

**TÜRKİYE'DEKİ GÖÇMENLERDE; ADAPTASYON, ÇOK  
KÜLTÜRLÜ KİŞİLİK, TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE  
RUHSAL BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ**

Adili Adila  
181180155

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**  
Psikoloji Anabilim Dalı  
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı  
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Serhat Yüksel

İstanbul  
T.C. Maltepe Üniversitesi  
Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü  
Şubat, 2020

**TÜRKİYE'DEKİ GÖÇMENLERDE; ADAPTASYON, ÇOK  
KÜLTÜRLÜ KİŞİLİK, TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE  
RUHSAL BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ**

Adili Adila  
181180155  
ORCID: 0000-0001-5102-748X

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**  
Psikoloji Anabilim Dalı  
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı  
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Serhat Yüksel

İstanbul  
T.C. Maltepe Üniversitesi  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü  
Şubat, 2020




## JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

ADILI ADILA'nın "Türkiye'deki Göçmenlerde: Kültürleşme, Çok Kültürlü Kişilik Özellikleri ve Travma Sonrası Büyüme" başlıklı tezi 27.02.2020 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından değerlendirilerek "Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği" nin ilgili maddeleri uyarınca Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans/Doktora/Sanatta Yeterlik tezi oy birliğiyle/oy çokluğuyla, başarılı/başarısız olarak kabul edilmiştir.

	Unvanı, Adı ve Soyadı	İmza
Üye (Tez Danışmanı)	Dr.Öğr.Üyesi Serhat YÜKSEL Doğuş Üniversitesi	
Üye	Doç.Dr. Esmâ Figen KARADAYI Maltepe Üniversitesi	
Üye	Dr.Öğr.Üyesi Ash EYRENCİ Maltepe Üniversitesi	



Prof. Dr. Belma AKŞİT  
Enstitü Müdürü V.

 maltepe üniversitesi	<b>LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI</b>	Doküman No	FR-178
		İlk Yayın Tarihi	01.03.2018
		Revizyon Tarihi	23.01.2020
		Revizyon No	01
		Sayfa	1

27/02/2020

Bu tezin bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bulguların sunumu olmak üzere tüm aşamalarında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilmeyen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi; çalışmamın Maltepe Üniversitesinde kullanılan “bilimsel intihal tespit programı” ile tarandığını ve öngörülen standartları karşıladığımı beyan ederim.

Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçlara razı olduğumu bildiririm.



Adili Adila

## TEŞEKKÜR

Yüksek Lisans eğitimi sürecinde benimle değerli bilgilerini paylaşan ve tez yazma sürecinde beni yönlendiren, destek olan tez danışmanım çok değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Serhat Yüksel'e teşekkür ederim.

Bu süreçte benimle tecrübelerini paylaşan, beni motive eden arkadaşım Beril Yavuz'a emeğinden dolayı teşekkür ediyorum.

Son olarak eşim ve yoldaşım Özgün Sarıtaş'a sonsuz desteği ve anlayışından dolayı teşekkür ederim.

Adılı Adıla  
Şubat, 2020

## ÖZ

### TÜRKİYE’DEKİ GÖÇMENLERDE; ADAPTASYON, ÇOK KÜLTÜRLÜ KİŞİLİK, TRAVMA SONRASI BÜYÜME VE RUHSAL BELİRTİLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Adili Adila  
Yüksek Lisans Tezi  
Psikoloji Anabilim Dalı  
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı  
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Serhat Yüksel  
Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 2020

Bu araştırmada; Türkiye’deki farklı etnik gruplarına ait göçmenlerin psikolojik ve sosyokültürel adaptasyonu, çok kültürlü kişilik özellikleri ve travma sonrası büyüme düzeyleri incelenmiştir. Araştırmaya Türkiye’de yaşayan 18-69 yaş aralığındaki yabancı uyruklu 73 kişi katılmıştır. Örneklemde 41 kadın (% 56.2) 32 erkek (% 43.8) katılımcı yer almaktadır. Araştırmada Demografik Bilgi Formu, Sosyokültürel Uyum Ölçeği, Çok Kültürlü Kişilik Ölçeği Kısa Formu, Travma Sonrası Büyüme Envanteri, Ruhsal Belirti Tarama Listesi, Beck Depresyon Ölçeği ve Beck Anksiyete Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, psikolojik uyum ile sosyokültürel uyum arasında anlamlı pozitif ilişki bulundu ( $p = 0.022$ ,  $r = 0.301$ ). Çok kültürlü kişilik özellikleri ile travma sonrası büyüme arasında anlamlı pozitif ilişki bulundu ( $p < 0.001$ ,  $r = 0.512$ ). Psikotizm, Depresyon, Paranoid, Fobi ve Kişilerarası Duyarlılık belirtileri olan katılımcılarda sosyokültürel uyum düzeyi düşüktü bulundu. Sosyokültürel uyum düzeyi düşük olan katılımcılarda daha yüksek düzeyde travma sonrası büyüme görüldü ( $p < 0.001$ ,  $r = 0.328$ ).

**Anahtar Sözcükler;** Göç, psikolojik uyum, sosyokültürel uyum, çok kültürlü kişilik, travma sonrası büyüme, adaptasyon.

## ABSTRACT

### RELATIONS BETWEEN ADAPTATION, MULTICULTURAL PERSONALITY, POST TRAUMATIC GROWTH AND PSYCHOLOGICAL SYMPTOMS OF IMMIGRANTS IN TURKEY

Adili Adila  
Master Thesis  
Department of Psychology  
Clinical Psychology Programme  
Advisor: Dr. Öğr. Üyesi Serhat Yüksel  
Maltepe University, Graduate School, 2020

The present study examined the relation between sociocultural adaptation, psychological adaptation, multicultural personality and post traumatic growth. This study targeted immigrants in Turkey. 73 immigrant adults ages are between 18-69 participated in this study. 41 of participants are women (56.2 %) and 32 of participants are men (43.8 %). In this study we used Demographic Information Questionnaire, Sociocultural Adaptation Scale, Multicultural Personality Questionnaire Short Form, Post Traumatic Growth Inventory, Symptom Checklist 90-R, Beck Depression Inventory and Beck Anxiety Inventory. As a result of this research, correlation analyses showed that; there is significantly positive relation between psychological adjustment and sociocultural adjustment ( $p = 0.022$ ,  $r = 0.301$ ). Significantly positive correlation between multicultural personality and post traumatic growth was found ( $p < 0.001$ ,  $r = 0.512$ ). Participants have psychoticism, depression, paranoid ideation, phobic anxiety and interpersonal sensitivity symptoms showed lower sociocultural adjustment. Participants with lower sociocultural adjustment showed higher post traumatic growth ( $p < 0.001$ ,  $r = 0.328$ ).

**Keywords;** Immigration, psychological adaptation, sociocultural adaptation, multicultural personality, posttraumatic growth, adjustment.

# İÇİNDEKİLER

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI.....	ii
ETİK İLKELERE VE KURALLARA UYUM BEYANI.....	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZ.....	v
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xi
KISALTMALAR.....	xii
ÖZGEÇMİŞ.....	xiii
BÖLÜM 1. GİRİŞ.....	1
1.1.Kültürleşme.....	1
1.1.1. Avrupa'daki Göçmenlerin Kültürleşme ve Adaptasyon Paradoksu.....	4
1.1.2. Etnik Kimlik ve Göç.....	5
1.1.3. Kültürleşme Stresi.....	6
1.1.4. Kültürleşme Stresinin Yordayıcıları.....	7
1.1.5. Küreselleşme.....	7
1.2.Çok kültürlü Kişilik.....	8
1.3.Göç'ün Yeniden Değerlendirilmesi.....	10
1.4.Göç ve Ruh Sağlığı.....	11
1.4.1. Göç ve Şizofreni.....	13
1.4.2. Göç ve Depresyon.....	15
1.5.Travma Sonrası Büyüme.....	16
1.5.1. Organizmik Değerlendirme Teorisi.....	16
1.5.2. Travma Sonrası Büyümenin Bir Sonuç Olarak Ele Alınması.....	18
1.5.3. Travma Sonrası Büyüme ve Ruh Sağlığı.....	18
1.5.4. Travma Sonrası Büyüme ve Yordayıcı Değişkenleri.....	19
1.6.Araştırmanın Gerekçesi ve Amacı:.....	20
1.6.1.Hipotezler:.....	20
1.7.Araştırmanın Önemi.....	20
1.8.Varsayımlar.....	21
1.9.Sınırlılıklar.....	21
BÖLÜM 2. YÖNTEM.....	22
2.1.Araştırma Modeli.....	22



2.2.Örneklem .....	22
2.3.Verilerin Toplanması Araçları .....	22
2.3.1.    Sosyokültürel Uyum Ölçeği.....	23
2.3.2.    Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) .....	24
2.3.3.    Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ) .....	24
2.3.4.    Ruhsal Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R).....	24
2.3.5.    Çok kültürlü Kişilik Ölçeği Kısa formu (ÇKKÖ Kısa Formu) .....	25
2.3.6.    Travma Sonrası Büyüme Envanteri (TSBE) .....	25
2.3.7.    Demografik Bilgi Formu .....	26
2.4.Verilerin Toplanması .....	26
2.5.Verilerin Analizi .....	26
<b>BÖLÜM 3. BULGULAR VE YORUMLAR .....</b>	<b>27</b>
3.1.Bulgular .....	27
3.1.1.    Cinsiyete Göre Sosyokültürel Uyum Düzeyi, ÇKKÖ Kısa Formu Toplam Puanı ve Alt Boyutları, ve TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Karşılaştırılması.....	27
3.1.2.    Ekonomik Düzeye Göre Oluşturulan Gruplara Göre Sosyokültürel Uyum Ölçeği Toplam Puanı, ÇKKÖ Kısa Formu Toplam Puanı ve Alt Boyutları ve TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Karşılaştırılması .....	29
3.1.3.    Katılımcıların Türkiye’de İkamet Ettiği Süre ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği Toplam Puanı, ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları, TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasında İlişki Analizi.....	31
3.1.4.    ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları İle Sosyokültürel Uyum Ölçeği Puanı Arasında İlişki Analizi.....	35
3.1.5.    ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasında İlişki Analizi.....	36
3.1.6.    ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile SCL-90-R ve BDÖ Puanı Arasında İlişki Analizi .....	39
3.1.7.    Sosyokültürel Uyum Ölçeği Puanı İle BDÖ, BAÖ ve SCL-90-R Puanları Arasında Korelasyon Analizi.....	40
3.1.8.    TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutları İle SCL-90-R, BDÖ ve BAÖ Puanları Arasında İlişki Analizi.....	42
3.1.9.    TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği Arasında İlişki Analizi .....	42
3.2.Yorumlar .....	43
3.2.1.    Türkiye’deki Göçmenlerde Sosyokültürel Adaptasyon.....	43
3.2.2.    Türkiye’deki Göçmenlerde Psikolojik Adaptasyon.....	44
3.2.3.    Türkiye’deki Göçmenlerde Çok Kültürlü Kişilik.....	46
3.2.4.    Türkiye’deki Göçmenlerde Travma Sonrası Büyüme.....	47

BÖLÜM 4. SONUÇ .....	51
4.1.Özet.....	51
4.2.Yargı .....	52
4.3.Öneriler .....	53
EK'LER .....	54
EK 1 .....	54
EK 2 .....	55
EK 3 .....	56
EK 4.....	58
EK 5 .....	59
EK 6 .....	60
EK 7 .....	64
EK 8 .....	67
EK 9 .....	68
KAYNAKÇA.....	69

## TABLULAR LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Katılımcıların uyruğuna ait sıklık ve yüzdelik değerleri .....	23
<b>Tablo 2.</b> Cinsiyete Göre SCL-90-R Alt Boyutlarının Karşılaştırılması.....	28
<b>Tablo 3.</b> Cinsiyete Göre ÇKKÖ Kısa Formu Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Karşılaştırılması .....	29
<b>Tablo 4.</b> Ekonomik Düzeye Göre ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması .....	30
<b>Tablo 5.</b> Ekonomik Düzeye Göre TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Karşılaştırılması .....	31
<b>Tablo 6.</b> Katılımcıların İkamet Süresi İle ÇKKÖ ve Alt Boyutları Arasındaki İlişki Analizi.....	34
<b>Tablo 7.</b> Türkiye’de Yaşadığı Yıl İle TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasında İlişki .....	35
<b>Tablo 8.</b> ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları İle Sosyokültürel Uyum Ölçeği Toplam Puanı Arasında İlişki Analizi.....	36
<b>Tablo 9.</b> ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları İle TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasında İlişki Analiz Sonuçları.....	38
<b>Tablo 10.</b> ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile SCL-90-R Toplam Puanı Arasında İlişki Analiz Sonuçları .....	39
<b>Tablo 11.</b> Sosyokültürel Uyum Ölçeği İle BDÖ ve BAÖ Arasında Korelasyon Analiz Sonuçları .....	40
<b>Tablo 12.</b> Sosyokültürel Uyum Ölçeği Toplam Puanı ile SCL-90-R Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasında Korelasyon Analiz Sonuçları .....	41
<b>Tablo 13.</b> TSBE Toplam Puanı Ve Alt Boyutları İle Sosyokültürel Uyum Ölçeği .....	42

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Genel kültürleşme çerçevesi .....	1
Şekil 2. Kültürleşme stratejileri. ....	2
Şekil 3. Göç ve psikopatoloji basamakları.....	13
Şekil 4. Göç ve psikiyatrik bozuklukların hipotetik modeli .....	15
Şekil 5. Katılımcıların Türkiye’de yaşadığı yıla göre BDÖ puan ortalaması.....	32
Şekil 6. Katılımcıların Türkiye’de yaşadığı yıla göre SCL-90-R puan ortalaması .....	33

## KISALTMALAR

<b>Ort</b>	: Ortalama
<b>ss</b>	: Standart Sapma
<b>n</b>	: Toplam Sayı
<b>p</b>	: Anlamlılık Düzeyi
<b>r</b>	: Korelasyon Katsayısı
<b>Med</b>	: Median
<b><math>\alpha</math></b>	: Alpha, Cronbach İç Tutarlılık
<b>%</b>	: Yüzde
<b>ÇKKÖ</b>	: Çok Kültürlü Kişilik Ölçeği
<b>TSBE</b>	: Travma Sonrası Büyüme Envanteri
<b>BDÖ</b>	: Beck Depresyon Ölçeği
<b>BAÖ</b>	: Beck Anksiyete Ölçeği

## ÖZGEÇMİŞ

### Adili Adila Psikoloji Anabilim Dalı

#### Eğitim

Derece	Yıl	Üniversite, Enstitü, Anabilim Dalı
Y.LS	2020	Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji ABD
L.S	2015	Uludağ Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji ABD
Lise	2010	Uygur Özerk Bölgesi Deneme Lisesi

#### İş/İstihdam

Yıl	Görev
2010	Gönüllü Uludağ Üniversitesi Atılı Spot Topluluğu
2015	Gönüllü Otistikler Derneği
2015	Stajyer Aura Psikoterapi Merkezi
2015	Stajyer İ.Ü Çapa Tıp Fakültesi Nöroloji Anabilim Dalı
2018	Stajyer Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi
2018	Genel Müdür Asistanı Bilfen Grup Şirketleri

#### Kişisel Bilgiler

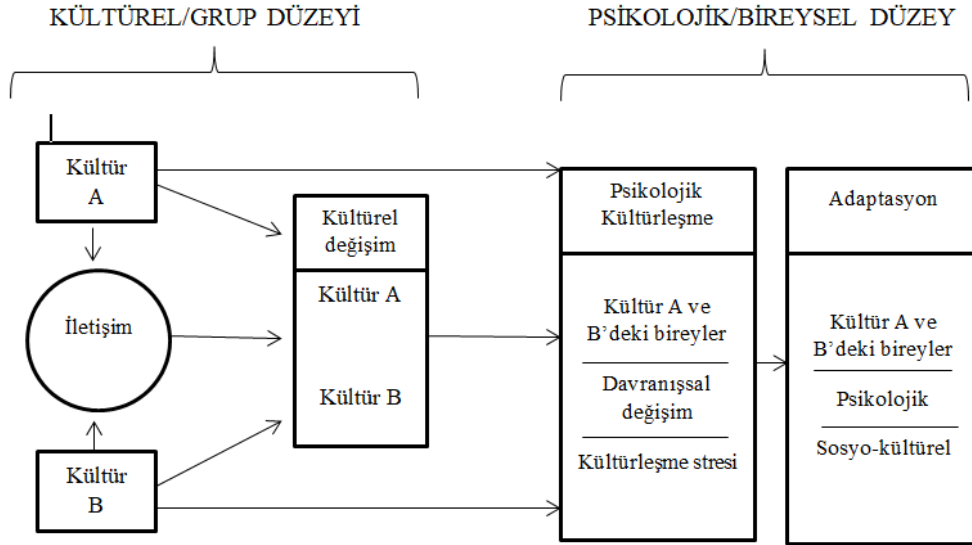
Doğum Yeri-Yılı	Xinjiang, 1992	Cinsiyet: Kadın
Yabancı Diller	İngilizce, Çince, Uygurca	
e-posta	adile3320@gmail.com	

# BÖLÜM 1. GİRİŞ

## 1.1. Kültürleşme

Göç süreci, Berry'nin yaptığı tanımla “iki ya da daha çok kültür grubu ve bunların üyeleri arasındaki karşılaşmaların bir sonucu olarak ortaya çıkan kültürel ve psikolojik değişimlerden oluşan ikili bir süreçtir” . Göç, bu nedenle “kültürleşme” (acculturation) süreci kapsamında da ele alınabilir (Berry, 2001).

Genel kültürleşme çerçevesi (Şekil 1) azınlık grup yani göçmenler ile baskın grubun karşılıklı etkileşime girdiği kültürel düzey ve psikolojik/bireysel düzey olarak ikiye ayrılır. Psikolojik düzeyde, psikolojik kültürleşme ve adaptasyon süreci yer alır. Psikolojik kültürleşmede kültür grubunda yer alan bireylerin davranışsal değişimi ve psikolojik adaptasyonu incelenir. Adaptasyon, psikolojik adaptasyon ve sosyokültürel adaptasyon olarak incelenir (Sam ve Berry, 2010).



Şekil 1. Genel kültürleşme çerçevesi

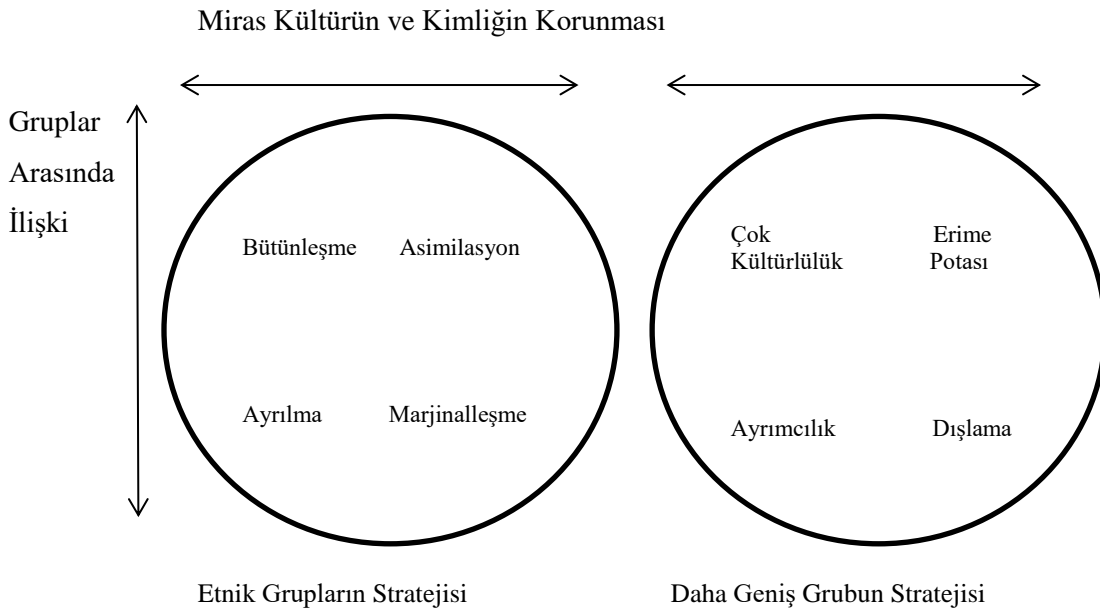
Kaynak: Sam, D. L., Berry, J. W., (2010). Acculturation: When Individuals and Groups of Different Cultural Backgrounds Meet. Perspectives on Psychological Science 5 (4) 472–481.

Davranışsal değişim, kültürleşme araştırmalarının çekirdek olgusudur ve kültürel etkileşim sonucu ortaya çıkan psikolojik değişimi kapsar. Örneğin; giyinme, yeme-içme, selamlaşma alışkanlıkları. Davranışsal değişim, bireyin kendi kültürünü koruması ve bulunduğu kültürün demografik, ekonomik ve siyasi yapısı ile ilişkilidir.

Psikolojik adaptasyon; psikolojik problemlerin olmaması (anksiyete, depresyon, psikosomatik semptomlar), özsaygı ve iyilik hali (well being) ile ölçülür. Sosyokültürel uyum ise ergenlerde okula uyum, davranışsal problemlerin olmamasına işaret eder. Yetişkinlerde işe uyum, sosyal ilişkiler açısından değerlendirilir. Ancak ergenlerle yapılmış araştırmada bu iki alanda göçmenler ve yerliler arasında fark bulunmamıştır (Sam ve Berry, 2010).

Searle ve Ward'ın (1990) araştırmasında, psikolojik adaptasyonun yordayıcıları; diğer vatandaşlarla sosyal iletişim, hem ev sahibi hem de diğer vatandaşlarla sosyal iletişimde memnuniyet, hayatındaki değişiklikler, dışadönüklük olarak bulunmuştur. Sosyokültürel adaptasyonun yordayıcılarının ise; kültürel mesafe, beklenen zorluk ve depresyon olduğu saptanmıştır.

Şekil 2'de kültürleşme stratejileri yer almaktadır. Şeklin sol tarafında göçmenlerin kültürleşme tutumu olan bütünleşme, ayrılma, asimilasyon ve marjinalleşme yer almaktadır (Berry, 2001).



Şekil 2. Kültürleşme stratejileri.

Kaynak: Berry, J. W., (2001). A psychology of immigration. *Journal of social issues*, 57 (3), 615-631.

- Bütünleşmede baskın kültür benimsenmekte ve öz kültür korunmaktadır.
- Ayrılmada baskın kültür benimseme düşüktür, öz kültür korunmaktadır.



▪ Asimilasyonda ise baskın kültür benimsenmektedir ve öz kültür korunmamaktadır.

▪ Marjinalleşme kategorisinde ise her iki kültür de benimsenmemektedir (Berry, 2001).

Berry'nin (1997) araştırmasında, adaptasyon, iki kültürlü kimliğe saygı ve bütünleşme tutumunun daha iyi psikolojik uyum ve okul uyumu için iyi bir yordayıcı olduğu, çok kültürlü toplumlarda daha sık görüldüğü bulunmuştur. Ayrılma ve marjinalleşmenin daha düşük düzeyde olumlu sonuçlarla ilişkili olduğu bulunmuştur.

