

İSTANBUL ŞEHİR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ


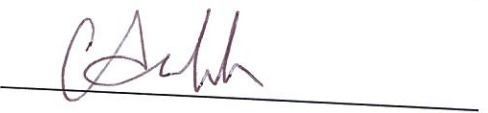
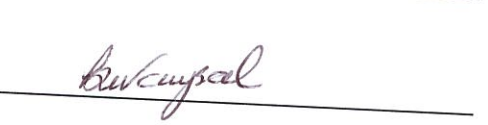
**MÜLTECİ GENÇLERİN TRAVMA TEPKİLERİ: HAYAT AĞACI UYGULAMASI VE  
UYGULAMANIN GENÇLERİN KİMLİK VE ROLLER ALANINDAKİ DENEYİMLERİNE  
ETKİSİ**

BERNANUR YİĞİT

NİSAN 2019

Bu tez tarafımızca okunmuş olup kapsam ve nitelik açısından, Klinik Psikoloji alanında Yüksek Lisans Derecesini alabilmek için yeterli olduğuna karar verilmiştir.

Tez Jürisi Üyeleri:

	KANAATI	İMZA
Doç. Dr. Elif Çelebi (Tez Danışmanı)	<u>Kabul</u>	
Doç. Dr. Zeynep Ceren Acartürk	<u>Kabul</u>	
Dr. Öğr.Üyesi Burcu Uysal	<u>Kabul</u>	

Bu tezin İstanbul Şehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü tarafından konulan tüm standartlara uygun şekilde yazıldığı teyit edilmiştir.

Tarih  
24.05.2019

  
Mühür/İmza

Bu çalışmada yer alan tüm bilgilerin akademik kurallara ve etik ilkelere uygun olarak toplanıp sunulduğunu, söz konusu kurallar ve ilkelerin zorunlu kıldığı çerçevede, çalışmada zgn olmayan tüm bilgi ve belgelere, alıntılama standartlarına uygun olarak referans verilmiş olduğunu beyan ederim.

Adı Soyadı: Bernanur Yiğit

İmza: Bernanur Yiğit

## ÖZ

### MÜLTECİ GENÇLERİN TRAVMA TEPKİLERİ: HAYAT AĞACI UYGULAMASI VE UYGULAMANIN GENÇLERİN KİMLİK VE ROLLER ALANINDAKİ DENEYİMLERİNE ETKİSİ

Yiğit, Bernanur

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Elif Çelebi

Nisan 2019, 87 sayfa

Bu çalışmada, Narrative terapi içerisinde özellikle travma yaşamış gruplarda psikososyal destek amaçlı geliştirilmiş bir grup uygulaması olan Hayat Ağacı uygulamasının (Ncube, 2008) mülteci gençlerin kimlik ve roller alanındaki deneyimlerini nasıl etkilediği araştırılmıştır. Uygulamaya katılmaya İstanbul ve Ankara illerinden 15-30 yaş arası toplam 48 kişi gönüllü olmuş, bu kişilerden 35 tanesi ilk oturuma katılmış, bu kişilerden 16 katılımcı uygulamanın başından sonuna katılım göstererek uygulamayı tamamlamışlardır. Çalışmada hem nitel hem nicel veri analizi yapılarak karma yöntemli araştırma deseni kullanılmıştır. Grup içi paylaşımlar, çizilen ağaçlar ve araştırma sonundaki değerlendirme soruları nitel veriler olarak analiz edilmiştir. Uygulamanın kimlik ve roller alanındaki deneyimlere etkisini görmek için uygulama öncesi ve sonrasında ADAPT İndeksinin Kimlik ve Roller alanına ilişkin bölümü Likert-tipi anket olarak dağıtılarak nicel veri analizi kısmında kullanılmıştır. Sonuçlara göre, uygulama sonrasında kimlik ve roller alanındaki olumsuz deneyimlerin toplam skorlarında istatistiksel olarak anlamlı bir değişme meydana gelmemiştir. Ancak madde bazında yapılan analizlerde “toplumda kendine bir yer edinebilme noktasındaki kültürel engelleri aşmaya çalışırken zorluklarla karşılaşma” maddesinde uygulama sonrasında bir artış gözlenmiştir. Grup farklılıklarının kimlik ve roller alanındaki olumsuz deneyimler ve bu deneyimlerin uygulamadan nasıl etkilendiği üzerindeki rolü tartışılmıştır. Araştırma sonuçları mültecilerle ilgili derin çalışmalara olan ihtiyacı gösterdiği gibi gelecek çalışmalara yönelik yeni alanlar da açmıştır.

Anahtar Kelimeler: Mülteci Gençler, ADAPT Modeli, Narrative Terapi, Hayat Ağacı, Psikososyal Destek, Kimlik



## ABSTRACT

### REFUGEE YOUTH'S RESPONSES TO TRAUMA: TREE OF LIFE INTERVENTION AND ITS EFFECT ON YOUTH'S EXPERIENCES IN THE DOMAIN OF IDENTITY AND ROLES

Yiğit, Bernanur

MA in Clinical Psychology

Thesis Advisor: Assoc. Prof. Elif Çelebi

April 2019, 87 pages

In this study, how Tree of Life (ToL), a Narrative therapy intervention (Ncube, 2008) developed for psychosocial support, especially in groups that experienced trauma, affects refugee youth's experiences in the domain of identity and roles is examined. 48 people from Istanbul and Ankara, aged between 15 and 30, were volunteered to participate in the intervention, 35 of them participated in the first session and 16 of those 35 completed the intervention by participating all sessions. In this research, mixed method research design was used by using both qualitative and quantitative data analysis. Ingroup discussions, drawn trees, and evaluation questions at the end of the research was analyzed as a qualitative data. To see effects of the intervention in the domain of identity and roles, before and after the intervention participants were given a part of ADAPT Index in the form of Likert-type questionnaire, which is related with the domain of identity and roles, and this questionnaire was used in quantitative data analysis part. According to results, there is no statistically significant difference found in total scores of negative experiences in the domain of identity and roles after the intervention. But, in item-based analyses, an increase after the intervention was found in the item of "having difficulties trying to overcome cultural barriers so that I can have a place in society". The role of group differences in negative experiences in the domain of identity and roles, and their role on how these experiences were affected by the intervention were discussed. Results of the research opened new areas for future studies as well as it demonstrated the need for more profound studies concerning refugees.

Keywords: Refugee Youth, ADAPT Model, Narrative Therapy, Tree of Life, Psychosocial support, Identity



## TEŞEKKÜR/ÖNSÖZ

Öncelikle, bu tez araştırmasının her aşamasında yardımcı görüşlerini ve geri bildirimlerini esirgemeyen tez danışmanım Doç. Dr. Elif Çelebi'ye çok teşekkür ederim. Doç. Dr. Ceren Acartürk'e de gerek fikir danışma gerekse de uygulamaya yönelik planlama noktasında kapısını ne zaman çalsam geri çevirmeyerek kıymetli tecrübesini benimle paylaştığı için çok teşekkür ederim. Ayrıca, İstanbul Şehir Üniversitesi Klinik Psikoloji Programı'nın kadrosunda yer alan tüm hocalarıma da her türlü fikir alışverişi noktasında tecrübelerini ve desteklerini esirgemedikleri ve kapılarını öğrencilerine hep açık tuttukları için teşekkür ederim. Tez jürimde de yer almayı kabul ederek vaktini ayıran Dr. Öğretim Üyesi Burcu Uysal'a da hem akademik hem de kişisel tecrübelerini paylaşarak bu süreçte motivasyon noktasında desteğini eksik etmediği için çok teşekkür ederim.

Araştırmanın uygulama aşamasında yardımlarını esirgemeyen başta TDV Sosyal Destek Merkezi Genel Müdürü Muhammet Sait Karataş bey ve merkezin psikososyal destek biriminden sorumlu Sümeyra Aydemir Korucu hanım olmak üzere, Yeryüzü Çocukları Derneğine de öncelikle mülteci çocukları ve gençleri destekleme yönündeki çaba ve gayretlerinden dolayı, sonrasında da tezimi uygulama noktasındaki yardımlarından dolayı teşekkürlerimi sunarım.

Son olarak, hiçbir başarının ya da fedakarlığın aslında bireysel olmadığını tam aksine bunların bir grup işi olduğunu bu süreçte çok iyi bir şekilde anlamamı sağlayan, bu güne kadar maddi ve manevi desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen ve bu süreci bana kolaylaştırmak için ellerinden gelen ne varsa yapan başta kıymetli babam Ertuğrul Kuyrukcu ve annem Birgül Kuyrukcu olmak üzere ablam Saliha, kız kardeşim Süheyla, erkek kardeşlerim Muhammed Hayri ve Yusuf' a da hep yanımda oldukları için çok teşekkür ediyorum. Ayrıca, bu süreçte en çok yorulduğum, bunaldığım stresli anlarda yükümü hafifletmek için elinden geleni yapan ve her türlü yardımı esirgemeyen kıymetli yol arkadaşım, eşim Yusuf'a ve onun kıymetli ailesine de maddi ve manevi desteklerinden ötürü çok teşekkür ederim.



## İÇİNDEKİLER

Öz.....	iv
Abstract.....	vi
Teşekkür / Önsöz.....	viii
İçindekiler.....	ix

### BÖLÜMLER

1. Giriş: Mülteciler ve Ruh Sağlığı İlişkisi.....	1
1.1. Travma ve Sonrası: Mültecilik Deneyimine Temel Psikolojik Yaklaşım.....	9
1.2. Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Mültecilik: Travma, Peki ya Sonrası? ....	11
1.3. Travma Kurbanı Olmanın Ötesinde Mültecilik.....	11
1.4. Tanı Kriterlerinin Ötesinde Ruh Sağlığı.....	13
1.5. TSSB Tanısına Yönelik Eleştiriler.....	16
1.6. Travma Yaklaşımına Alternatif Yaklaşımlar.....	19
1.6.1. Psikolojik Direnç: Pozitif Psikoloji Bakış Açısı.....	20
1.6.2. Kültürel Psikoloji: Yerelliğe Vurgu.....	21
1.6.3. Gelişimsel Yaklaşım: Travma Yaşantılarının Psikolojik Etkilerini Gelişimsel Olarak Anlamak.....	23
1.6.4. Psikososyal Modeller: Güncel Bağlamın Önemi.....	28
1.7. Araştırmanın Konusu ve Amacı.....	32
1.8. Araştırma Sorusu ve Hipotezler.....	38
2. Araştırmanın Yöntemi.....	40
2.1. Etik Onay.....	40
2.2. Katılımcılar.....	39
2.3. Ölçme Araçları.....	40
2.3.1. Demografik Form.....	40
2.3.2. ADAPT İndeksi.....	40
2.3.3. Değerlendirme Formu.....	41
2.4. Prosedür.....	41
2.5. Analiz.....	44
3. Sonuçlar.....	46

3.1. Nitel Verilerin Analizi.....	46
3.1.1. Ağaçlar ve Grup İçi Paylaşımları.....	46
3.1.2. Değerlendirme Formları ve Geri Bildirimler.....	52
3.2. Nicel Verilerin Analizi.....	54
3.2.1. Mülteci Gençlerin Kimlik ve Rollerine İlgili Değerlendirmeleri.....	54
3.2.2. Hayat Ağacı Uygulamasının Mülteci Gençlerin Kimlik ve Rollerine İlgili Değerlendirmeleri Üzerindeki Etkisi.....	56
4. Tartışma ve Öneriler.....	59
4.1. Özet ve Sonuçların Değerlendirilmesi.....	59
4.2. Araştırmanın Kısıtlı Yönleri.....	66
4.3. Araştırmanın Güçlü Yönleri.....	68
4.4. Tartışma ve Öneriler.....	70
Referanslar.....	72
Ekler.....	80

## BÖLÜM 1

### GİRİŞ: MÜLTECİLER VE RUH SAĞLIĞI İLİŞKİSİ

Suriye’de yaşanan iç savaş ve bu savaşa bağlı olarak sivil halkın göç etmek zorunda kalması sayıları gün geçtikçe artan Suriyeli mülteci olgusuyla bizleri karşı karşıya bırakmaktadır. Birleşmiş Milletler Mülteciler Yüksek Komiserliği (BMMYK, 2018) tarafından yayınlanan son rapora göre Dünya genelinde kayıtlı Suriyeli mülteci sayısı 6 milyona yaklaşmıştır. Her geçen gün sayıları artan Suriyeli mülteciler Birinci ve İkinci Dünya Savaşları’ndan sonra tarihteki en büyük mülteci krizine neden olmuştur. Kayıt dışı yollarla göç eden kişi sayısını da göz önünde bulundurduğumuzda, görülmektedir ki durum her geçen gün ciddiyetini artırmaktadır. Bu noktada maalesef çoğu devlet bu durumu gerektiği gibi yönetecek politikalar üretmekten çok uzak durumdadır. Buna bağlı olarak bu durum sadece siyasi krize değil, aynı zamanda bir insanlık krizine de sebep olmaktadır. Şüphesiz ki yaşanan bütün bu krizlerden en çok etkilenenler de mültecilerin kendileridir.

Mültecilerin geçirmiş oldukları zorlu süreçler onları başta psikoloji olmak üzere birçok sosyal bilim araştırmalarının odak noktası haline getirmektedir. Genellikle göç öncesi dönemde savaş ve politik şiddete maruz kalma sonucu zorunlu bir şekilde yer değiştirme durumunda kalarak ülke sınırları dışına göç eden kişiler göç ettikleri yerlerde de mülteci konumuna gelip genellikle kamp yerleşkelerinde en temel ihtiyaçlarının bile karşılanmadığı ya da yetersiz karşılandığı şartlarda yaşamlarını sürdürmeye çalışmaktadırlar. Şüphesiz bu tablo, genelde mültecileri, güncel ve özel olarak da Suriye’li mültecileri psikolojik rahatsızlıklar açısından önemli bir risk grubu haline getirmiştir. Bütün bunların sonucunda mültecilerin psikolojik sağlığı konusu mültecilerle ilgili yapılan araştırmalarda birincil odak noktalarından biri haline gelmiştir.

En güncel istatistiklere göre Suriye’deki iç savaşın başlangıcından beri (2011) ölen kişi sayısı dört yüz bini aşmıştır (Human Right Watch, 2018). Savaşın bugün gelmiş olduğu boyut ve farklı ulusların da dahil olduğu hava saldırıları ve kuşatmalarda sivil

halkın da hedef olduğu düşünöldüğünde her ne kadar kesin rakamlara ulaşmak zorsa da sivil insanların ölüm oranının da bir hayli yüksek olduğu söylenebilir. Sadece 2017 yılında on bini aşkın sivil ölürlen, 2018 yılında ölen sivillerin sayısı ise altı bini geçmiştir. Ölen sivillerden yüzde otuzu çocuk, yüzde on beşi de kadındır (I am Syria, 2018). Ülkelerindeki iç savaş nedeniyle ülke içerisinde yer değıştiren insanların sayısı altı milyonu, ülke dışına göç edenlerin sayısı ise beş milyonu aşmıştır. Bu da Suriye'nin savaş-öncesi nüfusunun yarısından fazlasının zorunlu olarak yerlerinden edildiğı anlamına gelmektedir (Hassan vd., 2015). Ülke dışına göç eden kayıtlı mültecilerin yarısından fazlasını kadınlar ve çocuklar meydana getirmektedir (BMMYK, 2018). Türkiye, bu noktada üç buçuk milyonu aşkın Suriyeli mülteciye ve Irak, Afganistan gibi başka ülkelerden de 365 bin civarında mülteciye ev sahipliğı yapmakta ve bu durumda en yoğun mülteci nüfusuna sahip ülkelerden biri olmaktadır (BMMYK, 2018).

Genel anlamıyla bakıldığında, kayıp ve şiddetli üzüntü, silahlı çatışmanın göröldüğü bölgelerde en temel iki mesele olarak karşımıza çıkmaktadır (Hassan vd., 2015). Burada kayıp kelimesi hem bir kişinin ölümü veya fiziksel olarak kaybolması hem de her türlü duygusal, ilişkisel ve materyal kaybı ifade edecek şekilde kullanılmıştır. Bu çerçeveden bakıldığında savaşın veya silahlı çatışmanın bireylerin üzerindeki en büyük etkisinin savaş öncesi hayatlarında var olan bir kişinin veya bir şeyin savaş sonrasında yok olmasıdır. Günümüzdeki savaşları ve sonuçlarını düşündüğümüzde bu savaşların kurbanı kişilerin birçok kayba maruz kaldıkları herkesçe bilinen bir durumdur. Yaşadığımız dönemde savaşlar öyle bir boyuta erişmiştir ki sıradan insanların, sivillerin hayatlarına öncesi-sonrası olarak ayırmayı mümkün kılacak bir çentik atmaktadır. Çünkü savaş veya silahlı çatışmaya maruz kalmış birçok kişi ailelerinden birini, arkadaşlarını, öğretmenlerini ya da bir yakınlarını, evlerini, mahallelerini, belki yapmaktan en çok zevk aldıkları aktiviteyi, gitmeyi en çok sevdikleri yeri, okullarını, mesleklerini, anılarını, kısacası geçmiş hayatlarına ait ne varsa hepsini kaybetme ihtimali taşımaktadır. İçinde bulunduğumuz şu dönemde, ne yazık ki, birçok Suriyeli ve de bu şekilde savaşa maruz kalan diğer toplumların insanları için bu tablo zayıf bir ihtimal olmayıp, onların gerçekliğı haline gelmiştir. Geniş çerçeveden bakıldığında, sosyolojik ve siyasi anlamda sosyal statü kaybını da

içine alan bu durum, insanları dönüştürmekte, savaş öncesinde doktor, mimar, akademisyen, avukat ve bunlar gibi 'saygın' mesleki ünvanlara sahip kimseleri bile göç ettikleri yerlerde mülteci statüsüne indirgemektedir. Mülteciler ve onların psikolojik sağlıklarına ilişkin bu tabloyu, kayıp ve şiddetli acı (Hassan vd., 2015) çerçevesine oturttuğumuzda, göç öncesinde ve sonrasında karşılaştıkları zorlukları bireysel ve toplumsal düzeyde, farklı katmanlarda kayıplar ve buna bağlı gelişen durumlar olarak; yaşanan psikolojik sorunları ise bu kayıplar karşısında duyulan şiddetli acının farklı şekillerde yansımaları olarak özetlememiz mümkün olur. İlerleyen kısımlarda da tartışılacağı üzere bu durum mültecilerin yaşamış oldukları deneyimi salt travmatik bir olay olarak kavramsallaştırmamızı zorlaştırmakta ve daha farklı bir pencereden bu deneyimi anlama ihtiyacını bizlere göstermektedir.

Çeşitli sivil toplum örgütleri tarafından yayınlanmış raporlarda ve yapılan araştırmalarda Suriyeli mültecilerin karşılaştıkları zorlukların genellikle göç öncesi ve sonrası olarak sınıflandırıldığını görüyoruz (Hassan vd., 2015; Hassan, Ventevogel, Jefee-Bahloul, Barkil-Oteo & Kirmayer 2016). Suriye'den savaş şartlarında göç etmenin ve göç edilen ülkelerin sınırlarında yaşanan zorluklar da düşünüldüğünde göç etmenin kendisinin de zorlu bir deneyim olduğu açıktır. Ülkelerindeki iç savaşın başlangıcından öncesine dayanan politik gerginlik ve sonrasında patlak veren iç savaş esnasında Suriyeliler birçok toplu insan hakları ihlallerine maruz kalmışlardır. Zorla evden alınma ve alıkonulma, hapis, fiziksel şiddet, cinsel taciz ve tecavüz, öldürülme ve kaçırılma gibi durumlar en sık karşılaşılan durumlardandır (Hassan vd., 2015). Suriye'deki iç savaş nedeniyle de göçmenlerden birçoğu evlerinin ve mahallelerinin bombardıman sonucu yıkıldığına, bu saldırılar sonucu ailelerinden birinin veya yakınlarının ölümüne, çocuklar ve gençler ebeveynlerinden birinin ya da her ikisinin, kardeşlerinin, arkadaşlarının, öğretmenlerinin ölümüne, okullarının yıkılmasına ve bunlar gibi zor durumlara şahitlik etmişlerdir. Yine Suriye'de savaş nedeniyle en yaygın görülen durumlardan biri olan kayıp vakaları da hem çocuklar hem de yetişkinler için önde gelen stres kaynaklarındandır. Save The Children (2017) tarafından yayınlanan rapora göre Suriyeli çocukların yaklaşık üçte ikisi savaşta sevdikleri birini kaybetmişler, evleri bombalanmış ya da evlerine ateş açılmış, veya savaşla bağıntılı olarak zarar görmüşlerdir (Save The Children, 2017). Yine aynı

raporda geçtiği üzere hem ülke dışına hem de ülke içinde göç eden çocuklar ve aileleri çeşitli tehlikelerle karşı karşıya kalmaktadırlar. Ülke içinde kalan çocuklar, özellikle de ebeveynlerini savaşta kaybetmişler çocuk asker olarak veya çeşitli amaçlarla istismar edilmekte, insan kaçakçılığı, besin ve sağlık koşullarının yetersizliğine bağlı hastalık ve ölümler, eğitimin yarıda kalması gibi durumlara maruz kalmaktadırlar (Save The Children, 2013, 2015& 2017).

Ülke dışına göç edenleri ise başka bir ülkede sığınmacı konumunda olmanın yan etkileri sayılabilecek sayısız güçlük karşılamaktadır. Yapılan araştırmalar bu güçlüklerin en başında ekonomik zorlukların yer aldığını göstermektedir (Washington & Rowell, 2013; Hassan vd., 2015; Hassan, Ventevogel, Jefee-Bahloul, Barkil-Oteo & Kirmayer, 2016). Bu durumdaki mülteciler göç ettikleri ülkede genellikle ilk olarak sınırlarda oluşturulmuş kamplara yerleştirilmekte, burada çadırlarda veya prefabrik yapılarda birçok kişi birlikte kalmaktadırlar. Bunların yanında mülteci kamplarında tuvalet, mutfak gibi alanlar ortaklaşa kullanılmakta; su ve besin gibi temel geçim kaynakları ve maddi imkanlar çok kısıtlı bulunmakta, uygun sağlık ve eğitim şartları ya hiç sağlanamamakta ya da yetersiz kalmaktadır. Kampta yaşam koşullarının fiziksel açıdan bu şekilde yetersiz olmasına ilaveten güvenlik endişesi nedeniyle insanların sosyalleşme olanakları da kısıtlanmakta, özellikle de genç kızlar ve kadınlar sosyal tecride maruz kalmaktadırlar (International Rescue Committee, 2014). Kamplarda, özellikle de ortak kullanım alanlarında veya buraya giderken yolda, cinsel taciz-tecavüze uğrama korkusu kadınların geneli tarafından ifade edilen bir korku olmakta; bu da onların hareket alanlarını tabii olarak kısıtlamaktadır. Bu durum aileleri de kaygılandırmakta, onlarla birlikte bulunan genç kızları tek başlarına dışarı yollamak istememekte, özellikle de akşam vakitlerinde kamp içinde ortak kullanım alanlarına giderken yanlarında başka arkadaşlarıyla birlikte veya bir erkekle gitmelerini bu güvenlik tehdidine çözüm olarak görmekteyirler. Kadınları ve genç kızları tehdit eden durumlar bunlarla da sınırlı olmayıp, erken evlilik ve aile-içi şiddet mülteci kadınların en sık yaşadığı sorunlar arasında yer almaktadır. Birçok aile maddi zorlukların ve güvenlik endişesinin etkisiyle erken yaşta kız çocuklarını evlendirmeye yönelmektedirler.

