (2020). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) People Who Need Extra Precautions, People Who Are At Higher Riskhttps://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/older-adults.html.

18 Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO), 2023. Initial Assessment on Possible Impacts of Earthquake in 11 Provinces, Rome

19 Yıldırım, E., İskender, G. (2021) Akut Dönemde Ruhsal Yaklaşımlar. Kitlesel Travmalar ve Afetlerde Ruhsal Hastalıkları Önleme, Müdahele ve Sağaltım Kılavuzu, Ş Yüksel, A Başterzi (Ed), Ankara, Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları.

20 Friedman, M.J., (2015). Posttraumatic and Acute Stress Disorders.

21 Nakajima, Ş. (2012). Deprem ve Sonrası Psikolojisi. Okmeydanı Tıp Dergisi, 28(2), 150-155

22 Caia, G., Ventimiglia, F., & Maass, A. (2010). Container vs. Dacha: The Psychological Effects of Temporary Housing Characteristics on Earthquake Survivors. Journal of Environmental Psychology, 30(1), 60-66.

23 Bland, S. H., Valoroso, L., Stranges, S., Strazzullo, P., Farinaro, E., & Trevisan, M. (2005). LongTerm Follow-Up of Psychological Distress Following Earthquake Experiences Among Working Italian Males: A Cross-Sectional Analysis. The Journal of nervous and mental disease, 193(6), 420-423.

24 Özer, M. (2023). Education Policy Actions by the Ministry of National Education after the Earthquake Disaster on February 6, 2023 in Türkiye, Bartın University Journal of Faculty of Education, 12 (2), 219-232.

25 Uğuz, Ş. (2023). Depremlerin Görünmez Yıkımı: İnsanların Psikolojik Sağlığı Üzerindeki Etkileri, Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care, 17 (1) , 6-9 .

26 https://www.meb.gov.tr/psikososyal-destek-eylem-plani-ve-psikososyal-destek-programlari-yayimlandi/haber/29014/tr

27 UNICEF & Kalkınma Atölyesi. (2023, Mayıs). Depremlerin mevsimlik gezici tarım işçileri ve çocukları üzerindeki etkisi.

28 Özgür, Ö. ve Sabbağ, Ç. (2014). Kırsal alanda yaşlılık Adıyaman Samsat örneği. Ankara: Adıyaman Üniversitesi ve SABEV.

29 Özkan Boyraz, G. ve Çağlar, T. (2023). Mevsimlik tarım işinin görülmeyen ve duyulmayan kesimi: yaşlı işçiler. Toplum ve Sosyal Hizmet, 34(2), 427-451. DOI:10.33417/tsh.1195328

30 WHO ve ILO (2021). WHO/ILO Joint Estimates of the Work-related Burden of Disease and Injury, 2000–2016. Erişim Adresi: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/--- ed_dialogue/--- lab_admin/documents/publication/wcms_819788.pdf

31 Özgür, Ö. ve Sabbağ, Ç. (2014). Kırsal alanda yaşlılık Adıyaman Samsat örneği. Ankara: Adıyaman Üniversitesi ve SABEV.

32 Okyay, R. A. (2014). Adana ili tarım çalışanlarının sağlık sorunlarının ve sağlık hizmetinden yararlanma durumlarının saptanması ile sağlık sunum model(ler)inin önerilmesi araştırması (Tıpta Uzmanlık Tezi). Erişim Adresi: https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/TezGoster?key=sY7m19PfcL6F1NUwcr80C63UPBt mP-WXPwFtkymUi4bLJQxx G3ejfwaGn2Hobeo

33 Kutlu, S. (2011). Erişkin göçebe mevsimlik tarım işçilerinin yaşama kalitesi düzeyi ve etkileyen faktörler (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Erişim adresi: https://tez.yok.gov.tr/ulusaltezmerkezi/tezgoster?key=zqı_zoqb18gc2rt9c2jglavgqir4aggvxls pz5ıddaz0k8vmke-xyo-vvtftvmy

34 Şimşek, Z. ve Eşigül-Yaghmaei, S.N. (2019). Mevsimlik Genç Tarım Çalışanları Örneğinde İş Sağlığı ve Güvenliği Alanında Sosyal Hizmet Uygulamalarına Yaklaşım. Toplum ve Sosyal Hizmet, 30(3), 767-795.

35 Hovey,J., D. ve Seligman, L., D. (2006). The Mental Health of Agricultural Workers. Agricultural Medicine.Springer Sciences+Business Media, Inc, New York ISBN 10:0 -387-25425-0

36 Erçetin Yaşar, G. (2014). Mevsimlik Genç Tarım İşçisi kadınların Menstüral Siklus Özellikleri (Master dissertataion, Harran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).

37 Briere, J., N. ve Scott, C. (2017). Travma Terapisinin İlkeleri Belirtiler, Değerlendirme ve Tedavi İçin Bir Kılavuz-DSM-5 İçin Güncellenmiş. İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, İstanbul. 9786053994602

38 Şimşek, Z., Ersin, F. ve Kırmızıtoprak, E. (2016). Development of the Seasonal Migrant Agricultural Worker Stress Scale in Sanliurfa, Southeast Turkey. Journal of agromedicine, 21(1), 56-60

EK

Depremden Etkilenen Mevsimlik Tarım İşçilerinin İyi Olma Hali ve Psikolojik Dayanıklılıklarının Artırılması Projesi Özeti

Depremin sosyo-ekonomik açıdan dezavantajlı durumda olan mevsimlik tarım işçileri ve çocuklarının yaşam koşullarındaki artan zorluklar nedeniyle temel hizmetlere ve kaynaklara erişim sorunlarını derinleştirdiği bilinmektedir. Turkish Philanthropy Funds(TPF) teknik ve finansal desteği ile yürütülen Depremden Etkilenen Mevsimlik Tarım İşçilerinin İyi Olma Hali ve Psikolojik Dayanıklılıklarının Artırılması Projesi 6 Şubat'ta meydana gelen Kahramanmaraş merkezli depremlerden etkilenen mevsimlik tarım işçilerinin gündelik hayata dönüşlerine yardımcı olmayı ve destek faaliyetleri yoluyla kırılganlıklarını en aza indirmeyi amaçlar.