Bazı araştırmalar bütünleşmenin uyum sağlama sürecindeki önemine dikkat çekmekle birlikte, kültürleşme ve psikolojik uyum üzerine yapılan araştırmalarda az sayıda farklı ve çelişkili sonuçlar elde edilmiştir. Özellikle göçmen grubun kendini toplumdan dışlanmış hissettiği durumlarda, aile içi dayanışma ve öz kültürün değerinin artması olarak kendini gösteren ayrılma stratejisinin, daha düşük kültürleşme stresi ve daha iyi psikolojik uyumla ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır (Kağıtçıbaşı, 2010). Lopez ve Contreras (2005) yaptığı araştırmada, bütünleşme ve anadil olmayan dilde yüksek düzeyde yeterliğin psikolojik uyum sağlamayla bağlantılı olduğunu bulmuştur ve anadil olmayan dilde yüksek düzeyde yeterliliğin daha fazla bağlantılı olduğu saptamışlardır.

Şekil 2'de sağ tarafta göçmenin yerleştiği ülkedeki daha geniş toplumun stratejisi yer almaktadır. Çok Kültürlülük; kültürel çeşitlilik için entegrasyon geniş toplumun amacı haline gelmesi durumunda, iki kültürün karşılıklı iyilik yapması olarak adlandırabileceğimiz "Çok Kültürlülük" bütünleşmenin geniş toplumdaki karşılığı haline gelmektedir. Baskın grup tarafından düşünüldüğünde asimilasyon "Eritme Potası" olarak adlandırılabilir (Berry, 2001). Eritme potası (Melting Pot): Amerika tarihinde göçmen asimilasyonunu tarif etmek için kullanılmıştır. Farklı kültürlerin daha uyumlu hale gelmesi için heterojen kültürleri homojen hale getirilmesi anlamına gelir (Hirschman, 1983). Daha geniş grup tarafından etnik grubun ayrılması istenildiğinde ve uygulandığında, bu "Ayrımcılık" olarak adlandırılır. Marjinalleşme için baskın grup tarafından dayatma gerçekleştiğinde bu "Dışlama" tutumu olarak ele alınır (Berry, 2001).

### 1.1.1. Avrupa'daki Göçmenlerin Kültürleşme ve Adaptasyon Paradoksu

Göçmenlerde ruh sağlığı ile ilgili problemlerin sık görülmesi ile ilgili iki hipotez ortaya konulmuştur. İlki, Odegaard (1932)'in önerdiği *seleksiyon hipotezi*:

Bu hipotez muhtemelen ruhsal bozukluk gelişmesine yatkın kişilerin göç etmeye daha yatkın olduğunu öne sürer.

İkincisi Berry ve arkadaşları (1987)'nin öne sürdüğü *stres hipotezi*:

Bu hipotezde göç ve ardından gelen kültürleşme sürecinde yaşanan doğal olarak stresli ve stresin yol açtığı kötüleşmiş ruh sağlığı durumu, marjinalleşme ve yabancılaşma hissi, artmış psikosomatik semptomlar ve kimlik karmaşasına yer veriliyor.

Sam ve arkadaşları (2008), Finlandiya, Hollanda, Norveç, Portekiz ve İsveç'te yaşayan 13-18 yaş arası göçmen gençlerin psikolojik ve sosyokültürel adaptasyonunun yerli akranları ile karşılaştırdıkları araştırmada, psikolojik adaptasyonun düzeyinin cinsiyetten etkilendiği bulunmuştur. Göçmen erkeklerin psikolojik adaptasyonu kızlarınkinden nispeten yüksek bulunmuştur (0.22'e karşı 0.17). Psikolojik adaptasyon ile ergenlerin yaşı ve ebeveynlerin mesleki durumu arasında ilişki bulunmamıştır. Erkeklerde sosyokültürel adaptasyon kızlardan daha düşük bulunmuştur ve daha çok uyum problemi gözlenmiştir. Sosyoekonomik altyapı kontrol edildiğinde, araştırma sonuçları göçmen çocukların yerli akranları ile aynı hatta daha iyi adapte olduklarını göstermiştir.

Göç paradoksunun ayrılmaz parçası ikinci kuşak göçmenlerin yerel akranları ile bir noktada birleşebilmesidir. Araştırmalarda, ikinci kuşakların yerel akranları ile sosyokültürel adaptasyon açısından bir fark bulunmamıştır. Bununla birlikte, psikolojik adaptasyonda böyle bir sonuç bulunamamıştır. Bu çalışmada, ikinci kuşak göçmen gençlerin yerel ve birinci kuşak göçmen gençlerden psikolojik adaptasyon açısından daha iyi durumda oldukları görülmüştür. Burada psikolojik adaptasyon ve sosyokültürel adaptasyon arasındaki farkın birkaç nedeni olabilir. Bu iki çeşit adaptasyon sürecinin farklı zaman ve deneysel belirleyicileri olabilir (Berry, 2006).

Berry'in (2006) belirttiği gibi, "göç sürecinde psikolojik problemler etkileşime geçtikten kısa zaman sonra yükselir, zaman içinde genel düşüş takip eder, sosyokültürel adaptasyonda ise tipik doğrusal gelişme gözlenir". Berry'nin çalışmasında görüldüğü gibi, ikinci kuşak göçmenler daha düşük stres yaşar, dolayısıyla psikolojik adaptasyon

açısından birinci kuşağa göre gelişme gösterir. Önerilenin tersine sosyokültürel adaptasyon, kişinin toplumun kültürünü öğrenmesiyle birlikte doğrusal gelişim gösterir.

### **1.1.2. Etnik Kimlik ve Göç**

Etnik kimlik; kendini tanımlama (self-identification), aidiyet duygusu ve gruba bağlılık konularını içerir (Leibkind, 1992, 2001; Phinney, 1990). Sosyal ve gelişimsel araştırmalarda güçlü etnik kimlik ve psikolojik sağlık arasında ilişki bulunmuştur. Etnik kimlik ve özsaygı arasında pozitif yönde yüksek ilişki bulunmuştur. Sosyal kimlik kuramı (Tajfel & Turner, 1986), grup özdeşimi ve benlik algısı arasında güçlü bağ olduğunu desteklemektedir. Kişiler olumlu sosyal kimlik kazanmak ve devam ettirmek için çaba gösterirler, böylece özsaygılarını arttırmaları. Bu olumlu kimlik, genelde iç grup ve ilgili dış grup arasında uygun karşılaştırmalar yapılarak elde edilir. İstenildiği gibi olmayan kimlikte ise, kişiler daha olumlu ayırt edici özellik elde etmek için gruptan ayrılırlar. Ülkeye yeni gelen göçmenler sıklıkla baskın kültür tarafından olumsuz ve aşağı görülmektedir ve göçmenler grubun değerinin düşürülmesi karşısında sosyal pozisyonunu değiştirebilirler. Ancak göçmen grubun değerinin düşürüldüğü durumlarda kişi içsel atıfta bulunmuyorsa, bu durum kişinin özgüvenini tehdit etmez (Phinney ve ark, 2001).

En sağlıklı psikolojik adaptasyonun bütünleştirilmiş kimlik ile yani etnik kimlik ve yerel kimliğin benimsendiği durumda gerçekleştiği bulunmuştur (Berry, 2001). Ancak bu ilişki etnik gruplar ve bağlamsal faktörlere göre değişiklik gösterebilir. Örneğin, bazı ülkelerde marjinalleşen bireylerde daha sık davranışsal problem görülürken, İsrail’de ayrılma ile davranışsal problemler arasında güçlü ilişki bulunmuştur. Göçmenlerde kimlik ve adaptasyon arasındaki ilişki cinsiyet, göç ettiği yaş ve kaçınıcı kuşak göçmen olduğu gibi diğer ek faktörden de etkilenmektedir. Araştırmalarda genel olarak, bütünleşme veya iki kültürlülük ile genel iyi oluş hali arasında yüksek ilişki bulunmuştur. Çünkü etnik kimliğin azınlık ve göçmen gruplarını tanımlayan karakteristik özellik olarak, baskı uygulayarak asimile etme sonucunda kişide öfke, depresyon ve bir şekilde şiddet ile sonuçlanabilir (Phinney ve ark, 2001).

### 1.1.3. Kültürleşme Stresi

Psikolojik kültürleşme, kolektif Şekilde kültürleŐmeyi deneyimleyen kültürel grupların psikolojik (hem davranışsal hem de iÇsel özellik) deŐiŐimlerine atıfta bulunur. Bu deneyim sonucunda beş farklı sonuÇ ortaya çıkabiliyor. Birincisi, fiziksel deŐiŐimlerdir. Bunlar; yeni mek nda yaŐamaya baŐlamak, yeni tipte ev, artmış nüfus, daha çok kirlilik gibi deŐiŐimlerdir. Hepsinin kültürleşme ile ortak yanları vardır. İkincisi, biyolojik deŐiŐimdir. Bunlar; yeni beslenme Őekli, yeni hastalıklar ve melezlik(farklı uyruktan anne-babaya sahip olmak) olarak sıralanabilir.   nc s , kültürel deŐiŐimdir. Burada, orijinal politik, ekonomik, teknik, linguistik, dini sosyal kurumlarda meydana gelen deŐiŐimler ya da yenisi ile deŐiŐime işaret edilmektedir. Dördüncüsü, dış grup ve i  grubu da içeren yeni sosyal ilişki yapısının kurulma durumudur. Sonuncusu ise, bireysel açıdan psikolojik deŐiŐimlerdir ve yeni çevreye uyum saŐlamak için her zaman ortaya çıkan davranışsal deŐiŐim ve ruh saŐlıĐı durumundaki deŐiŐimleri kapsamaktadır (Berry ve ark. 1987).

Kültürleşme stresi, stres r  kültürleşme süreci olan bir stres türüdür. Ek olarak, genellikle kültürleşme sürecinde ortaya çıkan stresin ruh saŐlıĐının bozulması, marjinalleşme ve yabancılaşma hissi, artmış psikosomatik semptomlar ve kimlik karmaŐası gibi sonuçları vardır (Berry ve ark. 1987).

Araştırma sonuçlarına göre, Kanada'da yaşayan göçmenlerde iyi derecede İngilizce bilmek ile düşük stres düzeyi arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Bu da geniş toplum ile iletişim kurabilme yetisinin önemli faktör olduğunu göstermektedir (Berry ve ark. 1987).

Kültürleşme stresi, "kültürleşme deneyimi ile ilgili algılanan stres" olarak da tanımlanır. "Ana dilimde iletişim kurarken kaygılanırım.", "yeni ortama adapte olurken rahat deŐilim." gibi maddelerin bulunduğu bir derecelendirme  l eği uygulanır. Güney Kore'deki Vietnamlı kadın göçmenlerle yapılan araştırmada, yüksek düzeyde depresif semptomlar ile düşük gelir düzeyi, Kore'de yaŐama süresi ve düşük kültürleşme düzeyi ile yüksek kültürleşme stresi arasında pozitif ilişki bulunmuştur (Cho ve ark. 2017).

#### **1.1.4. Kültürleşme Stresinin Yordayıcıları**

Kültürleşme stresinin yordayıcıları eğitim, kültürleşme stratejisi ve iletişim deneyimidir. Bir, Eğitim genellikle içinde Avrupa kültürünü barındırdığı için tam temastan önce bazı ilk kültürleşme deneyimini sağlar. İkinci ihtimal ise, daha eğitilmiş olan örneklem grubu değişimle baş edebilmek için entelektüel, ekonomik ve sosyal olarak daha çok kaynağa sahip olabilir. Kültürleşme tutumlarından (bütünleşme, asimilasyon, ayrılma ve marjinalleşme) bütünleşmenin düşük stresi ve ayrılmanın yüksek stresi yordadığı bulunmuştur. Son olarak iletişim deneyimi ile ilgili olan değişkenler kültürleşme stresi ile negatif yönde ilişki bulunmuştur. İletişim deneyimi, geniş toplum ve kültürel grup üyeleri ile kurulan iletişimi kapsar (Berry ve ark. 1987).

#### **1.1.5. Küreselleşme**

Küreselleşme, asırlardır süren ticaret, göç, bilgi ve görüş alışverişi sonucu kültürlerin birbirine benzer hale gelmesiyle ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte, son yıllarda telekomünikasyon, ekonomik ve finansal bağımsızlığın artmasıyla birlikte kültürlerin birleşimi dramatik şekilde hızlanmıştır. “Küreselleşme”, dünyanın günümüzdeki geçerli durumuna işaret eden ve yaygın bir şekilde kullanılan bir terimdir (Arnett, 2002). Küreselleşmenin psikolojik sonucu kimlik dönüşümüdür; yani insanların sosyal ortamlarda kurduğu ilişkilerde kendini nasıl algıladığıdır. Küreselleşme ile ilgili dört kimlik alanı dikkat çekmektedir. Bunlardan birincisi iki kültürlü kimliktir. Küreselleşmenin sonucu olarak, çoğu insan iki-kültürlü kimlik geliştirmiştir. Burada kimliğin bir bölümü kendi kökeninden, diğer bölümü küresel kültürden kaynaklanmaktadır. İkincisi, batılı olmayan kültürlerdeki genç bireylerde gözlenen kimlik karmaşasıdır. Küreselleşmeye yanıt olarak ortaya çıkan yerel kültürlerdeki değişim sonucunda genç bireyler yaşadıkları yerde kendilerini ne küresel kültüre ne de yerel kültüre ait hissetmektedir. Üçüncüsü, her toplumda küresel olarak henüz keşfedilmemiş kültürler arasından kendi beğendikleri kültürü seçerek kimlik oluşmasıdır. Dördüncüsü, aşk ve iş hayatındaki kimlik arayışı, ergenlik yıllarının ötesinde, yetişkinliğe doğru geçiş yaptıkları post-adolesan döneme doğru giderek artmaktadır (Arnett, 2002).

## 1.2. Çok kültürlü Kişilik

Maines'in (1978) "İnsan bedeninin her parçasıyla birlikte kimlik de göç eder" ifadesinde vurgulandığı gibi göçün bireysel kimlik değişimi açısından incelenmesi önemlidir. Ward ve arkadaşları (2008) daha önce yapılmış araştırmaların 'kültür şoku' terimini kişilerin yeni kültüre verdiği olumsuz tepki ve kafa karışıklığı olarak gösterirken, yakın zamanda yapılan araştırmalar bu terimin kişilerin değişimle aktif olarak baş etmesi, onların ikinci bir kültürün etkisine maruz kaldıklarındaki duygu, düşünce, davranış ve algılarına odaklandığına dikkat çekmektedir (Dewaele ve Stavans, 2014).

2001 yılı öncesi yapılmış ampirik araştırmalar da dikkate alındığında, kişiliğin kültürlerarası adaptasyonu için yeterli bir yordayıcı olmadığı sonucuna varılmış, ancak Oudenhoven ve Zee tarafından 2000 yılında geliştirilmiş çok kültürlü kişilik ölçeğinin kullanılmasının ardından bu alanda ilerleme kaydedilmiştir. Kültürlerarası adaptasyon sürecinde en başarılı olanların en önemli kişilik özelliklerinin açıklık, dayanıklılık ve pozitiflik olduğu bulunmuştur (Dewaele ve Stavans, 2014).

Zee ve Oudenhoven (2000) Çok Kültürlü Kişilik Ölçeğini geliştirdiği araştırmasında, bugünkü iş dünyasının giderek çok uluslu hale geldiğini ve çalışanların yabancı kültürler içinde operasyon yürütebilme kabiliyeti olması gerektiğini vurgulamıştır. Kişinin aşına olduğu çevresini ve ailesini bırakıp, farklı normlar ve kuralların olduğu yerlerde verimli ve iyi performans sergileyebilmenin kolay olmadığını ve "çok kültürlü etkinliği" ölçmek için Çok Kültürlü Kişilik Ölçeğini geliştirdiklerini ifade etmiştir. Çok kültürlü etkinliği değerlendirmek için bir ölçme aracının kullanılması, uluslararası çalışanların seçimi, çalışanların bireysel eğitim ihtiyaçlarının tespit edilmesi için faydalı olabilir. Araştırmacılar bu tür değerlendirme amacıyla Beş Faktörlü Kişilik Ölçeğinin de kullanıldığını ancak bazı alanlarda yeterli olmadığını öne sürmüşlerdir. Araştırmacılar Çok Kültürlü Kişilik Ölçeği geliştirilirken özellikle Beş Faktörlü Kişilik Ölçeğinin yordayıcılığının ötesine odaklanmışlardır. Araştırmacılar Çok Kültürlü Kişilik Ölçeğinde, uluslararası başarı ile ilgili araştırmalarda görülen yedi alan belirlemişlerdir: Kültürel Empati, Esneklik, Açık Görüşlülük, Eylem Odaklılık, Duygusal Denge, Maceraperestlik/Merak ve Dışa Dönüklük.

Çok kültürlü kişilik ilk aşamada aşağıdaki kavramlarla şekillendirilmiştir:

1. Kültürel Empati: farklı kültürel alt yapıya sahip kişilerin duygu, düşünce ve davranışlarını anlayabilme yetisi.
2. Esneklik: deneyimlerden öğrenebilme yetisi.
3. Sosyal Girişkenlik: sosyal aktivitelerde yer alma ve inisiyatif alabilme.
4. Açık Görüşlülük: farklı kültür normlarına ve başka bir grubun üyelerine açık ve önyargısız tutum sergileme.
5. Duygusal Denge: stresli olaylar karşısında sakin kalabilme yetisi.
6. Eylem Odaklılık: Sonuçlar için çaba gösterme, problemleri çözmek için girişimde buluma ve neyi başarmak istediğini bilme.
7. Maceraperestlik/Merak: Uluslararası çalışanlar yeni ve bilinmeyen durumlardan kaçınmamalıdır. Maceraperestlik/Merak yeni kültürlere açık olmaktan ayrı olarak, yenilikleri aktif olarak arama ve onlara meydan okuma olarak değerlendirilir (Zee ve Oudenhoven, 2000).

İkinci aşamada Çok Kültürlü Kişilik Ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Araştırma sonucunda yedi faktörün bağımsız olmadığı ortaya çıkmıştır ve beş boyuta indirilmiştir. Dışa Dönüklük ve Eylem Odaklılık, Sosyal Girişkenlik alt boyutuna, Maceraperestlik/Merak ise Esneklik alt boyutuna dâhil edilmiştir. Sonuç olarak, Çok Kültürlü Kişilik: Kültürel Empati, Sosyal Girişkenlik, Esneklik, Açık Görüşlülük ve Duygusal Denge alt boyutlarından oluşturulmuştur (Zee ve Oudenhoven, 2000).

Oudenhoven ve Zee (2002), 16 – 31 yaş aralığındaki 305 uluslararası öğrenci ile yaptığı araştırmada, çok kültürlü kişilik envanterinin fiziksel sağlık, ruh sağlığı, öznel iyi oluş ve akran desteğini önemli ölçüde yordadığı bulunmuştur. Araştırmada, Kültürel Empati, Sosyal Girişkenliğe ek olarak Duygusal Denge öğrencilerin uyum düzeyi için yordayıcı olarak bulunmuştur. Akademik programın başlangıcında uluslararası öğrenciler muhtemelen yeni gelmiş olmalarından dolayı ve yeni zorluklarla karşılaşmış olabileceklerinden iyilik hali yerli öğrencilere göre düşük düzeyde bulunmuştur. Araştırmacılar, bu koşulda stresli olaylar karşısında sakin kalabilme, karşı kültürden kişilerin duygu, düşünce ve davranışlarını anlayabilme ve sosyalleşme yetisinin adaptasyon sürecinde destek alma, ruh sağlığını koruyabilme veya yeniden

kazanabilmek için önemli olduğunu vurgulamışlardır. Araştırmada, Çok Kültürlü Kişilik Envanteri akademik performans için de yordayıcı değişken olarak bulunmuştur.

Oudenhven ve arkadaşları (2003) tarafından Tayvan'da görev amaçlı bulunan 102 göçmenle yapılan araştırmada, Kültürel Empati ve Duygusal Denge, Yaşam doyum ölçeği ile değerlendirilmiş bireysel uyum için yordayıcı olarak bulunmuştur. Araştırmada Duygusal Denge fiziksel sağlık ile ilişkili bulunmuştur. Duygusal Denge, Sosyal Girişkenlik psikolojik sağlık için yordayıcı değişken olarak bulunmuştur.

Chen ve arkadaşları (2008) tarafından yapılan kişilik özellikleri, iki kültürlü kimlik, iki dillilik ve psikolojik uyumun araştırıldığı bir çalışmada, psikolojik uyum için nörotizmin en güçlü yordayıcı olduğu bulunmuş. İki dilde yeterliliğin ve kültürel kimliklerin algılanan entegrasyonun olumlu psikolojik sonuçlar için önemli olduğu bulunmuştur. Martinez ve Haritatos (2005), iki kültürlü kişilerde (iki kültürlü kimlik bütünleşmesi olan bireylerde) deneyimlere açıklığın yüksek, nörotizm düşük olduğunu bulmuşlardır. Öğrenci değişim programına katılan öğrenciler ile yapılan bir araştırmada; öğrencilerin Esneklik, Sosyal Girişkenlik, Açık Görüşlülük, Duygusal Denge puanları (Kültürel Empati dışında) karşılaştırılmıştır. Çok dilli ve çok kültürlü gençlerin, Açık Görüşlülük ve Kültürel Empati puanı tek kültürlü ve tek dilli gençlere göre yüksek bulunmuş, ancak Duygusal Denge puanı düşük bulunmuştur (Leong, 2007).

İngilizce online ölçek uygulanan ve 2158 kişinin katıldığı araştırmada, belirsizliğe tahammül düzeyi ile bilinen dil sayısı arasında ilişki bulunmuştur (Dewaele ve Wei, 2011). Bir diğer araştırmada, erkekler Duygusal Denge alanında, kadınlar da Kültürel Empati alanında daha yüksek puan almıştır. Gençler Sosyal Girişkenlik alanında, yaşça büyük olanlar da belirsizliğe tahammül alanında daha yüksek puan almış (Dewaele ve Stavans, 2014).

### **1.3. Göç'ün Yeniden Değerlendirilmesi**

Bacigalupe ve Camara (2012) göçü, günümüzdeki değişen koşullar ve teknoloji gelişiminin insanların iletişimine olan etkisi çerçevesinde yeniden değerlendirmiştir. Bu araştırmacılara göre, psikolojik değerlendirme ve müdahale, göçmen ailelerin tarihi komplikasyona bağlı olarak psikolojik ilkel yapıya nüfuz eden iki yapıya dayanmaktadır. Birinci yapı; Göç araştırmalarının bilimsel çerçevesi kişiyi, göç alan ülkedeki deneyimlerini yurtdışındaki mevcut geniş ve kuşaklararası aile üyeleri ve



topluluklar tarafından izole olmuş gibi ele alır. Bu görüşe göre ilk yapı kayıp ve üzüntü içerir ve sonrasında bu kayıp çok yönlü ilişki yapısında birleştirilir. İkinci yapı ise, kültürleşme ve onun psikolojik türevi, kültürleşme stresini ele alınır.

Göç; insanları, toplulukları, nesnelere ve kültürel ve etik ve estetik pratikleri içeren çoklu kayıp deneyimi çerçevesinde modellenmektedir. Bağlanma kuramına göre, pozitif çıkarım olarak göçmen kuşak yaşamı kolaylaştıran yeni bir kimlik oluşturur. Stres, travma, depresyon ve diğer semptomlarla sonuçlanan kayıp ve üzüntü temaları genellikle göç ile ilgili klinik bakış açısıyla ilişkilendirilmiştir (Bacigalupe ve Camara, 2012). Bolwby (1980), yası kişinin sevdiği birini kaybetmeye karşı verdiği psikolojik tepki olarak tanımlamıştır. Klinisyenlerin göçmenleri bu çerçevede değerlendirmesi gerektiğini belirtmiştir.