Mülteci genç kızlar arasında evlilik yaşı on dörde kadar düşmüştür (IRC, 2014; MercyCorps, 2014; Al Akash & Boswall, 2016).

Mülteci çocuklar ve gençlerle ilgili bir diğer çalışma göç edilen ülkelerde karşılaşılan en yaygın sorunların sosyal tecrit ve güvensizlik, psikolojik stres, eğitimin yarıda kesilmesi ve işgüçlerinin sömürülmesi olduğunu göstermektedir (MercyCorps, 2014). Bu çalışmada, mülteci gençlerin gelecekte toplumlarına faydalı ve potansiyel olarak yeni bir ülke ve toplum inşasından sorumlu bireyler olarak gelişmelerinin önündeki engeller gençlere sorulmuş, kızlarda aşırı bir sosyal tecrit, erkeklerde ise ümitsizlik ve sosyal aşağılanmanın en sık belirtilen engeller olduğu belirtilmiştir. Bu bulgular, başka çalışmalarda ortaya çıkan Suriyeli kadınların gerek kamp içi-gerek kamp dışı ortamlarda güvenlik endişesi nedeniyle hareket alanlarının ve sosyal hareket alanlarının kısıtlanmış olduğu bulgusuyla tutarlılık göstermektedir (IRC, 2014; Al Akash & Boswall, 2016). Erkeklerde ise bu tecrit ve kısıtlama hissedilmemekle birlikte, sosyal olarak var olmanın neticesinde karşılaşılan dışlanma ve şiddet durumları daha çok ön plana çıkmıştır. Bu durumda da şüphesiz içinde yaşamakta olduğumuz dönemin koşullarının ve bu koşulların üretmiş olduğu zihniyetin önemli bir etkisi bulunmaktadır. Suriyeli mültecilerin büyük bir kısmına ev sahipliği yapan ülkelerin kendi ekonomik gelişmişlik seviyeleri de çok yüksek olmamakla birlikte, Suriyeli nüfusunun yaygın olarak toplandığı bölgeler göç edilen ülkelerdeki sosyoekonomik düzeyi düşük vatandaşların yaşadıkları bölgeler olmaktadır. Bu nedenle kendileri de sosyoekonomik düzeylerinden ötürü çeşitli dışlanmalara ve zorluklara maruz kalan bu sınıflar, iş bulamama, çalışma ücretlerinin düşmesi, kiralara yükselmesi, hastalıkların yayılması ve bürokratik işlemlerde yaşanan her türlü aksamadan ötürü mültecileri suçlamakta, bir anlamda kendilerinin mücadele etmekte oldukları zorlukların faturasını da bu 'yenigelen' gruba kesmektedirler. Bu şekilde bir dışlanma ve şiddete maruz kalma imkanların kısıtlılığıyla da birleşince birçok mülteci genç için gelecek ile ilgili en temel his belirsizlik olmakta ve bu belirsizlik de onları ümitsizliğe sevk etmektedir. Yine genç erkeklerde yaygın olarak görülen Suriye'ye dönme arzusu da göç edilen ülkede bir gelecek hayal etmektense Suriye'ye dönüp savaşma ve orda bir gelecek kurmayı tercih etmeye sebep olmaktadır, bu durum da zaten kısıtlı olan imkanları

değerlendirerek gelecek hakkında umut taşıma ihtimalini çoğu zaman zedelemektedir (MercyCorps, 2014).

Yukarıda özetlemeye çalıştığımız tablo mültecilik deneyiminin içerdiği çeşitli zorlukları bizlere göstermektedir. Şüphesiz ki bu tablo mültecileri sosyal bir sınıf olarak düşündüğümüzde psikolojik sorunlar açısından bir risk grubu haline getirmekte ve bu grubu birçok psikolojik hastalığa yatkın kılmaktadır. Peki, bütün bu saydığımız zorluklar savaşa ve göçe maruz kalma durumunun içkin sonuçları mıdır? Psikoloji alanındaki çalışmalar genellikle bu zorlukları göç öncesi-sonrası sınıflandırmasına tabii tutup bunların psikolojik sağlığı nasıl etkilediğine –genellikle semptom taraması aracılığıyla- odaklanırken bu sorunların asıl kaynağını tespit etmeyi ihmal etmekte, belki de gereksiz görmektedir. Ancak kişilerin psikolojik sorunlarını tetikleyen şeylerin bu durumlar olduğu göz önünde bulundurulduğunda bizim için ve doğal farz etme eğiliminde olduğumuz bu koşulların farklı olması halinde mültecilerin bugün maruz kaldığı birçok zorluğu ve bunlara tepki olarak gelişen psikolojik rahatsızlıkları aslında yaşamamalarının mümkün olduğunu görebiliriz. Afrika'daki yoksulluk ve açlık sorunu üzerine yazılmış bir makalede, yazar “Afrikalı insanlar neden kendini besleyemiyor?” diye sormak yerine “Hangi mekanizmalar, politikalar, araçlar, kurumlar aracılığıyla bu insanlar bunu yapmaktan alıkonuluyorlar?” sorusunu sorduğumuzda daha net cevaplar bulabileceğimizi belirtir (Lappé & Collins, 1977). Aynı şekilde, biz de “Mülteciler maruz kaldıkları zorluklardan nasıl etkileniyorlar?” sorusuna geçmeden “Hangi mekanizmalar, kurumlar ve politikalar aracılığıyla mülteciler bu zorluklara maruz kalıyorlar?” sorusunu sorduğumuzda daha anlamlı sonuçlar bulabiliriz.

Bu doğrultuda, risk gruplarına ve belli grupların kırılganlığına dair yapılan bir çalışmada bu grupları kırılgan hale getiren bağlam ve dinamiklerin önemine ve ölçme-anlama ikilemine dikkat çekilmiştir. Bu araştırmaya göre, günümüzde yaygın şekilde karşımıza çıkan, salt istatistiksel verilere dayalı ölçüm çalışmaları bu kırılganlığa zemin hazırlayan bağlamı ve dinamikleri dikkate almadıkları takdirde bu kırılganlığı anlamadan yoksun kalacaktır (Zarowsky, Haddad & Nguyen, 2012). Bu çalışma her ne kadar tıbbi yatkınlık veya ‘kırılganlık’ üzerinde olsa da yatkınlık



psikoloji alanında da kullanılmakta olan bir terimdir. Buna göre psikolojik yatkınlık, belli biyolojik, genetik, bilişsel veya sosyal etkenlerin bir kişide bulunmasının o kişiyi herhangi bir stres verici olayın olumsuz etkilerini daha fazla hissetme noktasında kişiyi psikolojik olarak kırılgan hale getirmesidir. Böylelikle, bu belli faktörler stres kaynakları tarafından tetiklendikçe kişinin o strese karşı anormal bir tepki geliştirmesi o faktörü taşımayan ve aynı stres kaynağına maruz kalan kişilere göre daha muhtemeldir. Özellikle psikolojik bir rahatsızlığın belli popülasyonlarda görülme sıklığına dair yapılan epidemiyolojik çalışmalar yaş grubu, sosyoekonomik düzey veya cinsiyet açısından belli grupların daha fazla risk altında olduğunu göstermektedir. Psikolojik olarak baktığımızda, biyolojik ve genetik yatkınlıkları bir kenara bırakırsak, kişiyi belli bir risk grubuna dahil eden sosyal faktörlerin ne derece yapısal olduğunu fark edebiliriz. Bahsi geçen araştırmada da geçtiği üzere, bir grubu kırılgan hale getiren temelde iki unsur vardır: risklere fazlasıyla maruz kalma ve de hizmetlere erişim imkanının kısıtlı olması (Zarowsky, Haddad & Nguyen, 2012). Bu iki faktörün birleşimi bir sosyal grubu belli psikolojik rahatsızlıklar açısından daha kırılgan hale getirebilirken bu kırılganlık sabit ve değişmez bir yasa olmayıp, dinamik bir süreçtir de aynı zamanda. Yani bu derleme çalışmasına göre yatkınlık aynı anda hem bir grubun yüksek kırılganlık düzeyine işaret eden bir koşul, hem de değişimin mümkün olduğu bir sürece işaret eder. Düşük sosyoekonomik düzeyin birçok psikolojik rahatsızlık için risk teşkil ettiği düşünüldüğünde, aslında bu risklerin ne derece toplum yapısının içine gömülü olduğunu fark edebiliriz. Bu da bizim sosyal eşitsizlikler, ırkçılık, cinsiyet eşitsizliği, zengin ve fakir insanlar arasında giderek büyüyen uçurum gibi 'yapısal riskler' ve 'yapısal yatkınlık/kırılganlıklar'dan bahsedebilmemizi mümkün kılar (Farmer, 1999). Mülteciler açısından düşünüldüğünde, maruz kaldıkları koşullar ve zorlukların çoğu yapısal şiddet (Galtung, 1969) bağlamında değerlendirilebilir. Tam da bu noktada durup hangi mekanizmalar ve dinamikler aracılığıyla, hangi bağlamda bu kırılganlığın ortaya çıktığını sormak, bu kırılganlığın tarihsel gelişimine odaklanmak; dolayısıyla da psikolojik çerçevenin biraz dışına çıkıp sosyolojik çerçevede düşünerek resimde görünmeyeni görmeye çalışmak faydalı olacaktır.

Bu geldiğimiz noktada, yapısal şiddetin mültecilerin maruz kaldıkları zorlukları ve bu zorlukların geliştiği bağlamı şekillendirmedeki rolünü ele almak faydalı olacaktır. Galtung (1969) tarafından tanımlandığı üzere şiddet “potansiyel ve aktüel arasındaki farkın sebebidir”. Bu tanıma göre yapısal şiddet kişilerin potansiyel olarak sahip oldukları imkanlara aktüel olarak sahip olamamalarına neden olan, bir diğer ifadeyle onları belli imkanlardan sistematik bir şekilde mahrum bırakan; bu şekilde belli grupları sistematik bir şekilde dezavantajlı hale getiren uygulamalardır (Galtung, 1969). Bugün mültecilerin durumunu düşündüğümüzde, hem içinde yaşadığımız dönemin savaş tekniği ve ahlakının, hem de siyasi rejimlerin mültecilerin sosyal bir sınıf olarak deneyimlerini büyük oranda şekillendirdiği açıktır. Burada, özgül deneyimleri inkâr etmemekle birlikte, sivil halkın savaş ortamında maruz kaldıkları sistematik insan hakları ihlalleri ve göç ettikleri ülkelerde maruz kaldıkları koşullar yapısal şiddetin çok açık örnekleridir. “Mülteci” olmak başlı başına vatandaş olmamadan ötürü insani açıdan en temel sayılan servislere bile kimi zaman erişimin kısıtlı olmasına neden olmakta, mültecilerin bu servislere erişimi sistematik bir şekilde engellenmekte ya da kısıtlanmaktadır. Bu noktada belli gruplara aidiyet olarak değerlendirildiğinde özgül kimliklerin sistematik bir şekilde risk grubu haline dönüştüğünü görebiliriz. Kimi zaman bu kimliklerin kesişiminin maruz kalınan zorlukları ve koşulları belirlemede rol oynadığını söyleyebiliriz. Örneğin, yukarıda değinildiği üzere, mülteci ve kadın olmak güvenlik sorunları ve sosyal yalıtıma maruz kalmayı beraberinde getirirken mülteci ve erkek olmak daha çok sosyal ayrımcılığa maruz kalmayı beraberinde getirmektedir (MercyCorps, 2014).

Bütün bu söylenenlerin ışığında mültecilerin ruh sağlığına ilişkin bir çalışma yapmadan önce kullandığımız kavramları ve farklı katmanlarda ifade ettikleri anlamları derinlemesine ele alma ihtiyacımız açıktır. Çünkü bu kavramlar her ne kadar günümüzde dilimize yerleşmiş olsalar ve herkes tarafından aynı şekilde anlaşılıyor oldukları farz edilse de işin aslı böyle olmayıp hem toplumsal hem de tarihsel olarak anlamları evrilmektedir. Bu nedenle, mültecilik deneyiminin ruh sağlığı üzerindeki etkilerine değinmeden önce mültecilik ve ruh sağlığı olgularını kapsamlı bir şekilde, tarihsel bağlama oturtarak ele almaya çalışacağız. Bunu yaparken de psikolojinin mültecilerin ruh sağlığına ilişkin temel varsayımı olan

travma yaklaşımının bu kavramların anlamlarını ne şekilde sınırlandırdığını ve belirlediğini eşzamanlı bir şekilde görmeye çalışacağız. Daha sonrasında ise mültecilerin ruh sağlığına ilişkin travma yaklaşımına yönelik eleştiriler ve alternatif yaklaşımlar değerlendirilecek, bu araştırmanın sorusuna yön veren kuramsal çalışmalardan söz edilecektir.

### **1.1. Travma ve Sonrası: Mültecilik Deneyimine Temel Psikolojik Yaklaşım**

Psikoloji alanında, mülteci denildiğinde akla ilk gelen şey bu kişilerin savaş, politik şiddet ve mecburi göç gibi ağır travmatik yaşantılara maruz kalmış olmalarıdır. Bu duruma bağlı olarak, İkinci Dünya Savaşı ve Vietnam Savaşı sonrasında savaş gazisi askerlerde görülen ortak belirtilerin sonucu olarak önce 1980 yılında psikolojik hastalık tanı kriterlerinin yer aldığı birincil kaynak olan DSM III'e (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) daha sonra da bu alandaki literatüre giren Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) tanısı mülteciler ve ruh sağlığı denilince akla ilk gelen tanılardan biri olmaktadır. Tarihsel olarak uzun bir geçmişe sahip olmayan bu tanı, özel ve belirli bir grubun deneyimleri sonucu oluşmuş olmasına rağmen hızlı bir şekilde birçok acı verici deneyimi de içine alacak şekilde kapsamı genişlemiştir (Breslau, 2004; Howell, 2012). DSM III' de, örneğin, aşırı stres verici olayları bizzat yaşamak o yaşantının psikolojik travma olarak sayılmasının koşulu iken, DSM IV ve V ile gelen güncellemelerde bu sınırlama kaldırılmış, böyle bir olayın kişinin yakınlarından birinin başına gelmesi ve buna şahit olunması ya da ayrıntılı bir şekilde bu yaşantının duyulması da travma olarak sayılmaya başlamıştır (Howell, 2012). Öyle ki çocukluk döneminde meydana gelen taciz ve şiddet deneyimlerinden, doğal afetlere, otomobil kazalarına kadar birçok deneyim 'travma' olarak adlandırılmaya başlanmıştır ve nihayetinde TSSB acıyı anlamının evrensel bir modeli haline gelmiştir (Breslau, 2004).

Bu yaklaşımla sadece TSSB psikolojik acıyı anlamada evrensel bir model haline gelmemiş, tedavisi için kullanılan modeller de evrensel kabul edilmiştir (Howell, 2012). Bu doğrultuda, travma yaklaşımını temel alarak mültecilerin psikolojik sağlık durumuna ilişkin yapılan çoğu çalışma TSSB tanısının bu popülasyonda görülme yaygınlığı ve de TSSB tedavisine odaklanmaktadır. Ancak yapılan çalışmalar her ne

kadar normal popülasyonla mülteciler ya da savaş ve politik şiddet travmasına maruz kalanlar arasında TSSB'nin görülme sıklığı açısından anlamlı bir farklılık görülse de yine de savaş ve şiddet travmasına maruz kalmış kişilerin bir kısmında – genellikle bu popülasyonun yarısı ya da daha fazlasında- bu tanının gözlenmediğini göstermektedir (Thabet & Vostanis, 2000; Özer, Sirin & Oppedal, 2013; Alpak vd., 2015; Khamis, 2015; Thabet & Thabet, 2015; McGregor, Melvin & Newman, 2016). Hatta mültecilerin büyük bir kısmının bu zorlu yaşantılar karşısında direnç sergiledikleri de görülmektedir (McDonald, Buswell, Khush & Brophy, 2017; Keles, Friborg, Idsoe, Sirin & Oppedal, 2018). Bununla birlikte mültecilerin ruh sağlığı ile ilgili, göç sonrası şartların göç öncesi travmatik deneyimlerin ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkilerini azaltabileceği ya da artırabileceğine yönelik araştırmalar da vardır (Silove, Sinnerbrink, Field, Manicavasagar & Steel, 1997; Silove, Steel, McGorry & Mohan, 1998; Porter & Haslam, 2005; LeMaster vd., 2017; Steel, Dunlavy, Harding & Theorell, 2017). Bu doğrultuda bir meta-analiz çalışmasına göre, kalıcı ve özel yerleşim yerlerinde yaşayan mülteciler kurumsal ya da özel geçici yerleşim yerlerinde yaşayanlara göre; ülke dışına göç edenler ülke içinde göç edenlere göre; çatışmanın bittiği bölgelerden gelen mülteciler çatışmanın devam ettiği bölgelerden gelenlere göre daha az psikolojik sağlık sorunu yaşamaktadır. Ayrıca, ekonomik imkanlar ve kültürel pratiklere erişimin de daha iyi bir psikolojik sağlık ile ilişkili olduğu araştırmanın bulguları arasında yer almaktadır (Porter & Haslam, 2005). Başka bir çalışma duygu kontrolü problemlerinin mültecilerde göç sonrası yaşanan zorluklar ve travmaya maruz kalma durumlarının psikolojik sonuçları üzerinde etkisi olduğunu göstermiştir (Nickerson vd., 2015). Bu doğrultuda yapılan, travmatik yaşantıların psikolojik sonuçlarını etkileyen aracı faktörleri belirlemeye yönelik çalışmaların sayısı da giderek artmaktadır. Bu araştırmalardan elde edilen bulgular travma yaklaşımının mültecilerin travma deneyimlerini, travmayla nasıl başa çıktıklarını ve dolayısıyla psikolojik sorunlarının tedavisinde izlenecek yolu açıklamada yetersiz kaldığını göstermektedir. Bu durum da TSSB odaklı travma yaklaşımının hem psikoloji alanı içerisinde hem de sosyoloji ve antropoloji gibi farklı disiplinler tarafından eleştirilmesine ve travma deneyiminin ve bu deneyimin etkilerinin anlaşılması noktasında farklı modeller geliştirilmesine neden olmuştur.

## **1.2. Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Mültecilik: Travma, Peki ya Sonrası?**

Görölmektedir ki travmatik olay diye adlandırılan bir yaşantı ve TSSB belirtileri arasında kurulan bu direk ilişki başlangıçtaki araştırma sorumuzun iki temel unsuru olan mültecilik ve ruh sağlığına ilişkin belli ön kabuller taşımakta ve yaygın kullanımı nedeniyle bugün bu kavramların anlamlarını kısıtlamaktadır. Bu yaklaşıma yönelik temel eleştirilere geçmeden önce bu iki kavramın travma yaklaşımının kısıtlamaları dışında ne anlama geldikleri üzerinde durmak faydalı olabilir. Belki de önce kendimize günümüzde mültecilik deneyimini, sonrası oluşmuş bir travma olarak anlamının ne derece mümkün olduğunu sormamız gerek. Ortada büyük insan hakları ihlalleri ya da travmalar olduğu inkâr edilemez, peki bunun bir sonu ya da sonrası var mı? Sonrası diyebileceğimiz bir dönem ya hiç oluşmadıysa, travmayı ve onun psikolojik etkilerini nasıl anlayabiliriz? Nasıl bir yaklaşımla bu –sonu olmayan- deneyimin bireylerin psikolojisi üzerindeki etkilerini daha kapsamlı bir şekilde anlamak mümkün olur? Elbette, bu soru başkaları tarafından da sorulmuş ve cevaplanmış; böylelikle de travma yaklaşımına alternatif yaklaşım ve modeller geliştirilmiştir. Bu yaklaşım ve modellere değinmeden önce, günümüzde mültecilik deneyimini daha anlaşılır kılmak için bir kavram olarak “mülteci” kelimesinin ne anlama geldiği, mevcut travma yaklaşımının bu kavramın anlamını ve anlaşılmasını ne şekilde sınırlandırdığını ele almakla işe başlamak daha faydalı olacaktır.

## **1.3. Travma Kurbanı Olmanın Ötesinde Mültecilik**

Önceki bölümlerde değinildiği üzere, bugün mültecilik deneyimini salt travmatik bir olay, mültecileri de travmanın pasif mağdurları olarak kavramsallaştırma birçok açıdan yetersiz ve sorunlu bulunmaktadır. Öncelikle, daha önce geçtiği üzere mültecilerin yaşadıkları zorlukların çoğu içinde yaşadığımız koşullara bağlı olarak, tarihsel bir bağlam içerisinde ortaya çıkmaktadır. Birleşmiş Milletler tarafından yapılan tanıma göre mülteci “işkence, savaş veya şiddet nedeniyle ülkesinden kaçmaya zorlanan kişi” anlamına gelmektedir. Bugün biz bu kavramı kullandığımızda aynı zamanda içinde yaşadığı ülkenin vatandaşı olmayan ve bu nedenle vatandaşların sahip oldukları haklardan mahrum olan bir sosyal sınıfa da işaret etmekteyiz. Mültecilik kavramının geçmişine baktığımızda aslında bu kavramın

içerdiği anlamın da dünya düzenindeki değişmelere paralel bir şekilde dönüştüğünü söylemek mümkün olur.

Bugün bizim anladığımız şekliyle mültecilik olgusu aslında çok da uzun bir geçmişe sahip değildir. Mültecilik dediğimizde bizde canlanan kategori modern devletlerin kuruluşu ve vatandaşlık sisteminin gelişmesinden önce bu kadar keskin hatlarla ayrılmış bir kategori olarak bulunmamaktaydı (Agamben, 1995). Denilebilir ki sınırları geçişken olmayan ulus devletlerin kuruluşu ve vatandaşlık rejimiyle birlikte göç kavramında birtakım farklılaşmalar meydana gelmiş ve mültecilik kavramı ve deneyimi farklı ve politik bir kategori olarak hayatımıza girmiştir. Bu ayrışmayla birlikte kendi vatandaşlarının daha fazla refah içerisinde yaşamalarından sorumlu olan ulus devletler mültecilerin sadece yaşamalarına izin vermiş olmakla üzerlerine düşeni yapmış sayılmakta, mültecilerin sorumluluğunu sivil toplum kuruluşlarının ve insan hakları örgütlerinin kucağına bırakarak mültecilerin büyük çoğunluğunu asgari yaşam koşullarında yaşamaya mecbur bırakmaktadır (Agamben, 1995). Hatta bu kavram ilk ortaya atıldığında mültecilerin maruz kaldıkları zorluklar istisnai haller, olağandışı olarak değerlendirilirken, günümüzde bu zorlukların bir sosyal grubun ortak deneyimi haline gelmesi, birkaç kişiyi değil bir sosyal sınıfı bağlayan koşullar olması nedeniyle vatandaşlık statüsüne sahip olanlar için olağandışı sayılan bu durumlar mültecilerin normal olmuşur (Sigona, 2015). Bu bağlamda, mültecilik sadece bireysel bir deneyim olmakla kalmayıp, yirminci yüzyıldan itibaren sosyal ve politik bir kimlik ekseninde bir grubun ortak deneyimi olarak da karşımıza çıkmaktadır.