Proje faaliyetleri, psikolojik sağlık ve güvenlik kavramlarını metodolojik olarak çalışan NHUMAN Danışmanlık ile Kalkınma Atölyesi Kooperatifi iş birliği içinde 6 ay (Haziran-Kasım 2024) süresince yürütülmüştür.

Projenin hedef grubu, Adana ve Hatay illerinde tarımda çalışan 60 yaş ve üzeri ile 18-24 yaş arası genç mevsimlik tarım işçilerinden oluşmaktadır. Deprem sonrası stres, kaygı, korku, yas ve travma gibi psikolojik deneyimlerin üstesinden gelmeyi, iyileşmeyi ve yeniden güç kazanmayı kapsayan proje çalışmalarında ihtiyaç sahiplerine yönelik bireysel psikolojik destek verilmiş ve özellikle kadınlara yönelik paylaşım grupları oluşturulmuştur.

Yüz yüze bireysel destek faaliyetlerini planlamak amacıyla projenin başlangıcında ön saha tespit çalışması yapılmıştır. Bu çalışma ile bölgelerin mevcut durumları belirlenmiş, potansiyel riskler ortaya konmuş, yerel halk ve tarım aracıları gibi kilit aktörlerle iletişim kurulmuştur. Ön saha tespit çalışmadaki bulgular ve ulusal akademik alanyazındaki referanslardan yola çıkarak mevsimlik tarım işçilerinin yaşam ve çalışma koşullarının yaşlılık belirtilerini hızlı göstermelerine ve yaşam sürelerinin kısalmasına neden olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle projede erişilmesi hedeflenen yaşlı grubun alt yaş sınırı 60'dan 55'e düşürülmüştür.

Proje faaliyetleri kapsamında görüşülen tarım işçilerinin kişisel bilgileri gizli tutularak, bu görüşmelerin nasıl ve ne amaçla kullanılacağı tüm katılımcılara bildirilmiştir. Tüm görüşmeler, görüşülen kişilerin rızasıyla gerçekleştirilmiştir. Proje kapsamında MHPSS oturumlarına katılan tarım işçilerinin demografik bilgileri Tablo 8'de yer almaktadır.

Tablo 8. MHPSS Uygulanan Tarım İşçilerinin Demografik Bilgileri

İL	İLÇE	BÖLGE	GENÇ		YAŞLI	
			Kadın	Erkek	Kadın	Erkek
Adana	Seyhan	Zeytinli Mah.	2	3	4	1
		Köylüoğlu Mah.	10	9	4	2
Hatay	Erzin	Şükrü Paşa Mah.	1	3	7	4
	Kırıkhan	Çataltepe	0	0	1	1
		Kızılkaya	5	2	3	3
			TOPLAM: 35		TOPLAM: 30	

Tablo 9. MHPSS Saha Uygulama Takvimi

	AYLAR			
FAALİYETLER	HAZİRAN	TEMMUZ	AĞUSTOS	EYLÜL
ÖN SAHA TESPİT	11-12-13 Haziran			
YÜZ YÜZE DESTEK		1-9 Temmuz	5-10 Ağustos	3-7 Eylül
TELEFON GÖRÜŞMESİ		16-18 Temmuz	20-22 Ağustos	17-19 Eylül

Tablo 9'da görüldüğü üzere depremden etkilenen bireylerle ruh sağlığı uzmanları yüz yüze ve yarı yapılandırılmış destek görüşmeleri gerçekleştirmiştir.

Mevsimlik tarım işçilerinin depremden etkilenen iki yaş grubuna (genç ve yaşlılar) yönelik psikososyal destek çalışmalarının ilki 1-9 Temmuz 2024 tarihlerinde Adana ve Hatay'da yüz yüze yapılmıştır. Yüz yüze destek çalışmasına katılan mevsimlik tarım işçileri Temmuz ayının üçüncü haftasında ruh sağlığı uzmanlarınca telefonla aranarak takip edilmiş ve desteklenmeye devam edilmiştir.

Ruh sağlığı uzmanları ikinci tur saha çalışmasını 5-10 Ağustos 2024 tarihlerinde Adana ve Hatay'da yüz yüze destek çalışmalarıyla sürdürmüştür. Ağustos ayının üçüncü haftası ruh sağlığı uzmanları yeniden telefon görüşmeleri yaparak takip ve desteğe devam etmiştir.

Ruh sağlığı uzmanları üçüncü ve son saha çalışmasını ise 3-7 Eylül 2024 tarihlerinde Adana ve Hatay'da yüz yüze destek çalışmalarıyla sürdürmüştür. Eylül ayının üçüncü haftası telefon görüşmeleriyle MHPSS süreci sonlandırılmıştır.

Temmuz 2024, Adana

KALKINMA
ATÖLYESİ