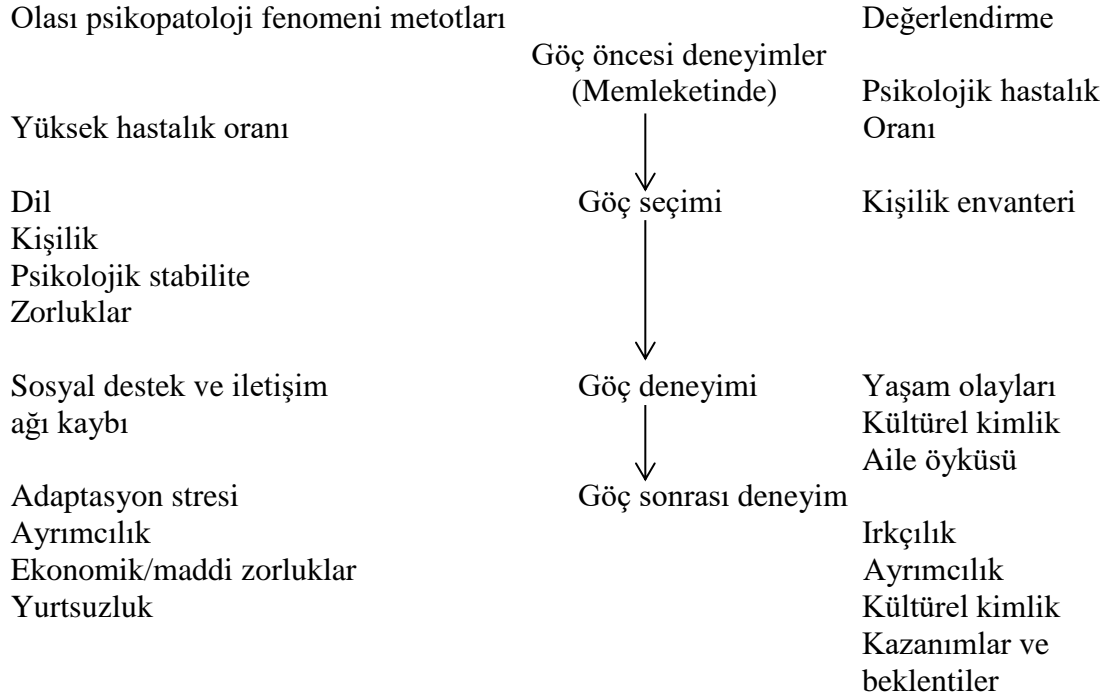
Son yıllarda teknolojinin gelişimi ile birlikte göçmenlerin aile üyeleri ve sevdikleriyle görüşme olanağı çok daha kolaylaşmıştır. Görüntülü arama ve mesajlaşma her an her yerde gerçekleşebilmektedir. Bu nedenle göç ile ilgili geleneksel bakış açısı yeniden değerlendirilmelidir. Alternatif senaryo şu şekilde olabilir; klinisyen değerlendirme yaparken yurtdışında bulunan aile üyelerini ve onların birçok karara olan etkisini göz önünde bulundurmalıdır. Göçmenin yaşadığı kayıp yeniden kavramsallaştırmayı gerektirir mi? Ailelerin teknolojik iletişimi sürdürmesi, onlardan destek alması, farklı yapıdaki ihtiyaçları karşılamak için daha faydalı hale gelebilir mi? “Uluslararası aileler”, bilişim ve iletişim teknolojileri ana akım haline gelmeden önce de vardı. Yukarıda sözü edilen teknolojilerin, ailelerin iletişim kurmak için geliştirildikleri yeni yollar nedeniyle göçmen psikolojisini değiştirme potansiyeli olabilir. Bu değişim için, klinik çalışmaların psikoloji ve danışmanlık mesleğindeki daha dayanıklı ve güç odaklı yaklaşım ile paralel gitmesi gereklidir. Göç psikolojisi ile ilgili göze çarpan kavramlar yeni gerçekleri yansıtmıyorsa, klinisyenlerin yaklaşımları yeterli olmayabilir (Bacigalupe ve Camara, 2012).

#### **1.4. Göç ve Ruh Sağlığı**

Göçmenlerin ruh sağlığı ile ilgili yapılmış 20 araştırmanın incelendiği meta-analizde, 17 Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) araştırması bildirilmiştir. Araştırmalara toplam 5499 göçmen dâhil edilmiştir. Araştırmalar yedi ülkede yapılmış ve göçmenler Asya, önceki Yugoslavya, Orta Doğu ve Merkezi Amerika olmak üzere

dört ana bölgeden gelmiştir. Katılımcıların % 9'u TSSB tanısı almıştır ve araştırmalar arasında önemli derecede farklılık görülmüştür (%99 güven aralığı %8-%10). Majör depresif bozukluğun incelendiği en az 200 katılımcının olduğu 14 araştırmada, katılımcıların %5'i (%4-%6) majör depresyon tanı ölçütlerini karşılamıştır ve anlamlı derecede farklılık gözlenmiştir (en yüksek %10, en düşük %2). Sadece beş araştırmada yaygın anksiyete bozukluğu tanısı değerlendirilmiştir. 1423 katılımcının % 4'ünde yaygın anksiyete bozukluğu tanısı bildirilmiştir. Bu meta analizde, batı ülkelerde yaşayan göçmenlerin 1/10'de TSSB tanısı, 1/20'de majör depresyon tanısı ve 1/25'de yaygın anksiyete bozukluğu görülmüştür, muhtemelen çoğu kişide bu patolojiler aynı anda görülmektedir. Bu oranlar Amerika popülasyonu ile karşılaştırıldığında, batı ülkelerindeki göçmenlerin aynı yaş grubundaki Amerikalılara göre 10 kat daha fazla TSSB tanısı ihtimali vardır (Fazel, Wheeler, Danesh, 2005).

Göç süreci sadece bir durum değil, uzun bir süre boyunca sosyal ve bireysel düzeydeki faktörlerden etkilenen bir olaylar serisidir (Şekil 3) (Bhugra, 2004). Örneğin, kişinin göç öncesi dönemdeki sosyal becerileri, kendilik ve psikolojik, sosyal ve biyolojik zayıf noktaları kişinin göç sonrası süreçteki uyum sağlama sürecinde önemli rol oynar. Bunlar, göçün gönüllü veya zorunlu doğasından daha fazla etkilenecektir. Göçmenler ekonomik veya istekli oldukları nedenlerle göç etmeyi tercih edebilirler veya toplum onları bu seçim için zorlayabilir. Zorlamanın veya sürüklemenin doğası bireylerin göçe olan tepkisini belirler. Yine, göçün etkisini araştırırken gönüllü veya zorunlu göçün doğası göz önünde bulundurulmalıdır. Zorlanmanın veya sürüklenmeye ek olarak, göç sürecinde geçilen coğrafik uzaklık başlangıçta yaşanan stres için anahtar rol oynamaktadır. Mesafe ne kadar uzak olursa yaşanan gerçeklik değişimi o kadar büyük olur. Bu faktörler göç hareketleriyle birleştirildiğinde karmaşık bir resim ortaya çıkmaya başlar (Bhugra, 2004).



Şekil 3. Göç ve psikopatoloji basamakları

Kaynak: D. Bhugra: Migration and Mental Health (2004).

Göçün dört basamağında; göç öncesi, başlangıç evresi, orta evre ve son evre yer almaktadır. Her evrede stres kaynakları farklıdır ve dolayısıyla stresöre farklı tepki verme olasılığı bulunmaktadır. Bu basamakların, göçmenin ailesine de farklı düzeyde etkileri vardır (Bhugra, 2004).

#### 1.4.1. Göç ve Şizofreni

Şizofreninin, göçmenlerde görülme olasılığı yerel halka göre anlamlı derecede yüksektir. Birçok ülkede yapılmış araştırmaları bunu doğrulamıştır. Ancak nedenleri ise farklı şekillerde açıklanabilir:

a. *Gönderen ülkede şizofreni oranı yüksektir;* bir dönem göçmenlerin geldikleri ülkelerde şizofreni oranının yüksek olduğu düşünülüyordu. Buradaki temel öneri biyolojik faktörlerin şizofreni tanı oranı üzerinde rol oynadığı. Ancak bu neden ölçme ve değerlendirme araçlarındaki farklılıklardan da kaynaklanıyor olabilir. Örneğin az gelişmiş ülkelerde ölçme araçları da daha az gelişmiştir. Bu nedenle gelişmiş ülkeler ile az gelişmiş ülkeler arasında şizofreni tanı oranı farklılık gösteriyor olabilir.

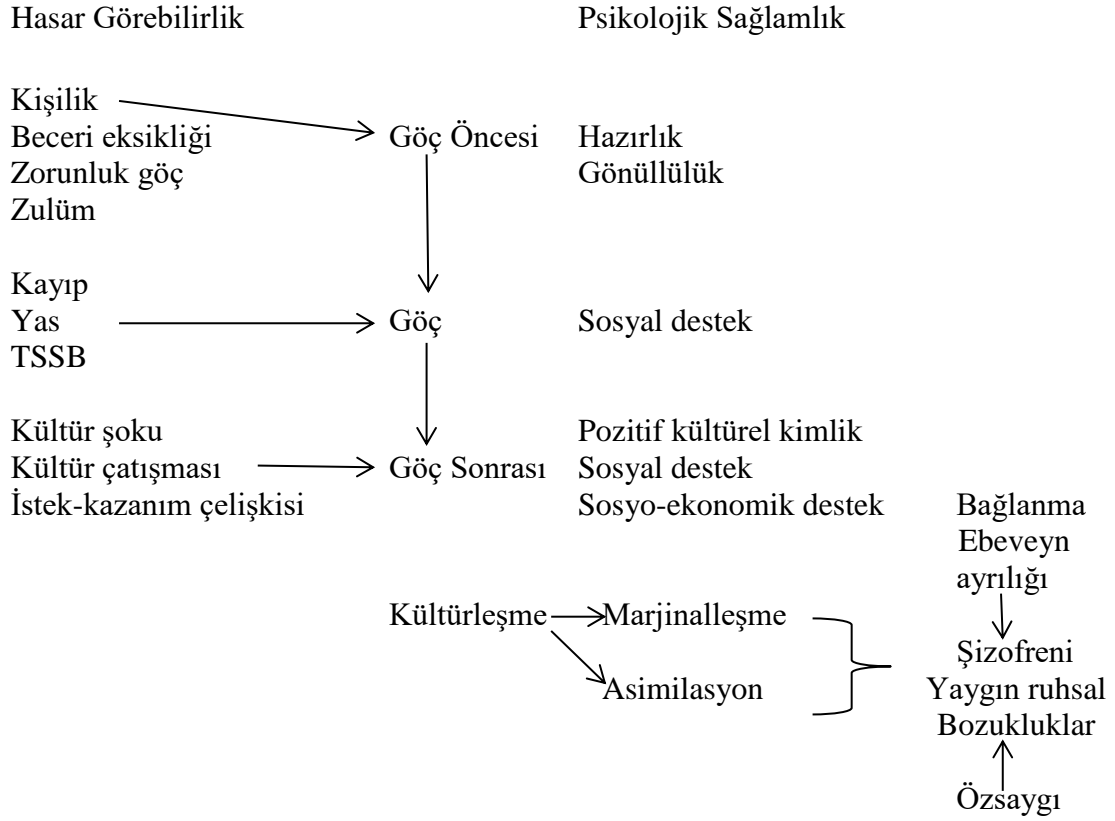
b. *Şizofreni bireyleri göçe eğilimli hale getiriyor olabilir;* kırılabilir kişilerin göç ettiği ve göç stresinin şizofreniyi tetiklediği doğru olabilir. Ancak, bu önerinin bazı

eksiklikleri var. Birincisi, uzun mesafeli göçün gerçekleşmesi için göç edecek kişinin bir dizi engellerin üstesinden geliyor olması gerekir. İkincisi, bu hipotez doğruysa tüm göçmen gruplarında şizofreni oranlarının yüksek olması gerekir ve araştırmalarda bu sonuca rastlanmamıştır.

c. *Göç stresi arttırıyor ve şizofreni oranını arttırıyor olabilir;* Bhugra bunun doğrulanması zor bir hipotez olduğunu ileri sürmüştür. Çünkü araştırmalarda genellikle ruhsal bozuklukların görülme sıklığına bakılmıştır ve göçmenler ve yerliler arasında beklenenden daha az fark gözlenmiştir. Göç sürecinde yaşanan stres, örneğin, işsizlik, ırkçılığın neden olduğu ekonomik ve siyasi dezavantajlar devam eden çeşitli zorluk ve stres durumlarına katkı sağlayabilir. Eğer kültürel kimlik oluşmamış ve özgüven eksikliği var ise ve benlik zayıf tanımlanmış ise, yaşanan stres şizofreniyi tetikleyebilir.

d. *Yüksek oranlar yanlış tanı nedeniyle olabilir;* Kültürel farklılıklar ve dil konusunda yaşanan zorluklar yanlış tanı oranını arttırıyor olabilir.

e. *Semptom farklılığı;* Bhugra ve arkadaşları (2000), İngiltere'deki Afro-Karabiyenlerin karşılaştırıldığı araştırmasında onların referans sanrıları ve paranoya ile başvurduklarını göstermiştir. Trinidad'ların ise endişe ve iritabilite gibi spesifik olmayan semptomlarla başvurdukları ve Trinidad'larda zarar görme sanrısı ve cinsel sanrıların görülmediğini, Asyalıların yarısından fazlasının histerik semptomlarla başvurduklarını göstermiştir (Bhugra, 2004).



Şekil 4. Göç ve psikiyatrik bozuklukların hipotetik modeli

Kaynak: D. Bhugra: Migration and Mental Health (2004).

#### 1.4.2. Göç ve Depresyon

Göçmenlerde depresyon görülüyorsa eğer, psikanalitik teoriye göre kayıp ve melankoli görüşü bu durumu açıklayabilir. Statü kaybı, sosyal destek kaybı ve belirli ilişkilerin kaybı gibi yaşanan spesifik kayıplar, yas ve keder hissine eklenebilir. Bu yasin çözülmesi belki bağlanma stili, sosyal desteğin varlığı, sosyal statünün kaybı veya kazanımı ve diğer faktörlerden etkileniyor olabilir (Bhugra, 2004).

Sonuç olarak, göç karmaşık bir olgudur. Bireysel göç süreci farklı stresörlerin yer aldığı ve tepki oluşturduğu göç öncesi, göç süreci ve göç sonrası gibi basamaklar serisinden geçer (Şekil 4). Bu içsel ve dışsal stresörler bireyin zorunlu veya gönüllü göç etmesine göre sonucu etkiler. Klinisyen mutlaka göç sürecindeki ve sosyokültürel uyum sürecindeki heterojenliği göz önünde bulundurmalıdır (Bhugra, 2004).

## **1.5. Travma Sonrası Büyüme**

Kişinin savaş, doğal afetler gibi yaşam tehdidi sonucu zorunlu göç etmesi, gittiği ülkede ayrımcılığa uğraması, uzun süre yakınlarından uzak kalması, dil ve konaklama problemi gibi kişinin fiziksel ve ruhsal bütünlüğünü tehdit eden olaylar yaşaması ve bunlarla baş etme yollarının felce uğraması kişide TSSB, depresyon ve uyum bozukluğu gibi ruhsal hastalıklara neden olabilir.

Tersine, Tedeschi ve Calhoun (2004) tarafından travmatik yaşantı sonrası kişide olumlu yönde değişimin ortaya çıkabileceği savunulmaktadır ve bu olumlu değişim travma sonrası büyüme olarak adlandırılmıştır. Travma sonrası büyüme beş farklı alanda meydana gelmektedir. Bunlar yaşamın daha fazla takdir edilmesi ve önceliklerin yeniden değerlendirilmesi, daha yakın ilişkiler geliştirilmesi, kişinin kendi gücünün daha çok farkına varması, yaşamındaki yeni olasılıkların farkına varması ve ruhsal olarak gelişim şeklinde sıralanmaktadır (Cho & Park, 2013).

### **1.5.1. Organizmik Değerlendirme Teorisi**

Joseph ve Linley (2005), hümanistik psikoloji çerçevesinde travma sonrası büyümeyi “Organizmik Değerlendirme Teorisi” ile açıklamıştır. Bu teori, insanların aktif ve büyüme odaklı organizmalar olduğunu varsaymaktadır. İnsanların psikolojik deneyimlerini benlik algısı ile bütünleştirmeye ve sosyal grup ve yapılara entegre etmeye eğilimli olduklarını öne sürmektedir. Bu teorinin temelini oluşturan ana fikir; her bireyin, refah ve tamamlanma arayışı içinde olduğu, hayattaki kendinin en iyi yönlerini bilmeye doğuştan eğilimli olduğu varsayımdır. Bu doğuştan gelen eğilim organizmik değerlendirme süreci olarak tanımlanmaktadır. Bununla birlikte, sosyal çevrenin, bireyin ihtiyaçlarını, değerlerini ve arzularını ya kolaylaştırdığı ya da engellediği ölçüde, birey, kendi organizmik değerlendirme süreci ile hareket edebilir. Bireyler travma deneyiminden sonra anlam arayışına girer ve olayların neden yaşandığı, nasıl yaşandığını sorgularlar. Eğer anlamlandırmakta başarılı olurlarsa, olayı özümseme veya uyum sağlama gerçekleşebilir. Yalom ve Lieberman (1991), organizmik değerlendirme süreci devreye girerse ve bireyler olayın gündeme getirdiği varoluşsal konuları açıklamaya çabalarsa bireylerin bu anlam arayışına başladığını ifade etmiştir.

Travmatik olayın kişinin hayatına yön vermesine, dünya görüşüne ve hayat felsefesine olan etkileri nelerdir? Bu tür sorular, travmatik malzemeye uyum sağlamak

ve onu ruhlarına tam olarak entegre etme arayışı için gereklidir. Uyum sağlama olumsuz sonuçlanırsa, bu önem/değer soruları çaresizlik ve umutsuzluk reaksiyonlarına neden olur (“Dünya, kötü şeylerin rastgele yaşandığı ve benim hiçbir şey yapamadığım kötü bir yerdir” gibi). Olumlu sonuçlanırsa, bu önem/değer soruları, insanların ilişkilerini, güçlerini, dayanıklılıklarını, yaşam felsefelerini yeniden değerlendirdikleri ve daha çok takdir ettikleri sonucuna gider (“Kötü şeyler yaşanabilir, bu yüzden her gün benim son günümüş gibi dolu yaşamalıyım.” gibi) (Joseph ve Linley, 2005).

Ayrıca araştırmacılar, travmaya yanıtındaki bireysel farklılıkları organizmik değerlendirme teorisinde yer alan dört faktör ile açıklanabileceğini öne sürmüştür. Birincisi, kişinin travma öncesi hayatı ile yaşadığı travma arasındaki çatışma ve uyumsuzluk derecesi (degree of disparity,). İkincisi, travma öncesi kişiliğin, Organizmik Değerlendirme Süreci ile uyumun. Üçüncüsü, insanların Organizmik Değerleme Süreci ile uyumu; büyümenin Organizmik Değerleme Teorisinde, insanların Organizmik Değerleme Sürecinin zorlu ve çaba gerektiren süreç olduğunun bilincinde olması onların organizmik değerlendirme sürecinin farkında olmasında belirleyici faktördür. Dördüncü faktör, sosyal çevrenin travmatik olay sonrasında Organizmik Değerleme Sürecinin engelleyip engellemediğidir. Sosyal çevre bireylerin özerklik, güven ve ilişki ihtiyaçlarını karşılayabiliyor olması olumlu uyum sağlamayı ve anlam arayışını kolaylaştırır (Joseph ve Linley, 2005).

Scrignaro ve arkadaşları (2011) kanser hastaları ile yaptıkları araştırmada, büyüme deneyimi ile temel psikolojik ihtiyaçlar olan özerklik, güven ve ilişki kurmanın ilişkisini değerlendirmiştir. Travma sonrası büyüme ile özerklik-destekleyici yaklaşımla bakım verme arasında pozitif korelasyon bulunmuştur. Ancak, ne sosyal desteğin üç işlevsel bileşeni (aidiyet desteği, değer verme desteği, maddi destek ve özgüven) ne de diğer başa çıkma stratejileri travma sonrası büyüme ile ilişkili bulunmuştur. Araştırmacılar, stresörlerle ve kanser tecrübesiyle ilişkili problemlerle uğraşma ve onlarla başa çıkma konusunda girişimde bulunuyor olmanın da çok önemli olduğu, daha önceki araştırmalara da bakıldığında, bir başa çıkma stratejisine başvuruyor olmak travma sonrası büyümeyi arttırdığı sonucuna varmıştır. Bu sonuçların, post travmatik büyümenin travmatik ya da stresli deneyimin doğrudan bir sonucu olarak ortaya çıkmadığını varsayan teorik modellerle tutarlı oldukları öne sürülmüştür. Bu süreç bireyin travma sonrasında yeni gerçeklerle mücadele etmesidir ve bu travma sonrası

büyümenin hangi boyutta gerçekleştiğini değerlendirmede önemlidir (Scrignaro ve ark, 2011).

### **1.5.2. Travma Sonrası Büyümenin Bir Sonuç Olarak Ele Alınması**

Schaefer ve Moos'un (1992) oluşturduğu "hayat krizi ve değişimin pozitif sonuçları" modelinde, çevresel ve kişisel faktörlerin yaşanan kriz deneyimi ve sonrasını şekillendirdiği vurgulanmıştır. Kişisel boyut; sosyo-demografik özellik ve kişisel kaynakları (öz-yeterlilik, Esneklik, iyimserlik, öz-saygı, uyumlu olma, motivasyon, sağlık durumu, daha önceki kriz deneyimi) kapsamaktadır. Çevresel faktörler; kişilerarası ilişkiler, aile desteği, arkadaşlar ve ekonomik statü gibi diğer yaşam koşullarını içermektedir. Olaya ilişkin faktörler; yaşanan krizin şiddeti, süresi ve zamanı kapsamaktadır (Cho & Park, 2013).

Tedeschi ve Calhoun (1995, 2004) revize ettiği travma sonrası büyüme modelinde: travmatik olay yaşandıktan sonra bireyin bazı önemli hedefleri ve dünya görüşü zarar görür ve bu bireyin daha üst düzeydeki hedeflerine, inançlarına zarar verir ve duygusal sıkıntı ile başa çıkma becerisini zorlar. Bu modelde travma sonrası büyümenin yordayıcıları; kişinin travma öncesi karakteri, kendini açma düzeyi, temel şemaları, inançları ve hedefleridir (Cho & Park, 2013).

### **1.5.3. Travma Sonrası Büyüme ve Ruh Sağlığı**

Travma sonrası büyüme ile ruh sağlığı ilişkili görünmektedir. Travma sonrası büyüme klinik araştırma çerçevesinde ele alınmış olsaydı, ruh sağlığının kişilerin travmadan etkilenme düzeylerinde değişiklik yarattığı farz edilirdi. Hiçbir etkisi yoksa o zaman travma sonrası büyüme sadece sosyal, bilişsel veya kişilik psikoloji alanında ele alınan ilginç bir olgu olurdu (Cho & Park, 2013).

Çoğu çalışmada travma sonrası büyüme ve travma sonrası stres bozukluğu semptomları arasında herhangi sistematik bir ilişki bulunmamıştır (Cho & Park, 2013).

Frazier ve arkadaşlarının (2001) cinsel saldırı mağdurları ile yaptığı boylamsal çalışmada depresyon ve travma sonrası büyüme arasında anlamlı negatif ilişki bulunmuştur (Cho & Park, 2013).

Park ve Fenster (2004) strese ilişkin büyümenin bireylerin hayatına olan etkisini çalışmıştır. Çalışmada, strese bağlı büyüme ile psikolojik uyumun ilişkisi



değerlendirilmiştir ve büyümenin olumlu ruh hali (positive state of mind) ile bağlantılı olduğu bulunmuştur, ancak depresif semptomlarla ilişki bulunmamıştır. Araştırmacılar bunun sebebinin depresif belirtilerin önceki bir olaydan kaynaklanan stres ilişkili büyümenin minimal olması gibi diğer birçok faktörden etkileniyor olabileceğini söylemişleridir.