Ayrıca bütün bunların ötesinde kişisel bir deneyim olarak da mültecilik farklılıklar içermektedir. Mültecilik deneyiminin gelişimsel olarak kişiler üzerindeki etkileri farklı olduğu gibi (Ajdukovic & Ajdukovic, 1998) gelişimsel dönemlerden bağımsız olarak da mültecilerin psikolojik sağlığı üzerinde farklı etkileri olduğu gözlenmiştir (Nickerson vd., 2015). Özellikle günümüzde politik çatışmalar sivil alana da yayıldığı ve birçok bölge yıllardır devam eden kronik politik çatışmalara şahitlik ettiğinden, bizler için travma sayılan savaş koşulları o şartların içine doğup o şartlarda büyüyen, yetişen çocuklar için bir gerçeklik halidir ve onlar üzerindeki etkileri de farklı

değişkenlere bağlı olarak değişiklik göstermektedir. Bu noktada politik şiddet gündelik hayatlarının bir parçası haline gelmiş olan Filistinli çocuklar ve gençlerle yapılan çalışmalar göstermektedir ki her ne kadar sürekli bir politik şiddet ve çatışmaya maruz kalsalar da TSSB veya herhangi bir psikolojik tanı alıp almama ve belirtilerin şiddeti maruz kalınan travmatik olayın dozu (Al-Krenawi & Graham, 2012; Thabet & Vostanis, 2000), ebeveynlerin eğitim düzeyi ve ekonomik durum (Al-Krenawi & Graham, 2012), endişe ve travma sonrası stres (Khamis, 2012) tarafından etkilenmektedir. Ayrıca, sürekli ve tekrarlayan şekilde meydana gelen travmayı bir kere meydana gelen ve biten travmadan ayırmak için “kompleks travma” denilen terim geliştirilmiş (Herman, 1992) ve gelişimsel olarak sürekli ve tekrarlayan travmanın etkilerinin olumsuz etkilerini açıklamak için de “toksik stres” tabiri kullanılmaktadır (American Academy of Pediatrics, 2011).

Bütün bu bilgilerin ışığında diyebiliriz ki mültecilik deneyimi hem birçok ortak zorluğa maruz kalınan ortak süreçleri, hem de farklı kimliklerin kesiştiği noktalarda veya bireysel olarak farklılaşan süreçleri içeren çok katmanlı bir deneyim olarak önümüzde durmaktadır. Bu bağlamda, günümüzde mültecilerin deneyimlerini travma ve sonrası çerçevesine oturtmak çok güçtür, çünkü travma mülteciler için çoğu zaman insan hakları ihlalleri bağlamında devam eden bir olgudur ve göç edilen ülkede karşılaşılan zorluklar da psikolojik sağlığı tehdit etmeye devam etmektedir (Porter & Haslam, 2005; Hassan vd., 2015).

Daha önce belirtildiği üzere, travma yaklaşımı sadece mültecilik deneyiminin değil ruh sağlığı kavramının anlaşılmasını da belli şekillerde daraltmaktadır. Mültecilik deneyiminin bireysel veya kolektif travmadan fazlası olmasının yanı sıra ruh sağlığı da elbette psikopatolojilerden fazlasıdır.

#### **1.4. Tanı Kriterlerinin Ötesinde Ruh Sağlığı**

Mülteciliğin kavram olarak anlamsal zenginliği ve deneyim olarak içerdiği hem ortak hem de kişiye veya gruplara özgü süreçleri özet bir şekilde ele almaya çalıştıktan sonra anlamı konusunda bir türlü uzlaşmanın sağlanamadığı bir diğer kavram olan ruh sağlığı kavramını da ele almamız kaçınılmaz bir ihtiyaçtır. Biz burada ‘mental

health' kavramının karşılığı olarak kelimenin sözlük düzeyindeki çevirisi olan 'ansal sağlık' yerine her ne kadar tartışmalı da olsa dilimize yerleşmiş olan 'ruh sağlığı' kavramını kullanmayı tercih ettik. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından yapılan tanıma göre ruh sağlığı "her bireyin kendi potansiyelinin farkına vardığı, yaşamın normal stresleriyle başa çıkabildiği, üretken bir şekilde çalışabildiği, kendi toplumuna katkı sağlayabildiği bir iyi oluş halidir." WHO tarafından olabildiğince kapsamlı tutulan bu tanıma rağmen günümüzde çoğunluk tarafından ruh sağlığı psikolojik bir rahatsızlık tanısı bulundurmama şeklinde anlaşılmaktadır. Bu doğrultuda, herhangi bir şeyin ruh sağlığı üzerine etkisini anlamak için yapılan araştırmalarda bağımlı değişken olan ruh sağlığı çoğunlukla psikolojik bozuklukların tanısında kullanılan semptomların taranması ile ölçülmektedir. Dolayısıyla bir kişinin herhangi bir stres kaynağından psikolojik olarak nasıl etkilendiğini anlamak için ilk başvurulacak kaynak bu kişinin herhangi bir psikolojik bozukluk tanısını sağlayacak belirtileri gösterip göstermediğine yönelik geliştirilen listeler olmaktadır. Ruh sağlığının anlaşılması, böylelikle, psikolojinin alt dallarından olan psikopatoloji ile sınırlandırılmıştır. Bu tanı kriterlerinin oluşturulması, her ne kadar pratikte psikolojik bozuklukların tedavisinde birçok psikolog ve psikiyatrist için kolaylaştırıcı olsa da, ruh sağlığı gibi geniş bir olguyu belirtilerin varlığı/yokluğu üzerinden değerlendirmeye sebep olması nedeniyle indirgemeci bir yaklaşıma sebep olabilmektedir.

Psikopatoloji eksenli bir ruh sağlığı anlayışı bugün psikoloji alanında veya alan dışı birçok eleştirmenin odağı haline gelmiştir. Bu doğrultuda, ilk dönem psikoterapilerinin aksine, post-modern psikoterapi okullarının birçoğu tanı koymayan, patolojiye karşı mesafeli duran yaklaşımları benimsemektedirler. Önceden psikolojik bozukluklarda da fiziksel bozukluklarda ve hastalıklarda olduğu gibi hastalığın kaynağı olan sorumlu bir virüs, veya patolojik bir gen olduğu düşünülürken şu anda bu yaklaşım giderek terkedilerek psikolojik bozuklukların gelişimsel bir sonuç olduğu dile getirilmektedir (Sroufe, 1997). Gelişimsel psikopatoloji olarak adlandırılan bu modele göre normal dışı davranışlar ve tutumlar, bir olay ya da bir genin direk sonucu olmayıp, süreç içerisinde oluşan, değişen, evrilen sonuçlar olmaktadır. Buna kanıt olarak herhangi bir olayın kişiler üzerindeki etkilerinin farklı olması ve de aynı belirtileri gösteren kişilerin birbirinden farklı geçmişlere sahip olmaları gösterilmiştir.



Normallik ve anormallik kavramlarını sorunsallaştıran bir başka makalede ise tanılara sebep olan belirtilerin bireylerden kaynaklı olmadığını, bunların köklerinin çevre ve bağlamda olduğu ileri sürülmüştür (Rosenhan, 1973). Bu yaklaşıma göre anormal sayılan davranışlar anormal insanlardan kaynaklı olmayıp, anormal koşullara verilen normal yanıtlar olarak kabul edilmiştir. Örneğin, TSSB belirtileri aslında insanların travmatik bir olay karşısında gösterdikleri normal tepkiler iken, olayın üzerinden belli bir süre geçmesine rağmen devam etmesi ve kişinin günlük hayatını etkilemeye devam etmesi durumunda bir bozukluk olarak değerlendirilmektedir (Ehlers & Clark, 2000; Barlow & Durand, 2013). Yine kaygı bozukluklarının temelinde yer alan kaygı duygusu aslında her insanın tecrübe ettiği ve ortalama düzeyde yapıcı bir etkiye de sahip bir duygu iken, kişinin günlük yaşamını sekteye uğratabilecek bir kaçınma refleksine sebep olduğu takdirde klinik olarak anlamlı bir rahatsızlık sayılmaktadır (Barlow & Durand, 2013).

Bütün bu bilgiler birlikte değerlendirildiğinde, bireylerin aynı stresörler karşısında gösterdikleri tepkiler her birinin geçmişinin farklı olması nedeniyle birbirinden farklılaşmakta; ama temelde insan olmaları nedeniyle de ortaklaşmaktadır. Mültecilerin durumu açısından bakıldığında da görülmektedir ki, her ne kadar birçok süreç ortak bir deneyim haline gelmiş olsa da mültecilerin ruh sağlığının bütün bu zorlu süreçlerden ne şekilde etkilendiğini yine de onların geçmiş hayatları da etkilemektedir. Bir diğer ifadeyle, kayıp ve acı (Hassan vd., 2015) çerçevesine oturduğumuzda, her birinin geçmiş yaşantılarının farklı olması yaşanan kayıplar karşısında yaşadıkları acının dışavurumunun farklı şekillerde olmasına neden olmaktadır.

Bütün bu bilgiler ışığında şunu söyleyebiliriz ki, travma yaklaşımı ve bu yaklaşımın ürettiği söylemler psikoloji alanında bir deneyim olarak mülteciliğe ve bu deneyimin psikolojik etkilerine dair yapılan araştırmalarda sanki bu kavramların anlamları kendiliğinden mevcut ve sabitmiş gibi bir varsayımla yola çıkmamıza neden olmaktadır. Halbuki, bu araştırmaların konusu olan ilişkinin her iki tarafı da – mültecilik ve ruh sağlığı olguları- anlamları sabit olmayan, tarihsel ve kültürel bağlama göre değişiklik gösteren, evrilen ve birçok alanın kesişim noktasında yer

alan kavramlardır. Dolayısıyla bütüncül olarak anlaşılması araştırma bulgularının geçerliliği açısından önemlidir. Travma yaklaşımının mültecilik ve ruh sağlığı kavramlarına atfedilen anlamları belirlemedeki rolü ve bu anlamlar aracılığıyla yeniden üretildiği ve travma yaklaşımının hakimiyetini güçlendirdiği bir kısır döngüye sebep olduğu anlaşılmaktadır.

Olaylar ve bunların psikolojik etkileri arasında direk bir sebep-sonuç ilişkisi kurmak gerek psikolojinin içinden gerekse de diğer sosyal bilimlerden eleştirilere maruz kalmış ve yeni yaklaşımlara duyulan ihtiyaç fark edilmiştir. Şüphesiz buradakı amaç ne tanıları geçersiz kılmak ne de onlara odaklanarak tarih ve bağlam içerisinde meydana gelen olayların insan üzerindeki zamana bağlı olarak evrilen etkilerini bu tanısal kategorilere indirgemektir. Aksine, var olan tanısal kategorilerin pratik anlamda kullanışlı ve kestirme çözümler üretmeye katkıda bulunabileceğine inanmakla birlikte bu kategorilerin değişmez ve sabit yasalar olmadığını kabul etmenin psikoloji biliminin gelişmesine çok büyük katkı sağlayacağına da inanıyoruz. Travma modeline alternatif olarak öne sürülen diğer yaklaşımlara geçmeden önce bu eleştirilere değinmek alternatif yaklaşımlara duyulan ihtiyacın daha iyi anlaşılabilmesi adına faydalı olacaktır.

### **1.5. TSSB Tanısına Yönelik Eleştiriler**

Travma yaklaşımına yönelik yapılan eleştirileri bir yanda diğer psikolojik tanıları gibi bir tanı olarak TSSB'ye yönelik eleştiriler; bir diğer yanda da bu tanının evrensel kullanımı ve bu evrenselleşmenin sonuçlarına yönelik eleştiriler olarak iki başlıkta toplamamız mümkün olur. Öncelikle, diğer psikolojik tanıları gibi TSSB de sosyal bir yapı olarak görülmektedir (Summerfield, 2001). Yani TSSB ve diğer tanıları tarihsel, siyasal ve kültürel bir sürecin ürünü olarak görülmekte, bir keşif değil bilakis bir icat olarak kabul edilmektedir (Howell, 2012). Bu yaklaşıma göre DSM veya ICD gibi organizasyonlar var olan ancak bilinmeyen bir şeyi keşfetmekten ziyade insan deneyimlerini sınıflandırma yoluna giderek tanıları icat etmişler ve daha sonra da bu icatları yapılan çalışmalarla birlikte özerk yapılara dönmüşlerdir. Tanıların kendisine yönelik bir diğer eleştiri de bunların Avrupa-merkezci doğasına yöneliktir (Breslau, 2004). Bu nedenle hem travmanın anlamının kapsam olarak

genişlemesi ve buna bağlı olarak tanının kullanım alanının genişlemesi ve evrenselleşmesi eleştirilmektedir.

Bu evrenselleştirme, etkileri nedeniyle de eleştirilmektedir. Öncelikle böyle bir yaklaşım, belli ön kabulleri içermektedir ki bu kabullerin çoğu aslında tartışmalıdır. İlk olarak, TSSB tanısını insanların acısının derecesini ölçmek için kullanırken her insanın aynı şekilde acı çektiğini ya da travmatik bir yaşantının sonucu her insanın aynı şekilde etkilendiği ön kabulüne dayanmaktadır (Schweitzer & Steel, 2008). Halbuki, evrensel olan TSSB değil, insanların travmatik yaşantılar karşısında duydukları acıdır. Ancak bu acının nasıl deneyimlendiği ve dışavurumu kültürel olduğu kadar bireyden bireye de farklılıklar gösterebilmektedir (Hinton & Lewis-Fernández, 2010; Kohrt vd., 2013). İkinci olarak, mülteci olmak ya da “mülteci olma süreci verili ya da tabii olarak psikolojik bir deneyim olmayıp, bilakis psikolojik etkileri de olabilen sosyo-politik koşulların sonucudur.” (Schweitzer & Steel, 2008, s. 9). Neyin travma sayılıp sayılmayacağı günümüzde –özellikle de mülteciler söz konusu olduğunda- oldukça politik bir zeminde yürütülmektedir. Dış ülkelere sığınmacı kabul eden devletlerin birçoğu sınırlara kurulmuş merkezlerde göçmenleri toplayarak buradaki uzmanların değerlendirme raporlarına göre kendi ülkelerinde “gerçek” bir travma deneyimleri bulunduğu ispat edildiği takdirde bu kişilere sığınmacı statüsüne erişim hakkı tanırken, bu deneyimi uzmanlar tarafından onaylanmayanlar ülkeden ihraç edilmektedir. Bu durumda, neyin travma olup olmadığına devlet otoriteleri karar vermekte ve travma adeta insanların psikolojik acı çektiklerinin bir kanıtı kabul edilmektedir. Böylelikle devletler tarafından sunulan ya da uzmanlar tarafından geliştirilen kriterlere uygun travmalar diğerlerine üstün kabul edilip bunlara bağlı duyulan acı koşulsuz meşruiyetini ilan etmiş olmaktadır (Breslau, 2004). Ayrıca, geçmiş travmalara odaklı –mülteciler bağlamında bu kendi ülkelerindeki deneyimlerine karşılık gelmektedir- çalışmalar da travmanın anlamını sınırlandırmakta ve acı çekmenin belirli bazı biçimlerini diğerlerine tercih etmiş olmaktadır (Breslau, 2004). Toplama kamplarındaki bir mülteciyi düşündüğümüzde örneğin, toplama kampında yaşananların kendisinin nasıl bir travmatik deneyim olabileceği göz önünde bulundurulmazken buradaki çalışmalar genellikle göç edilen ülkedeki deneyimler üzerine yoğunlaşmaktadır. Bütün bu ‘acıyı

değerlendirme' sürecinin devlet ya da STK'lar aracılığı ile ulaşacak yardımı etkilediği de düşünüldüğünde travma yaşantılarının psikolojik veya maddi desteği hak edip etmeme noktasında bir ispat aracına dönüştüğünü görebiliriz (Breslau, 2004). Üçüncü bir ön kabul, insan deneyiminin bir dizi olaylar silsilesi halinde gerçekleşen zamansal bir olgu olduğudur (Schweitzer & Steel, 2008). Halbuki, insan yaşamı sıralı bir olaylar dizisi olmayıp genellikle eşzamanlı gerçekleşen farklı deneyimlerden meydana gelmektedir.

Sosyolojik ve antropolojik açıdan savaş ve göç durumlarını travma yaklaşımı çerçevesinden anlamaya çalışma bu yaklaşımın bireyselleştirici ve yaşantıları sosyo-politik bağlamından kopartıcı etkileri nedeniyle de eleştirilere konu olmaktadır (Howell, 2012). Bu eleştiriler, bu tür olayların bireysel olarak ele alınması ve birey üzerindeki psikolojik etkileri ve bu etkilerin bireysel tedavisi yaklaşımının temel alınması gibi nedenlerle olayın politik boyutunun göz ardı edildiğini ve daha geniş ölçekte, makro düzeyde çözüm çabalarının geri planda kaldığını öne sürmektedir. Yani bu yaklaşım sadece deneyimi anlama noktasında değil, bu olumsuz deneyime çözüm üretme noktasında da bizi kısıtlamaktadır.

Buraya kadar mültecilerin geçirmiş oldukları zorlu süreçlerin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini anlama noktasında kullanılan temel çerçeve olan "travma ve sonrası" çerçevesi ve bu yaklaşımın hem mültecilik hem ruh sağlığı olgularının anlamlarını bugün bizim kabul ettiğimiz şekliyle sınırlandırdığını ele aldık. Açıkça görülmektedir ki aslında geniş anlamlar taşıyan ve insan deneyiminin farklı boyutlarına temas eden bu kavramların tek bir anlamla ön plana çıkarılması içerdiği diğer anlamların göz ardı edilmesine sebep olmaktadır. Lazare tarafından (1973) "saklı kavramsal modeller" kavramı ile açıklandığı üzere ruh sağlığı alanında çalışanların karşılaştıkları vakaları ve psikolojik rahatsızlıkları anlamada kullandıkları çerçeveler aslında kendilerinin de farkında olmadıkları gizli varsayımlar içermekte ve kişiler bu varsayımların farkında olmadıklarından alternatif yorumlara kapalı bir hale gelmektedirler. Aynı zamanda bu modeller araştırma sorusunu da kısıtlayabilmektedir (Sroufe, 1997). Bu da demektir ki olguları anlamada ve açıklamada kullandığımız çerçeveler belli bir süre sonra belli çarpıtmalara neden olabilmektedir. Yukarıda değinildiği üzere travma

modeli de bu şekilde ön kabullere ve varsayımlara dayanmakta ve insan deneyimleriyle bunları anlamaya çalışan uzmanlar arasında gizli bir perde işlevi görmektedir. Biz bu çalışmamızda, bu engeli aşmak adına Foucault (1980) tarafından öne sürüldüğü şekliyle temel yaklaşımda öne çıkan anlamla birlikte gizlenen anlamları da göz önünde bulundurmaya gayret ettik. Böylelikle araştırma konumuzu daha doğru bir şekilde anlamanın ve araştırma sorusunu daha doğru bir şekilde sormanın mümkün olduğuna inanıyoruz. Bir sonraki adımda ise, bu eleştiriler doğrultusunda özellikle de travma ve göç travması çalışmalarında öne çıkan psikolojik yaklaşımlara değineceğiz.

### **1.6. Travma Yaklaşımına Alternatif Yaklaşımlar**

Önceki bölümlerde değinilen eleştiriler doğrultusunda travmanın bireylerin ruh sağlığı üzerindeki farklılaşan etkilerini anlama noktasında travma modeline alternatif olarak geliştirilen yaklaşımları temelde dört başlık altında ele almamız mümkün olur. Bunlar, travmanın ruh sağlığı üzerindeki etkisinde gelişimsel evrelerin önemine dikkat çeken gelişimsel yaklaşımlar; travmanın içinde olduğu bağlamın önemine dikkat çeken psikososyal yaklaşımlar; psikolojik stresin kültürel ve yerel dışavurumlarının önemine dikkat çeken kültürel ve etno-psikolojik yaklaşımlar ve de travmanın ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkilerinin kendiliğinden iyileşmesi üzerine yoğunlaşan direnç yaklaşımı şeklinde özetlenebilir. Araştırmamızın konusu itibarıyla psikososyal ve gelişimsel yaklaşımlar odağımız olsa da araştırmada izlenecek yolu ve araştırma sorusunu belirlemedeki teorik etkilerinden dolayı kültürel psikoloji ve psikolojik direnç çalışmalarına da özet bir şekilde değinilecektir. Ancak, bu yaklaşımlara ilişkin bilgi vermeden önce belirtmek gerekir ki bütün bu eleştiriler doğrultusunda, savaş ve iltica bağlamında yaşanan travmanın etkilerini daha iyi anlamak için sosyal ve kültürel antropoloji gibi alanlarla iş birliği içerisinde hareket etmek gerekmektedir (Breslau, 2004; Kienzler, 2008). Çünkü savaş ve göç travmasının disiplinler arası bir olgu olması, bu konuda yapılacak bir araştırmanın da hiç değilse yaklaşım olarak disiplinler arası bir bakış açısı kullanmasını gerekli kılmaktadır.

### 1.6.1. Psikolojik Direnç: Pozitif Psikoloji Bakış Açısı

TSSB tanısı ile aynı zaman diliminde ortaya çıkan pozitif psikoloji ekolü, bu yaklaşımın temellerini atan Csikszentmihalyi'nin İkinci Dünya Savaşı'nın sonucunda sivil halkın da dahil olduğu geniş bir kitlenin savaştan olumsuz etkilenmesine rağmen, bu savaşın sonucunda onları çevreleyen kaos ortamına rağmen kişisel bütünlüğünü ve amaçlarını koruyabilen insanların da var olduğunu fark etmesi ve buna dikkat çekmesi ile başlamıştır (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). İkinci Dünya Savaşı sonrasında karşılaştığı bu tablo karşısında yönelttiği soru olan "Bu insanların dayandıkları güç kaynakları neler?" sorusu daha sonraları pozitif psikoloji araştırmalarının temel odak noktası haline gelmiştir. Seligman ile yazdıkları makalede, psikolojinin o dönemde geldiği noktayı eleştirerek psikolojik rahatsızlıkların ve negatif olayların ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkilerinin alandaki araştırmalara hâkim olduğunu belirtmişler ve psikolojinin odağının olumsuz olandan olumlu olana çevrilmesi gerektiğini savunmuşlardır. "Psikoloji sadece patoloji, zayıflık ve zarar çalışmalarından ibaret değildir; aynı zamanda gücün ve faziletin de çalışmasıdır." (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000, p. 7.) diyerek insanı güçlü kılan erdem ve faziletlerin bilimini kurma ve bu değerleri nasıl iyileştirebiliriz sorusuna yönelme olarak hedeflerini belirlemişlerdir. Ruh sağlığının tanımını tartışırken de değindiğimiz bir konu olan bu husus, güncel araştırmalarda da büyük önem taşımaktadır.

Nitekim ruh sağlığı dediğimiz olgunun da psikolojik olarak hasta olmaktan daha fazlası olduğu düşünüldüğünde, bireylerin ruh sağlığına ya da kişisel bütünlüklerine/kendilik algılarına zarar veren durumlar kadar bunları koruyan durumlara da dikkat etmek faydalı olacaktır. Ürdün'de ve çevredeki Arap ülkelerinde psikologluk yapan Dr. Abdurrahman Zakir de kendisiyle Ürdün'de yaptığım kişisel bir görüşmede (2017) savaşın mülteciler üzerindeki yıkıcı etkisine değinmekle birlikte, yine de nihayetinde kişinin ruh sağlığının bu durumdan nasıl etkileneceğini savaş öncesindeki durumunun belirleyeceğini ifade etmiştir. Bu durumu ani ve habersiz bir şekilde yapılan bir sınava benzeten Zakir, böyle bir sınavın sonucunun öğrencinin sınav öncesindeki durumuna –derslere katılıp katılmama, dersi dinleyip dinlememe, tekrar etme vs.- bağlı olması gibi, travmatik bir olayın etkisinin de psikolojik olarak

bu denli büyük bir stresle baş etmesine yardımcı olabilecek kaynaklara bağlı olduğunu belirtmiştir. Seligman ve Csikszentmihalyi (2000) ise bu güç kaynaklarını öznel düzeyde değer verilen öznel deneyimler, bireysel düzeyde olumlu bireysel karakter özellikleri, grup düzeyinde ise ortak değerler ve kurumlar olarak belirtmişlerdir.

Suriyeli mültecilere yönelik yapılacak ruh sağlığı ve psikososyal destek grupları için hazırlanan bir yönergede de belirtildiği üzere, bu çalışmaların amacı geleneksel yaklaşımda olduğu gibi sadece olumsuz olanı tedavi etmek ya da düzeltmek olmamalı, tam tersine olumlu olanı teşvik etmek ve güçlendirmek de olmalıdır (Mental Health and Psychosocial Support (MHPSS) Working Group Jordan, 2014). Bunun bir nedeni de kültürel ve yerel pratikleri de içeren ve bunları güçlendiren destek çalışmalarının hem daha pratik hem de uzun vadede daha etkili sonuçlara sahip olmasıdır. Bu tür pratiklerden faydalanmak yerine onları ötekileştiren tedavi modellerini uygulamaya çalışmak ise hem uygun olmayan hem de uzun vadede çözüm üretmeyen sonuçlara neden olabilmektedir (MHPSS WG Jordan, 2014). Yerel pratikler tedavi sürecine dahil edildiğinde, ya da psikososyal destek çalışmaları bu pratikler üzerine inşa edilmesi paralel sistemleri geliştirmekten uygulama anlamında daha kolay olmakta ve de uzun vadede daha sürdürülebilir bir destek modeline dönüşmektedir. Bu da bizlere, özellikle de toplu insan hakları ihlallerinin söz konusu olduğu durumlarda, grup düzeyindeki direnç kaynakları olan ortak değer ve kurumlardan destek almanın önemini göstermektedir.

### **1.6.2. Kültürel Psikoloji: Yerelliğe Vurgu**

Kültürel psikoloji ya da etno-psikoloji olarak adlandırılan yaklaşım, psikopatoloji kriterlerinin evrensel olduğu ön kabulüne yönelik eleştirilere dayanarak geliştirilmiş ve de yerelliğe dönüş vurgusu bu yaklaşımla birlikte öne çıkmıştır. Bu yaklaşım bir anlamda küreselleşme sonucu ortaya çıkan durumlardan biri olan kültürel hegemonyaya karşı geliştirilen yerellik vurgusuyla benzerlikler taşımaktadır. Psikopatolojiye ve tanı kriterlerinin Avrupa merkezci bakış açısı esas alınarak oluşturulmuş olmasına yönelik eleştirilere önceki bölümlerde yer vermiştik. Bu eleştirilerden yola çıkarak, “cultural idioms of distress” diye tabir edilen, stres

altında olmanın kültürel ve yerel belirtilerine odaklanan çalışmalar ağırlık kazanmış ve ruh sağlığını evrensel kabul edilen ancak kültürel özellikleri ağır basan tanı kriterleri ile ölçmek yerine toplumların stres verici olaylar karşısında gösterdikleri karmaşık tepkileri anlamaya çalışan disiplinler arası çalışmaların gerekliliği savunulmuştur(Hassan vd., 2015). Bu durumda, özellikle farklı insan topluluklarının gündelik yaşamlarını, yaşayışlarını inceleyen etnografi, sosyal antropoloji gibi bilim dallarının yöntemleri kullanılarak ruh sağlığı kavramının o topluluk tarafından nasıl anlaşıldığına, bireysel ya da kolektif olarak psikolojik acının nasıl deneyimlendiğine, hafızanın nasıl şekillendiğine yönelik yapılan araştırmalara ağırlık verilmeye başlanmıştır.

Suriyeli mülteciler için BMMYK tarafından 2015 yılında hazırlanan bir raporda da savaş ve göç durumlarında yaygın yaşanan duygular olan umutsuzluk, kaygı, üzüntü gibi durumların Suriyeliler tarafından genellikle ne şekilde ifade edildiğine, bu duyguların yaygın yerel ifade biçimlerine de yer verilmiştir (Hassan vd., 2015). Yine aynı raporda belirtildiği üzere Suriyeliler için ruh sağlığı, psikolojik esenlik gibi terimler genellikle tam anlaşılammakta ve de acı çekmeyi günlük hayatın doğal bir parçası kabul ettiklerinden bunu tıbbi bir problem olarak görüp tedavi edilmesi gibi yaklaşımlardan dolayı bu terimler genellikle olumsuz karşılanmaktadır (Hassan vd., 2015). Ayrıca, Suriye toplumunda psikolojik stres hissedildiğinde, ya da bir zorluk karşısında ilk toplumsal ve sosyal destek kaynaklarına –aile, arkadaşlar, komşular, din adamları vs.- yönelmekte, psikolojik acı uç noktalarda deneyimlendiğinde ve toplumsal normlara karşıt bir şekilde ifade edildiğinde profesyonel bir destek arayışına girilmektedir. Bununla birlikte bölgeye psikolojik destek amacıyla gelen profesyoneller tarafından anlaşılmadıkları düşüncesi de Müslüman topluluklarda profesyonel desteğe karşı olumsuz bir önyargı geliştirilmesine de neden olmaktadır (Çiftçi, Jones & Corrigan, 2013). Ruh sağlığı alanında çalışan profesyoneller ve de insanlar arasındaki anlaşmazlığın önemli bir sebebi de kavramlara yüklenen farklı anlamlardır. Suriye toplumunda hem insan, ruh sağlığı gibi kavramların anlaşılmasında hem de psikolojik sorunların anlaşılması ve tedavisinde dini inançların –Suriye toplumunun çoğunluğu Müslüman olduğu için özelde İslam dininin- etkisi görülmektedir. Bu raporda da değinildiği üzere, bu kavramların o



toplumda veya görüülen insanlar için ne anlama geldiğini anlamadan ortak bir anlam ifade ettiğini varsaymak hem sorunu anlama hem de tedavi etme noktasında yetersiz kalınmasına neden olabilmektedir (Çiftçi, Jones & Corrigan, 2013; Hassan vd., 2015).

### **1.6.3. Gelişimsel Yaklaşım: Travma Yaşantılarının Psikolojik Etkilerini Gelişimsel Olarak Anlamak**

Travmanın etkilerini gelişimsel bir bakış açısıyla anlamaya çalışmanın aslında diğer yaklaşımlara göre daha uzun bir geçmişi vardır. Öncelikle farklı yaş gruplarında farklı belirtilerin görülebileceği öne sürülerek çocukluk ve yetişkinlik travmaları ayrılmıştır (Terr, 1991). Bir sonraki ayrışma, travmanın tekrarlaması ve uzun sürmesi durumundaki etkileriyle tek bir seferde meydana gelmesi ve sona ermesi durumundaki etkileri arasında gerçekleşmiştir. Judith Herman (1992) tarafından “kompleks travma” olarak adlandırılan, uzun süre boyunca ve tekrarlayan bir şekilde maruz kalınan travmaların psikolojik etkisi, bir kere meydana gelip şiddetinden dolayı kişiyi adeta felce uğratan bir şok etkisi yaratan travmaların psikolojik etkilerinden farklı olmaktadır. TSSB tanısı altında yer alan belirtiler daha çok bu ikinci tür travmaların etkilerini içerirken, kompleks travmaların farklı katmanlardaki etkilerini göz ardı edebilmektedir. Herman (1992) tarafından öne sürüldüğü üzere kompleks travmaların kişide meydana getirdiği hasarlar 3 düzeyde kendini göstermektedir. Belirtiler düzeyinde bakıldığında, erken dönemde başlayarak uzun süreli travmaya maruz kalan kişiler çok farklı tanı başlıklarının altında yer alan belirtiler gösterebilmektedir (Herman, 1992). Bunlara ek olarak psikolojik acının beden duyuları aracılığıyla dışavurumu için kullanılan bedenselleştirme dediğimiz ‘somatizasyon’ ve kişilik bölünmesi şeklinde gerçekleşen ‘disosiasyon’ uzun süreli şiddet ve istismar travmasına maruz kalan kişilerde görülen en yaygın belirtilerdendir (Herman, 1992). Kompleks travmaların bir diğer etki alanı ise kimlik ve ilişkiler düzeyinde meydana getirdiği değişimlerdir. Uzun süre maruz kalınan bu travmalar kişinin hem kendine olan güvenini ve saygısını yitirmesine neden olmakta, hem de diğer ilişkileri de erken dönemde kurulan bu travmatik ilişkiden yola çıkarak değerlendirmesine neden olmaktadır. Ancak, konumuz itibarıyla hepsinden önemlisi, bu tarz travmaların kişilerin kimliklerinde çok derin etkiler bırakarak

“kişinin kendilik algısının tüm katmanlarının -vücut imgesi, başkalarının içselleştirilmiş imgeleri, tutarlılık ve amaç hissi oluşturan değerleri ve idealleri- işgal edilmesine ve parçalanmasına” (Herman, 1992, s. 385) neden oldukları görülmektedir. Son olarak, bu tarz travmalara maruz kalmış kişilerin ileriki süreçte de aynı sorunlu ilişkileri tekrarlama eğiliminde oldukları gözlenmiştir (Herman, 1992).

Sroufe (1997) tarafından geliştirilen gelişimsel psikopatoloji modeline göre ise psikopatolojik davranışlar ya da tanılar kişinin sahip olduğu nitelikler olmayıp gelişimsel sonuçlar olarak kabul edilmelidir. Yani her bir psikolojik rahatsızlığın arkasında –klinik görünümleri her ne kadar benzerlikler taşısa da- farklı geçmişler yatmakta, tabiri caizse her bir psikolojik rahatsızlığın ayrı bir yaşam öyküsü bulunmaktadır. Bu yaklaşım, psikopatoloji eksenli eleştirilerle birlikte ele alındığında son dönemlerde geliştirilen psikoterapi ekollerinin –şema terapi gibi- tanıdan çok tanının altında yatan gelişimsel kökenleri anlamaya yönelmesine neden olmaktadır. Post-modern psikoterapi yaklaşımları ise, genellikle tanılara hiç aldırış etmeyerek kişinin öne sürdüğü problemlere odaklanmakta, tedavide kişinin değil problemin iyileştirilmesini hedeflemektedirler. Konumuz itibariyle, savaş ve iltica durumlarında sivil halkın-çocuklar, gençler, kadınlar ve yaşlılar dahil- şiddete direkt maruz kaldıkları düşünülürse, mültecilerin ruh sağlığı ile ilgili araştırmalarda gelişimsel yaklaşımlara önem göstererek, farklı gelişimsel evrelerdeki farklı etkilerini anlamaya çalışmak önem kazanmaktadır.

Gelişimsel olarak bakıldığında yapılan araştırmalar çocukluk ve ergenlik dönemi travmalarının TSSB dışında kaygı bozuklukları, duygudurum bozuklukları ve davranış bozuklukları gibi birçok psikolojik hastalık için bir yatkınlık oluşturduğunu göstermiştir (Pynoos, Steinberg & Piacentini, 1999; Pine, Costello & Masten, 2005). Bu modele göre çocukluk döneminde yaşanan travmatik stresler başta kronik TSSB olmak üzere yetişkinlik dönemindeki patolojinin birçoğunu açıklamaktadır (Pynoos vd., 1999). Bu durumu açıklarken travmatik bir olayın ya da kronik bir travmatik stresin başlangıç olarak ve gelişimsel olarak hangi gelişimsel döneme rastladığı nörobiyolojik farklılaşmalara neden olabilmekte, duygu regülasyonu, gerçek

tehlikelere tepki gösterme, olayları değerlendirme gibi birçok aşamada sapmalara neden olarak ileri dönemlere uzanan sorunlara neden olabilmektedir (Pynoss vd., 1999). Ayrıca çocuk-ebeveyn ilişkisi tüm bu gelişimsel süreçlerde gerek koruyucu gerekse de risk artırıcı bir şekilde travmatik strese maruz kalma ile bu durumun psikolojik etkileri arasındaki ilişkide aracı rol oynamaktadır (Pynoss vd., 1999).

Savaşın ve terörün çocuklar üzerindeki etkisini araştıran bir başka incelemede de çocukların kendilerinin veya ailelerinden birinin direk olarak etkilenmediği takdirde bu tarz travmaların etkisinden yetişkinlere kıyasla daha çabuk çıkabildikleri, ancak ebeveynlerin bu dönemdeki tavırlarının uzak travmaların çocuklar üzerindeki psikolojik etkilerinde aracı rol oynadıkları öne çıkmıştır (Pine, Costello, & Masten, 2005). Yine aynı şekilde bu çalışma da beyinde meydana gelen değişmelerin de travmaya maruz kalma ve travmanın psikolojik etkileri arasındaki ilişkideki aracı rolüne değinmiştir (Pine vd., 2005). Filistinli gençlerle yapılan bir çalışma da ebeveynlerin eğitim düzeyi ve sosyoekonomik durumun politik şiddetin zihinsel sağlık problemleri üzerindeki tesirini azaltıcı yönde rol oynadığını göstermektedir (Al-Krenawi & Graham, 2012). Yine Filistinli çocuklarla yapılan bir çalışma travma sonrası stresin ve endişenin politik stresörler ve çocuklardaki duygusal ve davranışsal rahatsızlıklar arasındaki ilişkide hem aracı faktör olarak yer aldıklarını hem de bu ilişkiye yön verdiklerini göstermiştir (Khamis, 2012).

Tüm bu çalışmalar ışığında şunu söyleyebiliriz ki savaş ve politik şiddete maruz kalmak biyolojik, psikolojik ve sosyal süreçlerin kesişmesi sonucu çocuklar ve gençler üzerinde farklı etkileri olmaktadır. Çocukluk döneminin beyin gelişiminin devam ettiği bir süreç olması nedeniyle bu döneme denk gelen travmatik yaşantıların uzun vadede psikolojik olumsuz etkilere neden olduğu (Pynoos, Steinberg, & Piacentini, 1999), aynı şekilde gençlik döneminin de kişilik gelişiminin devam ettiği bir süreç olması açısından bu döneme rastlayan travmatik yaşantıların kişilik gelişimi üzerinde etkilerinin olduğu öne çıkan bulgulardandır (McGregor, Melvin & Newman, 2016). Bu döneme denk gelen travmatik yaşantıların yapısı ve bu yaşantılara maruz kalma miktarı kadar aile içi ilişkilerin, özellikle çocuk-ebeveyn ilişkisinin bütün bu yaşantıların çocuk üzerindeki psikolojik etkisini belirlemede önemli bir rol üstlendiği

söylenbilir (Pynoos vd., 1999; Al-Krenawi & Graham, 2012; Thabet & Vostanis, 2000). Dolayısıyla travmanın çocuk ve gençlerin ruh sağlığı üzerinde direk etkileri olabileceği gibi, ebeveynlerinin ruh sağlığına bağlı olarak dolaylı etkileri de bulunmaktadır.

Savaşa ilişkin travma deneyimini yaşamış mülteci ve çocukların psikolojik değerlendirilmesi ve tedavisine yönelik yapılmış kapsamlı bir arşiv araştırmasında bu grubun yaşadıkları ruh sağlığı sorunları, risk faktörleri ve koruyucu faktörler, değerlendirmeye ve tedaviye yönelik yaklaşımlar gözden geçirilmiştir (Ehnholt & Yule, 2006). Bu çalışmada da diğer araştırmalara benzer sonuçlar elde edilmiş; mülteci çocuklar ve gençlerde en yaygın görülen psikolojik rahatsızlığın TSSB, sonrasında ise depresyon ve diğer kaygı bozuklukları olduğu belirtilmiştir. Diğer araştırmalara benzer şekilde çocuk ve gençlerde TSSB belirtileri geçmiş travma yaşantılarıyla ilişkiliyken, depresyonun ise daha çok güncel yaşam zorluklarıyla ilişkili olduğu belirtilmiştir (Ehnholt & Yule, 2006). Bu çalışmada risk faktörleri travmaya ilişkin olanlar, bireyin karakterine bağlı olanlar, aileye ve göç sonrası çevreye bağlı olanlar olarak; koruyucu faktörler ise bireyin karakterine bağlı olanlar, aileye ve göç sonrası çevreye bağlı olanlar olmak üzere gruplandırılmıştır. Burada görülmektedir ki bireyin önceden var olan psikolojik ya da fiziksel rahatsızlıkları onun için bir risk olabilirken, bazı karakter özellikleri ve inanç sistemleri koruyucu faktör olabilmektedir. Ailenin ruh sağlığının olumsuz etkilenmesi ailedeki çocukların da ruh sağlığını olumsuz yönde etkilerken, aile desteği en önemli koruyucu faktörlerden biri olmaktadır. Göç sonrası stres kaynakları ve düşük düzeydeki sosyal destek yaşanan olayların psikolojik olarak olumsuz etkilerini artırırken, yüksek düzeyde sosyal destek bu etkileri azaltmaktadır (Ehnholt & Yule, 2006). Böyle durumlarda, tedavide ilk aşamanın ise çocuğa/gençe ya da aileye güvenlik ve istikrar hissini geliştirmesine ya da yeniden kazanmasında ve de hayatlarında kontrol sahibi oldukları hissini yeniden kazanmalarında yardımcı olmak olduğu belirtilmiştir (Ehnholt & Yule, 2006).

Suriyeli çocuklar ve gençlerle yapılmış çalışmalara baktığımızda da, savaş ve iltica durumunun psikolojik etkilerinin gelişimsel dönemlere göre farklılaştığını görebiliriz. Türkiye-Suriye sınırındaki kamplarda yaşayan 4-10 yaş arası çocuklarla yapılan bir

çalışma, çocukların yarısının kaygılı ve içine kapanık davranışlar sergilediği, neredeyse üçte ikisinin de ürkek davranışlar sergilediği aileleri tarafından belirtilmiştir (Cartwright, El-Khani, Subryan & Calam, 2015). Suriye’de Save The Children tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada ebeveynlerin % 84’ü çocukların ise tamamına yakını süregelen bombardıman ve hava saldırılarının çocuklarda psikolojik stresin birincil kaynağı olduğunu belirtirken; % 89’u çocukların savaş başladığından beri daha gergin ve ürkek olduğunu; % 71’i altına kaçırma ve yatak ıslatma problemi yaşadığını; konuşma güçlükleri veya kaybı yaşadıklarını; yarısı sürekli olarak şiddetli üzüntü ve acı yaşadığını, % 78’i ise zaman zaman bu duyguları yaşadıklarını belirtmişlerdir. Gençlerde ise savaşın başlangıcından beri daha agresif oldukları belirtilirken, yarıya yakınının stresle başa çıkabilmek için uyuşturucuya yöneldiği gözlenmiştir. Bazı durumlarda kısmi amnezi de gözlenirken, baş ağrısı, göğüs ağrısı, nefes alamama gibi psikosomatik değişikliklerin yaşandığı da belirtilmiştir (McDonald, Buswell, Khush & Brophy, 2017). Yine aynı çalışmada belirtildiği üzere her ne kadar bölgede yapılan çoğu araştırma TSSB tanısına yönelik olsa da “toksik stres” teriminin ifade ettiği çocukluk döneminde yaşanan aşırı zorlu koşullar çocukların zihinsel ve duygusal olarak sağlıklı gelişimini baltalayacağından, onarılması çok daha güç sorunlar doğurabilmektedir ve de en azından şimdilik çoğu Suriyeli çocuk için travmanın sonrası diyebileceğimiz bir zaman oluşmamıştır (McDonald, Buswell, Khush & Brophy, 2017). Bütün bu olumsuz tabloyla birlikte, eğer gerekli ve uygun fiziksel ve duygusal destek sağlanırsa yukarıdaki belirtilerin azaldığı veya tersine çevrilebildiği de gözlenmiştir (McDonald, Buswell, Khush & Brophy, 2017). Aynı STK tarafından Suriyeli çocuklar ve gençlerle yapılan bir başka çalışma en sık gösterilen duygusal belirtilerin öfke, üzüntü, umutsuzluk, endişe, stres ve eve dair anıların doğurduğu acı olduğunu göstermiştir (Robinson & Lignell, 2015). Bu belirtilerin dışında korku, kaygı –özellikle de ayrılma kaygısı- ve kabuslar da yaygın belirtilerdendir. Gençlerde ise özellikle öne çıkan iki durum kimliği kaybetme hissi ve geleceğe dönük umutsuzluk olarak belirtilmiştir (Robinson & Lignell, 2015).