Travma sonrası büyüme ve olumlu uyum sağlama endeksi açısından yapılan araştırmalar, travma sonrası büyüme göstermiş katılımcıların travma sonrası büyüme göstermemiş katılımcılara göre daha yüksek düzeyde öz-saygı, daha düşük düzeyde anksiyete ve daha çok huzur deneyimi olduğunu göstermektedir (Cho & Park, 2013).

#### **1.5.4. Travma Sonrası Büyüme ve Yordayıcı Değişkenleri**

Travma sonrası büyüme ile ilgili yapılmış araştırmalarda bazı kişilik özellikleri ve baş etme becerilerinin yordayıcı değişken olduğu sonucuna varılmıştır.

Park ve Fenster (2004) büyümenin gerçekleşebileceği süreçlerle ilgili teorileri incelediği makalede, strese bağlı büyümenin dünya görüşündeki değişimlerin sonucu olmadığı görüşü ön plandadır. Öte yandan, bu makalede hem başa çıkma becerileri hem de bilişsel süreçlerin stresli bir deneyimin ardından büyümenin oluşumunda rol oynadığı bildirilmektedir. Başa çıkma modelinin sonuçları, bireylerin stres ile başa çıkma çabaları yaşadıkları büyümeyi belirledikleri görüşünü desteklemektedir. Kişisel kaynaklar olarak belirtilen dindarlık ve hakim olma (bireylerin algıladıkları kendi hayatına hakim olma boyutu), çoklu başa çıkma yolu aracılığıyla strese bağlı büyümeyle pozitif ilişki bulunmuştur.

Wenchuan depreminden 42 ay sonra ergenlerle yapılmış travma sonrası büyüme ve kişilik arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada, kişilik, travma sonrası büyüme ve pozitif bilişsel başa çıkma arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Pozitif bilişsel başa çıkmanın, kişilik ve travma sonrası büyüme için aracı değişken olduğu bulunmuştur (An ve ark. 2017).

Joseph ve arkadaşları (2012) “Travma sonrası büyümenin duygusal-bilişsel süreçler modelini” ortaya koymuşlardır. Bu modele göre, “duygusal-bilişsel süreçler olayların bilişsel değerlendirilmesi, duygusal durum ve bireyin travma öncesi ile ilgili varsayımları yeni travma ile ilgili bilgilerle bağdaştırmaya çalışarak başa çıkma döngüsü boyunca gerçekleşir. Ancak bu döngü travma öncesi varsayımsal dünya ile

yeni travma ile ilgili bilgiler arasındaki uyumsuzlukların çözümüne kadar devam etmektedir” şeklinde ifade edilmiştir.

### **1.6. Araştırmanın Gerekçesi ve Amacı:**

Günümüzde göç oranı giderek artış göstermektedir ve sonucunda çeşitli uyum sağlama açısından zorluklar meydana gelebilmektedir. Bu süreçte kimi göçmen başarılı bir uyum sağlama süreci geçirirken azımsanmayacak oranda bir grup da çeşitli ruhsal hastalık tanısı alabilmektedir. Bu araştırmanın amacı Türkiye’deki göçmenlerin adaptasyon, çok kültürlü kişilik özellikleri, travma sonrası büyüme ve iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemektir.

#### **1.6.1. Hipotezler:**

1. Türkiye’deki göçmenlerin sosyokültürel uyum düzeyi ile ikamet süresi arasında pozitif yönde ilişki vardır.
2. Türkiye’deki göçmenlerin sosyokültürel uyum düzeyi ile çok kültürlü kişilik özellikleri arasında pozitif yönde ilişki vardır.
3. Türkiye’deki göçmenlerin depresyon ve/veya anksiyete belirti düzeyleri ile sosyokültürel uyum düzeyi arasında negatif ilişki vardır.
4. Türkiye’deki göçmenlerde travma sonrası büyüme ile ikamet süresi arasında pozitif yönde ilişki vardır.
5. Türkiye’deki göçmenlerde travma sonrası büyüme ile ruhsal belirtiler arasında negatif yönde ilişki vardır.
6. Türkiye’deki göçmenlerde travma sonrası büyüme ile çok kültürlü kişilik özellikleri arasında pozitif yönde ilişki vardır.

### **1.7. Araştırmanın Önemi**

Sosyolojik ve psikiyatrik araştırmalar göçün negatif yönüne odaklanırken, son zamanlarda yapılan araştırmalar göçün pozitif sonuçlarına da odaklanmaktadır. Sonuç olarak, bazı göçmenler iyi bir şekilde yerleşiyorlar, iş buluyorlar, kendilerini iyi hissediyorlar ve deneyimlerinden pozitif yönde bahsediyorlar (Phinny ve ark. 2001). Bu pozitif yöndeki değişimi ölçen travma sonrası büyümenin, deneyimlerden öğrenebilme

özelliğini gösteren Esneklik ile güçlü ilişki göstermesi hipotezleri destekler nitelikte olacaktır.

Sonuç olarak, bu araştırma, göçmenlere yapılacak psikolojik danışmanlık sürecinde, hem kendi etnik kimliğinin korunması hem de bulunduğunu ülkenin ulusal kimliğini korumasının güçlü entegrasyon için önemli olduğu; Esneklik, Açık Görüşlülük, Sosyal Girişkenlik ve Kültürel Empati gibi özelliklerin hem göçmen hem de ev sahibi toplum için uyum sağlama sürecini etkileyecek kişilik özellikleri olduğunu vurgulamak açısından önem taşımaktadır.

### **1.8. Varsayımlar**

Araştırmada kullanılan ölçekleri katılımcıların samimi cevapladıkları varsayılmıştır.

### **1.9. Sınırlılıklar**

Araştırma kâğıt kalem ile anket uygulama şeklinde gerçekleştirildiği için katılımcıların bilgi saklama yönünde eğilimi olabileceği araştırmanın kısıtlılığı olabilir. Araştırmada katılımcıların travma yaşantı geçmişinin sorgulanmaması bir diğer kısıtlılık olabilir. Araştırmada kontrol grubu oluşturulup örneklem ile karşılaştırılmaması araştırmanın kısıtlılıkları arasındadır. Örneklem sayısının az olması ve heterojen etnik gruba ait katılımcılardan oluşması araştırmanın önemli kısıtlılıklarındandır. Araştırmanın örneklemini Türkiye'deki göçmenleri temsil etmemektedir.

## BÖLÜM 2. YÖNTEM

### 2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma nicel bir araştırmadır. Çalışmanın örneklemini ve konusu itibarıyla kesitsel araştırma yapılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçekler arasında ilişkiisel istatistik analizi yapılmıştır.

### 2.2. Örekleme

Araştırma örneklemini Türkiye’de yaşayan 18 yaş üstü Türkiye’de eğitim görmekte olan veya çalışan yabancı uyruklu bireylerden rastgele seçilerek oluşturulmuştur. Veriler toplanmasında kartopu örnekleme yöntemi kullanılmıştır ve kâğıt kalem ile anket doldurma şeklinde uygulanmıştır. Ölçekler Türkçe uygulanmıştır. Araştırmaya Türkiye’de yaşayan 18-69 yaş aralığındaki yabancı uyruklu 73 kişi katılmıştır. Örnekleme 41 kadın (% 56.2) 32 erkek (% 43.8) katılımcı yer almaktadır. Katılımcıların %80.2’i üniversite ve üzeri, % 13.7’si lise ve % 4.1’ü ilkokul eğitim düzeyindedir. Katılımcıların % 54’si gelir düzeyini asgari ücretin üstü, % 28’i asgari ücret, % 17.3’ü de asgari ücretin altı olarak işaretlemiştir. Örneklemin % 85.3’ü Türkiye’ye kendi isteği ile geldiğini, % 9.3’ü ise Türkiye’ye kendi isteği ile gelmediğini belirtmiştir, % 5.3’ü bu soruyu cevaplamamıştır.

Katılımcıların uyruğuna göre sıklık ve yüzdelerik değerleri Tabloda 1’de gösterilmiştir. Katılımcıların % 21.3’ünün Türkçe seviyesi temel seviyede, % 26.7’si orta seviyede ve % 52’sinin ileri seviyededir. Katılımcıların Türkiye’ye gelme sebebi; % 48 eğitim, % 18.7 iş, % 14.7’si diğer, % 13.3 evlilik, % 4’ü sığınma. Katılımcıların % 57.5’i bekâr, % 25.3’ü evli, % 17.8’i daha önce evlilik yaşamış.

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada Sosyal Kültürel Uyum Ölçeği, Çok Kültürlü Kişilik Ölçeği Kısa Formu, Travma Sonrası Büyüme Envanteri, Beck Depresyon Ölçeği, Beck Anksiyete Ölçeği, Ruhsal Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R), Demografik Bilgi Formu olmak üzere toplam 7 adet ölçme ve değerlendirme aracı kullanılmıştır.

**Tablo 1.** Katılımcıların uyruğuna ait sıklık ve yüzdelik değerleri

Uyruk	Sıklık	Yüzdelik
Afganistan	1	1.4
Ahıska	1	1.4
Almanya	7	9.6
Avustralya	1	1.4
Azerbaycan	4	5.5
Bulgaristan	2	2.7
Çin	11	15.1
Filistin	1	1.4
Hindistan	1	1.4
Hollanda	1	1.4
İngiltere	1	1.4
İran	18	24.7
Kazakistan	2	2.7
Kırgızistan	4	5.5
Kırım	1	1.4
Moldovya	2	2.7
Norveç	1	1.4
Özbekistan	1	1.4
Rusya	6	8.2
Sırbistan	1	1.4
Suudi Arabistan	1	1.4
Türkmenistan	1	1.4
Ukrayna	3	4.1
Yunanistan	1	1.4
Toplam	73	100

### 2.3.1. Sosyokültürel Uyum Ölçeği

Ward ve Kennedy tarafından 1999 yılında geliştirilmiştir. Şeker ve Akman tarafından 2016 yılında Türkçeye uyarlanmıştır. Her madde 5 basamaklı likert tipi ölçek ile değerlendirilmektedir ve toplam 29 maddeden oluşmaktadır. Ölçek yeni gelen göçmenlerin günlük hayattaki ihtiyaçları karşılarken yaşadığı zorluklar, ev sahibi

toplum ile anlamlı ilişki kurma, ev sahibi kültürün değerlerin anlaşılmasını kapsamaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan, sosyal alanda yaşanan zorluğu ve düşük sosyokültürel uyumu ifade etmektedir. Ölçeğin Cronbach alpha değeri 0.94 olarak bulunmuştur. Ölçeğin madde – toplam korelasyon puanları 0.40 ile 0.71 arasında değişmektedir (Şeker ve Akman, 2016).

### **2.3.2. Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ)**

Beck, Ward ve Mendelson tarafından 1961 yılında geliştirilmiş ölçek Hisli tarafından 1989 yılında Erkal tarafından 1980 yılında Türkçe 'ye uyarlanmıştır. BDÖ depresyonda görülen somatik, duygusal, bilişsel ve motivasyonel bilgileri değerlendirmektedir. Ölçeğin amacı depresyon belirtilerinin derecesini objektif olarak belirlemektir. Puan aralığı: 0-63. Toplam 21 maddeden oluşur. Ölçeğin türü kendini değerlendirme şeklindedir. Alt boyutları; umutsuzluk, suçluluk duygulanımı, kendine yönelik olumsuz duygular, bedensel kaygılardır. Toplam puanın yüksek oluşu, depresyon düzeyinin ya da şiddetinin yüksekliğini göstermektedir (Savaşır ve Şahin, 1997).

### **2.3.3. Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ)**

Epstein, Brown ve Steer (1988) tarafından DSM-III anksiyete bozuklukları başlığı altında yer alan anksiyete belirtilerini ölçmek için geliştirilmiş 21 maddelik ölçektir. BAÖ, bireylerin yaşadığı anksiyete belirtilerinin sıklığının belirlenmesi amacıyla kullanılmaktadır. Gümüş (1995) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 21 maddeden oluşan ölçek 0-3 arası puanlanan Likert tipidir. Puan aralığı: 0-63. Ölçekten alınan toplam puanın yüksekliği, bireyin yaşadığı anksiyetenin şiddetini gösterir (Savaşır ve Şahin, 1997).

### **2.3.4. Ruhsal Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R)**

Ruhsal Belirti Tarama Listesi, bireylerdeki psikolojik belirtilerin ne düzeyde olduğunu ve hangi alanlara yayıldığını belirleme amacıyla Leonard R.Derogatis ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Ruhsal Belirti Tarama Listesi SCL-90-R'nin 9 alt ölçeği vardır, onlar: Somatizasyon, Obsesif-Kompulsif, Kişilerarası Duyarlılık, Depresyon, Kaygı, Öfke-Düşmanlık, Fobik-Reaksiyon, Paranoid Düşünce,

Psikotizimdir. SCL-90-R, “Hiç” den, “İleri derecede” ye doğru 0-1-2-3-4 şeklinde 5 likert tipinden oluşan 90 maddelik ölçektir. Kılıç (1991) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan geçerlilik güvenilirlik araştırmasında, güvenilirlik katsayıları  $P < 0.05$  düzeyinde bulunmuştur, geçerlilik katsayısı 0.42 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre SCL-90-R’in Yükseköğretim gençliği üzerinde geçerliliği açısından uygun olduğu sonucuna varılabilir (Kılıç, 1991).

### **2.3.5. Çok kültürlü Kişilik Ölçeği Kısa formu (ÇKKÖ Kısa Formu)**

Zee ve Oudenhoven tarafından 2000 yılında çok kültürlü etkinliği ölçmek için geliştirilen Çok Kültürlü Kişilik Ölçeğinin kısa formu Zee ve arkadaşları tarafından 2013 yılında geliştirilmiştir. 2014 yılında Sarıçam tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Toplam 40 sorudan oluşmaktadır. 5’li likert tipidir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puanın 200, en düşük puanın ise 40’tır. Ölçek çok kültürlü kişiliği; Kültürel Empati, Esneklik, Sosyal Girişkenlik, Açık Görüşlülük ve Duygusal Denge olmak üzere beş alt boyutta ele almaktadır. Ölçekte 40 maddenin 17’si ters kodlanmaktadır. Ölçek alt boyutları; Kültürel Empati: 1, 6, 18, 23, 27, 32, 36, 37. Esneklik: (5), (14), (17), (24), (26), (28), (35), (39). Sosyal Girişkenlik: (3), (4), 7, 8, 10, (22), 29, 33. Açık Görüşlülük: 2, 9, 12, 13, 15, 19, 30, 40. Duygusal Denge: 11, (16), (20), (21), (25), (31), 34, (38) maddelerden alınan puana göre değerlendirilmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık güvenilirlik katsayıları Kültürel Empati alt boyutu için  $\alpha = .73$ , Esneklik alt boyutu için  $\alpha = .71$ , Sosyal Girişkenlik alt boyutu için  $\alpha = .76$ , Açık Görüşlülük alt boyutu için  $\alpha = .69$ , Duygusal Denge alt boyutu için  $\alpha = .79$ ’dur (Sarıçam, 2014).

### **2.3.6. Travma Sonrası Büyüme Envanteri (TSBE)**

Tedeschi ve Calhoun (1996) tarafından geliştirilen Travma Sonrası Büyüme Envanteri zor olayların faydalarını algılayacak şekilde deneyimleme eğilimini ölçmektedir, ancak odak noktası, bahsi geçen insanların keşfedilebilir veya anlamlandırılabilir çeşitli pozitif yararlarından fayda bulabiliyor ve diğerleri bulamıyor olmasıdır. Kağan ve arkadaşları tarafından 2012 yılında Türkçeye uyarlama çalışması yapılmıştır. Beşli likert tipi olan ölçek 21 maddeden oluşmaktadır. Başkalarıyla ilişki, yeni olasılıklar, kişisel dayanıklılık, manevi değişim hayata değer verme alt boyutları vardır. 723 gönüllü katılımcı ile yapılan Türkçeye uyarlama çalışması sonucu, ölçme

aracı 3 faktörlü bir yapı göstermiştir. Bunlar; Benlik Algısında Değişim, Yaşam Felsefesinde Değişim ve İlişkilerde Değişim olarak sıralanmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık değeri benlik algısında değişim için  $\alpha=0.88$ , başkalarıyla ilişkilerde değişim için  $\alpha=0.77$  ve yaşam felsefesinde değişim için  $\alpha=0.78$  olarak bulunmuştur. Sonuç olarak, Travma Sonrası Büyüme Envanteri Türk katılımcılar için kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır (Kağan ve arkadaşları, 2012).

### **2.3.7. Demografik Bilgi Formu**

Katılımcıların demografik bilgilerine ek olarak Türkiye'ye geliş sebebi, kendi isteğiyle gelip gelmediği, ikamet süresi, yaşadığı yer, medeni durumu, sosyoekonomik düzeyi ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

### **2.4. Verilerin Toplanması**

Araştırma için gerekli olan etik kurulu izni Doğuş Üniversitesi'nden alındıktan sonra veriler toplanmaya başlanmıştır. Veri toplama işlemi Haziran 2019 – Ocak 2020 Tarihleri arasında gerçekleşmiştir. Birinci aşamada 80 katılımcı kâğıt kalem kullanarak anket şeklinde ölçekleri cevaplamıştır. Araştırmaya katılımda gönüllülük ilkesi esas alınmıştır. Katılımcılar ölçekleri doldurmadan önce bilgilendirilmiş onam formu verilmiştir ve araştırma amacı hakkında kısa bilgi verilmiştir. Ölçeklerin doldurulması yaklaşık 40 dakika sürmüştür. Verilerin toplanması tamamlandıktan sonra veriler arasında yedi tanesi yeterli oranda ölçekleri doldurmamış olduğundan örneklemden çıkarılmıştır.

### **2.5. Verilerin Analizi**

Veri toplama işlemi tamamlandıktan sonra IBM tarafında geliştirilen Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) programına veriler girilmiştir ve istatistik analizi yapılmıştır. Programda araştırmada kullanılan ölçeklerin normal dağılıma uygunluk analizi yapıldı. Araştırmada kullanılan ölçek puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasında t-testi ile Mann Whitney U testi yapıldı. Ölçekleri sosyoekonomik düzeye göre karşılaştırmak için tek yönlü Mann Whitney U analizi yapıldı. Ölçekler arasındaki ilişkiyi analiz etmek için Spearman korelasyon analizi yapıldı.



## BÖLÜM 3. BULGULAR VE YORUMLAR

### 3.1. Bulgular

Bu bölümde araştırma hipotezinden yola çıkarak verilerden elde edilen sonuçlardan bahsedilecektir. Normal dağılıma uygunluk testi sonucunda Sosyokültürel Uyum Ölçeği toplam puanı ve ÇKKÖ toplam puanı normal dağılıma uygun olarak bulundu. TSBE toplam puanı, BDÖ, BAÖ ve SCL-90-R toplam puanları normal dağılıma uygun olarak bulunmadı.

#### 3.1.1. Cinsiyete Göre Sosyokültürel Uyum Düzeyi, ÇKKÖ Kısa Formu Toplam Puanı ve Alt Boyutları, ve TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

Sosyokültürel Uyum Ölçeği toplam puanını cinsiyete göre karşılaştırmak için Mann Whitney U testi yapıldı. Cinsiyete göre Sosyokültürel Uyum Ölçeği toplam puanına bakıldığında, kadınlar ve erkeklerin toplam puanı arasında anlamlı fark bulunmadı ( $p = 0.695$ ).

Cinsiyete göre SCL-90-R toplam puanı ve alt boyutları karşılaştırması Tablo 2'de yer almaktadır. SCL-90-R alt boyutları cinsiyete göre karşılaştırıldığında, kadın ve erkeklerin SCL-90-R toplam puanı ve alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadı.

Cinsiyete göre BDÖ puanı karşılaştırıldığında, kadınların toplam puanı ve erkeklerin puanına göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadı ( $p = 0.345$ ).

**Tablo 2.** Cinsiyete Göre SCL-90-R Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	Ort	Ss	Med	Min	Maks	P
SCL-90-R Genel Puanı	Kadın	38	0.51	0.56	0.29	0.01	2.50	0.725
	Erkek	30	0.35	0.29	0.31	0.01	1.36	
Somatizasyon	Kadın	41	0.06	0.06	0.03	0.00	0.26	0.105
	Erkek	32	0.03	0.03	0.02	0.00	0.18	
Kişilerarası Duyarlılık	Kadın	41	0.59	0.62	0.44	0.00	3.22	0.333
	Erkek	32	0.42	0.39	0.33	0.00	1.89	
Depresyon	Kadın	42	0.64	0.70	0.31	0.00	3.46	0.692
	Erkek	31	0.44	0.31	0.38	0.00	1.31	
Kaygı	Kadın	42	0.43	0.67	0.20	0.00	2.60	0.854
	Erkek	31	0.23	0.28	0.10	0.00	1.30	
Düşmanlık- Öfke	Kadın	41	0.37	0.53	0.17	0.00	2.17	0.707
	Erkek	32	0.28	0.34	0.17	0.00	1.50	
Fobi	Kadın	41	0.31	0.53	0.14	0.00	2.43	0.905
	Erkek	32	0.17	0.22	0.14	0.00	1.14	
Paranoid	Kadın	41	0.54	0.56	0.50	0.00	2.50	0.358
	Erkek	32	0.44	0.51	0.33	0.00	2.17	
Obsesif - Kompulsif	Kadın	41	0.64	0.59	0.60	0.00	2.60	0.367
	Erkek	31	0.60	0.50	0.60	0.00	2.10	
Psikotizm	Kadın	41	0.37	0.56	0.20	0.00	2.60	0.909
	Erkek	32	0.32	0.30	0.30	0.00	1.50	

ÇKKÖ kısa formu toplam puanı ve alt boyutlarını cinsiyete göre karşılaştırmak için Mann Whitney U testi yapıldı. Tablo 3’de gösterildiği gibi kadın ve erkeklerin ÇKKÖ kısa formu toplam puanı arasında kadınların toplam puanı erkeklerden istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksekti ( $p = 0.002$ ). Tablo 2’de gösterildiği gibi Kültürel Empati ( $p = 0.024$ ) ve Esneklik ( $p = 0.003$ ) boyutunda kadınların puanı erkeklerin puanında anlamlı düzeyde yüksekti. Sosyal Girişkenlik, Açık Görüşlülük ve Duygusal Denge alt boyutlarında iki grup arasında anlamlı fark yoktu.

**Tablo 3.** Cinsiyete Göre ÇKKÖ Kısa Formu Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	Ort	Ss	Med	Min	Maks	P
ÇKKÖ	Kadın	36	93.50	18.07	97.00	40.00	126.00	0.002
Toplam Puanı	Erkek	28	80.35	17.92	76.50	49.00	130.00	
Kültürel	Kadın	40	20.98	6.27	22.00	7.00	32.00	0.024
Empati	Erkek	31	17.77	5.43	17.00	8.00	28.00	
Esneklik	Kadın	39	21.05	5.85	21.00	8.00	31.00	0.003
	Erkek	31	16.74	5.09	16.00	9.00	26.00	
Sosyal	Kadın	40	17.40	4.09	17.00	8.00	28.00	0.116
Girişkenlik	Erkek	31	16.00	4.25	17.00	9.00	27.00	
Açık	Kadın	40	18.37	5.30	19.00	6.00	27.00	0.341
Görüşlülük	Erkek	30	17.46	4.80	16.50	8.00	30.00	
Duygusal	Kadın	41	13.58	4.79	13.00	7.00	25.00	0.719
Denge	Erkek	31	13.25	4.58	12.00	8.00	26.00	

Kadın ve erkeklerin TSBE toplam puanı ve alt boyutlarını karşılaştırmak için Mann Whitney U testi yapıldı. Kadınların TSBE toplam puanı ve erkeklerden istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksekti ( $p = 0.030$ ). Kadınların Benlik Algısında Değişim puanı erkeklerin puanından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulundu ( $p = 0.012$ ). Yaşam Felsefesinde Değişim ( $p = 0.059$ ) ve İlişkilerde Değişim alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadı ( $p = 0.161$ ).