Türkiye’deki kamplardan birinde 9-18 yaş aralığındaki mülteci çocuk ve gençlerle yapılmış bir çalışmada da katılımcıların % 45’inin TSSB belirtileri, % 20’sinin klinik eşik üstünde, % 44’ünün ise günlük hayatı etkileyecek düzeyde depresyon

belirtileri, % 65'inin psikosomatik belirtiler ve % 22'sinin öfke belirtileri sergilediği bulunmuştur (Özer, Sirin & Oppedal, 2013; Sirin & Rogers-Sirin, 2015). Bu çalışmada, TSSB belirtilerinde bir cinsiyet farkı bulunmazken, depresyon belirtilerinde kızların erkek çocuklarına göre daha fazla depresyon belirtisi gösterdiği bulunmuştur. Travma yaşamamış topluluklarda ise depresyon oranı çocuklarda % 2.5, gençlerde % 8.3, yetişkinlerde % 16 civarında gözlenirken, kadınların erkeklerden daha fazla – neredeyse iki katı oranında- bu belirtileri göstermesi neredeyse bütün çalışmalarda gözlenen bir olgudur (Nolen-Hoeksema, 2011; Barlow & Durand, 2013). Ayrıca, çalışmada da belirtildiği gibi bu çalışma boylamsal bir araştırma olmadığından bu bulguların akut tepkiler mi, yoksa uzun vadeli ruh sağlığı sonuçları mı olduğu da bilinmemektedir (Özer, Sirin & Oppedal, 2013).

#### **1.6.4. Psikososyal Modeller: Güncel Bağlamın Önemi**

Son olarak, kimi zaman diğer alternatif yaklaşımlarla da paralellik gösterir bir şekilde psikososyal ya da biyo-psiko-sosyal yaklaşımlar insan deneyimlerinin psikolojik sonuçlarının oluşumunda adeta süzgeç işlevi gören biyolojik, psikolojik ve sosyal faktörlerin birlikte ele alınmadan savaş ve göç durumlarının insanlar üzerindeki etkilerini anlamının zorluğuna dikkat çekmektedir. Bu yaklaşıma göre, stresin kaynağı geçmişte olup bitmiş bir olaydan ziyade, günlük meselelerdir ve gündelik stres kaynakları geçmiş bir olaya ilişkin stres kaynaklarından daha fazla insan ruh sağlığını tehdit etmektedir (Miller & Rasmussen, 2010). Bu yaklaşıma göre gündelik stres kaynaklarının yaşanan travmatik olay ve onun psikolojik etkilerini belirleme noktasındaki rolü yapılacak araştırmalarda göz önünde bulundurulmalıdır. Gündelik stres kaynaklarının bu rolü konusunda uzlaşılsa da, güncel yaşam zorluklarının ne şekilde sonucu etkilediği konusu da tartışma konusudur (Miller & Rasmussen, 2010; Tay & Silove, 2016).

Mülteciler söz konusu olduğunda ise, mültecilik kavramının anlamının tartışıldığı bölümde dikkat çekildiği üzere, bu süreç bireysel olduğu kadar kolektif, kısacası çok katmanlı ve karmaşık bir yapıya sahiptir. Bu bakış açısıyla, gündelik akıp giden yaşantının olumlu ya da olumsuz olarak geçmiş savaş ve şiddet tecrübesinin insan ruh sağlığı üzerindeki etkisi üzerinde bir rolü olduğu açıktır (Porter & Haslam,

2005;Tekeli-Yeşil vd., 2018). Bu noktada, bireyi bağlam veya bağlamlar içerisinde konumlandıran ekolojik yaklaşımların da psikososyal modellere bir boyut daha kazandırarak mültecilik deneyimini daha kapsamlı bir şekilde anlamayı mümkün kılacağı söylenebilir. Mültecilerin deneyimini ekolojik bir yaklaşımla ele alma gerekliliğini savunan ve hem savaş tecrübesinin hem de gündelik olayların meydana geldiği bağlamı da göz önünde bulundurmanın önemine dikkat çeken ADAPT Modeli mültecilerin deneyiminin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini şekillendiren bağlamsal faktörlere dikkat çekmektedir. Bu model süregelen ve değişken eko-sosyal faktörleri arka fonda tutarak bunların bireysel tepkilerle olan ilişkilerine dikkat çekmesi açısından yapısı itibarıyla bireysel, toplumsal, politik ve ekonomik birçok alanın kesişim noktasında duran karmaşık bir deneyim olan mültecilik yaşantısını daha kuşatıcı bir şekilde anlamayı kolaylaştırması açısından umut vaat etmektedir.

Son zamanlarda travma ve özellikle mültecilerle yapılan çalışmalarda öne çıkan bir model olan, Silove (1993) tarafından öne sürülen zulüm ve travma sonrası uyum ve gelişim modeli -adaptation and development after persecution and trauma (ADAPT) model- psikososyal açıdan mültecilerin hem göç öncesi hem de göç sonrası yaşadıkları zorlukları göz önünde bulundurmaktadır (McGregor, Melvin, & Newman, 2016). Bu yaklaşım temelde travmatik olay ve psikolojik bozukluklar arasında doğrusal bir ilişki olduğu ve göç öncesi ve sonrası zorlukların ayrılabilir olduğu varsayımına karşı çıkmaktadır (Tay & Silove, 2016). Bu modele göre, genellikle yapılan araştırmalarda mültecilik deneyiminin geçmiş travma deneyimleri ve süregelen/güncel problemler/stresörler veya travma ve akültüratif stres şeklinde birbirinden ayrılması mümkün iki zaman dilimi olarak sınıflandırılması yanlıtıcıdır. Çünkü, travma ve gündelik problemler ya da kültürel uyuma bağlı stresi ruh sağlığı üzerinde farklı etkilere sahip iki ayrı faktör olarak ele almak, zamansal olarak süreklilik arz eden bir süreci geçmiş ve şimdiki zaman olarak bölmek demektir. Dolayısıyla, mülteciliğin süreç olarak bütünlüğü göz önünde bulundurulduğunda, arka plandaki bağlamı mültecilik deneyiminin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini olumlu ya da olumsuz olarak şekillendiren bir faktör olarak ele almak gerektiği savunulmaktadır (Tay & Silove, 2016).

Bu modelin geliştirilmesinde rol oynayan temel prensipler mevcuttur (Silove, 2013). Öncelikle, kitlesel çatışmanın getirdiği travma ve stresler genellikle birden fazla ve süreğenlik içerisinde gerçekleştiği için bu travmanın bağlama ilişkin anlamını değerlendirmek bütün bu etkenlerin ruh sağlığı üzerindeki genel etkilerini anlamak için elzemdir. Ayrıca, gelişimsel psikopatoloji (Sroufe, 1997) modelinin de öne sürdüğü şekilde travmadan psikopatolojiye varan sürecin her noktasında yapılacak müdahalelerle bu travmanın olumsuz etkilerini azaltıp uyumu kolaylaştıracak adımlar atmak mümkün olduğu gibi travma sonrası büyüme ve olumlu yönde değişim de mümkündür ve bu nedenle basite indirgeyici modellerden kaçınmamız gerekir. Bir diğer taraftan, uyumlu ve uyumsuz psikolojik tepkiler arasındaki sınır belirsiz ve değişkendir ve belli bir zaman diliminde elde ettiğimiz sonuç bizi kesin bir yargıya ulaştırmaz. Toplumsal olarak, çatışma sonrası toplumları hızlı ve öngörülemez değişimlerin görüldüğü bir ortam olduğundan birey, grup ve ekososyal bağlam arasındaki dinamik etkileşimi anlamak için tekrarlayan bir süreç gerekir. Son olarak, iyileşme de aktif bir süreç olup, bireylerde ve toplumlarda iyileşmeye yönelik doğal bir eğilim vardır ve öncelikle kendi kültürel/toplumsal kaynaklarından beslenerek bu yönde adımlar atmaya çalışırlar (Silove, 2013). Bütün bu sebeplerden ötürü Silove (2013), istikrarın sürdüğü toplumları ayakta tutan ve kitlesel şiddet ve çatışmadan dolayı zarar gören beş temel psikososyal alanda bireylerin ve toplumların gösterdiği uyumlu veya uyumsuz tepkilerin bu çatışmanın birey ve toplum ruh sağlığı üzerindeki etkisinde önemli bir rol oynadığını öne sürmüştür. Silove' a (2013) göre, mültecilik deneyiminin psikososyal etkileri güvenlik sistemi, bağlanma sistemi, adalet sistemi, varoluşsal anlam sistemi, kimlik ve rol sisteminden oluşan beş temel uyum sisteminin göç öncesi ve sonrasında meydana gelen zorlu yaşantılardan etkilenmesiyle şekillenmektedir. Bu nedenle, bu psikososyal alanlarda kişinin ne derecede ve nasıl etkilendiğini tespit etmek ve buna göre bir tedavi modeli geliştirmek hem kişileri anlamak hem de hedefe daha uygun bir terapi modeli geliştirmek açısından önem arz etmektedir (McGregor, Melvin & Newman, 2016). Silove tarafından geliştirilen bu kavramsal çerçeveden yola çıkarak Tay ve diğerleri (2015) Avustralya'daki mültecilerle klinik görüşmelerinden ve yapılan nitel araştırmaların bulgularından yola çıkarak mültecilik deneyiminin



psikososyal etkilerini bu beş alanda sınıflandırarak mülteci ruh sağlığı ölçüm envanteri (ADAPT Index) geliştirmişlerdir.

Avustralya'da mültecilerle yapılan bir çalışma bu modelde öne sürülen sistemlerin birçoğunun mülteciler tarafından farklı ya da benzer şekillerde bu deneyimin bir parçası olarak dile getirildiğini ve bu sistemlerin mültecilik yaşantısı üzerindeki etkisinin önemini göstermiştir (McGregor, Melvin & Newman, 2016). Sayıları her ne kadar az da olsa günümüzde ADAPT modeli temel alınarak yapılan çalışmalar da modelde öne sürülen ekolojik sistemler ile psikolojik rahatsızlıklar arasındaki ilişkiye işaret etmektedir. Örneğin modelin savaştan etkilenen çocuklar ve ergenlerde görülen psikolojik sorunlarla ilişkisine dair yazılan bir kaynak tarama makalesinde savaşın çocuk ve ergenler üzerindeki psikolojik etkilerinin modeldeki tüm sistemlerle ilişkisi bulunmakla birlikte öncelikle güvenlik ve onu takip eden bağlanma sistemlerindeki değişmelerle özellikle ilişkili olduğu sonucu çıkarılmıştır (Yohani, 2015). Bu alanda yapılan bir başka çalışma modelde öne sürülen adaletsizlik hissini psikolojik sonuçlara etkisini göstermektedir (Rees vd., 2013). Bu araştırmanın sonucuna göre sistematik insan hakları ihlallerine maruz kalan kadınlarda öfke patlamalarının ve buna bağlı gelişen günlük yaşama uyum sağlama zorluklarının daha yaygın olduğu görülmüş ve adaletsizliğe uğrama hissini bu öfke patlamaları ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca toplumsal düzeyde bu zorluklar aile çatışmalarını ve aile içi şiddeti de artırmaktadır (Rees vd., 2013). Bir başka çalışmada travma sonrası yetişkinlerde ayrılma kaygısı bozukluğu belirtileri gösteren kişilerin düşük düzeyde psikopatolojik belirtiler gösteren kişilere kıyasla bu beş psikososyal alanın tamamında daha yüksek skorlar elde ettiği, TSSB belirtileri gösteren kişilere kıyasla da adalet, güvenlik ve kimlik alanında daha yüksek skorlar elde ettiği bulunmuştur (Tay, Rees, Kareth & Silove, 2016). ADAPT psikososyal alanlarındaki olumsuz etkilerin travma ve TSSB belirtileri arasında moderatör değişken olarak rol oynadığını gösteren (Tay, Rees, Chan, Kareth & Silove, 2015) ve adaletsizlik hissini travmatik kayıplara bağlı gelişen komplikasyonlu yas ile ilişkili olduğunu gösteren (Tay, Rees, Chan, Kareth & Silove, 2016) çalışmalar da yine psikososyal etkilerin önemine dikkat çekmektedir.

Oldukça güncel başka bir araştırma da ekolojik bir yaklaşımla yerinden edilmiş olmaya uyum sağlamayı etkileyen faktörlere dair Ürdün’ de yaşayan Suriyeli mültecilerle nitel bir analiz sunmuştur (Wells vd., 2018). Bu araştırmanın bulgularına göre katılımcıların özellikle vurguladığı iki kavram olan haysiyet ve travmanın – araştırmada da belirtildiği üzere Arap dilinde bu kavram bildiğimiz anlamda travmadan çok bir çok etkisini ifade etmek için kullanılmaktadır- ilişkilendirildikleri düşünceler ve etkileri bağlamında ADAPT alanlarından adalet, rol ve kimlik, sosyal bağlar, güvenlik gibi psikososyal temalarla da ilişkili olduğu öne sürülmüştür (Wells vd., 2018). Örneğin, yetişkin erkeklerin geçmişteki sahip oldukları ailenin geçimini üstlenme rollerini göç ettikleri toplumda uygun şekilde yerine getiremedikleri için zorluk yaşamaları ve dolayısıyla yardım taleplerini geri çevirerek onur ve haysiyetlerini korumayı tercih ettikleri ifade edilmiştir. Bu durum da kimlik ve rollerdeki değişim ile yakından ilgilidir.

### **1.7. Araştırmanın Konusu ve Amacı**

Buraya kadar, mültecilik deneyiminin ruh sağlığı üzerindeki etkilerinin hem psikoloji alanındaki yaygın yaklaşıma göre hem de bu yaklaşıma yönelik eleştiriler doğrultusunda geliştirilen alternatif yaklaşımlara göre nasıl anlaşıldığının bir özetini vermeye çalıştık. Bunu yaparken asıl amacımız, en geniş başlıkla ‘mültecilerin ruh sağlığı’ olarak ifade edilebilecek olan araştırma konumuza yönelik araştırma sorumluluğunu oluştururken ve araştırmanın yöntemine karar verirken mümkün olduğunca resmin bütününe dikkate almaktır. Foucault (1980), bilgi ve güç/iktidar ilişkilerine dair yazmış olduğu eserde günümüzde güç ve iktidar sahiplerinin ürettikleri söylemler ve bu söylemleri sürekli yeniden üreten kurumları ve mekanizmaları aracılığıyla bunların mutlak hakikat ya da doğru olarak algılanmasına neden olduklarından bahsetmiştir. Bu duruma çözüm olarak ise, öne çıkarılan bilgi kaynağı ya da söylemin arkasında gizlenen bilgi kaynaklarına yönelip onları ortaya çıkarmanın önemine dikkat çeker. Bu araştırmada da mültecilerin ruh sağlığına ilişkin akla ilk gelen tablo ve bu yaklaşımın üzerini örttüğü belli noktalara da dikkat çekilerek, hem bu zamana kadar oluşmuş bilgi birikiminden faydalanmaya hem de bunu yaparken bu tabloda görünmeyeni görmeye ya da söylenmeyeni söylemeye çalışılmıştır. Bu noktada, özetlemek gerekirse mültecilerin ruh sağlığına ilişkin

yapılan psikolojik çalışmalarda genelde uzman bilgisi, ya da profesyonel bilgiye öncelik verilmiş; ancak öznel –kolektif ya da bireysel- bilgi ve deneyimler arka planda tutulmuştur (Edge, Newbold & McKeary, 2014; IRC, 2014; MHPSS WG Jordan, 2014). Bir diğer açıdan, evrensel olan yerel ve kültürel olana tercih edilmiştir (Breslau, 2004; MHPSS WG Jordan, 2014). Son olarak, bireysel psikopatolojiler ön plana çıkarken arka planda işleyen sosyo-politik bağlam geri planda tutulmuştur (Miller & Rasmussen, 2010; McGregor, Melvin & Newman, 2016; Tay & Silove, 2016).

Bu tez araştırması mültecilerle ilgili mevcut baskın söylemin şekillendirdiği çerçevenin dışına çıkmaya çalışarak mültecilik olgusu ile ruh sağlığı alanındaki ilişkiyi anlama ve yeniden anlamlandırma amacıyla kaleme alınmıştır. Yukarıda sayılan sebeplerden ötürü, bu çalışmada yerleşik olan profesyonel bilgiyi tekrar etmektense, öznel deneyimleri ön plana çıkarmak ve de ele alınan konuyu bağlamından koparmamak hedeflenmiştir. Bunu yaparken, araştırmanın yürütme aşamasında karşılaşılabilecek pratik ve psikolojik yardıma yönelik önyargılar gibi durumlardan kaynaklı zorlukları en aza indirmek de amaçlanmıştır. Bütün bunların neticesinde yaygın yaklaşımla ihmal edilen yönleri ön plana çıkarmak için nitel çalışmalara duyulan ihtiyaç açıktır (Edge, Newbold & McKeary, 2014). Ancak, araştırmanın yürütüldüğü ülke olan Türkiye’de mültecilerle yapılan araştırmalarda ses ve görüntü kaydına Göç İdaresi tarafından resmi izin verilmemesi nitel bir araştırma yapılmasını zorlaştırmaktadır. Bu nedenle, bu çalışmada post-modern psikoterapi yaklaşımlarından olan Narrative Terapi (*Narrative Therapy*) yaklaşımını kullanarak Ncube (2008) tarafından geliştirilmiş bir psikososyal grup etkinliği olan “Hayat Ağacı” uygulamasının kullanılması tercih edilmiştir. Böylelikle, hem travmatik deneyimlerin ve mülteciler hakkında üretilen söylemlerin etkisiyle bastırılmış olan öznelliklerini sahip oldukları değerler ve geleceğe yönelik umutları aracılığıyla mülteci gençlere yeniden hatırlatma, hem de bireysel ve kolektif direnç kaynaklarını tespit etmek amaçlanmaktadır. Aynı zamanda mültecilerin genel olarak deneyimledikleri ‘kimlik kaybı’ duygusunun gençler tarafından nasıl değerlendirildiğini ve uygulama ile birlikte bu değerlendirmenin değişip değişmediğini tespit etmek hedeflenmektedir. Özetleyecek olursak, bu tez

araştırmasının amacı Türkiye’de yaşayan mülteci gençlerin travma yanıtlarını, yani bütün bu ağır yaşantılar karşısında verdikleri bireysel ya da kültürel karşılıkları anlamak, bu yaşantıların psikososyal etkilerini görmek ve bunu yaparken de psikososyal açıdan onları güçlendirici bir uygulama sunmaktır.

Araştırmanın ana yöntemi olarak son derece güncel bir psikososyal grup uygulamasının tercih edilmesinin en önemli sebeplerinden biri etik kaygılardır. Hayatlarını büyük ölçüde değiştiren çok ağır yaşantılara maruz kalmış bir grup olmaları nedeniyle akla gelen ilk ve en önemli mesele bu insanlara travmaları hatırlatıcı, ya da yeniden yaşattırıcı bir duruma meydan vermemektir. Bir diğer ifadeyle insanları yeniden travmatize etmemek en önemli çekincelerimizden biriydi. Öte yandan, yukarıda değinilen mevcut yaklaşımın metodolojik eksileri nedeniyle salt ölçek analizine dayalı kâğıt-kalem yöntemi dediğimiz yaklaşım da tercih edilmemiştir. Ayrıca, yapılan çalışmalar bazı durumların bireysel terapilerden ziyade grup şeklinde gerçekleştirilen psikososyal destek müdahalelerini gerektirdiğini öne sürmüşlerdir (Hassan vd., 2015). Bu durumda, bir grup uygulaması üzerinden kişilerin kendi öznelliklerini de ortaya koyabildiği ve de uygulamanın etkilerinin değerlendirildiği bir araştırma mevcut yöntemler arasında en uygunu olarak görülmüştür. Türkçe çevirisi tam olarak yerleşme de öyküsel terapi veya anlatı terapisi olarak da çevrilebilecek “*narrative*” terapi yaklaşımı ise bu noktada bizlere makul bir alternatif sunmuştur. Her iki çeviride de anlam kaymaları yaşandığından ve tam olarak terime karşılık gelmediğinden bu çalışmada ‘Narrative’ terapi olarak kullanılması tercih edilmiştir. Narrative terapi, insan hayatının çoklu öykülerden meydana geldiğini öne sürerek, terapi esnasında kişilerin baskın olarak hissettikleri ve de taşıdıkları problem öyküsünün yerine alternatif öykülere kapı aralamayı hedeflemektedir (Walther & Carey, 2009). Bizim tercih etmiş olduğumuz Hayat Ağacı uygulaması da Narrative terapi içerisinde geliştirilmiş yöntemlerden biri olup, temel olarak alternatif öyküleri güçlendirme amacı taşımaktadır.

Hayat ağacı uygulaması, Afrika’da çocuk psikologluğu yapan Ncube tarafından, HIV virüsü sebebiyle ebeveynlerini kaybetmiş çocuklarla olan görüşmeleri esnasında geliştirilmiş bir uygulama olup ve daha sonra Denborough’un da katkılarıyla travma

yaşamış gruplarda kullanılan yaygın bir uygulama haline gelmiştir (Hughes, 2014). Bu uygulamanın amacı çocukları yeniden travmatize etmeden, onlara güvenli bir alan açarak yaşadıkları zorlukları paylaşabilmelerini sağlamaktır (Hughes, 2014). Özellikle travmaya maruz kalmış mültecilerle çalışırken herhangi bir bilgiyi dayatmadan ya da üste çıkarmadan, kişilerin kendi kişisel ya da kültürel kaynaklarının farkına varmalarını sağlayan bir psikolojik güçlendirme tekniği olması nedeniyle kullanımı son zamanlarda tercih edilmektedir (Schweitzer vd., 2014). Özetle, bir sanat terapisi yaklaşımı olarak da kabul edilebilecek bu uygulama, kişilerin hayatları ile ağaç metaforu arasında bir benzerlik kurarak, travma sonucu zarar görmüş kimlik ve benlik algısını onarmayı hedeflemektedir. Bu uygulamada, ağacın kökleri kişinin geçmişini ve şu an olduğu kişi olmasına katkıda bulunmuş kişileri, mekanları, ya da nesnelere; toprak mevcut zaman diliminde yapmakta olduğu işleri, günlük hayatını; gövde onu güçlü kılan sahip olduğu değerleri ve yetenekleri; dallar geleceğe dair umutları ve hayalleri, yapraklar hayatlarındaki önemli kişileri; meyveler ise bu kişilerin onlara katmış oldukları şeyleri simgelemektedir (Hughes, 2014). Uygulama temelde dört aşama içermektedir. İlk aşama bireysel olarak ağaçların çizimi; ikinci aşama bütün ağaçların bir araya getirilerek kolektif deneyimleri temsil eden hayat ormanı oluşturma; üçüncü aşama zorluklarla karşılaşıldığında katılımcıların neler yaptığını anlamaya yönelik hayat fırtınaları aşaması; son aşama olan dördüncü aşama da kutlama ve sertifika aşamasıdır (German, 2013). Ağaç metaforu ile başlayan bu uygulama, daha sonraları tekniğin uygulandığı kültüre ya da yaş grubuna uygun farklı metaforlarla da zenginleştirilmiştir (German, 2013). Böylelikle, Narrative terapinin temel tekniklerinden olan dışsallaştırma yolu ile kişilerin yaşadıkları zorlukları dışsal bir metafor aracılığıyla ifade etmeleri onlar için daha güvenli bir temel sağlamakta, aynı zamanda travmanın gölgesinde kalan kimliğin olumlu yanlarını kişilere yeniden hatırlatmaktadır (Hughes, 2014). Bir diğer ifadeyle, genellikle travma yaşamış kişilerde görülen zedelenmiş özerklik hissini onarmak bu şekilde mümkün olmaktadır.