### 3.1.2. Ekonomik Düzeye Göre Oluşturulan Gruplara Göre Sosyokültürel Uyum Ölçeği Toplam Puanı, ÇKKÖ Kısa Formu Toplam Puanı ve Alt Boyutları ve TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

Ekonomik düzey katılımcıların gelir düzeyine verdikleri cevaba göre Asgari Ücret ve Altı ve Asgari Ücretin Üstü olarak iki gruba ayrıldı. Sosyokültürel Uyum Ölçeği toplam puanı ekonomik düzeye göre karşılaştırmak için Mann Whitney U testi yapıldı. Analiz sonucunda Asgari Ücret ve Altı gelir grubuna ait katılımcıların Sosyokültürel Uyum Ölçeği toplam puanı ile Asgari Ücretin Üstü gelir grubuna ait

katılımcıların toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadı ( $p = 0.584$ ).

ÇKKÖ toplam puanını ve alt boyutları ekonomik düzeye göre karşılaştırmak için Mann Whitney U testi yapıldı. Analiz sonucunda ÇKKÖ kısa formu toplam puanı ekonomik düzeye göre karşılaştırıldığında asgari ücretin üstü gelire sahip katılımcıların toplam puanı asgari ücret ve altı gelire sahip gruba göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksekti ( $p < 0.001$ ). Kültürel Empati ( $p < 0.001$ ), Sosyal Girişkenlik ( $p = 0.004$ ), Esneklik ( $p < 0.001$ ) ve Açık Görüşlülük ( $p = 0.013$ ) alt boyutlarında asgari ücretin üstü gelire sahip katılımcıların asgari ücret ve altı gelire sahip katılımcılardan anlamlı düzeyde yüksek bulundu. Duygusal Denge alt boyutunda iki grup arasında anlamlı fark bulunmadı ( $p = 0.851$ ).

**Tablo 4.** Ekonomik Düzeye Göre ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması

	Ekonomik Düzey	N	Ort	Ss	Med	Min	Maks	P
ÇKKÖ Toplam Puanı	Asgari ücret ve altı	29	78.27	17.42	75.00	49.00	115.00	P<0.001
	Asgari ücretin üstü	35	95.60	16.77	96.00	40.00	13.00	
Kültürel Empati	Asgari ücret ve altı	31	16.58	5.53	16.00	8.00	30.00	P<0.001
	Asgari ücretin üstü	40	21.90	5.51	23.00	7.00	32.00	
Esneklik	Asgari ücret ve altı	31	16.35	5.36	15.00	9.00	29.00	P<0.001
	Asgari ücretin üstü	39	21.36	5.39	21.00	8.00	31.00	
Sosyal Girişkenlik	Asgari ücret ve altı	31	15.35	4.93	15.00	9.00	26.00	0.004
	Asgari ücretin üstü	40	17.90	4.15	17.50	8.00	28.00	
Açık Görüşlülük	Asgari ücret ve altı	30	16.53	4.93	15.00	8.00	30.00	0.013
	Asgari ücretin üstü	40	19.07	4.97	20.00	6.00	27.00	
Duygusal Denge	Asgari ücret ve altı	32	13.68	4.78	12.50	9.00	26.00	0.851
	Asgari ücretin üstü	40	13.25	4.63	12.50	7.00	25.00	

TSBE toplam puanı ve alt boyutları ekonomik düzeye göre karşılaştırmak için Mann Whitney U testi yapıldı. Yapılan analiz sonucunda, asgari ücretin üstü gelir grubuna ait katılımcıların TSBE Toplam puanı asgari ücret ve altı gelir grubuna ait katılımcıların toplam puanından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksekti ( $p = 0.011$ ). Benlik Algısında Değişim ve Yaşam Felsefesinde Değişim alt boyutunda asgari ücretin üstü gelir grubuna ait katılımcıların puanı asgari ücret ve altı gelir grubuna ait katılımcılardan istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksekti ( $p = 0.006$ ,  $p = 0.007$ ). İlişkilerde değişim alt boyutunda iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadı ( $p = 0.588$ ).

**Tablo 5.** Ekonomik Düzeye Göre TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

Değişkenler	Ekonomik düzey	N	Ort	Ss	Med	Min	Maks	P
TSBE Genel Puanı	Asgari ücret ve altı	32	28.03	22.09	21.00	0.00	84.00	0.011
	Asgari ücretin üstü	40	44.55	26.69	50.50	0.00	86.00	
Benlik Algısında Değişim	Asgari ücret ve altı	33	15.12	11.61	13.00	0.00	46.00	0.006
	Asgari ücretin üstü	40	23.97	13.88	28.00	0.00	45.00	
Yaşam Felsefesinde Değişim	Asgari ücret ve altı	32	7.97	7.01	6.00	0.00	25.00	0.007
	Asgari ücretin üstü	40	13.77	8.71	14.50	0.00	27.00	
İlişkilerde Değişim	Asgari ücret ve altı	32	5.90	5.10	4.00	0.00	17.00	0.588
	Asgari ücretin üstü	41	7.00	6.00	5.00	0.00	20.00	

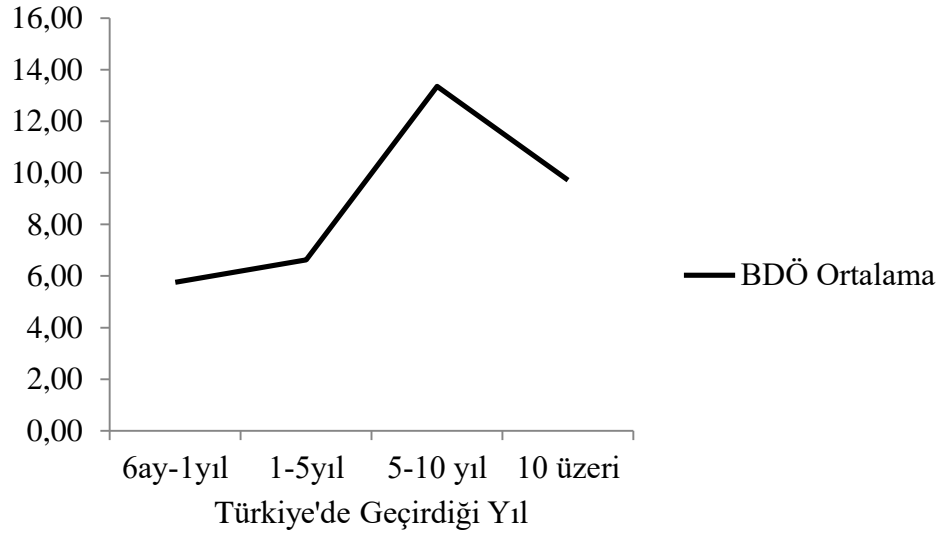
### 3.1.3. Katılımcıların Türkiye’de İkamet Ettiği Süre ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği Toplam Puanı, ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları, TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasında İlişki Analizi

Katılımcıların Türkiye’deki ikamet süreleri sosyal demografik bilgi formunda yer alan “Ne kadar süredir Türkiye’de bulunuyorsunuz?” sorusuna verilen cevaba göre

6 ay – 1 yıl arası, 1 yıl – 5 yıl arası, 5 – 10 yıl arası ve 10 yıldan uzun olarak gruplandırıldı. Katılımcıların gruplandırılmış ikamet süresi sürekli değişken olarak ele alındı ve diğer değişkenleri ile ilişkisini analizi etmek için Spearman korelasyon analizi yapıldı.

Katılımcıların ikamet süresi ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği toplam puanı arasındaki ilişki incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı ilişki yoktu ( $p = 0.971$ ,  $r = -0.004$ ).

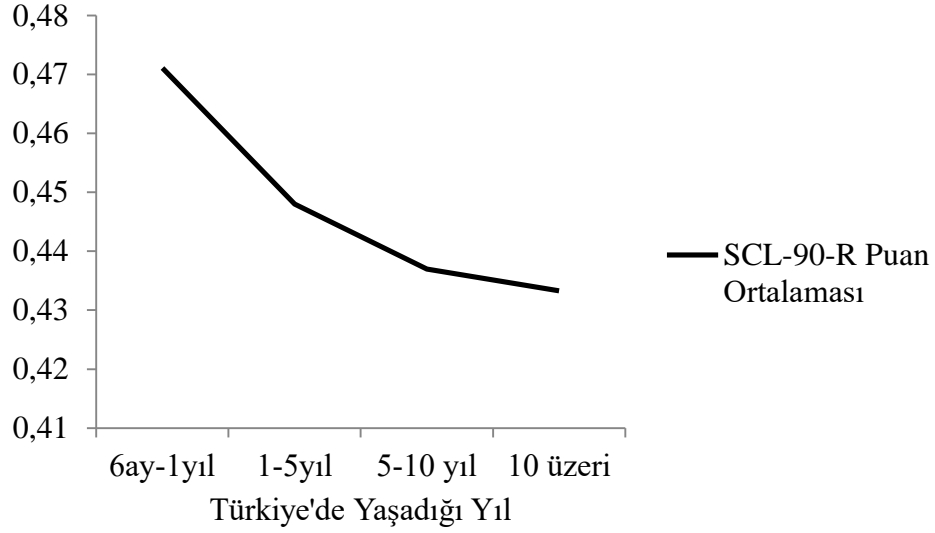
Katılımcıların BDÖ ve BAÖ toplam puanları ile ikamet süresi arasındaki ilişki incelendiğinde BDÖ puanı ve ikamet süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki yoktu ( $p = 0.169$ ,  $r = 0.178$ ), BAÖ puanı ile ikamet süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki yoktu ( $p = 0.570$ ,  $r = 0.056$ ). Şekil 5’de ikamet süresine göre ayrılmış grupların BDÖ puan ortalaması grafik ile gösterilmiştir. 6 ay – 1 yıl ve 1 – 5 yıldır Türkiye’de ikamet eden grupların puan ortalaması düşük iken, en yüksek BDÖ puan ortalaması 5 – 10 yıldır ikamet eden katılımcılarda görüldü. 10 yıl ve üzeri ikamet eden katılımcıların BDÖ puan ortalaması düşüş gösterdi.



Şekil 5. Katılımcıların Türkiye’de yaşadığı yıla göre BDÖ puan ortalaması

Katılımcıların SCL-90-R toplam puanı ile ikamet süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki yoktu ( $p = 0.759$ ,  $r = 0.038$ ). Şekil 4’te katılımcıların ikamet süresine göre ayrılmış grupların SCL-90-R puan ortalaması grafiği yer almaktadır.

Grafikte altı ay ile bir yıl arası ikamet edenlerin SCL-90-R puan ortalaması en yüksek iken, ikamet süresi arttıkça SCL-90-R puan ortalaması düşüş göstermektedir.



Şekil 6. Katılımcıların Türkiye’de yaşadığı yıla göre SCL-90-R puan ortalaması

Katılımcıların ÇKKÖ kısa formu toplam puanı ile ikamet süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı zayıf pozitif ilişki bulundu ( $p = 0.001$ ,  $r = 0.413$ ). ÇKKÖ alt boyutları ayrı ayrı incelendiğinde, Tablo 6’da gösterildiği gibi Kültürel Empati, Sosyal Girişkenlik, Esneklik ve Açık Görüşlülük alt boyutları ile ikamet süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu. Duygusal Denge alt boyutu ile ikamet süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmadı ( $p = 0.074$ ,  $r = 0.212$ ).

**Tablo 6.** Katılımcıların İkamet Süresi İle ÇKKÖ ve Alt Boyutları Arasındaki İlişki Analizi

	1	2	3	4	5	6	7
İkamet Süresi (1)	--						
ÇKKÖ (2)	0.413**	--					
Kültürel Empati (3)	0.329**	0.856**	--				
Esneklik (4)	0.238**	0.746**	0.571**	--			
Sosyal Girişkenlik (5)	0.412**	0.801**	0.690**	0.572**	--		
Açık Görüşlülük (6)	0.340**	0.799**	0.785**	0.467**	0.595**	--	
Duygusal Denge (7)	0.212	0.395**	0.072	0.134	0.329**	0.286**	---

p <0.050\*, p <0.010\*\*

Tablo 7’da gösterildiği gibi ikamet süresi ile TSBE toplam puanı arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulundu. TSBE alt boyutlarına bakıldığında, Yaşam Felsefesinde Değişim, Benlik Algısında Değişim ve İlişkilerde Değişim alt boyutları ile ikamet süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu.



**Tablo 7.** Türkiye’de Yaşadığı Yıl İle TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasında İlişki

	1	2	3	4	5
Türkiye’de Yaşadığı Yıl (1)	--				
Benlik Algısında Değişim (2)	0.279**	--			
Yaşam Felsefesinde Değişim (3)	0.296**	0.925**	--		
İlişkilerde Değişim (4)	0.260*	0.744**	0.697**	--	
TSBE Toplam Puanı (5)	0.294**	0.981**	0.956**	0.828**	--

$p < 0.050^*$ ,  $p < 0.010^{**}$

#### **3.1.4. ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları İle Sosyokültürel Uyum Ölçeği Puanı Arasında İlişki Analizi**

ÇKKÖ toplam puanı ve alt boyutları ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği arasındaki ilişkiyi analiz etmek için değişkenler arasında Spearmen korelasyon testi yapıldı. Tablo 8’de gösterildiği gibi Sosyokültürel Uyum Ölçeği ile ÇKKÖ toplam puanı, Kültürel Empati, Esneklik, Sosyal Girişkenlik ve Açık Görüşlülük arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmadı. Duygusal Denge alt boyutu ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı zayıf pozitif ilişki bulundu ( $p = 0.030$ ,  $r = 0.262$ )

**Tablo 8.** ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları İle Sosyokültürel Uyum Ölçeği Toplam Puanı Arasında İlişki Analizi

	1	2	3	4	5	6	7
Sosyokültürel Uyum Ölçeği	---						
ÇKKÖ Toplam Puanı (2)	0.178	---					
Kültürel Empati (3)	0.035	0.856**	---				
Esneklik (4)	0.116	0.746**	0.571**	---			
Sosyal Girişkenlik (5)	0.095	0.801**	0.690**	0.572**	---		
Açık Görüşlülük (6)	0.030	0.799**	0.785**	0.467**	0.595**	---	
Duygusal Denge (7)	0.262*	0.395**	0.072	0.134	0.329**	0.286**	---

$p < 0.050^*$ ,  $p < 0.010^{**}$

### 3.1.5. ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasında İlişki Analizi

Türkiye örnekleminde ÇKKÖ kısa formu toplam puanı ve alt boyutları ile TSBE toplam puanı ve alt boyutları arasında ilişkiyi analiz etmek için Spearman korelasyon testi yapıldı. Tablo 9’de gösterilen analiz sonucunda ÇKKÖ toplam puanı ve TSBE toplam puanı arasında istatistiksel olarak orta derecede pozitif ilişki bulundu ( $p < 0.001$ ,  $r = 0.512$ ). ÇKKÖ alt boyutu olan Kültürel Empati ( $p = 0.012$ ,  $r = 0.303$ ), Esneklik ( $p = 0.009$ ,  $r = 0.318$ ) ve Sosyal Girişkenlik ( $p = 0.004$ ,  $r = 0.343$ ) ve Duygusal Denge ( $p =$

0.031 ,  $r = 0.259$ ) ile TSBE toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu. Açık Görüşlülük ile TSBE toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmadı ( $p = 0.134$ ,  $r = 0.185$ ). ÇKKÖ toplam puanı ile Benlik Algısında Değişim ( $p < 0.001$ ,  $r = 0.523$ ), Yaşam Felsefesinde Değişim ( $p < 0.001$ ,  $r = 0.498$ ) ve İlişkilerde Değişim ( $p = 0.002$ ,  $r = 0.387$ ) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu.

TSBE alt boyutları ile ÇKKÖ alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde, Kültürel Empati alt boyutu ile Benlik Algısında Değişim ( $p = 0.004$ ,  $r = 0.341$ ) ve Yaşam Felsefesinde Değişim ( $p = 0.003$ ,  $r = 0.345$ ) alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı zayıf pozitif ilişki bulundu. Esneklik alt boyutu ile Benlik Algısında Değişim ( $p = 0.003$ ,  $r = 0.345$ ) ve Yaşam Felsefesinde Değişim ( $p = 0.003$ ,  $r = 0.358$ ) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu. Sosyal Girişkenlik alt boyutu ile Benlik Algısında Değişim ( $p = 0.013$ ,  $r = 0.298$ ), Yaşam Felsefesinde Değişim ( $p < 0.001$ ,  $r = 0.408$ ) ve İlişkilerde Değişim ( $p = 0.023$ ,  $r = 0.272$ ) alt boyutları arasında istatistiksel olarak zayıf pozitif ilişki bulundu. Duygusal Denge alt boyutu ile İlişkilerde Değişim ( $p = 0.005$ ,  $r = 0.332$ ) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu. Kültürel Empati ile İlişkilerde Değişim alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki yoktu ( $p = 0.164$ ,  $r = 0.168$ ). Esneklik ile İlişkilerde Değişim arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki yoktu ( $p = 0.548$ ,  $r = 0.074$ ). Açık Görüşlülük ile Benlik algısında Değişim ( $p = 0.099$ ,  $r = 0.202$ ), Yaşam Felsefesinde Değişim ( $p = 0.167$ ,  $r = 0.168$ ) ve İlişkilerde Değişim ( $p = 0.150$ ,  $r = 0.175$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki yoktu. Duygusal Denge ile Benlik Algısında Değişim ( $p = 0.112$ ,  $r = 0.192$ ) ve Yaşam Felsefesinde Değişim ( $p = 0.118$ ,  $r = 0.187$ ) alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki yoktu.

**Tablo 9.** ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları İle TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasında İlişki Analiz Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
ÇKKÖ 1	--									
Kültürel Empati 2	0.813**	--								
Esneklik 3	0.654**	0.856**	--							
Sosyal Girişkenlik 4	0.709**	0.746**	0.571**	--						
Açık Görüşlülük 5	0.730**	0.801**	0.690**	0.572**	--					
Duygusal Denge 6	0.522**	0.799**	0.785**	0.467**	0.595**	--				
TSBE 7	0.512**	0.303*	0.318**	0.343**	0.185	0.259*	--			
Benlik Algısında Değişim 8	0.523**	0.341*	0.345**	0.298*	0.202	0.192	0.978**	--		
Yaşam Felsefesinde Değişim 9	0.498**	0.345*	0.358**	0.408**	0.168	0.187	0.955**	0.928**	--	
İlişkilerde Değişim 10	0.387**	0.168	0.074	0.272*	0.175	0.332**	0.841**	0.759**	0.727**	--

p < 0.050\*, p < 0.010\*\*

### 3.1.6. ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile SCL-90-R ve BDÖ Puanı Arasında İlişki Analizi

ÇKKÖ toplam puanı ve alt boyutları ile SCL-90-R toplam puanı arasındaki ilişkiyi analiz etmek için Spearman korelasyon analizi yapıldı. Analiz sonucunda Tablo 10’da gösterildiği gibi ÇKKÖ toplam puanı, Kültürel Empati, Esneklik, Sosyal Girişkenlik ve Açık Görüşlülük arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmadı. Duygusal Denge alt boyutu ile SCL-90-R toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı orta derecede pozitif ilişki bulundu.

**Tablo 10.** ÇKKÖ Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile SCL-90-R Toplam Puanı Arasında İlişki Analiz Sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7
SCL-90-R	--						
ÇKKÖ (2)	0.124	--					
Kültürel Empati (3)	-0.058	0.856**	--				
Esneklik (4)	-0.077	0.746**	0.571**	--			
Sosyal Girişkenlik (5)	-0.003	0.801**	0.690**	0.572**	--		
Açık Görüşlülük (6)	0.013	0.799**	0.785**	0.467**	0.595**	--	
Duygusal Denge (7)	0.534**	0.395**	0.072	0.134	0.329**	0.286**	---

p < 0.050\*, p < 0.010\*\*

ÇÇKKÖ Toplam Puanı ve alt boyutları ile BDÖ puanı arasında Spearman korelasyon analizi yapıldı. ÇKKÖ toplam puanı ve alt boyutları ile BDÖ arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki yoktu ( $p = 0.222$ ,  $r = 0.248$ ).

### 3.1.7. Sosyokültürel Uyum Ölçeği Puanı İle BDÖ, BAÖ ve SCL-90-R Puanları Arasında Korelasyon Analizi

Sosyokültürel Uyum Ölçeği puanı ile BDÖ ve BAÖ puanı arasında Spearman korelasyon analizi yapıldı. Tablo 11’de yer alan analiz sonucunda Sosyokültürel Uyum Ölçeği puanı ile BDÖ puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı zayıf pozitif ilişki bulundu ( $p = 0.022$ ,  $r = 0.301$ ). Sosyokültürel Uyum Ölçeği ile BAÖ arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmadı ( $p = 0.704$ ,  $r = -0.047$ ).

**Tablo 11.** Sosyokültürel Uyum Ölçeği İle BDÖ ve BAÖ Arasında Korelasyon Analiz Sonuçları

	1	2	3
Sosyokültürel Uyum (1)	---		
BDÖ (2)	0.284*	---	
BAÖ (3)	-0.047	0.434**	---

$p < 0.050^*$ ,  $p < 0.010^{**}$

SCL-90-R ve alt boyutlar olan Somatizasyon, Obsesif Kompulsif belirtiler, Kişiler arası Duyarlılık, Depresyon, Anksiyete, Düşmanlık-Öfke, Fobi, Paranoid Düşünceler, Psicotizm ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği puanları arasında spearman korelasyon analizi yapıldı. Katılımcıların SCL-90-R ölçeğinden elde ettikleri toplam puan ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı zayıf pozitif ilişki bulundu ( $r = 0.323$ ,  $p = 0.010$ ). SCL-90-R alt boyutları ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği arasında bulunan korelasyon kat sayıları Tablo 12’de yer almaktadır. Analiz sonucunda0. Sosyokültürel Uyum Ölçeği ile Psicotizm alt puanı arasında istatistiksel olarak orta düzeyde pozitif ilişki bulundu. Depresyon, Paranoid, Fobi ve Kişilerarası Duyarlılık alt boyutları ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği Puanı arasında istatistiksel olarak zayıf pozitif ilişki bulundu. Somatizasyon, Kaygı ve Düşmanlık – Öfke alt boyutları ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmadı.