Hayat Ağacı uygulamasının kullanıldığı çalışmalar da uygulamanın psikolojik olarak farklı yönlerden olumlu etkilerini göstermişlerdir. Örneğin, Londra'da 9-10 yaş grubu aralığındaki azınlık öğrencilerin de içinde bulunduğu bir grupta yapılan araştırma,

uygulama sonrası öğrencilerin kendilik algılarının (*self concept*) arttığı ve kültürel farklılıkları anlayışla karşılama ve ırkçı davranışlarda azalma gibi sonuçlar göstermiştir (German, 2013). Zimbabweli işkenceden kurtulmuş kişilerle yapılan bir araştırma, uygulama sonunda hem kişilerin kendi ifadeleriyle uygulama “geçmiş arkada bırakma”, “affetme ve önüne bakma”, “korkuyu kaybetme” noktasında onlara yardımcı olmuştur. Ayrıca, ruh sağlığı taramasında kullanılan bir ölçekte de belirgin ve anlamlı bir psikolojik durum iyileşmesi bulunmuştur (Reeler, Chitsike, Maizva & Reeler, 2009). Londra’da hastanede yatan hastalarla yapılmış bir grup çalışması (Wellman, Lepori & Szlachcic, 2016); Avustralya’ da bulunan Liberyalı bir mülteci genç ile yapılmış bir vaka çalışması (Schweitzer vd., 2014) ve Londra’da mülteci çocuklar ve ailelerine yönelik yapılmış grup uygulamalarının (Hughes, 2014) da uygulama sonunda yapılan anketlere hem kişilerin kendi düşüncelerine hem de aile ve okuldan alınan raporlara göre faydalı olduğu bulunmuştur. Bütün bu araştırmalar göstermektedir ki Hayat Ağacı uygulaması özellikle mülteciler gibi kültürel farklılıkların söz konusu olduğu gruplarda standardize edilmiş uygulamalardansa esnek yapısı ve farklı kültürel gruplarda uygulanabilir oluşu gibi nedenlerle tercih edilmektedir ve uygulandığı gruplarda faydalı olmaktadır.

Bizim araştırmamızda uygulama öncesi ve sonrasında ölçmek için kimlik ve rol alanını tercih etmemiz ise hem mültecilerle yapılan araştırmalarda kendine yabancılaşma duygusu ve ‘kimlik kaybı’ olarak tabir edilen hissin sık görülmesi (Washington & Rowell, 2013; Hassan, Ventevogel, Jefee-Bahloul, Barkil-Oteo & Kirmayer, 2016), hem de uygulamanın arkasında yatan fikirlerin ve Narrative terapinin kimlik anlayışının mülteci gruplarda işe yarayacağı düşünülmesidir. Kimlik ve roller alanı, ADAPT modeline göre de şiddet ve yer değiştirmenin psikososyal etkilerinin gözlendiği alanlardan biri olup, mülteciler tarafından “hayatlarında özerklik ve kontrol hissini kaybetme”, “başkalarına dayanmak zorunda kalındığı ve kendi kendine yetemediği için utanma”, “alışkın olduğu biçimde aileye katkı sağlayamadığı için utanma”, “toplumda yer edinebilmek için kültürel bariyerleri aşma” gibi ifadeler en sık dile getirilen şikayetlerden olmaktadır (Tay vd., 2015). Aynı zamanda önceki bölümlerde değinildiği gibi mültecilik deneyimi salt bireysel bir deneyim olmayıp aynı zamanda insanların taşıdığı sosyal ve politik bir

kimlik de ifade etmektedir. Dolayısıyla mülteciler söz konusu olduğunda es geçilmesi çok da mümkün bir alan değildir, çünkü bir anlamda mülteciliğin kendisi bir kimliktir. Kimliğin her ne kadar üzerinde uzlaşmış bir tanımı olmasa da psikolojik ve sosyal birçok faktörle ilişkili olduğu bilinmektedir. Şöyle diyebiliriz ki kimlik dediğimiz ifade “sen kimsin?” ya da “ben kimim” sorularına verilebilecek bütün olası yanıtların toplamıdır. Tam da bu sebepten ötürü birçok alanın kesiştiği bir kavşak noktasında yer almaktadır. Narrative terapi yaklaşımına göre ise kimliğin en temel özelliklerinden biri ilişkisel yapısıdır (German, 2013). Yine bu yaklaşıma göre insanlar deneyimlerini yapılandırılmış bir sosyal bağlam içerisinde anlamlandırma çabası içerisindeyler ve bunu deneyimlerini anlatı formuna dökerek gerçekleştirirler. Dolayısıyla, insanların öznel deneyimleri olarak tanımladığımız kimlik kendimiz hakkında söylediğimiz ve bizim hakkımızda söylenen öyküler aracılığıyla oluşur (German, 2013). Yaşamımızdaki bütün deneyimleri kapsayacak tek bir öykü bulunmadığı için de hayatımız birden fazla öyküden meydana gelmektedir. Bu bağlamda kimliğimizi bu öykülerden tercih ettiklerimizi seçerek oluştururuz. Mülteci kimliği konusunda da tek bir öykü bulmak mümkün değildir. Kişilerin kendilerine dair anlamlı öyküleri bir şekilde yarıda kesildiğinde, buna bir de başkaları tarafından onlar hakkında söylenen öyküler eklendiğinde ve bu öyküler bir şekilde bağdaşmadığında yaşanan duygunun kimlik ve roller konusunda kafa karışıklığı olması şaşırtıcı değildir.

Araştırmanın katılımcılarının yaş grubunun gençlerle sınırlandırılmış olmasının temel nedeni de bu dönemin kimlik oluşması açısından kritik bir dönem kabul edilmesi (Erikson, 1994) ve yapılan araştırmaların da genel olarak gençlerde ve özel olarak mülteci gençlerde kimlik sorunlarının ruh sağlığı üzerinde önemli etkileri olduğunu göstermesidir (Berman & Montgomery, 2014; Kaufman, Montgomery & Crowell, 2014; Yohani, 2015). Hayat Ağacı uygulamasının temel amacı da göç deneyiminin, göçmenliğin ve ötekileştirilmenin baskın etkilerini azaltıp kimliğin süreklilik gösteren taraflarını, sahip olunan değerleri, umutları, hayalleri kişilere tekrar hatırlatarak zarar görmüş öznel duygusunu onarmaktır. Dolayısıyla, böyle bir müdahalenin kimlik oluşumu sürecinde kritik bir dönem kabul edilen genç yaş grubu üzerinde

etkili olacağı düşünölmüştür. Ancak yaş grubu gençlerle sınırlandırılrsa da kesitsel analizlerin mümkün olması nedeniyle yaş aralığı geniş tutulmuştur.

### **1.8. Araştırma Sorusu ve Hipotezler**

Bu araştırmanın iki temel sorusu vardır. İlki, açıklayıcı bir soru olup Türkiye’de yaşayan mülteci gençlerin karşılaştıkları zorluklar karşısında verdikleri yanıtların, faydalandıkları bireysel ya da toplumsal başa çıkma mekanizmalarının anlaşılmasına; kimlik ve rollere ilişkin duygu ve düşüncelerinin anlaşılmasına ve bunların lise ve üniversite düzeyi yaş gruplarındaki öğrenciler arasında farklılık gösterip göstermediğine yöneliktir. Bu noktada beklenen, üniversite düzeyi yaş grubunda yer alan bireylerde savaş ve göçün kimlik ve rollere ilişkin olumsuz değerlendirmelerinin daha fazla olmasıdır. Çünkü çözülemeyen kimlik sorunları veya çatışmaları ergenlik döneminde daha normal karşılanırken sonrasında daha yoğun bir kimlik stresi hissedilmesine neden olabilmektedir (Berman & Montgomery, 2014; Kaufman, Montgomery & Crowell, 2014). İkinci soru ise psiko-sosyal bir destek uygulaması olan “Hayat Ağacı” uygulamasının gençlerin kimlik ve rollerine yönelik değerlendirmelerinde bir değişmeye sebep olup olmayacağıdır. Bu değerlendirmeler, savaş ve yerinden edilmenin psikososyal etkilerini ölçen ADAPT İndeksinde yer alan kimlik ve roller alanıyla ilgili maddeler üzerinden incelenmiştir. Bu araştırmada beklenen, bu uygulamanın mültecilik deneyiminin kimlik ve rollere ilişkin değerlendirmeler üzerindeki olumsuz etkisini hafifletici şekilde ve dolayısıyla ADAPT İndeksi kimlik ve roller alanındaki ölçümlerde uygulama sonrasında azalma yönünde bir etkisi olacaktır.



## BÖLÜM 2

### ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

#### 2.1. Etik Onay

Araştırmanın etik onayı 2018, Ocak ayında İstanbul Şehir Üniversitesi Araştırma Etik Kurulu'ndan alınmıştır. Türkiye Devleti İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Genel Müdürlüğü Göç Politika ve Projeleri Başkanlığı'ndan ise 2018, Mart ayında araştırma için gerekli izin alınmıştır.

#### 2.2. Katılımcılar

Araştırmanın grupları İstanbul ve Ankara illerindeki iki farklı kurumdaki yaşı 15 ila 30 arasında yer alan öğrencilerden oluşturulmuştur. Aslında, Erikson'un psikososyal gelişim teorisinde kimlik ve rol karmaşasının yaşandığı ve çözümlendiği dönem 12-18 yaş arası olarak kabul edilir. Aynı zamanda bu dönem, WHO tarafından ergenlik dönemi olarak kabul edilen 10-19 yaş aralığına da denk gelmektedir. WHO "genç insanlar" teriminin ise 10-24 yaş aralığındaki kişileri kapsadığını belirtir. Grubun hedef kitlesi gençler olduğundan bu yaş aralıkları dikkate alınmış, ancak ilave bir kısıtlamaya gidilerek alt sınır olarak okul çağına göre lise ve üniversite düzeyindeki eğitim yaş aralığında yer alan kişiler kabul edilmiştir. Üst sınırın yukarıya taşınmasındaki amaç ise mülteci gençlerde eğitimin kesintiye uğraması ya da yarıda kalması gibi sebeplerle daha geç yaşlarda lise ve üniversite eğitimini sürdürüyor olmalarıdır. Araştırmaya katılmaya 48 kişi gönüllü olmuş, bu kişilerden 35 kişi ilk oturuma katılmıştır. Uygulamayı tamamlayan katılımcı sayısı ise 16'dır. İlk oturuma katılarak ön formu dolduran katılımcılardan 18'i kız, 17'si ise erkektir. Bu grubun yaş ortalaması ise 22.13'tür. Uygulamayı tamamlayan katılımcıların ise 9'u kız, 7'si erkektir. Uygulamayı tamamlayan katılımcıların yaş ortalaması 21.79'dur. İlk oturuma katılan kişilerden 18 kişi Suriyeli, 14 kişi Iraklı, 2 kişi Mısırlı, 1 kişi ise Filistinlidir. Uygulamayı tamamlayan katılımcılardan 10 kişi Suriyeli, 4 kişi Iraklı, 2 kişi ise Mısırlıdır. İlk oturuma katılan katılımcıların demografik bilgileri özet halinde Tablo 2.1. 'de sunulmuştur. Son oturuma katılarak uygulamayı tamamlayan katılımcıların demografik özellikleri ise tablo 2.2. 'de sunulmuştur.

Tablo 2.1. Hayat Ağacı Uygulamasının İlk Oturumuna Katılan Katılımcıların Demografik Özellikleri

Ülke	Kadın	Erkek	Toplam	Yaş ortalaması
Suriye	9 (% 50)	9 (% 50)	18 (% 51.4)	17.62
Irak	7 (% 50)	7 (% 50)	14 (% 40)	25.50
Mısır	2 (% 100)		2 (% 5.7)	28.00
Filistin		1 (% 100)	1 (% 2.7)	22.00
Toplam	18 (% 51.4)	17 (% 48.6)	35 (% 100)	22.13

Tablo 2.2. Hayat Ağacı Uygulamasını Tamamlayan Katılımcıların Demografik Özellikleri

Ülke	Kadın	Erkek	Toplam	Yaş ortalaması
Suriye	4 (% 40)	6 (% 60)	10 (% 62.5)	17.38
Irak	3 (% 75)	1 (% 25)	4 (% 25)	27.50
Mısır	2 (% 100)		2 (% 12.5)	28.00
Toplam	9 (% 56.3)	7 (% 43.8)	16 (%100)	21.79

### 2.3. Ölçme Araçları

Araştırmada kullanılan bütün formların çevirisi ve geri çevirisi yapılmıştır.

#### 2.3.1. Demografik Form

Kişilerin hangi ülkeden geldikleri, cinsiyetleri, yaşları, medeni durumları, kaç senedir Türkiye’de oldukları gibi kişisel soruların yer aldığı formdur. Arapça olarak hazırlanmıştır.

#### 2.3.2. ADAPT İndeksi

Araştırmanın başında ve sonunda mültecilerin kimlik ve rollerine ilişkin değerlendirmelerini öğrenmek için çatışma ve yerinden edilmenin psikososyal etkilerini ölçmek için hazırlanmış olan ADAPT *Refugee Mental Health Assessment Package*(RMHA-P) –ADAPT Mülteci Ruh Sağlığı Ölçüm Envanteri- içerisinde yer alan

ADAPT indeksinden faydalanılmıştır. Ölçeğin orijinal haline araştırmanın yazarından talep edilerek ulaşılmıştır. Bu ölçek dört birimlik Likert-tipi sorulardan oluşmaktadır (0 = hayır, 3=çok fazla). Daha sonra ise bu ölçekte psikososyal alanlardan biri olan roller ve kimlik alanına ilişkin 11 maddeden oluşan bölümün Arapça'ya uyarlanmış hali kullanılmıştır. Ölçeğin Arapça'ya uyarlaması daha önce yapılmadığındanbu popülasyondaki geçerlilik-güvenilirlik çalışmaları mevcut değildir. Ancak indeks geliştirildikten sonra Batı Papualı mültecilerden oluşan bir grupta test edilmiş ve buradaki maddeler üzerine yapılan doğrulamalı faktör analizi modeldeki beş psikososyal alana karşılık gelen beş alanı açığa vururken her bir alanda yer alan maddeler kendi aralarında içsel tutarlılık göstermişlerdir (Tay vd., 2015). Bu araştırmaya göre kimlik ve roller alanına ilişkin maddelerin içsel tutarlılığı da yüksektir [KR20 = 0.89] (Tay vd., 2015). Bu nedenle her ne kadar ölçeğin Arap kökenli mültecilerle geçerlilik güvenilirlik çalışmaları yapılmasa da kimlik ve roller alanına ilişkin maddeler mültecilerin bu alana ilişkin duygu ve düşüncelerini anlamak ve uygulama sonunda bu duygu ve düşüncelerin değişimini izlemek için kullanılmıştır.

### **2.3.3. Değerlendirme Formu**

Katılımcıların genel olarak uygulamayı faydalı bulup bulmadıkları, en çok neyi sevip-sevmedikleri, en çok neyi faydalı buldukları ve uygulamayı daha faydalı hale getirebilmek için neyin gerekli olduğuna dair soruların yer aldığı formdur. Bu formdaki sorular hazırlanırken de önceki araştırmalardan (Reeler, Chitsike, Maizva & Reeler, 2009; Hughes, 2014) faydalanılmıştır. Form Arapça olarak hazırlanmıştır.

### **2.4. Prosedür**

Araştırma Temmuz, 2018' de İstanbul ve Mart, 2019' da Ankara ilinde olmak üzere toplam dört grupta gerçekleştirilmiştir. Her iki ilde de bir tanesi kızlara yönelik bir tanesi de erkeklere yönelik olmak üzere ikişer grup ayarlanmıştır. Grupların cinsiyete göre ayrılmalarının sebebi önceki araştırmalarda yer alan, bu tarz etkinlikleri uygularken kültüre uygun olarak, özellikle yetişkinlerde ve gençlerde hemcinslerden oluşturulan grupların daha etkili olacağına yönelik tavsiyelerdir. Araştırmanın başında sadece İstanbul'dan veri toplanması planlanmış, ancak

uygulama sonunda devamsızlık nedeniyle yeterli sayıya ulaşamadığı için Ankara ilinde de aynı uygulama farklı gruplarla gerçekleştirilmiştir. Araştırma İstanbul'da Suriyeli mültecilere eğitim noktasında destek veren bir STK olan Yeryüzü Çocukları Derneği'ndeki 15 yaş üzeri öğrencilerle, Ankara'da ise Türkiye Diyanet Vakfı'na bağlı mültecilere yönelik sosyal ve psikolojik destek faaliyetleri yürüten Sosyal Destek ve Eğitim Merkezi'nde (SODEM) Türkçe dil eğitimi alan öğrencilerle gerçekleştirilmiştir. İstanbul'daki grupta Hayat Ağacı uygulaması yaz dönemi programının bir parçası olarak öğrencilere sunulurken, Ankara'daki grupta öğrenci sayısının çokluğundan dolayı uygulamanın duyurusu hazırlanmış ve katılmaya gönüllü öğrencilerin isimlerinden bir liste oluşturularak bu gruplarla uygulama gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın bir parçası olan Hayat Ağacı psikososyal destek uygulaması grup kişi sayısı 15'i aşmamak şartı ile toplamda altı saatlik bir uygulama olarak planlanmıştır. Bu planlama yapılırken önceki yapılmış çalışmalarda grup büyüklüğü ve uygulamaya ayrılan saat göz önünde bulundurulmuştur. Başlangıçta bir buçuk saatlik dört oturumda gerçekleştirilmek üzere planlanmış olmasına rağmen araştırmanın uygulandığı kurumların programları ve bu alanda çalışan kişilerin yönlendirmesi neticesinde iki saatlik üç oturum halinde gerçekleştirilmiştir. Oturum sayısını azaltmanın sebebi hem kurumların mevcut ders programlarını aksatmamak, hem de devamsızlık oranını düşürmektir. Bu alanda uzun süredir projeler yürütmekte olan kişiler baştaki isteğin zamanla azaldığını ve katılım oranının da düştüğünü; özellikle de maddi bir desteğin -yol ücreti veya eğitime/projeye katılım için gün başına verilen belli bir miktar harçlık- olmadığı durumlarda uygulamaları mümkün olduğunca ardışık ve az oturumda gerçekleştiriminin daha uygun olacağını ifade etmişlerdir. Bu nedenle de uygulama başlangıçta her hafta bir oturum olarak planlandığı halde ardışık günlerde gerçekleştirilmiştir.

Uygulama aşamasından önce, ilk olarak araştırmada kullanılacak bütün formlar ve ölçekler katılımcıların anadili olan Arapça diline uyarlanmıştır. Arapça bilgilendirilmiş onam formu ve 18 yaşından küçük katılımcılar için ebeveyn bilgilendirilmiş onam formları hazırlanmıştır. Araştırmanın başında ve sonunda ölçme için kullanılacak ADAPT RMHA-P ölçeğinin kimlik ve roller alanına ilişkin maddelerinin İngilizce' den

Arapça' ya çevirisi yapılmış ve Ürdün' de yaşayan Suriyeli bir İngilizce öğretmeni tarafından da geri-çevirisi gerçekleştirilmiş ve çeviri hataları düzeltilmiştir. Ölçeğin kimlik ve roller alanına ilişkin maddelerinin çevirisi yapılırken BMMYK tarafından hazırlanmış olan, belli duygu-durumların Suriyeliler tarafından ifade edilmiş biçimlerinin yer aldığı belgeden (Hassan vd., 2015)) de faydalanılmıştır. Katılımcılara verilecek formların son hali hazırlanırken de sıralamadan kaynaklı taşınma etkisini azaltmak için 11 maddelik kimlik sorularına ek olarak ölçekte yer alan diğer alanlardan farklı sorular eklenerek 15 maddelik bir son ölçek hazırlanmış ve bu dört soru baştaki ve sondaki formda farklılaştırılmıştır. Ayrıca, kimlik alanına ilişkin 11 maddenin de baştaki ve sondaki formda yerleri değiştirilerek taşınma etkisi asgari düzeye çekilmeye çalışılmıştır. Son olarak, baştaki forma kişisel bilgilerin yer aldığı demografik form ve sondaki forma uygulama ile ilgili görüş ve önerilerin sorulduğu değerlendirme formu eklenerek katılımcılara bu şekilde sunulmuştur. Araştırmada kullanılacak resim kâğıdı ve boya gibi malzemeler de önceden temin edilmiştir.

Uygulama aşamasında ise, ilk olarak Hayat Ağacı uygulamasının amacına ve rasyoneline dair kısa bir bilgilendirme yapılmıştır. Bu bilgilendirmede olumsuz olayların insanlar üzerindeki genel etkilerine dair bir psiko-eğitim verilmiş ve uygulanacak aktivitenin neyi amaçladığı anlatılmıştır. Ağaç metaforu ile hayatları arasında bağlantı kurup kuramadıkları, bu metaforun onların kültürleri için anlamlı olup olmadığı sorulmuştur. Bütün gruplarda katılımcılar ağaç metaforunu tercih etmişlerdir. Son olarak da katılımcılar grup kurallarına dair bilgilendirilmiştir. Burada özellikle paylaşım için gerekli güven ortamının oluşabilmesi için grup içinde konuşulanların dışarı taşınmaması, birbirinin sözünü kesmeme, yorum yaparken dikkatli olma gibi noktalar vurgulanmıştır. Bu kurallar her oturumun başında katılımcılara hatırlatılmıştır. Katılımcılar uygulamanın içeriği ve grup kuralları hakkında bilgilendirildikten sonra, ilk olarak bilgilendirilmiş onam formları katılımcılar tarafından doldurulmuştur. Bilgilendirilmiş onam formları toplandıktan sonra, araştırma öncesinde dağıtılacak olan form dağıtılmıştır ve katılımcılara buradaki maddeleri son on iki aydaki durumlarını düşünerek cevaplamaları belirtilmiştir. Formların tamamlanması yaklaşık on dakika sürmüştür. Formlara isim yazılmamış olup katılımcılara numaralar verilmiş ve başta ve sondaki formlara bu

numaraları yazmaları istenmiştir. Formları doldurma aşaması tamamlandıktan sonra, katılımcılara herhangi bir soruları olup olmadığı sorularak araştırmaya başlanmıştır. Araştırmanın ilk aşamasında herkesten kafalarında canlanan ağaç imgesini kendilerine dağıtılan resim kağıtlarına çizmeleri istenmiştir. Katılımcılar çizimlerini yaparken özellikle ağaç metaforu ile hayatları arasında bağlantı kurmaları istenmiştir. Çiçekleri ağaçların kök, toprak, gövde, dal ve yaprak kısımlarının bulunmasına dikkat etmeleri ve daha sonrasında sorularla bu kısımları dolduracağımız için boşluk bırakmaları da belirtilmiştir. Çizimlerin taslağı tamamlandıktan sonra ağacın her bir bölümü üzerine uygulamada yer alan sorulara ve paylaşım aşamasına geçilmiştir. Hayat Ağacı uygulama planı oluşturulurken German'ın (2013) araştırmasının sonunda yer alan Ncube'nin çalışmalarından uyarlanmış program taslağından ve programın Türkçe'ye uyarlanmış taslağından yararlanılmıştır. Ayrıca, bu uygulama *narrative* terapi merkezi olan Dulwich Centre ile Psikoloji Organizasyonları ve Eğitimleri Merkezi (Poem) tarafından ortaklaşa gerçekleştirilen eğitimlerin de bir parçası olup bu eğitimde yer alan materyallerden ve notlardan da faydalanılmıştır. Uygulama katılımcıların tamamı Türkçe bildiği için Türkçe gerçekleştirilmiş, araştırmacı anlaşılmayan soruları Arapça'ya çevirmiş ve yine katılımcılar hem ağaçları hem formları doldururken ve paylaşım esnasında kendilerini Türkçe ifade etmekte zorlandıklarında Arapça kullanmakta serbest bırakılmışlardır. Uygulama taslağı ekler bölümünde EK 1 başlığı altında yer almaktadır.