**Tablo 12.** Sosyokültürel Uyum Ölçeği Toplam Puanı ile SCL-90-R Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasında Korelasyon Analiz Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Sosyokültürel Uyum 1	--										
SCL_90_R 2	0.323*	--									
SCL_DEP 3	0.365**	0.887**	--								
SCL_KAY 4	0.222	0.756**	0.673**	--							
SCL_PSI 5	0.478**	0.760*	0.825**	0.680**	--						
SCL_PAD 6	0.392**	0.711*	0.629**	0.491**	0.710**	--					
SCL_FOB 7	0.239*	0.727*	0.580**	0.542**	0.579**	0.421**	--				
SCL_DÜŞ 8	0.179	0.688*	0.545**	0.504**	0.491**	0.463**	0.514**	--			
SCL_KAD 9	0.371**	0.813**	0.709**	0.674**	0.790**	0.748**	0.613**	0.587**	--		
SCL_OKB 10	0.370*	0.864**	0.765**	0.570**	0.626**	0.573**	0.669**	0.505**	0.663**	--	
SCL_SOM 11	0.189	0.744**	0.667*	0.568**	0.455**	0.414**	0.455**	0.480**	0.559**	0.648**	--

p < 0.050\*, p < 0.010\*\*

### 3.1.8. TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutları İle SCL-90-R, BDÖ ve BAÖ

#### Puanları Arasında İlişki Analizi

Katılımcıların TSBE toplam puanı ve alt boyutları ile SCL-90-R, BDÖ ve BAÖ puanları arasındaki ilişkiyi test etmek için Spearman korelasyon analizi yapıldı. Analiz sonucunda, TSBE toplam puanı ile SCL-90-R puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı orta derecede pozitif ilişki bulundu ( $p = 0.000$ ,  $r = 0.434$ ). TSBE alt boyutları ile SCL-90-R toplam puanı arasındaki ilişki incelendiğinde, SCL-90-R ile Benlik Algısında Değişim ( $p = 0.002$ ,  $r = 0.371$ ), Yaşam Felsefesinde Değişim ( $p = 0.002$ ,  $r = 0.378$ ) ve İlişkilerde Değişim ( $p = 0.000$ ,  $r = 0.484$ ) arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu. TSBE toplam puanı ve altı boyutları ile BDÖ ( $p = 0.061$ ,  $r = 0.247$ ) ve BAÖ ( $p = 0.439$ ,  $r = 0.096$ ) toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmadı.

### 3.1.9. TSBE Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği

#### Arasında İlişki Analizi

Katılımcıların TSBE toplam puanı ve alt boyutları ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği arasında ilişkiyi test etmek için Spearman korelasyon analizi yapıldı. Analiz sonucunda Tablo 13’de gösterildiği gibi TSBE toplam puanı ve sosyokültürel uyum ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu.

**Tablo 13.** TSBE Toplam Puanı Ve Alt Boyutları İle Sosyokültürel Uyum Ölçeği

	1	2	3	4	5
Sosyokültürel Uyum Ölçeği (1)	--				
TSBE Toplam Puanı (2)	0.328**	--			
Yaşam Felsefesinde Değişim (3)	0.324**	0.952**	--		
İlişkilerde Değişim (4)	0.284*	0.828**	0.706**	--	
Benlik Algısında Değişim (5)	0.267*	0.976**	0.922**	0.739**	--

$p < 0.050^*$ ,  $p < 0.010^{**}$



## 3.2. Yorumlar

Bu araştırmada; gmenlerde adaptasyon, çok kültürlü kişilik, travma sonrası büyüme ve ruhsal belirtiler incelendi. Araştırmanın hipotezlerini test etmek için istatistiksel analizler yapıldı. Bu bölümde istatistiksel analizler sonucu elde edilen bulgular literatür bilgileri desteği ile tartışılacaktır.

### 3.2.1. Türkiye'deki Göçmenlerde Sosyokültürel Adaptasyon

Göçmenler göç etmeye karar verdikten veya zorunlu göç gerçekleştikten sonra yerleştiği ülkenin kültürüne, insanlarına ve diğer birçok yerel yapıya uyum sağlaması için stresli ve zorlu bir süreçten geçmektedir. Bu adaptasyon sürecinde göçmenin kişilik özellikleri, ruh sağlığı, sosyo-demografik özellikleri, dil bilgisi gibi birçok değişken etkili olabilmektedir. Bu araştırmada adaptasyon, psikolojik adaptasyon ve sosyokültürel adaptasyon açısından incelenmiştir (Berry ve ark, 2011). Araştırmada göçmenlerin sosyokültürel adaptasyonu düzeyini ölçmek için Sosyokültürel Uyum leği kullanıldı.

Çalışmamızda sosyokültürel uyum düzeyi cinsiyete göre karşılaştırıldığında, kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı fark bulunmadı. Basow ve Gaugher'in (2017) uluslararası öğrenciler ile yaptığı araştırmada demografik özellikler ile sosyokültürel uyum arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Ancak şeker ve Akman (2016)'nın uluslararası öğrenciler ile yaptığı araştırmada, kadınların sosyokültürel uyum düzeyi erkeklerden anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

Ataca ve Berry (2002), göçmenlerin eğitim düzeyi ve ekonomik düzeyi arttıķa sosyokültürel uyum düzeyinin arttığını ne srmştir. Ancak araştırmamızda Türkiye rnekleminde göçmenlerin ekonomik düzeyi ile sosyokültürel uyum düzeyi arasında anlamlı ilişki bulunmadı.

Ward ve arkadaşları (1999) sosyokültürel uyumun göç edilen ülke'deki kalış süresi ile de ilişkili olduğunu ve kalış süresi uzadıķa sosyokültürel uyumun arttığını ne sürmüşlerdir. Bunun nedeni ise g edilen yerdeki yaşam süresi uzadıķa, göçmenler ana yerel toplumun dilini ve kültürünü daha iyi öğrenmekte, bu durum ise onların sosyokültürel uyumlarını olumlu yönde etkileyebilmektedir (Maydell-Stevens ve ark, 2007). Araştırmamızda, Türkiye rnekleminde göçmenlerin Türkiye'de geçirdikleri süre ile sosyokültürel uyum arasında anlamlı ilişki bulunmadı. Türkiye'deki göçmenlerin sosyokültürel uyum düzeyi ile ikamet süresi arasında pozitif yönde ilişki vardır hipotezi doğrulanmamıştır. Örnekleme sayısının az

olması ve katılımcıların etnik kökeninin homojen olmaması hipotezin doğrulanmama nedeni olabilir.

Göçmenlerin uyum sürecinde Açık Görüşlülük, Duyarlılık, Pozitiflik, Empati ve Deneyime Açıklık gibi kişilik özellikleri daha başarılı adaptasyon süreci için önemli rol oynamaktadır (Martinez ve Haritatos.2005, Leong. 2007, Chen ve ark. 2008, Dewaele ve Wei. 2011, Dewaele ve Stavans. 2014). Çalışmamızda sosyokültürel uyum düzeyi ile çok kültürlü kişilik özellikleri ve alt boyutları; Kültürel Empati, Esneklik, Sosyal Girişkenlik ve Açık Görüşlülük arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmadı. Duygusal Denge alt boyutu ile sosyokültürel uyum düzeyi arasında istatistiksel olarak zayıf negatif ilişki bulundu. Araştırma sonucunda Türkiye'deki göçmenlerin çok kültürlü kişilik özellikleri ile sosyokültürel uyum düzeyi arasında pozitif yönde ilişki vardır hipotezi doğrulanmadı. Araştırmamızda, Çok Kültürlü Kişilik Ölçeğinin kullanılması ve örneklem sayısının az olması sebebiyle literatürden farklı sonuç çıkmış olabilir.

### **3.2.2. Türkiye'deki Göçmenlerde Psikolojik Adaptasyon**

Sam (2006), psikolojik uyumu “bireyin kişisel ve kültürel kimliğini iyi algılaması, akıl sağlığının iyi olması ve bulunduğu yeni durumdan kişisel olarak memnun olmasını içeren içsel psikolojik sonuçların bir kümesidir” şeklinde tanımlamıştır. Psikolojik uyum aynı zamanda ruhsal belirtilerin olmaması, psikolojik iyilik hali ve öz saygı ile değerlendirilmektedir (Sam ve Berry,2010).

Araştırmamızda kadın ve erkeklerin psikolojik uyumu karşılaştırıldığında, depresyon belirtilerinin şiddeti açısından değerlendirildiğinde kadınların psikolojik uyum düzeyi erkeklerin psikolojik uyum düzeyine göre düşük bulundu. Literatüre bakıldığında, giriş bölümünde bahsedildiği gibi mevcut araştırma ile tutarlı olarak Sam ve arkadaşlarının (2008) araştırmasında göçmen erkeklerin psikolojik adaptasyonu kadınlarinkinden yüksek bulunmuştur. Basow ve Gauglerin (2017) araştırmasında ise demografik özellikler ile psikolojik uyum arasında ilişki bulunmamıştır. Searle ve Ward'ın (1990) araştırmasında kadın ve erkeklerin psikolojik uyum ve sosyokültürel uyum düzeyi arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Araştırmamızda katılımcıların %91.7'sinde depresyon belirtilerine rastlanmadı, %8.21'inde majör depresyon belirtilerine rastlandı. Katılımcıların psikolojik uyumu ile Türkiye'de geçirdiği yıl arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki yoktu. Araştırma sonucu ile tutarlı olarak Searle ve Ward'ın (1990)

araştırmasında psikolojik uyum ve sosyokültürel uyum ile göçmenin ikamet süresi arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Bulgular bölümünde yer alan Şekil 5’de katılımcıların Türkiye’de geçirdiği yıla göre ayrılan grupların BDÖ puan ortalamaları yer almaktadır. Altı ay ile bir yıl ve bir yıl ile beş yıl arası ikamet edenlerin BDÖ puan ortalaması düşükken, en yüksek BDÖ puan ortalaması beş ile on yıl arası Türkiye’de ikamet eden göçmen grubunda görüldü. On yıl ve daha uzun zamandır ikamet eden göçmen grubunun ise BDÖ puan ortalaması hafif düzeyde düşüş göstermiştir.

Bulgular bölümünde yer alan Şekil 6’da katılımcıların ikamet süresine göre ayrılmış grupların SCL-90-R puan ortalaması grafiği yer almaktadır. Grafikte altı ay ile bir yıl arası ikamet edenlerin SCL-90-R puan ortalaması en yüksek iken, ikamet süresi arttıkça SCL-90-R puan ortalaması düşüş göstermektedir. Literatüre baktığımızda, Ward ve arkadaşları (1998) Yeni Zelanda’daki Japon öğrenciler ile yaptığı araştırmada, Oberg’in “Kültürlerarası Adaptasyon Basamakları” teorisinden yola çıkarak psikolojik uyum ile göç edilen ülkede geçirdiği süre arasındaki ilişkinin eğrisel “U” olduğunu öne sürmüştür. Katılımcıların hem SCL-90-R hem de BDÖ puanları ikamet sürelerine göre incelendiğinde Ward ve arkadaşlarının (1998) öne sürdüğü eğrisel ilişkiden farklı bir grafik ortaya çıkmıştır. Bu farkın nedeni Ward ve arkadaşlarının (1998) araştırmada katılımcıların ikamet süresi 24 saat ile bir yıl arasında iken mevcut araştırmada katılımcıların ikamet süresi altı ay ile on yıl arasındadır.

Çalışmamızda göçmenlerin sosyokültürel uyumu ve psikolojik uyumu arasındaki ilişki incelendiğinde, Sosyokültürel Uyum Ölçeği puanı ile depresyon belirtileri arasında pozitif ilişki bulundu, sosyokültürel uyum ile anksiyete belirtileri arasında anlamlı ilişki bulunmadı. Araştırmamızda Sosyokültürel Uyum Ölçeği toplam puanı ile SCL-90-R toplam puanı ve alt boyutlarında yer alan obsesif kompulsif belirtiler, kişiler arası duyarlılık, depresyon, fobik anksiyete, paranoid ve psikotizm alt boyutları arasında anlamlı pozitif ilişki bulundu. Analiz sonucundan yola çıkarak depresyon, fobik anksiyete, paranoid ve psikotizm belirtileri olan göçmenlerin sosyal yaşantısında daha çok zorluk çektiğini ve sosyokültürel uyum düzeyinin düşük olduğunu söyleyebiliriz. Araştırmamızda Türkiye’deki göçmenlerde depresyon ve/veya anksiyete belirti düzeyleri ile sosyokültürel uyum düzeyi arasında negatif ilişki vardır hipotezi doğrulanmıştır.

Searle ve Ward'ın (1990) araştırmasında mevcut araştırma sonucu ile tutarlı olarak psikolojik adaptasyon ve sosyokültürel adaptasyon arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Araştırmada psikolojik uyum ile sosyal yaşamda zorluk, ev sahibi toplum ile iletişim tatmini, dışa dönüklük ve stresli yaşam olayları arasında ilişki bulunmuştur, araştırmacılar kişilik ve sosyal desteğin aracı değişken olabileceğini öne sürmüştür. Basow ve Gaugler (2017) uluslararası öğrenciler ile yaptığı araştırmada sosyokültürel uyum ile psikolojik uyum arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Literatürde yer alan araştırma bulguları ve mevcut araştırma bulgularından yola çıkarak, psikopatoloji belirti düzeyleri yüksek olan göçmenlerin gittikleri ülkede sosyal yaşamda daha fazla zorluk yaşadıklarını ve sosyal açıdan uyum sağlama düzeylerinin düşük olduğunu söyleyebiliriz.

### **3.2.3. Türkiye'deki Göçmenlerde Çok Kültürlü Kişilik**

Bu araştırmada çok kültürlü kişilik, göçmenin göç ettiği ülkede karşılaştığı birçok değişime ve zorluklara karşı verdiği mücadele sonucu gerçekleşen sosyokültürel uyum, psikolojik uyum ve travma sonrası büyüme ile ilişkisi incelendi.

Türkiye örneğinde göçmenlerin çok kültürlü kişilik özellikleri incelendiğinde, kadınların ÇKKÖ toplam puanı, Kültürel Empati, Esneklik alt boyutunda erkeklerden anlamlı derecede yüksek puan aldıkları görüldü. Literatüre bakıldığında araştırma sonucuyla tutarlı olarak farklı ülkelerde yaşayan İsraili göçmenlerle yapılan araştırmada, kadınlar Kültürel Empati, Sosyal Girişkenlik ve Açık Görüşlülük alt boyutunda erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek puan almışlardır (Dewale ve Stavans, 2012).

Çalışmamızda asgari ücretin üstü gelire sahip göçmenlerin ÇKKÖ toplam puanı, Kültürel Empati, Sosyal Girişkenlik, Esneklik, Açık Görüşlülük alt boyutları asgari ücret ve altı göçmenlerden istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksekti. Araştırmamızda ÇKKÖ toplam puanı, Kültürel Empati, Sosyal Girişkenlik ve Açık Görüşlülük alt boyutları ile ikamet süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu.

Literatüre bakıldığında; Kültürel Empati, Sosyal Girişkenlik, Açık Görüşlülük ve Duygusal Denge daha iyi psikolojik uyum için yordayıcı değişken olarak bulunmuştur (Basow ve Gaugler, 2017). Kültürel Empati, Esneklik ve Duygusal Denge daha iyi sosyokültürel uyum için yordayıcı değişken olarak bulunmuştur (Oudenhoven ve ark, 2003). Leong (2007) uluslararası değişim öğrencileri ile yaptığı araştırmada çok kültürlü kişilik özellikleri alt boyutlarında Açık Görüşlülük, Sosyal

Girişkenlik, Duygusal Denge ve Esneklik puanları ev sahibi toplum ile karşılaştırıldığında anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Araştırmada ayrıca demografik özellikler kontrol edildiğinde, en güçlü ilişki Sosyal Girişkenlik ile psikolojik ve sosyokültürel adaptasyon arasında bulunmuştur. Sosyal Girişkenlik puanı yükseldikçe hem psikolojik uyumun hem de sosyokültürel uyum düzeyi yükselmektedir. Esneklik ile psikolojik ve sosyokültürel uyum arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Çok kültürlü kişilik ölçeği genel puanı ile sosyokültürel uyum ve psikolojik uyum düzeyi arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Araştırmamızda çok kültürlü kişilik özellikleri ile sosyokültürel uyum ve psikolojik uyum arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmamıştır. Daha önceki araştırmalarda göçmenlerin psikolojik uyumunu ölçmek için araştırmamızdan farklı olarak Yaşam Doyumu Ölçeği, Schwartz Sonuç Ölçeği ve Zung'un Depresyon Ölçeği gibi farklı ölçekler kullanılmıştır (Oudenhoven ve ark. 2003, Leong. 2007, Yakunina ve ark. 2012). Araştırmalarda kullanılan farklı ölçekler ve araştırmamızdaki katılımcıların %91.7'sinde majör depresyon belirtilerine rastlanmaması literatürdeki araştırma sonuçları ile mevcut araştırma sonucu arasındaki farka neden olmuş olabilir.

#### **3.3.4. Türkiye'deki Göçmenlerde Travma Sonrası Büyüme**

Hint kökenli Amerikalı göçmen psikiyatrist Akhtar (1995), göç sürecini, "bir ülkeden diğer ülkeye göç etmenin kişinin kimliğinde anlamlı ve kalıcı etki bırakan karışık ve çok yönlü psiko-sosyal süreçtir. Kişinin ülkesinden ayrılması geniş kapsamlı kayıplar içermektedir. Genellikle aşına olduğu yemekler, yöresel müzik, sorgulanmamış sosyal adetler ve ana dilinden vazgeçmek zorundadır. Yerleştikleri yeni ülke farklı tatta yemekler, yeni müzik, farklı politik düşünceler, bilinmeyen dil, bilinmeyen kahramanlar, ruhsal olarak kazanılmamış tarih ve görsel olarak tanıdık olamayan coğrafya sunar. Ancak, çeşitli kayıpların yanı sıra psişik büyüme ve değişim için yenilenmiş bir fırsat vardır. Kendini ifade etmenin yeni kanalları kullanılabilir hale gelir. Burada yeni özdeşleşme modelleri, farklı süper ego ve idealler dikte edilir. Bir şey açıktır: göç sonucu ani bir değişim ile ortalama kabul edilebilir çevre, değişik ve öngörülemeyen çevreye dönüşür" şeklinde yorumlamıştır. Göçmenlerin manevi, estetik, zamansal (temporal) ve dilsel dönüşümü yetişkin adaptasyon sürecinden ziyade çocukluğun tekrarlanan senaryosudur, ama yine de bu ikisi ayrılamaz. Bu nedenle üçüncü bireyselleşme terimi, yetişkin yaşamında kimliğin yeniden düzenlenmesi, bu konuda daha önceki konsolidasyonların potansiyel olarak yeniden ele alınması olarak ifade edilmelidir (Akhtar, 1995).

Giriş bölümünde bahsedildiği gibi “hayat krizi ve değişimin pozitif sonuçları” modelinde kriz deneyimi ve sonuçları, bireysel ve çevresel faktörlerden etkilenmektedir (Schaefer ve Moos, 1992). Mevcut araştırmada kadınlar ve erkeklerin TSBE toplam puanı ve alt boyutları karşılaştırıldığında, Benlik Algısında Değişim alt boyutunda kadınlar erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek puan aldılar. Araştırma sonucu ile tutarlı olarak Arıkan ve Karancı'nın (2012) travmatik deneyimi olan Türk öğrencilerle yaptığı araştırmada kadınlar erkeklerden daha yüksek düzeyde travma sonrası büyüme göstermişlerdir.

Schaefer ve Moos (1992) sosyo-demografik özelliklerin travma sonrası büyümeyi etkilediğini öne sürmüştür. Araştırmamızda göçmenlerin ekonomik düzeyine göre travma sonrası büyüme düzeyleri karşılaştırıldığında, asgari ücretin üstü gelir grubuna ait göçmenler asgari ücret ve altı gelir grubuna ait göçmenlere göre daha yüksek düzeyde travma sonrası büyüme göstermişlerdir. Araştırma sonuçları; ekonomik durumu iyi olan göçmenlerinin ihtiyaçlarını karşılayabildiklerini varsayarsak, giriş bölümünde bahsedildiği gibi Joseph ve Linely'nin (2005) öne sürdüğü sosyal çevrenin, bireyin ihtiyaçlarını, değerlerini ve arzularını ya kolaylaştırdığı ya da engellediği ölçüde, birey kendi organizmik değerlendirme süreci ile hareket edebildiğini desteklemektedir.

Manne ve arkadaşlarının (2004) kanser hastaları ile yaptığı boylamsal araştırmada travma sonrası büyümenin zamanla artış gösterdiği bulunmuştur. Bluvstein (2013) koroner kalp hastalığı geçirenlerin travma sonrası büyüme, travma sonrası stres bozukluğu ve psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında, araştırma bulgularından yola çıkarak bireyler travmatik olayın hemen sonrasında değerlendirildiklerinde travma sonrası büyüme düzeyinin daha düşük olduğu, zaman içinde travma sonrası büyüme düzeyinin arttığı ve zaman içinde stres düzeyinin stabilize olduğunu öne sürmüştür. Araştırmamızda olaya ilişkin faktörlerde yer alan olayın üzerinden geçen süre olarak değerlendirebileceğimiz göçmenin Türkiye'deki ikamet süresi ile TSBE toplam puanı ve alt boyutları arasında pozitif ilişki bulundu. Türkiye'deki göçmenlerde travma sonrası büyüme ile ikamet süresi arasında pozitif yönde ilişki vardır hipotezi doğrulanmıştır.

Araştırmamızda, göçmenlerin ÇKKÖ toplam puanı ile travma sonrası büyüme arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu. Çok kültürlü kişilik özellikleri alt boyutu olan Kültürel Empati, Esneklik, Sosyal Girişkenlik ve Duygusal Denge alt boyutu ile TSBE toplam puanı arasında pozitif ilişki bulundu.

Açık Görüşlülük ile TSBE toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmadı. ÇKKÖ toplam puanı ile Benlik Algısında Değişim, Yaşam Felsefesinde Değişim ve İlişkilerde Değişim alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı orta derecede pozitif ilişki bulundu. Travma sonrası büyüme alt boyutları ile çok kültürlü kişilik özellikleri alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde, Kültürel Empati ile TSBE toplam puanı, Benlik Algısında Değişim ve Yaşam Felsefesinde Değişim arasında istatistiksel olarak anlamlı zayıf pozitif ilişki bulundu. Esneklik ile Benlik Algısında Değişim ve Yaşam Felsefesinde Değişim alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu. Sosyal Girişkenlik ile TSBE toplam puanı, Benlik Algısında Değişim, İlişkilerde Değişim ve İlişkilerde Değişim alt boyutu arasında istatistiksel olarak zayıf pozitif ilişki bulundu. Duygusal Denge ile İlişkilerde Değişim boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu. Literatürde kişilik ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda, travma sonrası büyüme ile nörotizm arasında negatif ilişki bulunmuştur, dışa dönüklük ve dürüstlük kişilik özellikleri ile travma sonrası büyüme arasında anlamlı pozitif ilişki bulunmuştur (Garnefski ve ark, 2008). Miyokard İnfarktüsü geçirmiş bireylerle yapılan araştırmada, dürüstlük, deneyime açıklık ve yumuşak başlılık kişilik özellikleri ile travma sonrası büyüme arasında anlamlı pozitif ilişki bulunmuştur. Araştırmada dışa dönüklük; yaşamın takdir edilmesi dışında tüm alanlarda etki yarattığı görülmüştür. Tüm alanlar için, yüksek dışadönüklüğü olan katılımcılar, aynı zamanda travma sonrası stresin şiddeti arttıkça daha fazla büyüme gösterdikleri bulunmuştur (Karanci ve ark, 2012). Sonuç olarak Türkiye’deki göçmenlerde travma sonrası büyüme ile çok kültürlü kişilik özellikleri arasında pozitif ilişki vardır hipotezi doğrulanmıştır.