Son olarak, programın son on dakikasında uygulama sonunda dağıtılacak formlar dağıtılmış ve katılımcılardan soruları şu anki durumlarına göre cevaplamaları istenmiştir. Zaman kısıtlaması nedeniyle ağaçların meyveleri ve yaprakları bölümüyle ilgili grup paylaşım aşaması ve uygulamanın orijinal planında yer alan kutlama ve belgeleme aşamaları atlanmak zorunda kalmıştır.

## **2.5. Analiz**

Araştırmanın analiz aşamasında hem uygulama esnasındaki nitel verilerden hem de formlardaki nicel verilerden faydalanılmıştır. Nitel verilerin analizinde katılımcılar tarafından çizilen ağaçların kopyaları, grup paylaşımı esnasında alınan notlar ve

sonda dağıtılan değerlendirme formuna yazılan yorumlar kullanılmıştır. Formlara verilen cevaplar genellikle Arapça olduğundan bunların Türkçe'ye çevirisi yapılmış ve yazım aşamasında mümkün olduğunca katılımcıların ifadesi değiştirilmemeye çalışılmıştır. Bazı ifadeler net anlaşılmasa bile katılımcıların düşünceleri ve paylaşımları esas tutulmuştur.

Nicel verilere ilişkin analizlerde ise SPSS 21 programı kullanılmıştır (IBM, 2012). Öncelikle araştırmının ilk oturumuna katılıp onam formunu ve ilk formu dolduran bütün katılımcıların ( $N = 35$ ) verileri girilmiştir. İlk formlar üzerinden öncelikle kimlik ve rollere ilişkin değerlendirmeler üzerinde sıklık analizi ve medyan analizi yapılmış, daha sonra 15-20 yaş aralığındaki katılımcılar ve 20 yaşından büyük olan katılımcılar iki farklı yaş grubu olarak ayrılmış ve veriler üzerinde yaş grupları, ülke ve cinsiyete göre kesitsel betimleyici analizler yapılmıştır. Kesitsel betimleyici analizlerde gruplar arası t test analizi kullanılmıştır. Her ne kadar örneklem ölçek güvenilirlik analizi için çok küçük olsa da Cronbach's a analizi kullanılarak kimlik alanındaki maddelerin içsel tutarlılığına bakılmıştır. Daha sonra bu verilerin içerisinde uygulamayı tamamlamayan katılımcıların verileri çıkarılmış ve geriye sadece uygulamayı tamamlayan katılımcıların ( $N = 16$ ) verileri bırakılmıştır. Kimlik ve roller alanına ilişkin değerlendirmelerin uygulama öncesi ve sonrası karşılaştırılmasında ise denek içi desen kullanılmıştır. Bu aşamada önce her bir katılımcı için ilk ve son formdaki kimlik ve roller alanına ilişkin verdikleri yanıtlar toplanarak bir toplam skor oluşturulmuştur. Daha sonrasında bu iki skor arasındaki değişim denek içi t-test kullanılarak analiz edilmiştir. Her madde için önceki ve sonraki skorun karşılaştırılmasında ise Likert-tipi ölçek kullanıldığından ve değişkenler aralıklı formatta olduğundan Wilcoxon-Signed ranks testi kullanılmıştır. Lise düzeyi (15-20) ve üniversite düzeyi (21-30) yaş aralığındaki grupların öncesinde ve sonrasındaki değişimini izlemek ve karşılaştırmak için ise tekrarlayan ölçümlerde varyans analizi yöntemi kullanılmıştır. Buna ilaveten, cinsiyet ve katılımcıların kökenlerinin bu değişime etkisini görmek için de tekrarlayan ölçümlerde varyans analizi yapılmıştır. Yaş aralığı daha yüksek olan katılımcılar genellikle Irak kökenli oldukları için, bu etkenlerin ikisinin birlikte etkisine de yine aynı analiz yöntemiyle bakılmıştır.

## BÖLÜM 3 SONUÇLAR

### 3.1. Nitel Verilerin Analizi

#### 3.1.1. Ağaçlar ve Grup İçi Paylaşımları

**Ağacın Kökleri:** Ağaçların çizimi tamamlandıktan sonra grup içi paylaşımlarına ilk olarak başlanılan kısımdır. Bu kısımda katılımcılara geçmişlerine dönüp baktıklarında şu anda buldukları konuma gelmelerine katkıda bulunmuş şeyleri yazmalarını istiyoruz. Buraya isterlerse kişi, isterlerse yer, isterlerse bir söz, isterlerse eşya yazabileceklerini, önemli olanın onlara bir şekilde katkıda bulunmuş şeyler olmasının gerektiği belirtilmiştir. Bu noktada üniversite düzeyi yaş grubundan bir kız katılımcıdan “Buraya olumsuz bir şey de yazabilir miyiz?” sorusu gelmiştir. Olumlu etkileri olan olumsuz şeylerin de yazılabileceği belirtilmiştir. Bu kısım için paylaşım süresi araştırmanın hedef kitlesi gençler olduğundan ve zaman kısıtlaması bulunduğundan daha kısa tutulmuştur. Burada tüm gruplarda ortak görülen temalar ve paylaşımlar arasında değinilen şeyler kişinin ailesi; doğup büyüdüğü yer ve oraya ilişkin bazı anlar, yerler; arkadaşlar; dini inançları olanlarda İslam; peygamberleri ve kimi zaman yazar ve şair gibi isimler olmuştur. Bu noktada çoğu kişi ya aileden birini ya da önceden yaşadıkları yeri paylaşmayı tercih etmişlerdir. Katılımcılar mülteci oldukları için köklerle ilgili paylaşımlarda bu şeylerin şu an mevcut olmaması ve kayıp hissi de gündeme gelmiş; bu durumda bu kişilerin ya da yerlerin kişilere kattıkları şeylere odaklanılmış ve bunların kaybolmadığı, süreklilik gösterdiği vurgulanmıştır. Bu alanda yaş grupları ya da cinsiyete göre öne çıkan özel bir farklılık görülmemiştir.

**Toprak/Zemin:** Köklerle ilgili paylaşımlardan sonra bu kısım ile ilgili paylaşımlara geçilmiştir. Bu kısım da zaman kısıtlaması nedeniyle kısa tutulan bölümlerden biridir. Burada kişilerin güncel hayatlarında ne yaptıkları, hobileri, gittikleri yerler, okul hayatları gibi faaliyet alanlarını paylaşmaları istenmiştir. Bu kısımda da genel olarak grupların gerçekleştirildiği STK; o anda yaşadıkları şehir; okula gidiyorlarsa okul; çalışıyorlarsa iş; çeşitli spor dalları gibi temalar ortaya çıkmıştır. Burada özellikle



“İstanbul’da veya Ankara’da yapmaktan en çok zevk aldığın şey, gitmekten en çok zevk aldığın yer” gibi sorularla güncel hayatlarındaki, ya da kendilerinin deneyimledikleri şekliyle “gurbetteki” olumlu yönleri fark etmelerini sağlamak amaçlanmıştır. Yine bu bölümde daha çok kendileri gibi mültecilerle ya da burada bulunan kişilerle günlük hayatlarında beraber olduklarını, Türkçe’yi biraz zor konuştukları ve anladıkları için Türklerle iletişim kurmaktan çekindiklerini, bazen de insanların kendileri hakkında olumsuz düşündüklerini paylaşmışlardır. Burada yine dikkat çeken bir husus hem üniversite düzeyi erkek grubunda, hem de lise düzeyi kız grubunda Türkiye’deki hayatlarını ve güncel şartları değerlendirirken kendi memleketleriyle kıyasladıkları ve “Burası farklı, burada hep iş. İnsanlar hep çalışıyorlar, insanın yaşamak için vakti yok burada.”, “Türk insanları hep çalışıyor, başka bir hayatları yok ki. Sabah dokuzdan akşam beşe kadar çalışırsa bir insanın geriye hiç enerjisi kalmaz. Burada insanlar makine gibi, bizim orada öğlen olunca iş biter ve herkes evlerine dağılır.” şeklinde ortak düşüncelerini dile getirmeleri olmuştur. Bu paylaşımlar, aslında ekonomik zorluklar, sosyal dışlanma, dil problemleri gibi yaygın olarak bilinen güncel zorluklara ek olarak Arap kökenli mültecilerin kimi zaman Türkiye’deki çalışma koşulları ve gündelik hayatın akışına da kendilerini yabancı hissettiklerini ve bu durumun da onlar için geçmişe duydukları özlem ya da yeniye alışma sürecini zorlaştırıcı bir faktör olduğunu göstermiştir. Uygulamanın her grubundaki katılımcıların bir yerde –en azından uygulamanın yapıldığı kurumda- aktif olarak programları olduğundan genel olarak günlük yaşantılarından konuşurken bu ayrıntıyı paylaşmışlar ve o kurumun kendilerine neler kattıklarından bahsetmişlerdir. Bunun haricinde erkekler genel olarak, futbol ya da arkadaş ve akrabalarla birlikte vakit geçirmek gibi noktalara değinirken kızlar gündelik hayatlarının geri kalanında genellikle ev işlerine yardım etmek gibi noktalara değinmişlerdir.

**Ağacın Gövdesi:** İkinci oturumun başında önceki oturuma dair düşünceler sorulduktan sonra ağacın gövdesiyle ilgili paylaşımlara geçilmiştir. Burada da kişiler sahip oldukları değerleri, önemsedikleri şeyleri, sahip oldukları yetenekleri, güçlü yanlarını paylaşmışlardır. Bu bölüm tabii olarak, çeşitliliğin en fazla olduğu kısımdır. Çünkü herkesin önemsedığı şeyler ya da yetenekleri farklı olabilmektedir. Burada

yapılan grup içi paylaşımlarda özellikle bu yeteneklerin ya da değerlerin kökeni sorulmuş, bunların geçmişi detaylandırılmaya çalışılmıştır. Örneğin, şiir yazma yeteneğini paylaşan bir katılımcıya, şiir yazma konusunda çevresinde kendisi gibi iyi olan kimlerin bulunduğu, bu konuda onu kimin cesaretlendirip desteklediği gibi sorular sorulmuştur. Burada amaç katılımcıların sahip oldukları değerler üzerinden yaşamlarındaki sürekliliği fark etmelerini sağlamaktır. Ağacın gövdesinin onu dik tutması gibi sahip olduğumuz değerlerin ya da yeteneklerin de bizi hayattaki zorluklara karşı sağlam tutan şeyler olduğu ve koşullar değişse bile onların değişmediği özellikle vurgulanmıştır. Burada grup arkadaşları da bir diğeri hakkında onun değerine yönelik yorumda bulunmuşlardır. Örneğin üniversite düzeyi kız grubundan bir katılımcı, gruptaki bir arkadaşının ne kadar yardımsever olduğunu belirterek kendisi de arkadaşının yardımseverliğine dair bir hikâye paylaşmıştır. Bu durum Narrative terapide önemli uygulamalardan biri olan 'dış şahit' (*outsider witness*) tekniğinin uygulanmasına güzel bir örnek olmuştur. Bu uygulamanın hikâyeyi ne kadar güçlendirdiğine de şahit olunmuştur. Öncesinde bu özelliğine değinmemiş olan katılımcı da arkadaşının paylaşımı üzerine, yardımseverliğin kendisi için önemini, bunu annesinden öğrendiğini, gelecekte etrafındakilere de öğretmek isteyeceği bir değer olduğunu paylaşmıştır. Genelde bütün kişilerde sahip oldukları değerleri kimden öğrendikleri sorulduğunda ortak cevap olarak aileden biri –anne, baba, abi, dede- çıkmıştır. Bazen, aileden bir kişiye ek olarak dini bir figür de değerlerin geçmişinde ortaya çıkmıştır. Örneğin, sabretmenin kendisi için önemine değinen katılımcılar bu değeri kimden öğrendikleri sorulduğunda aileden birine ek olarak "Hz. Muhammed" ya da "Hz. Eyüp" gibi cevaplar da vermişlerdir.

Yine bu bölümde katılımcıların tamamı mülteci olduğundan onların durumlarına yönelik "zor zamanlardan geçerken en çok hangi değeriniz ya da yeteneğiniz size destek olur?" diye sorulduğunda sabretmek ve dua etmek bütün gruplarda ortaya çıkan bir tema olmuştur. Özellikle lise düzeyi kız grubunda ağaçlarına üzüldüklerinde ya da zor zamanlarında destek aldıkları ayetleri ya da duaları yazmışlar ve grup içinde de paylaşmışlardır. Yine lise düzeyi erkek grubunda da katılımcılar dua etmenin kendilerini nasıl rahatlattığını paylaşmışlar ve kendi aralarında kendileri için önemli olan özel dualar ya da sözler varsa bunları paylaşmışlardır. Üniversite düzeyi

erkek grubunda ise dua kavramı namazla birlikte konuşulmuştur. Bu noktada 24 yaşında Suriyeli bir erkek katılımcı kendisi için en önemli şeyin sabah namazı olduğunu şu şekilde ifade etmiştir: “Sabah namazı çok önemli benim için, beni çok rahatlatıyor. Halep’teyken hep sabah namazlarına camiye giderdik artık gidemiyorum ama benim için çok önemli.”

Her ne kadar herkes kendi özel ifadeleriyle paylaşmış olsa da özetlemek gerekirse ağaçların gövdeleri üzerinden kişilerin güçlü yönleri tartışılırken katılımcıların bireysel yetenekleri ve güçlü yönlerine ek olarak, grup olarak çoğunluğun üzerinde ortaklaştığı ortak değerler de mevcuttur. Bu noktada katılımcıların ifadelerinden ve ağaçlarından yola çıkarak diyebiliriz ki aile ve din hem köklerde yer alması hem de değerlerin kaynağı olması nedeniyle iki önemli psikolojik destek kaynağı olarak ortaya çıkmıştır.

**Ağaçların Dalları:**Bu bölümde katılımcıların geleceğe yönelik bireysel, toplumsal, küresel hedefleri, hayalleri, umutlarını paylaşmaları istenmiştir. Bu bölümde de tabii olarak aldığımız cevaplar çeşitlilik göstermekle birlikte, ortak temalar da ortaya çıkmıştır. Bu bölüm de gelecek hedefleri ya da rolleri ile ilişkin olduğundan araştırmada özellikle üzerinde durulan bölümlerden biri olmuştur. Bu soruya cevap vermekte zorlanan bazı katılımcılara “Allah’a dua etmenin size iyi geldiğini söylemiştiniz, Allah’a ne için dua ediyorsunuz mesela? O’ndan ne istiyorsunuz? Bu şeyleri yazabilirsiniz ağacınıza” şeklinde açıklama yapılmıştır. Bu noktada gelen cevaplar mesleklerle ilgili –yazar olmak, öğretmen olmak, hemşire olmak vb.-; yetişkinlik rolleriyle ilgili –anne olmak vb.-; ülkeleriyle ilgili –“ülkemde barış olsun istiyorum”, “ülkemde barış ve adalet istiyorum” vb.-; sosyal bir katkı sağlamayla ilgili –“yaşlılar için bir ev açmak istiyorum, sokakta çalışmasınlar istiyorum” vb.- çeşitli alanlarda toplanmıştır. Katılımcıların paylaşımları doğrultusunda paylaştıkları hedeflerini ya da hayallerini gerçekleştirme noktasında hangi değerlerinin onlara faydalı olabileceği gibi sorular sorularak bağlantı kurmaları istenmiştir. Örneğin hemşire olmak istediğini belirten bir katılımcı “İnsanlara yardım etmeyi seviyorum. Bu yüzden hemşire olmak istiyorum. Benim teyzelerim de hemşireydi ve insanlara yardım ediyorlardı onları gördüm ve ben de onlar gibi olmak istiyorum.” diyerek

hedefine katkıda bulunan durumları bizimle paylaşmıştır. Bu noktada üniversite düzeyi yaş grubundan erkek bir katılımcının paylaşımları önemlidir. Kendisine hedefleri ve hayalleri sorulduğunda şu şekilde cevap vermiştir: “Yani şu an kendim için bir şey istemiyorum. Suriye’deyken üniversite okuyordum ve durumumuz çok iyiydi. Ama savaş başladı, her şey gitti ve Türkiye’ye geldik. Şimdi babama yardım etmek için çalışıyorum. Evin en büyük kardeşi benim. Üniversiteyi de yarım bıraktım. Benim hedefimin gerçekleşmesi zor. Tek isteğim kardeşlerimin okullarını bitirip üniversiteye girmesi.” Bu durumda katılımcıya “Az önce değerlerinden bahsederken senin için en önemli iki şeyden birinin ailen olduğunu söyledin, şimdi de onlar için çalıştığını söylüyorsun. Bu aslında senin değer verdiğin şey için çaba gösterdiğini göstermiyor mu?” şeklinde cevap verilerek aslında içinde bulunduğumuz koşulların bizi zorladığı durumlarda da değerlerimize göre hareket ettiğimiz noktası vurgulanmaya çalışılmıştır. Suriye’ye dönme hayali özellikle lise düzeyindeki kız ve erkek katılımcılarda daha ön plana çıkmıştır. Üniversite düzeyi yaş grubunda ise Türkiye’deki şartları iyileştirmeye yönelik hedefler daha çok konuşulmuştur.

**Ağaçların Yaprakları, Meyve ve Çiçekleri:** Bu kısımda ağaçların yaprakları gelecekte yanlarında olmalarını istedikleri kişiler, meyve veya çiçekler ise daha çok geçmişteki önemli kişilerin kişilere kattıkları, onlara hediye ettikleri şeyler ile ilgilidir. Ancak bu iki kısım vakit kısıtlaması nedeniyle bu çalışmada atlanmıştır.

**Hayat Ormanı Ve Fırtınaları:** Bu kısım insan topluluklarının hayatta karşılaşabilecekleri zorluklar ve bu zorluklar karşısında neler yapılabileceği ile ilgilidir. Bu kısımda katılımcılara insanların karşılaşabileceği tehlikeler sorulduğunda gelen cevaplar “cehalet”, “insanın kendisi”, “depresyonlar”, “savaşlar”, “insanların kötü sözleri” gibi örneklerden oluşmaktadır. Bu noktada alınan genel cevaplar ortaklaşa bile gruplar arasında konuşulan ana konu farklılık göstermiştir. Örneğin, lise düzeyi kız grubunda tartışma “insanların kötü sözleri” üzerinde yoğunlaşmış, üniversite düzeyi kız grubunda “kadınların yaşadıkları problemler” konuşulmuş, üniversite düzeyi erkek grubunda ise “toplumları geriye götüren olaylar” olarak genel bir başlık altında toplumsal şiddet ve savaşın etkileri tartışılmıştır. Bu noktada, öncelikle lise düzeyi kız grubunda “insanların kötü sözleri” ile aslında onları

desteklemeyen yorumların kastedildiği açıklanmıştır. Buna örnek olarak “mesela öğretmen soruyor ne olmak istiyorsun diye, sonra diyor oo çok zor, yapamazsın.”, “sayısalı yapamazsın diyorlar hemen mesela”, “sen küçükken çok yaramazlık yapardın şimdi değişemezsin” şeklinde duydukları yorumların onları olumsuz olarak etkilediğinden bahsetmişlerdir. Bu noktada bu başlığı ortaya atan katılımcı “insanlar değişmez sanıyorlar, ama insanlar değişebilir; kalpleri değişir, düşünceleri değişir” diyerek duyduğu bu yorumların onu olumsuz olarak etkilediğinden söz etmiştir. Burada hem değişim üzerinde durulmuştur hem de bazı durumlarda kararlılığın önemi vurgulanmıştır. Bu grupta bir zorluk ya da problem karşısında kendilerinin ne yaptıkları sorulduğunda da çoğunluk *tefekkür*, yani yalnız başına kalıp düşünmenin kendilerine iyi geldiğini belirtmiştir. Tefekkür kavramı diğer gruplarda da öne çıkan bir kavram olmuştur. Daha sonrasında yine sabretmenin önemine vurgu yapılmıştır. Katılımcılardan biri “Mesela ben Allah’tan insanlara iyilik yapmak istedim ama yaşım daha küçük. Allah da büyük bir yaşa gelmemi bekliyor bana insanlara iyilik yapma imkanını vermek için.” diyerek bazı durumlarda isteklerimizin hemen gerçekleşmeyeceğini, o zamanlar sabretmenin ve Allah’ın en doğru zamanı ve yeri bildiğinin önemli olduğunu dile getirmiştir.

Üniversite düzeyi kız grubunda kadınların problemleri ve sivil çatışma öne çıkan iki başlık olmuştur. Bu gruptan bir katılımcı her iki durumun da kökeninde cehalet olduğunu vurgulamıştır. Özellikle içinde yaşadıkları toplumda kadınların eğitilmediğini ve bilgilendirilmediğini, “ayıp” kavramının çok baskın olduğunu ve kadınları bu durumun yanlış yönlerine sevk ettiğini ifade etmiştir. Katılımcı kendi ifadesiyle durumu şu şekilde özetlemiştir: “Irak’ ta benim arkadaşlar vardı mesela ailelerinin yanında başlarını örtüyorlar ayıp diye, ama sonra şehir dışında okumaya gidince hemen çıkartıyorlar. Bence öğretilmeli ne doğru ne yanlış kızlara, bir şeyleri insanların yanında “ayıp” diye yapmıyorlar ama Allah her yerde görmüyor mu? Ayıpların yerine helal ve haramı öğretmek lazım bizim kadınlara. En azından bilsinler, ona göre hareket etsinler.” Bu düşünce gruptaki diğer Iraklılar tarafından da onaylanmış ve kendi aralarında da tartışılmıştır. Yine aynı şekilde kendilerinin de göç etmesinde rol oynayan sivil çatışmanın da temelinde insanların bilgisizliği olduğunu belirtmişler ve katılımcılardan biri “Eskiden komşularımız olan insanlarla

bir anda düşman olduk, kimse de neden diye sormuyor. Bunların hepsi bizim ülkemizdeki insanları birbirine düşürmek için bilerek yapılıyor.” şeklinde düşüncelerini ifade etmiştir. Grubun geneline kadınların yaşadıkları bu problemler karşısında neler yapmalıyız diye sorulduğunda alınan ortak cevap başta kadınların, sonra da toplumların bu konuda eğitilmeleri yönünde olmuştur. Yine de bu noktada bazı katılımcılar kendi toplumlarında bu “ayıp” duygusunu aşmanın çok zor olduğunu, insanların kafasının değişmeyeceğini söylemişlerdir.