Teodorescu ve arkadaşları (2012), Norveç’te yaşayan mültecilerle yaptığı araştırmada, travma sonrası büyüme ve yaşam kalitesi (araştırmada; iki genel değerlendirme; genel yaşam kalitesi, genel sağlık değerlendirmesi ve dört etki alanı; fiziksel sağlık, psikolojik sağlık, sosyal ilişkiler ve çevreyi değerlendiren Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği kullanılmıştır) arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırma bulgularında, depresyon ile yaşam kalitesi alanında yer alan psikolojik sağlık, sosyal ilişkiler ve çevre faktörleri arasında negatif ilişki bulunmuştur. Travma sonrası büyüme ile fiziksel sağlık, psikolojik sağlık ve çevre arasında en yüksek pozitif korelasyon bulunmuştur. Araştırmadaki katılımcılarda travma sonrası büyüme görülmüştür, ancak çoğu katılımcıda klinik olarak yüksek düzeyde travma sonrası

stres bozukluğu ve depresyon görülmüştür. Travma sonrası büyüme ile yaşam kalitesi (fiziksel, psikolojik ve çevre) arasındaki ilişki psikopatoloji ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkiden daha güçlü bulunmuştur. Bu araştırma mültecilerin yaşam kalitesindeki hem pozitif hem negatif değişimi değerlendiren ilk çalışmadır. Araştırmacılar bulguların, olumlu değişiklikler ve yaşam kalitesi arasındaki önemli ilişkiyi işaret ettiğini, böylece daha geleneksel travma tedavilerinin yanı sıra çoklu travma yaşantısı olan mültecilerle tedavi sırasında pozitif psikoloji kullanmanın değeri ve büyümeye odaklanmanın faydalı olacağını öne sürmüşlerdir. Daha önceki araştırmalarda travma sonrası büyüme ile depresyon arasında anlamlı negatif ilişki bulunmuştur (Garnefski ve ark. 2008, Cho ve Park. 2013). Travma sonrası büyüme ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur (Garnefski ve ark, 2008). Araştırmamızda travma sonrası büyüme ile SCL-90-R arasında pozitif ilişki bulundu. Depresyon ve anksiyete belirtileri ile travma sonrası büyüme arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmadı. Türkiye örneğinde göçmenlerde travma sonrası büyüme ile ruhsal belirtiler arasında negatif yönde ilişki vardır hipotezi doğrulanmadı. Çalışmamızda, katılımcıların %71.2'sinde psikopatoloji belirtilerine rastlanmamıştır. Dolayısıyla daha önce yapılan travma sonrası büyüme ve ruh sağlığı arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalar ile mevcut araştırma sonuçlarını karşılaştırmak sağlıklı olmayacaktır. Araştırmamız sonuçları ile literatürdeki araştırma sonuçlarının uyumlu olmaması bu şekilde açıklanabilir.

Çalışmamızda katılımcıların TSBE toplam puanı ve alt boyutları ile Sosyokültürel Uyum Ölçeği puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu. Sosyokültürel Uyum Ölçeğinde alınan yüksek puan sosyal alanda yaşanan zorluğu ve düşük sosyokültürel uyumu ifade etmektedir. Araştırma bulgusu göçmenlerin sosyal alanda yaşadığı zorluk derecesi arttıkça travma sonrası büyümenin de arttığı yönünde yorumlanabilir. Literatüre bakıldığında travma sonrası stresin şiddeti ile travma sonrası büyüme arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulunmuştur (Karanci ve ark, 2012). Schaefer ve Moss (1992) "hayat krizi ve değişimin pozitif etkileri" modelinde yer alan olaya özgü faktörlerde travmatik olayın şiddeti ve etki süresi travma sonrası büyümeyi etkilemektedir. Modelde yer alan bileşenler etkileşim halindedir ve araştırmamızdaki bulgular ile tutarlı olarak göçmenlerin ikamet süresi ile sosyal alanda yaşadığı zorluk ile travma sonrası büyüme arasında anlamlı pozitif ilişki bulunmuştur.



## BÖLÜM 4. SONUÇ

Araştırmanın bu bölümünde; ilk olarak, özet bölümünde araştırma bulgularının özeti, sonrasında yargı bölümünde araştırmanın literatüre katkısı ve son olarak öneriler kısmında konuyla ilgili araştırma yapmak isteyenlere önerilerden bahsedilecektir.

### 4.1. Özet

Bu araştırmada öncelikle katılımcıların çok kültürlü kişilik özellikler, travma sonrası büyüme düzeyi, sosyokültürel ve psikolojik uyum düzeyleri cinsiyete, ekonomik düzeye ve Türkiye’de yaşadığı yıla göre karşılaştırıldı. Daha sonra hipotezleri test etmek için sosyokültürel uyum ile çok kültürlü kişilik, psikolojik uyum ve çok kültürlü kişilik, travma sonrası büyüme ile çok kültürlü kişilik, travma sonrası büyüme ile sosyokültürel uyum ve psikolojik uyum, sosyokültürel uyum ve psikolojik uyum arasındaki ilişki incelendi.

Araştırma sonuçlarına bakıldığında, cinsiyet değişkenine göre TSBE toplam puanı ve Sosyokültürel Uyum Ölçeği puanında kadın ve erkekler arasında anlamlı fark bulunmadı. Çok kültürlü kişilik özellikleri ve alt boyutları incelendiğinde kadınların toplam puanı, Kültürel Empati, Esneklik puanı erkeklerden istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksekti. Travma sonrası büyümenin Benlik Algısında Değişim alt boyutunda kadınların puanı erkeklerin puanından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksekti. Psikolojik uyum olarak ele aldığımız depresyon belirtileri ve psikopatoloji belirtileri cinsiyete göre karşılaştırıldığında kadınların psikolojik uyum düzeyi erkeklerden düşüktü. Ekonomik düzeye baktığımızda, travma sonrası büyüme ve çok kültürlü kişilik özellikler farklı gelir gruplarına ait katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklı sonuçlar gösterdi. Ancak sosyokültürel uyum düzeyinde farklı gelir grubuna ait katılımcıları arasında anlamlı fark bulunmadı. Katılımcılar Türkiye’deki ikamet süresine göre karşılaştırıldığında, travma sonrası büyüme ve çok kültürlü kişilik özellikleri ile ikamet süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulundu.

Araştırma hipotezlerini test etmek için yapılan ilişki analizlerinde, çok kültürlü kişilik özellikleri ile sosyokültürel uyum arasında anlamlı ilişki yoktu. Kültürel Empati kişilik özelliği ile travma sonrası büyüme toplam puanı, benlik

algısında değişim ve yaşam felsefesinde değişim alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki vardı. Esneklik ile TSBE toplam puanı, Benlik Algısında Değişim ve Yaşam Felsefesinde Değişim alt boyutları arasında pozitif anlamlı ilişki bulundu. Sosyal Girişkenlik kişilik özelliği ile TSBE toplam puanı, Benlik Algısında Değişim, Yaşam Felsefesinde Değişim ve ilişkilerde değişim alt boyutların arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki vardı. Çok kültürlü kişilik ve psikolojik uyum arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmadı. Psikotizm, Depresyon, Paranoid, Fobi ve Kişilerarası Duyarlılık alt belirtileri olan katılımcılarda sosyokültürel uyum düzeyi düşüktü. Sosyal alanda zorluk yaşayan göçmenlerde daha yüksek düzeyde travma sonrası büyüme görüldü.

#### **4.2. Yargı**

Bu araştırmada göçmenlerde adaptasyon, çok kültürlü kişilik ve travma sonrası büyüme incelendi. Bu değişkenler araştırmada cinsiyet, sosyoekonomik düzey ve Türkiye’de yaşadıkları yıla göre karşılaştırıldı. Çok kültürlü kişiliğin göçmenin sosyokültürel adaptasyonu ve psikolojik adaptasyonu ile ilişkisine bakıldı.

Literatürde göçmenlerin sosyokültürel uyum ve psikolojik uyumunu araştıran çalışmalar mevcuttur ve mevcut araştırma sonucu ile tutarlı sonuçlar göstermiştir. Göçmenlerin psikolojik uyumu ve sosyokültürel uyumu arasında anlamlı pozitif ilişki vardır. Kadınların psikolojik uyum düzeyi erkeklerden daha yüksektir.

Literatürde travma sonrası büyüme ile çok kültürlü kişilik özelliklerini araştıran çalışmalara rastlanmamıştır. Çok kültürlü kişilik özellikleri ile travma sonrası büyüme arasında anlamlı pozitif ilişki vardır. Göçmenlerin Türkiye’deki ikamet süresi ile çok kültürlü kişilik ve travma sonrası büyüme arasında anlamlı pozitif ilişki vardır. Göçmenlerin sosyal alanda yaşadığı zorluk ile travma sonrası büyüme arasında pozitif ilişki vardır.

Araştırma sonuçları göçmenlerin adaptasyon sürecini anlamak ve katkıda bulunabilmek için faydalı olacaktır. Türkiye’deki göçmenlerin cinsiyeti, sosyoekonomik düzeyi, ikamet süresi ve çok kültürlü kişilik özelliklerine göre sosyokültürel uyum, psikolojik uyum ve travma sonrası büyümeyi öngörebilme açısından literatüre katkı sağlayacaktır.

### 4.3. Öneriler

Göçmenler ile yapılan araştırmalarda daha geniş göçmen grubuna ulaşılabilir ve homojen etnik gruplar oluşturulup karşılaştırmalar yapılabilir. Araştırmada göçmenlerin travmatik yaşam deneyimini sorgulayan ölçek kullanılabilir. Ölçek sonuçlarının daha güvenilir olması için ölçekler göçmenlerin anadilinde uygulanabilir. Bu araştırmada Türkçe ölçeklerin kullanılması katılımcıların soruları anlamamasına veya yanlış anlamasına neden olmuş olabilir. Göçmenlerle karşılaştırma yapabilmek için yerli popülasyondan kontrol grubu oluşturulabilir.

Göçmenlerde görülen yüksek oranda ruhsal belirtilerin nedenini anlamak için göçmenin göç etmeden önceki yaşantısında sahip olduğu haklar, yaşadığı zorluklar ve aile desteği gibi etkenler araştırma sürecinde sorgulanmalıdır. Göçmenin göç ettiği ülkede baskın grubun göçmenlere karşı tutumu, ülkenin göçmen politikası ve göçmenin sahip olduğu sosyal destek incelenmelidir.

Örneklem oluşturulurken katılımcıların göç ettiği yaş sorulmalıdır. Bu veriye dayanarak göçmenin çocukluk yıllarının nerede geçtiği, psikolojik gelişiminin hangi evresinde kültürleşme sürecini deneyimlediği anlaşılabilir.

## EK'LER

### EK 1

#### BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

**Araştırmanın içeriği:** Bu araştırmanın amacı göçmenlerin uyum sağlama sürecini incelemektir. İlişikteki ankette sizlerden birçok farklı konuda olan soruları doldurmanız istenmektedir. Araştırmanın objektif olması ve elde edilecek sonuçların güvenilirliği bakımından sorulara içtenlikle ve sizi tam olarak yansıtabilecek şekilde cevaplamamız çok önemlidir. Bunlardan sonra gelen anket ise demografik bilgilerinizle göç ettikten sonraki değişiminiz ve kişilik özellikleriniz ile ilgili sorular sormaktadır.

**Araştırmacılar:** Dr. Öğr. Üye. Serhat YÜKSEL

Doğuş Üniversitesi,  
Sosyal Bilimler Enstitüsü,  
Psikoloji Anabilim Dalı

Psikolog Adili Adila

Maltepe Üniversitesi,  
Sosyal Bilimler Enstitüsü,  
Klinik Psikoloji Yüksek  
Lisans Programı

**Katılım süresi:** Yaklaşık 20 dakika

**Araştırmanın içeriği:** Araştırma konusu gereği kişilik özelliklerinize ilişkin sorular da sorulmaktadır. Bu tür soruların bir kısmı kimi katılımcılar için rahatsız edici olabilir. Şayet bu tür soruları yanıtlamaktan çok rahatsızlık duyarsanız bunları atlayabilirsiniz veya anketi doldurmayı bırakabilirsiniz. Ankete katılım tamamen gönüllülük temelinde gerçekleşmektedir. Ancak, yarım kalmış ya da çoğu soruların cevapsız bırakıldığı anketlerden elde edilen verileri kullanmamız imkânsız olduğundan, anketi mümkün olduğunca boş bırakmadan tamamlamanız bizim için çok önemlidir. Doldurulan anketlerde bireysel herhangi bir değerlendirme yapılmayacak, toplanan veri genel katılımcı özellikleri bakımından incelenecektir. İhtiyaç duyduğunuzda sorularınızı aşağıda iletişim adresi verilen araştırmacıya yöneltebilirsiniz.

Sizden sadece bu kâğıdı imzalamanız beklenmektedir. Anketlerde vermiş olduğunuz cevaplar herhangi bir kimlik bilgisi ile eşleştirilmeyecektir. Bize verdiğiniz cevaplar sadece akademik amaçla kullanılacaktır. Bu yüzden, sizden cevaplarımızı **samimi** bir şekilde vermeniz beklenmektedir.

Eğer araştırma ile ilgili sorularınız olursa [adile3320@gmail.com](mailto:adile3320@gmail.com) adresinden bizlerle bağlantı kurabilirsiniz.

\*\*\*

Bu formu imzalayarak, yukarıdaki bilgileri anladığımı ve araştırmaya katılmayı kabul ettiğimi beyan ederim.

**İmza:** \_\_\_\_\_

**Tarih:** \_\_\_\_\_

## EK 2

### Demografik Bilgi Formu:

- 1.Cinsiyetiniz: Kadın ( ) Erkek ( ) Belirtmek istemiyorum( )
- 2.Yaşınız:
- 3.Uyruğunuz:
- 4.Mesleğiniz:
- 5.Yaşadığınız Yer:
- 6.Medeni Durumunuz: Bekâr( ) Evli( ) Daha Önce Evlilik Yaşamış ( )
- 7.Eğitim durumunuz: İlkokul mezunu( ) Ortaokul mezunu( ) Lise mezunu( )  
Üniversite ve üzeri( )
- 8.Sizce aşağıdaki seçeneklerden hangisi ekonomik düzeyinizi en iyi ifade  
etmektedir?  
Asgari ücretin altı ( ) Asgari ücret ( ) Asgari ücretin üstü ( )
- 9.Ne kadar süredir Türkiye’de bulunuyorsunuz: 6 ay-1 yıl arası ( ) 1 yıl – 5 yıl arası  
( ) 5-10 yıl arası ( ) 10 yıldan fazla ( )
- 10.Türkiye’ye kendi isteğinizle mi geldiniz? Evet( ) Hayır ( )
- 11.Türkiye’ye gelme sebebiniz: İş( ) Eğitim( ) Sığınma( ) Evlilik( )  
Diğer( ) (Belirtiniz:.....)
- 12.Türkçe seviyeniz: Temel Seviye ( ) Orta Seviye( ) İleri Seviye( )
- 13.Herhangi kronik bir rahatsızlığınız var mı? Evet( )  
(Belirtiniz:.....)  
Hayır( )
- 14.Herhangi bir ilaç kullanıyor musunuz? Evet( ) (Belirtiniz:.....)  
Hayır( )
- 15.Herhangi bir psikolojik rahatsızlığınız var mı? Evet( ) (Belirtiniz:  
.....)  
Hayır( )

### EK 3

#### **Sosyokültürel Uyum Ölçeği**

Aşağıda yaşam etkinliklerinizle ya da görünümünüzle ilgili sizin hiç zorluk yaşamadığınız ya da olağanüstü zorluk yaşadığınız bir takım tanımlamalar bulunmaktadır. Aşağıdaki 0 den 4 e kadar olan ölçeği kullanarak sizin ilgili alanda yaşadığınız zorluk derecesini belirten en uygun rakamı belirtiniz:

		<b>Zorluk Dereceniz</b>				
		Hiç Zor Değil	Biraz Zor	Orta Derece Zor	Çok Zor	Olağanüstü Zor
1.	Arkadaş edinmek	○	①	②	③	④
2.	Zevk aldığınız yiyeceği bulmak	○	①	②	③	④
3.	Kurallara ve düzenlemelere uymak	○	①	②	③	④
4.	Yönetimdeki insanlarla anlaşmak	○	①	②	③	④
5.	Kültürel olarak Türkiye'deki insanların bakış açısını edinme	○	①	②	③	④
6.	Ulaşım sistemini kullanmak	○	①	②	③	④
7.	Bürokrasiyle başa çıkmak	○	①	②	③	④
8.	Türkiye'deki insanların değer yargısını anlamak	○	①	②	③	④
9.	Kendini anlaşılır kılmak.	○	①	②	③	④
10.	Türkiye'deki insanların bakış açısından bakmak	○	①	②	③	④
11.	Alışverişe çıkmak	○	①	②	③	④
12.	Hoş olmayan bir insanla anlaşmak	○	①	②	③	④
13.	Şakaları ve espriyi anlamak	○	①	②	③	④
14.	Mesken edinmek	○	①	②	③	④
15.	Sosyal topluluklara katılmak	○	①	②	③	④
16.	Bana gözünü diken/uğraşan insanlarla başa çıkmak	○	①	②	③	④
17.	Değişik etnik gruplardan insanlarla iletişim kurmak	○	①	②	③	④
18.	Etnik ya da kültürel farklılıkları anlamak	○	①	②	③	④
19.	Yetersiz hizmetle başa çıkmak	○	①	②	③	④
20.	İbadet etmek	○	①	②	③	④
21.	Karşı cinsin üyeleriyle ilişki kurmak	○	①	②	③	④
22.	Kendi yolunu bulmak	○	①	②	③	④
23.	Türkiye'nin siyaset sistemini anlamak	○	①	②	③	④
24.	İklimle başa çıkmak	○	①	②	③	④
25.	Kendimle ilgili başkalarıyla	○	①	②	③	④

	konuşmak					
26.	Türkiye'deki insanların dünya görüşünü anlamak	⊙	①	②	③	④
27.	Aile ilişkileri	⊙	①	②	③	④
28.	Yaşam temposu	⊙	①	②	③	④
29.	Kültürler-arası bir sorunun iki açısından bakabilmek	⊙	①	②	③	④

EK 4

**Cokkültürlü Kişilik Ölçeği (CKKÖ) Kısa Form-40**

Lütfen aşağıda verilen cümlelerin karşısındaki size en uygun ifadeyi işaretleyiniz.		Tamamen uygun değil	Çok az uygun	Kısmen uygun	Çoğunlukla Uygun	Tamamen uygun
1	Başkalarına yakınlık duyarım.					
2	Çeşitli yaklaşımlar/girişimler denerim.					
3	İletişim (kontakt) kurmayı zor buluyorum.					
4	Çekingen biriyim.					
5	Sıradan işleri severim.					
6	Başkalarına kolay uyum sağlarım.					
7	Daima yol gösteririm.					
8	Sıklıkla kişilerin arkasındaki destekçiyimdir.					
9	Hedeflerime ulaşmak için yeni yollar ararım.					
10	Kolayca iletişim sağlarım.					
11	İşler iyi gitmediğinde sakinliğimi korurum.					
12	Belirli bir kültürde neyin uygun olacağını hissederim.					
13	Farklı bir geçmişten gelen insanlarla iletişim kurmaya çalışırım.					
14	Sabit alışkanlıklarım var.					
15	Problemlere çözümler üretmekten hoşlanırım.					
16	Kendime güvenmem.					
17	Ne yapacağımı tam olarak bilmeyi isterim.					
18	Diğer insanların hikâyelerini seviyorum.					
19	Kolaylıkla yeni bir hayata başlarım.					
20	Kendimi baskı altında hissediyorum.					
21	Kolay üzülürüm.					
22	Başkalarıyla ilişki kurarken girişimci olmam.					
23	Diğerlerinin duygularına dikkat ederim.					
24	Hayatımda sisteme/düzene uygunluk ararım.					
25	Sinirli biriyim.					
26	Samimi bir ortamda görevimi en iyi şekilde yerine getiririm.					
27	İyi bir dinleyiciyimdir.					
28	Bir plana göre çalışırım.					
29	Ne düşündüğümü açıkça konuşurum.					
30	Çok geniş bir ilgi alanına sahibim.					
31	Yalnız hissetmeye meyilliyim.					
32	Başkalarını ayrıntılı bir şekilde tanımaktan zevk alıyorum.					
33	İnisiyatif alırım.					
34	Kolay kolay kimseyi incitmem					
35	Daha çok belirli bir taslağa göre çalışırım.					
36	Biri sıkıntı içindeyse bunu fark ederim.					
37	Diğerleri rahatsız olduğunda hissederim.					
38	Endişeli biriyim.					
39	Çalışırken katı kurallarım vardır					
40	Toplumsal gelişmelerde yön belirleyici biriyimdir.					



## EK 5

### Travma Sonrası Büyüme Envanteri

Sizden öğrenmek istediğimiz, yaşamınızda önemli yer tutan travmatik yaşam olaylarının, hayatınızda ne ölçüde pozitif değişikliklere sebep olduğudur. Geçmişte yaşadığınız krizden/krizlerden sonra yaşamınızda ve düşüncelerinizde meydana gelen değişimleri lütfen aşağıda verilen puanlama ölçütlerine göre 0 ve 5 arasında değerlendiriniz.

0	1	2	3	4	5
Stresli olay(lar) sonucu bu değişimi hiçbir şekilde yaşamadım	Çok az bir düzeyde	Bir miktar	Orta düzeyde	Oldukça fazla	Stresli olay(lar) sonucu bu değişimi çok büyük ölçüde yaşadım.

1. Yaşamda önem verdiğim şeylerin öncelik sırası değişti. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
2. Kendi hayatıma verdiğim değerde büyük bir artış oldu. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
3. Yeni ilgi alanları keşfettim. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
4. Kendime güven hissinde artış oldu. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
5. Manevi konuları daha iyi anlamaya başladım. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
6. Başım sıkıştığında insanlara güvенеbileceğimi daha iyi anladım. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
7. Yaşamım için yeni bir yön belirledim. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
8. Kendimi diğer insanlarla çok daha yakın hissetmeye başladım. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
9. Duygularımı ifade etmeye daha çok istekliyim. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
10. Zorlukları göğüsleyebileceğimi daha iyi anladım. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
11. Yaşamımda daha iyi şeyler yapabiliyorum. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
12. Her şeyi olduğu gibi daha çok kabullenebiliyorum. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
13. Her günümü daha iyi değerlendirebiliyorum. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
14. Daha önce var olmayan yeni olanaklara kavuştum. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
15. Diğer insanlara karşı daha şefkatliyim. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
16. İlişkilerime daha çok emek sarf etmeye başladım. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
17. Değişmesi gereken şeyleri değiştirebilmek için daha çok çaba harcıyorum. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
18. Daha güçlü bir inanca sahibim. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
19. Düşündüğümünden çok daha güçlü olduğumu keşfettim. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
20. İnsanların ne kadar mükemmel olabildiklerine dair çok şey öğrendim. (0) (1) (2) (3) (4) (5)
21. Başkalarına ihtiyaç duyuyor olmayı daha çok kabullendim. (0) (1) (2) (3) (4) (5)

**EK 6**  
**SCL-90- R**

Aşağıda zaman zaman herkeste olabilecek yakınma ve sorunların bir listesi vardır. Lütfen her birini dikkatlice okuyunuz. Sonra bu durumun bugün de dahil olmak üzere son bir ay içinde sizi ne ölçüde huzursuz ve tedirgin ettiğini göz önüne alarak aşağıda belirtilen tanımlamalardan uygun olanının numarasını karşısındaki boşluğa yazınız. Düşüncenizi değiştirirseniz ilk yazdığınız numarayı tamamen siliniz. Lütfen başlangıç örneğini dikkatle okuyunuz ve anlamadığınız bir cümle ile karşılaştığınızda uygulayan kişiye danışınız.

**Örnek :**

Aşağıda belirtilen sorundan  
ne ölçüde rahatsız oluyorsunuz?

**Tanımlama :**

- 0 Hiç**  
**1 Çok az**  
**2 Orta derecede**  
**3 Oldukça fazla**  
**4 Aşırı düzeyde**

Cevap

Örnek : Bel ağrısı ... 3 ...

1. Baş ağrısı .....
2. Sinirlilik ya da içinin titremesi .....
3. Zihinden atamadığınız yineleyici (tekrarlayıcı) hoş gitmeyen düşünceler .....
4. Baygınlık ve baş dönmeler .....
5. Cinsel arzuya ilginin kaybı .....
6. Başkaları tarafından eleştirilme duygusu .....
7. Herhangi bir kimsenin düşüncelerinizi kontrol edebileceği fikri .....
8. Sorunlarınızdan pek çoğu için başkalarının suçlanması gerektiği fikri .....
9. Olayları anımsamada (hatırlamada) güçlülük .....
10. Dikkatsizlik veya sakarlıkla ilgili endişeler .....
11. Kolayca gücenme, rahatsız olma hissi .....
12. Göğüs veya kalp bölgesinde ağrılar .....
13. Caddelerde veya açık alanlarda korku hissi .....

14. Enerjinizde azalma veya yavaşlama hali .....
15. Yaşamınızın sona ermesi düşünceleri .....
16. Başka kişilerin duymadıkları sesleri duyma .....
17. Titreme .....
18. Çoğu kişiye güvenilmemesi gerektiği düşüncesi .....
19. İştah azalması .....
20. Kolayca ağlama .....
21. Karşı cinsten kişilerle ilgili utangaçlık ve rahatsızlık hissi .....
22. Tuzağa düşürülmüş veya tuzağa yakalanmış hissi .....
23. Bir neden olmaksızın aniden korkuya kapılma .....
24. Kontrol edilmeyen öfke patlamaları .....
25. Evden dışarı yalnız çıkma korkusu .....
26. Olanlar için kendini suçlama .....
27. Belin alt kısmında ağrılar .....
28. İşlerin yapılmasında erteleme düşüncesi .....
29. Yalnız hissi .....
30. Karamsarlık hissi .....
31. Her şey için çok fazla endişe duyma .....
32. Her şeye karşı ilgisizlik hali .....
33. Korku hissi .....
34. Duygularınızın kolayca incitilebilmesi hali .....
35. Diğer insanların sizin düşündüklerinizi bilmesi hissi .....
36. Başkalarının sizi anlamadığı veya hissedemeyeceği duygusu .....
37. Başkalarının sizi sevmediği ya da dostça olmayan davranışlar gösterdiği hissi .....
38. İşlerin doğru yapıldığından emin olabilmek için çok yavaş yapmak .....
39. Kalbin çok hızlı çarpması .....
40. Bulantı veya midede rahatsızlık hissi .....
41. Kendini başkalarından aşağı görme .....
42. Adele (kas) ağrıları .....
43. Başkalarının sizi gözlediği veya hakkınızda konuştuğu hissi .....
44. Uykuya dalmada güçlük .....
45. Yaptığınız işleri bir ya da birkaç kez kontrol etme .....
46. Karar vermede güçlük .....
47. Otobüs, tren, metro gibi araçlarla yolculuk etme korkusu .....

48. Nefes almada güçlük .....
49. Soğuk ve sıcak basması .....
50. Sizi korkutan belirli uğraş, yer veya nesnelere kaçınma durumu .....
51. Hiç bir şey düşünmeme hali .....
52. Bedeninizin bazı kısımlarında uyuşma, karıncalanma olması .....
53. Boğazınıza bir yumru tıkanmış hissi .....
54. Gelecek konusunda ümitsizlik .....
55. Düşüncelerinizi bir konuya yoğunlaştırmada güçlülük .....
56. Bedeninizin çeşitli kısımlarında zayıflık hissi .....
57. Gerginlik veya coşku hissi .....
58. Kol ve bacaklarda ağırlık hissi .....
59. Ölüm ya da ölme düşünceleri .....
60. Aşırı yemek yeme .....
61. İnsanlar size baktığı veya hakkınızda konuştuğu zaman rahatsızlık duyma .....
62. Size ait olmayan düşüncelere sahip olma .....
63. Bir başkasına vurmaya, zarar vermek, yaralamaya dürtülerinin olması .....
64. Sabahın erken saatlerinde uyanma .....
65. Yıkanma, sayma, dokunma gibi bazı hareketleri yenileme hali .....
66. Uykuda huzursuzluk, rahat uyuyamama .....
67. Bazı şeyleri kırıp dökme isteği .....
68. Başkalarının yanında kendini çok sıkılgan hissetme .....
69. Başkalarının yanında kendini çok sıkılgan hissetme .....
70. Çarşı, sinema gibi kalabalık yerlerde rahatsızlık hissi .....
71. Her şeyin bir yük gibi görünmesi .....
72. Dehşet ve panik nöbetleri .....
73. Toplum içinde yer içerken huzursuzluk hissi .....
74. Sık sık tartışmaya girme .....
75. Yalnız bırakıldığınızda sinirlilik hali .....
76. Başkalarının sizi başarılarınız için yeterince takdir etmediği duygusu .....
77. Başkalarıyla birlikte olunan durumlarda bile yalnızlık hissetme .....
78. Yerinizde durmayacak ölçüde rahatsızlık duyma .....
79. Değersizlik duygusu .....
80. Size kötü bir şey olacaktıymış duygusu .....

81. Bağıрма ya da eşyaları fırlatma .....
82. Topluluk içinde bayılacağınız korkusu .....
83. Eğer izin verirsiniz insanların sizi sömüreceği duygusu .....
84. Cinsellik konusunda sizi çok rahatsız eden düşüncelerinizin olması .....
85. Günahlarınızdan dolayı cezalandırmanız gerektiği düşüncesi .....
86. Korkutucu türden düşünce ve hayaller .....
87. Bedeninizde ciddi bir rahatsızlık olduğu düşüncesi .....
88. Başka bir kişiye karşı asla yakınlık duymama .....
89. Suçluluk duygusu .....
90. Aklınızda bir bozukluğun olduğu düşüncesi .....

## EK 7

### **BECK DEPRESYON ÖLÇEĞİ (B D Ö)**

#### **AÇIKLAMA:**

Sayın cevaplayıcı aşağıda gruplar halinde cümleler verilmektedir. Öncelikle her gruptaki cümleleri dikkatle okuyarak, **BUGÜN DÂHİL GEÇEN HAFTA** içinde kendinizi nasıl hissettiğini en iyi anlatan cümleyi seçiniz. Eğer bir grupta durumunuzu, duygularınızı tarif eden birden fazla cümle varsa her birini daire içine alarak işaretleyiniz.

Soruları vereceğiniz samimi ve dürüst cevaplar araştırmanın bilimsel niteliği açısından son derece önemlidir. Bilimsel katkı ve yardımlarınız için sonsuz teşekkürler.

- 1- 0. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissetmiyorum.
  1. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.
  2. Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.
  3. O kadar üzüntülü ve sıkıntılıyım ki artık dayanamıyorum.
- 2- 0. Gelecek hakkında mutsuz ve karamsar değilim.
  1. Gelecek hakkında karamsarım.
  2. Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.
  3. Geleceğim hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.
- 3- 0. Kendimi başarısız bir insan olarak görmüyorum.
  1. Çevremdeki birçok kişiden daha çok başarısızlıklarım olmuş gibi hissediyorum.
  2. Geçmişe baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum.
  3. Kendimi tümüyle başarısız biri olarak görüyorum.
- 4- 0. Birçok şeyden eskisi kadar zevk alıyorum.
  1. Eskiden olduğu gibi her şeyden hoşlanmıyorum.
  2. Artık hiçbir şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor.
  3. Her şeyden sıkılıyorum.
- 5- 0. Kendimi herhangi bir şekilde suçlu hissetmiyorum.
  1. Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum.
  2. Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum.
  3. Kendimi her zaman suçlu hissediyorum.
- 6- 0. Bana cezalandırılmışım gibi geliyor.
  1. Cezalandırılabilirim hissediyorum.
  2. Cezalandırılmayı bekliyorum.
  3. Cezalandırıldığımı hissediyorum.
- 7- 0. Kendimden memnunum.
  1. Kendi kendimden pek memnun değilim.
  2. Kendime çok kızıyorum.
  3. Kendimden nefret ediyorum.
- 8- 0. Başkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum.

1. Zayıf yanların veya hatalarım için kendi kendimi eleştiririm.
  2. Hatalarımdan dolayı ve her zaman kendimi kabahatli bulurum.
  3. Her aksilik karşısında kendimi hatalı bulurum.
- 9-** 0. Kendimi öldürmek gibi düşüncelerim yok.
1. Zaman zaman kendimi öldürmeyi düşündüğüm olur. Fakat yapmıyorum.
  2. Kendimi öldürmek isterdim.
  3. Fırsatını bulsam kendimi öldürürdüm.
- 10-** 0. Her zamankinden fazla içimden ağlamak gelmiyor.
1. Zaman zaman içimden ağlamak geliyor.
  2. Çoğu zaman ağlıyorum.
  3. Eskiden ağlayabilirdim şimdi istesem de ağlayamıyorum.
- 11-** 0. Şimdi her zaman olduğumdan daha sinirli değilim.
1. Eskisine kıyasla daha kolay kızıyor ya da sinirleniyorum.
  2. Şimdi hep sinirliyim.
  3. Bir zamanlar beni sinirlendiren şeyler şimdi hiç sinirlendirmiyor.
- 12-** Başkaları ile görüşmek, konuşmak isteğimi kaybetmedim.
1. Başkaları ile eskiden daha az konuşmak, görüşmek istiyorum.
  2. Başkaları ile konuşma ve görüşme isteğimi kaybetmedim.
  3. Hiç kimseyle konuşmak görüşmek istemiyorum.
- 13-** 0. Eskiden olduğu gibi kolay karar verebiliyorum.
1. Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum.
  2. Karar verirken eskisine kıyasla çok güçlük çekiyorum.
  3. Artık hiç karar veremiyorum.
- 14-** 0. Aynada kendime baktığımda değişiklik görmüyorum.
1. Daha yaşlanmış ve çirkinleşmişim gibi geliyor.
  2. Görünüşümün çok değiştiğini ve çirkinleştiğimi hissediyorum.
  3. Kendimi çok çirkin buluyorum.
- 15-** 0. Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.
1. Bir şeyler yapabilmek için gayret göstermem gerekiyor.
  2. Herhangi bir şeyi yapabilmek için kendimi çok zorlamam gerekiyor.
  3. Hiçbir şey yapamıyorum.
- 16-** 0. Her zamanki gibi iyi uyuyabiliyorum.
1. Eskiden olduğu gibi iyi uyuyamıyorum.
  2. Her zamankinden 1-2 saat daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.
  3. Her zamankinden çok daha erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum.
- 17-** 0. Her zamankinden daha çabuk yorulmuyorum.
1. Her zamankinden daha çabuk yoruluyorum.

2. Yaptığım her şey beni yoruyor.
3. Kendimi hemen hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun hissediyorum.

18- 0. İştahım her zamanki gibi.

1. İştahım her zamanki kadar iyi değil.
2. İştahım çok azaldı.
3. Artık hiç iştahım yok.

19- 0. Son zamanlarda kilo vermedim.

1. İki kilodan fazla kilo verdim.
2. Dört kilodan fazla kilo verdim.
3. Altı kilodan fazla kilo vermeye çalışıyorum.

20- 0. Sağlığım beni fazla endişelendirmiyor.

1. Ağrı, sancı, mide bozukluğu veya kabızlık gibi rahatsızlıklar beni endişelendirmiyor.
2. Sağlığım beni endişelendirdiği için başka şeyleri düşünmek zorlaşıyor.
3. Sağlığım hakkında o kadar endişeliyim ki başka hiçbir şey düşünmüyorum.

21- 0. Son zamanlarda cinsel konulara olan ilgimde bir değişme fark etmedim.

1. Cinsel konularla eskisinden daha az ilgiliyim.
2. Cinsel konularla şimdi çok daha az ilgiliyim.
3. Cinsel konular olan ilgimi tamamen kaybettim.



## EK 8

### Beck Anksiyete Ölçeği

Aşağıda insanların kaygılı ya da endişeli oldukları zamanlarda yaşadıkları bazı belirtiler verilmiştir.

Lütfen her maddeyi dikkatle okuyunuz. Daha sonra, her maddedeki belirtinin BUGÜN DAHİL SON BİR(1) HAFTADA sizi ne kadar rahatsız ettiğini yakındaki uygun yere (x) işareti koyarak belirtiniz.

	Hiç	Hafif düzeyde beni pek etkilemedi	Orta düzeyde hoş değildi ama katlanabildim	Ciddi düzeyde dayanmakta çok zorlandım
1.bedeninizin herhangi bir yerinde uyuşma veya karıncalanma				
2.Sıcak / ateş basma				
3.bacaklarda halsizlik, titreme				
4.Gevşeyememe				
5.Çok kötü şeyler olacak korkusu				
6.Baş dönmesi veya sersemlik				
7.Kalp çarpıntısı				
8.Dengeyi kaybetme duygusu				
9.Dehşete kapılma				
10.Sinirlilik				
11.Boğuluyormuş gibi olma duygusu				
12.Ellerde titreme				
13.Titreklilik				
14.Kontrolü kaybetme korkusu				
15.Nefes almada güçlük				
16.Ölüm korkusu				
17.Korkuya kapılma				
18. Midede hazımsızlık ya da rahatsızlık hissi				
19.Baygınlık				
20.Yüzün kızarması				
21.Terleme(sıcaklığa bağlı olmayan)				

## **EK 9**

### **KATILIM SONRASI BİLGİ FORMU**

Bu araştırma daha önce de belirtildiği gibi Maltepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yüksek Lisans öğrencilerinden Adili ADİLA tarafından yürütülen bir çalışmadır.

Çalışmanın amacı göçmenlerin uyum sağlama sürecini anlamaktır.

Bu çalışmadan alınacak ilk verilerin Mayıs, 2019 sonunda elde edilmesi amaçlanmaktadır. Elde edilen bilgiler sadece bilimsel araştırma ve yazılarda kullanılacaktır. Bu araştırmaya katıldığınız için tekrar çok teşekkür ederiz.

Araştırmanın sonuçlarını öğrenmek ya da daha fazla bilgi almak için aşağıdaki isimlere başvurabilirsiniz.

Psikolog Adili Adila (E-posta: [adile3320@gmail.com](mailto:adile3320@gmail.com))

## KAYNAKÇA

- Akhtar, S. (1995). A third individuation: Immigration, identity, and the psychoanalytic process. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 43(4), 1051-1084.
- An, Y., Ding, X., Fu, F., (2017). Personality and Post-traumatic Growth of Adolescents 42 Months after the Wenchuan Earthquake: A Mediated Model. *Front. Psychol.* 8:2152.
- Arnett, J. J. (2002). The psychology of globalization. *American psychologist*, 57(10), 774.
- Ataca, B., & Berry, J. W. (2002). Psychological, sociocultural, and marital adaptation of Turkish immigrant couples in Canada. *International Journal of Psychology*, 37(1), 13-26.
- Bacigalupe, G., & Cámara, M. (2012). Transnational families and social technologies: Reassessing immigration psychology. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 38(9), 1425-1438.
- Benet-Martínez, V., & Haritatos, J. (2005). Bicultural identity integration (BII): Components and psychosocial antecedents. *Journal of personality*, 73(4), 1015-105,
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied psychology*, 46(1), 5-34.
- Berry, J. W. (2001). A psychology of immigration. *Journal of social issues*, 57(3), 615-631.
- Berry, J. W., & Sabatier, C. (2011). Variations in the assessment of acculturation attitudes: Their relationships with psychological wellbeing. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(5), 658-669.
- Berry, J. W., Kim, U., Minde, T., & Mok, D. (1987). Comparative studies of acculturative stress. *International migration review*, 21(3), 491-511.
- Berry, J. W., Phinney, J. S., Sam, D. L., & Vedder, P. (2006). Immigrant youth: Acculturation, identity, and adaptation. *Applied psychology*, 55(3), 303-332.
- Bhugra, D. (2004). Migration and mental health. *Acta psychiatrica scandinavica*, 109(4), 243-258.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3: Loss*. Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- Chen, S. X., Benet-Martínez, V., & Harris Bond, M. (2008). Bicultural Identity, bilingualism, and psychological adjustment in multicultural societies: immigration-based and globalization-based acculturation. *Journal of personality*, 76(4), 803-838.
- Cho, D., & Park, C. L. (2013). Growth following trauma: Overview and current status. *Terapia psicológica*, 1(1), 69-79.
- Cho, S. J., Oh, H. K., & Min, H. J. (2017). A study on the effects of social discrimination and individual-level factors on the life satisfaction among marriage-immigrants in Korea. *The Woman's Studies*, 94(3), 109-14,
- Dewaele, J. M., & Stavans, A. (2014). The effect of immigration, acculturation and multicompetence on personality profiles of Israeli multilinguals. *International Journal of Bilingualism*, 18(3), 203-221.
- Dewaele, J. M., & Wei, L. (2011, June). Are bi-and multilinguals more tolerant of ambiguity than monolinguals. In *8th International Symposium on Bilingualism, Oslo, Norway* (Vol. 15).

- Fazel, M., Wheeler, J., & Danesh, J. (2005). Prevalence of serious mental disorder in 7000 refugees resettled in western countries: a systematic review. *The Lancet*, 365(9467), 1309-1314.
- Garnefski, N., Kraaij, V., Schroevers, M. J., & Somsen, G. A. (2008). Post-traumatic growth after a myocardial infarction: a matter of personality, psychological health, or cognitive coping?. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 15(4), 27,
- Hirschman, C. (1983). America's melting pot reconsidered. *Annual review of sociology*, 9(1), 397-423.
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2005). Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. *Review of general psychology*, 9(3), 262-28,
- Joseph, S., Murphy, D., & Regal, S. (2012). An affective–cognitive processing model of post-traumatic growth. *Clinical psychology & psychotherapy*, 19(4), 316-325.
- Kagğan. M., Gülec. M., Boysan. M., Çavuş. H., (2012) Travma Sonrası Büyüme Envanteri'nin Türkçe Versiyonunun Normal Toplumda Hiyerarşik Faktör Yapısı. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 11 (5), 617-624.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikoloji. Koç Üniversitesi Yayınları.
- Kılıç, M. (2016). Belirti Tarama Listesi (Scl. 90-R) Nin Geçerlilik Ve Güvenirliği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1(2).
- Kroo, A., & Nagy, H. (2011). Posttraumatic growth among traumatized Somali refugees in Hungary. *Journal of Loss and Trauma*, 16(5), 440-458.
- Leong, C. H. (2007). Predictive validity of the Multicultural Personality Questionnaire: A longitudinal study on the socio-psychological adaptation of Asian undergraduates who took part in a study-abroad program. *International Journal of Intercultural Relations*, 31(5), 545-559.
- Liebkind, K. (1992). Ethnic identity–Challenging the boundaries of social psychology. In *The social psychology of identity and the self concept*. Academic Press (Surrey University Press).
- López-Portillo Contreras, A. (2005). Caribbean Disaster Emergency Response Agency: Survey on the Status of Disaster Preparedness in Grenada. *St. George's, Grenada*.
- Manne, S., Ostroff, J., Winkel, G., Goldstein, L., Fox, K., & Grana, G. (2004). Posttraumatic growth after breast cancer: Patient, partner, and couple perspectives. *Psychosomatic medicine*, 66(3), 442-454.
- Maydell-Stevens, E., Masggoret, A. M., & Ward, T. (2007). Problems of psychological and sociocultural adaptation among Russian speaking immigrants in New Zealand. *Social policy journal of New Zealand: te puna whakaaro*, 30, 178-198.
- Odegaard, O. (1932). Emigration and insanity. *Acta. Psychiatr. Neurol., Suppl.*
- Park, C. L., & Fenster, J. R. (2004). Stress-related growth: Predictors of occurrence and correlates with psychological adjustment. *Journal of social and clinical psychology*, 23(2), 195-215.
- Phinney, J. S. (1990). Ethnic identity in adolescents and adults: review of research. *Psychological bulletin*, 108(3), 499.
- Phinney, J. S., Horenczyk, G., Liebkind, K., & Vedder, P. (2001). Ethnic identity, immigration, and well-being: An interactional perspective. *Journal of social issues*, 57(3), 493-51.

- Sam, D. L. (2006). Acculturation: Conceptual background and core components.
- Sam, D. L., & Berry, J. W. (2010). Acculturation: When individuals and groups of different cultural backgrounds meet. *Perspectives on psychological science*, 5(4), 472-481.
- Sam, D. L., Vedder, P., Liebkind, K., Neto, F., & Virta, E. (2008). Immigration, acculturation and the paradox of adaptation in Europe. *European journal of developmental psychology*, 5(2), 138-158.
- Sarıçam, H. (2014). Öğretmen adaylarının çokkültürlü kişilik düzeyleri ile çokkültürlü eğitime yönelik tutumlarının incelenmesi. *4th International Symposium of Policies and Issues on Teacher Education*, 114-116.
- Savaşır, I., & Şahin, N. H. (Eds.). (1997). *Bilişsel-davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan ölçekler*. Türk Psikologlar Derneği.
- Schaefer, J. A., & Moos, R. H. (1992). Life crises and personal growth.
- Scrignaro, M., Barni, S., & Magrin, M. E. (2011). The combined contribution of social support and coping strategies in predicting post-traumatic growth: a longitudinal study on cancer patients. *Psycho-oncology*, 20(8), 823-831.
- Searle, W., & Ward, C. (1990). The prediction of psychological and sociocultural adjustment during cross-cultural transitions. *International journal of intercultural relations*, 14(4), 449-464.
- Şeker, B. D., & Akman, E. (2016). Uluslararası öğrencilerin psikolojik ve sosyokültürel süreçleri. *Cukurova Medical Journal*, 41(3), 504-514.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. (2004). Posttraumatic growth: A new perspective on psychotraumatology. *Psychiatric Times*, 21(4), 58-6,
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation*. Sage.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). " Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence". *Psychological inquiry*, 15(1), 1-18.
- Teodorescu, D. S., Siqveland, J., Heir, T., Hauff, E., Wentzel-Larsen, T., & Lien, L. (2012). Posttraumatic growth, depressive symptoms, posttraumatic stress symptoms, post-migration stressors and quality of life in multi-traumatized psychiatric outpatients with a refugee background in Norway. *Health and quality of life outcomes*, 10(1), 84.
- Turner, J. C., & Tajfel, H. (1986). The social identity theory of intergroup behavior. *Psychology of intergroup relations*, 5, 7-24.
- Van Der Zee, K. I., & Van Oudenhoven, J. P. (2000). The Multicultural Personality Questionnaire: A multidimensional instrument of multicultural effectiveness. *European journal of personality*, 14(4), 291-309.
- Van Oudenhoven, J. P., & Van der Zee, K. I. (2002). Predicting multicultural effectiveness of international students: The Multicultural Personality Questionnaire. *International Journal of Intercultural Relations*, 26(6), 679-694.
- Van Oudenhoven, J. P., Mol, S., & Van der Zee, K. I. (2003). Study of the adjustment of Western expatriates in Taiwan ROC with the Multicultural Personality Questionnaire. *Asian Journal of Social Psychology*, 6(2), 159-17,
- Ward, C. (2008). Thinking outside the Berry boxes: New perspectives on identity, acculturation and intercultural relations. *International journal of intercultural relations*, 32(2), 105-114.
- Ward, C., Okura, Y., Kennedy, A., & Kojima, T. (1998). The U-curve on trial: A longitudinal study of psychological and sociocultural adjustment during cross-cultural transition. *International Journal of Intercultural Relations*, 22(3), 277-291.

Yalom, I. D., & Lieberman, M. A. (1991). Bereavement and heightened existential awareness. *Psychiatry*, 54(4), 334-345.