Üniversite düzeyi erkek grubunda ise katılımcılar kendi ülkeleri üzerinden –Irak ve Suriye- yaşadıkları gerginlikler ve savaşlar yüzünden ülkelerinin nasıl geriye gittiğini örneklendirmişler ve onu tekrar geliştirmek için önce savaşların bitmesi gerektiğinden, sonrasında ise çok çalışmak gerektiğinden söz etmişlerdir. Örneğin Iraklı bir katılımcı “Türkiye’deki e-devlet sistemini Irak’ a da götürmek istediğinden” bahsetmiştir. Yine de tüm gruplarda bu hedefler ve umutlara rağmen ülkelerinde savaşın biteceğine yönelik inancın zayıf olduğu görülmüştür.

### **3.1.2. Değerlendirme Formları ve Geri Bildirimler**

Katılımcılara uygulamada en çok neden faydalandıkları sorulduğunda kimisi “kendimi daha iyi tanımamı/hatırlamamı sağladı” şeklinde, kimisi “insanlar arasındaki paylaşım ve ortak noktaların çok olması” şeklinde, kimisi “kendime güvenmemi sağladı”, “hayatta yapamayacağımı sandığım/zor şeyleri yapabileceğimi anladım” şeklinde ortak cevaplar vermişlerdir. Bunların dışında “hayattaki hayallerimizden vazgeçmemeliyiz ve hayallerimizi gerçekleştirmek için kendimize güvenmeliyiz”, “toplumsal şeylerin konuşulması hoşuma gitti”, “hayatta kararlılıktan ve kuvvetten faydalandım” cevapları da bulunmaktadır. Bütün bu cevaplar uygulamanın amaçları ile birlikte düşünüldüğünde katılımcıları güçlendirme ve kendilerine yönelik farkındalıklarını artırma noktasında onlara fayda sağladığı sonucuna ulaşılabilir. Özellikle kendileri hakkında paylaşım yapmanın ve ortak deneyimleri keşfetmenin katılımcıları rahatlattığı uygulama esnasında da dikkat çekici bir unsur olmuştur. Cevapların dağılımında ise erkeklerle kızlar arasında dikkate değer bir fark bulunmamaktadır. Her iki gruptan da genellikle benzer cevaplar elde edilmiştir.

Katılımcılara uygulamada en çok neyi sevdikleri sorulduğunda ise katılımcıların yarısının cevabı *münakaşa* ve *tekellüm* “paylaşmayı ve konuşmayı sevdim” şeklinde olmuştur. Katılımcılardan bazıları bu durumu “korkmadan içimdekileri paylaşmayı sevdim” diye belirterek, kimisi “görüşlerimi paylaşmayı sevdim” şeklinde belirterek ifade etmişlerdir. Bu cevabın dışında üniversite düzeyi yaş grubundaki kız grubundan bir katılımcı grup paylaşımı esnasında kadınların yaşadıkları sorunlar ve bunlara çözümler tartışıldığından “toplumda kadının yerine dair kadının sesinin kuvvetini” sevdiğini belirtmiştir. Lise düzeyi erkek grubundan ise “insanın içindeki bütün mevcut ihtilaflara rağmen tek bir esas kaldığını anlamamı sağladı” ve “hayallerin gerçekleştirilmesi için çabalamak, gelecek için planlama yapmak hedefleri ve olumlu potansiyelleri konuşmak” şeklinde cevaplar verilmiştir. Yine burada da uygulamanın hedefleri doğrultusunda cevaplar aldığımızı söylemek mümkün olur. Bu da uygulamanın çeşitli yönleriyle katılımcılara sağladığı faydaların uygulamanın ana hedefleriyle örtüştüğünü bizlere göstermektedir.

Katılımcılara uygulamada neyi sevmedikleri sorulduğunda 16 kişiden 9 tanesi ya bu soruyu boş bırakmışlar ya da “sevmediğim hiçbir şey yoktu”/“her şeyi sevdim” şeklinde cevaplamışlardır. 3 kişi ise bu soruya vaktin kısa olması şeklinde cevap vermişlerdir. Her grupta süre aynı olmasına rağmen sürenin kısa olmasından memnun olmayan kişilerin tamamı üniversite düzeyi yaş grubu katılımcılarının bulunduğu gruptandır. Bu durum, araştırmacının gözlemlerine göre de bu yaş grubunun etkinliği daha ciddiye alarak katılmaları ve paylaşımda bulunmaya daha çok istekli olmalarıyla ilişkilendirilmiştir. Bu soruya verilen diğer cevaplardan bazıları “bazı arkadaşlarım bizimle değildi” ya da “süresi uzundu” gibi yanıtlar olmuştur.

Son olarak, katılımcılara bu uygulamanın daha faydalı olması için ne yapılabilir diye sorulduğunda “motivasyona yönelik bir bölümün de bulunması”, “daha çok kişinin katılması”, “uygulamanın daha çok kişiyle yapılması”, “kızların şer’i (dini) hakları hakkında eğitilmesi”, “bu hayatta zorlukların belirlenmesine yönelik çalışma” gibi yanıtlar alınmıştır.

## 3.2. Nicel Verilerin Analizi

### 3.2.1. Mülteci Gençlerin Kimlik ve Rollerine İlgili Değerlendirmeleri

Öncelikle, her ne kadar istatistiksel olarak anlamlı bir güvenilirlik analizi yapılabilmesi için yeterli bir örneklem bulunmasa da pilot bir deneme olarak yapılan güvenilirlik analizine göre 11 maddelik kimlik ve roller alanı ölçeğinin güvenilirliği yüksek çıkmıştır (Cronbach's  $\alpha = .79$ ). Yapılan sıklık analizleri sonuçlarına göre katılımcıların yarısından fazlasının Likert-tipi ölçekte 2 veya 3 –*oldukça fazla veya çok fazla*- seçeneklerini işaretledikleri maddelere bakılmıştır. Buna göre, ilk formu dolduran katılımcılardan yüzde altmışından fazlası “Son 12 ayda gelecekte ne yapacağına yönelik hedeflerini belirlemede zorluk çektin mi?” sorusuna “oldukça fazla” ya da “çok fazla” seçenekleriyle cevap vermişlerdir. Yine katılımcıların yarısından fazlasının “oldukça fazla” veya “çok fazla” seçeneklerini kullanarak cevapladıkları ama kimlik alanına girmeyen değerlendirmeler arasında son 12 ayda “toplumdaki insanların başına gelen adil olmayan şeyler hakkında çok düşündün mü?”; “toplumundan ve komşularından ayrıldığı için üzüntü duydun mu?”; “geçmişte ailenin ve senin başına gelen adil olmayan olaylardan ötürü insanlara olan güvenini kaybettin mi?” soruları bulunmaktadır. Yapılan sıklık analizlerine göre en yüksek işaretlenen maddeler ve yüzdelik oranları Tablo 3.1’de gösterilmiştir.

Tablo 3.1. İlk Formlarda Katılımcılar Tarafından En Sık Yüksek İşaretlenen Maddeler

Madde	ADAPT Alanı	Oran
Toplumunda insanların başına gelen adil olmayan şeyler hakkında düşünme	Adalet	% 94.3
Gelecekte ne yapacağına yönelik hedefleri belirlemede zorlanma	Kimlik & Roller	% 62.8
Toplumdan ve komşulardan ayrılmaya yönelik üzüntü	Bağlar & İlişkiler	% 51.4



Tablo 3.1. Devamı

Geçmişte ailenin ve kendisinin başına gelen adil olmayan şeylerden ötürü insanlara güvenini kaybetmek	Adalet	% 51.4
Alışık olduğu biçimde topluma katkı sağlayamamaktan duyulan üzüntü	Kimlik & Roller	% 48.6

Bir sonraki adımda, kimlik ve roller alanındaki bütün maddelerin ortalaması alındığında ortalamanın birden yüksek çıktığı maddelere bakıldığında en yüksek ortalamanın elde edildiği madde “gelecekte ne yapacağına yönelik hedefleri belirlemekte zorlanma” ( $M = 1.77$ ) düşüncesi olmuştur. Bunu takip eden maddeler ise sırasıyla şu şekildedir: fırsatlarındaki değişiklikleri -işte, toplumda, okulda- halledilmesi zor durumlar olarak görme ( $M = 1.33$ ), alışkın olduğu şekilde topluma katkı sağlayamamaktan üzüntü duyma ( $M = 1.31.$ ); şimdi ve gelecekte ne yapacağına dair önünü görememe/ kafa karışıklığı yaşama ( $M = 1.26$ ); veiletişim güçlükleri yaşamaktan dolayı üzgün hissetme ( $M = 1.06$ ).

**Kimlik Ve Rollere İlişkin Değerlendirmelerin Yaş Gruplarına Göre Analizi:** Her katılımcı için on bir maddenin toplamı elde edilerek oluşturulmuş toplam skorların üniversite düzeyi ve lise düzeyi yaş gruplarına göre karşılaştırılmasının sonucunda üniversite düzeyi yaş grubundaki katılımcıların toplam skorlarının ( $M = 12.06$ ,  $SD = 5.49$ ) lise düzeyi yaş grubundaki katılımcıların toplam skorlarının ( $M = 11.39$ ,  $SD = 6.02$ ) farkı istatistiksel olarak anlamlı değildir [ $t(33) = -.34$ ,  $p > .05$ ]. Aynı şekilde toplam medyan skorlarına göre yapılan karşılaştırmada da yaş grupları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır [ $t(33) = -.63$ ,  $p > .05$ ]. Maddeler bazında yapılan karşılaştırmalarda ise “gelecekteki rollerinden ve sorumluluklarından emin olmadığını hissetme” maddesinde lise düzeyi yaş aralığındaki katılımcıların skorları ( $M = 1.18$ ,  $SD = .95$ ) üniversite düzeyi yaş aralığında yer alan katılımcılardan ( $M = .56$ ,  $SD = .63$ ) istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek çıkmıştır [ $t(31) = 2.17$ ,  $p < .05$ ]. “Alışkın olduğu rolleri (örneğin öğrencilik, evlatlık, doktorluk) yerine

getiremediği için üzgün hissetme” maddesinde ise üniversite düzeyi yaş grubunda bulunan katılımcıların skorları ( $M = 1.24, SD = .90$ ) lise düzeyi yaş grubu katılımcılarına göre ( $M = .61, SD = .78$ ) istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur [ $t(33) = -2.20, p < .05$ ].

**Kimlik ve Rollere İlişkin Değerlendirmelerin Cinsiyete Göre Analizi:** Her bir katılımcı için on bir maddenin medyan analizi yapılarak oluşturulmuş toplam kimlik skorlarının cinsiyete göre karşılaştırılması sonucunda erkeklerin ( $M = 1.24, SD = .85$ ) istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde kadınlardan ( $M = .72, SD = .67$ ) daha yüksek olduğu görülmüştür [ $t(33) = -1.99, p = .05$ ]. Maddeler bazında yapılan karşılaştırmalarda ise “iletişim güçlükleri yaşamaktan dolayı üzgün hissetme” maddesinde erkek katılımcıların skorlarının ( $M = 1.38, SD = .89$ ) kadın katılımcıların skorlarından ( $M = .76, SD = .83$ ) istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu bulunmuştur [ $t(31) = -2.04, p = .05$ ].

**Kimlik ve Rollere İlişkin Değerlendirmelerin Ülkelere Göre Analizi:** Toplam skorlar ve maddeler üzerinden yapılan değerlendirmeler sonucunda skorlar arasında ülkelere göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır.

### **3.2.2. Hayat Ağacı Uygulamasının Mülteci Gençlerin Kimlik ve Rollerine İlgili Değerlendirmeleri Üzerindeki Etkisi**

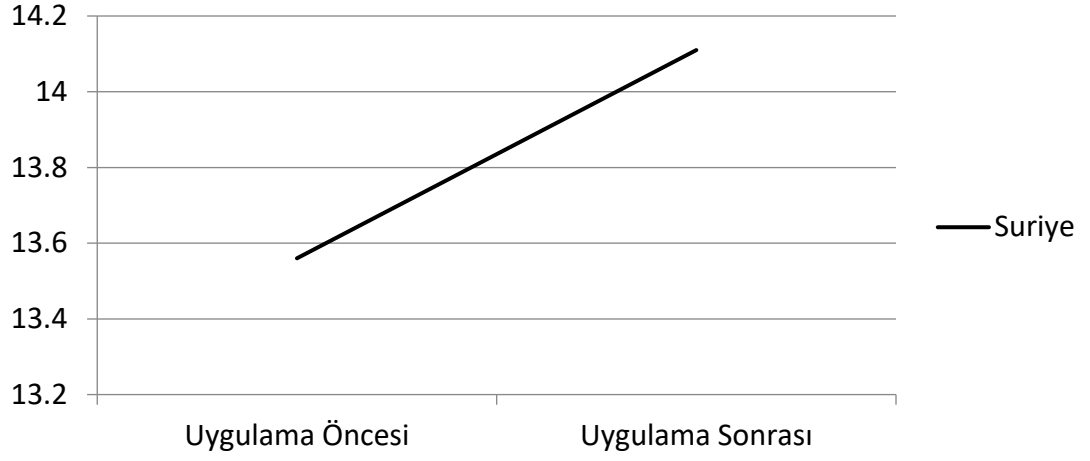
Toplam skorların ve toplam medyan skorlarının uygulama öncesinde ve sonrasındaki değerlerini karşılaştırmak için yapılan denek içi t- test sonucuna göre uygulama sonrasındaki skorlarda ( $M_{toplam} = 11.81, M_{medyan} = .97$ ) öncesine göre ( $M_{toplam} = 12.56, M_{medyan} = 1.13$ ) istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır [ $p > .05$ ]. Yine aynı şekilde tekrarlayan ölçümlerde varyans analizi sonuçlarına göre uygulamanın kimlik ve roller alanındaki toplam skorlara olan etkisine yaş grupları, cinsiyet ve ülke gibi grup faktörlerinin anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır. Uygulama öncesi ve sonrasındaki toplam skorların yaş grupları, cinsiyet ve ülkelere göre ortalamalarının ve standart sapmalarının özeti Tablo 3.2. de sunulmuştur.

Tablo 3.2. ADAPT İndeksi Kimlik ve Roller Alanı Toplam Skorlarının Uygulama Öncesi ve Sonrasında Gruplara Göre Karşılaştırması

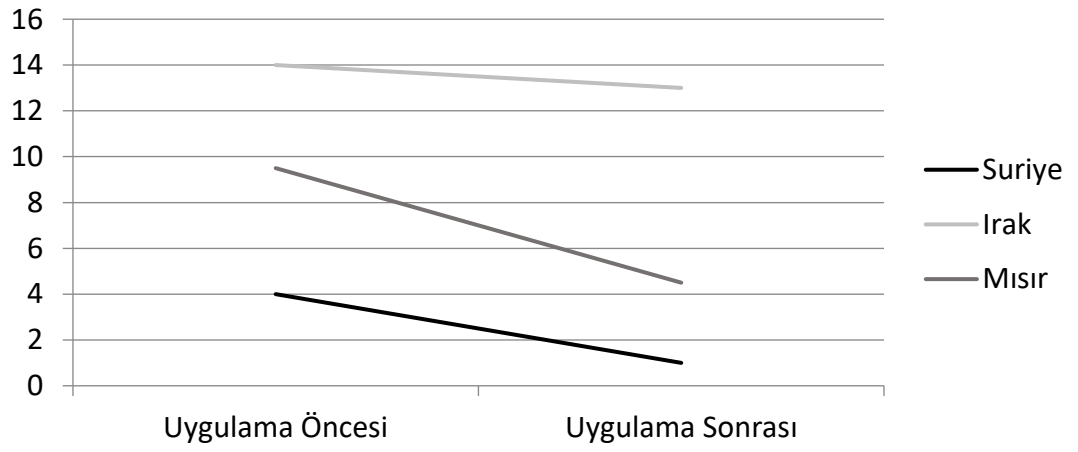
Grup	Uygulama Öncesi		Uygulama Sonrası	
	Ort.	SS.	Ort.	SS.
Lise Düzeyi	13.56	6.48	14.11	6.90
Üniversite Düzeyi	11.29	5.15	8.86	5.96
Kadın	10.67	4.97	9.67	4.09
Erkek	15.00	6.38	14.57	8.89
Suriye	12.60	6.82	12.80	7.71
Irak	14.00	3.16	13.00	3.83
Mısır	9.50	6.36	4.50	.71

Maddeler üzerinden yapılan analizlerde ise “toplumda kendine bir yer edinebilme noktasındaki kültürel engelleri aşmaya çalışırken zorluklarla karşılaşma” maddesinde uygulama sonrasında ( $M = 1.56, SD = .81$ ) öncesine göre ( $M = .88, SD = .80$ ) istatistiksel olarak anlamlı bir artış gözlenmiştir [ $t(15) = -3.15, p < .05$ ]. Bu artış üzerinde yaş gruplarının, cinsiyetin veya katılımcıların asıl ülkelerinin istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamıştır. Yine madde bazında yapılan Mann-Whitney U testine göre uygulama sonrasında lise düzeyi yaş grubunun ( $M = 1, 89, SD = 1.05$ ) “gelecekte ne yapacağına dair hedefleri belirlemede zorlanma” maddesinde üniversite düzeyi yaş grubuna ( $M = .67, SD = .52$ ) göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek skor elde ettikleri görülmüştür [ $p < .05$ ].

Araştırmadaki ülke ve yaş grubu faktörlerinin birbiriyle etkileşimini görmek için de tekrarlayan ölçümlerde varyans analizi yapılmıştır. Bu analizin sonucuna göre ise yaş grubunun uygulamanın etkilerinin ülkelere göre farklılaşmasında anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür [ $F(1, 16) = 4.84, p < .05$ ]. Bu etki Şekil 3.1. ve 3.2. de yer alan grafiklerde gösterilmiştir.



Şekil 3.1. Lise Düzeyi Yaş Grubunda Yer Alan Katılımcıların Ükelere Göre Kimlik ve Roller Alanındaki Değişimi



Şekil 3.2. Üniversite Düzeyi Yaş Grubunda Yer Alan Katılımcıların Ükelere Göre Kimlik ve Roller Alanındaki Değişimi

## BÖLÜM 4

### TARTIŞMA VE ÖNERİLER

#### 4.1. Özet ve Sonuçların Değerlendirilmesi

Sonuçların yorumlanması aşamasında etkisi olacağından, sonuçların değerlendirilme ve tartışılmasına geçmeden önce grup yapıları ve grup dinamikleri hakkında bilgilendirme faydalı olacaktır. Öncelikle araştırmada bulunan dört grup kendi içlerinde yaş grupları ve hangi ülkeden geldikleri gibi demografik özellikleri bakımından büyük oranda homojendirler. Lise düzeyi yaş grubu katılımcılarının tamamına yakını ülke olarak Suriyelilerden oluşmaktadır. Yine aynı şekilde üniversite düzeyi yaş grubu katılımcılarında da Irak kökenli mültecilerin sayısı daha fazladır. Her ne kadar her üç oturuma da katılıp uygulamayı tamamlayan katılımcılarda bu oranlar düşse de genel grup dinamiği açısından bu durum dikkate değerdir. Bir diğer belirtmekte önem gördüğümüz nokta, özellikle lise düzeyi yaş grubundaki katılımcıların büyük çoğunluğunun aynı okuldan olması, aynı okuldan olmasalar bile buldukları STK' da ortak ders alıyor olmaları gibi nedenlerle birbirini uzun süredir tanıyan arkadaşlar olmalarıdır. Bu durum grup dinamiğini bazı durumlarda olumsuz olarak etkilemiştir. Özellikle lise düzeyi erkek grubunda her ne kadar sürekli grup kuralları tekrarlansa da birbirlerinin sözünü dinlememe, ya da birbirlerinin paylaşımlarıyla bazı durumlarda alay etme gibi durumlar görülmüştür. Bu durumda araştırmacının sürekli duruma müdahale etmesi gerekmiştir. Erkek grubundaki kadar yoğun olmasa da yine lise düzeyi kız grubunda da kimi zaman grubun amacından sapma, ya da başkasının sözünü kesme, başkalarının paylaşımlarına gülme gibi tepkiler görülmüştür. Katılımcılar arkadaş oldukları için bu durumları kendi aralarında şakalaşma olarak gördüklerinden grup kurallarına rağmen bu durum devam etmiştir. Bu durumun uygulamadan faydalanma noktasında etkileri olabileceği düşünülmektedir. Diğer bir nokta, yine lise düzeyi yaş grubunda bulunan katılımcıların –erkek ve kız- uygulamaya ilgisi üniversite düzeyi yaş grubuna kıyasla daha düşük olmuştur. Bunda bir etken bu yaş grubundaki öğrencilerin kendi ifadelerine göre bu tarz etkinliklere daha fazla katılmaları ve bazı noktalarda bunu sıkıcı bulduklarını belirtmeleridir. Kız grubundaki katılımcılardan biri bunu “Bir şeyi

çok merak ediyorum neden hep psikologlar bize ağaç çizdiriyor? Ne anlamı var bunun?” şeklinde ifade etmiştir. Erkek grubundan bir katılımcı ise değerlendirme formuna “psikoloji bilimine olan tüm saygıma rağmen bu tarz etkinliklerin pek bir faydası olduğunu düşünmüyorum.” şeklinde yorumda bulunmuştur. Her ne kadar bu tarz tepkiler yukarıdaki iki örnekle sınırlı olsa da yaş dönemi itibariyle katılımcıların daha önceden de bu şekilde psikososyal destek uygulamalarına katıldıkları anlaşılmıştır. Üniversite düzeyi yaş grubunda ise hem uygulamaya ilgi daha fazla olmuş; hem de sözel ve yazılı geri dönüşlerde uygulamanın daha uzun süreli olması, daha çok kişinin katılması gibi yorumlar elde edilmiştir.

Araştırmanın nitel verilerini değerlendirecek olursak öncelikle grup içi dinamiklerinde veya paylaşımların içeriğinde katılımcıların yaş aralığının bir etkisi olduğu görülmektedir. Örneğin lise düzeyi yaş grubunda katılımcılar hedefleri hakkında ve hedeflerine ulaşma noktasında kafa karışıklığı konusunu daha çok tartışırken üniversite düzeyi yaş grubu daha çok yarıda bıraktıkları veya tamamladıkları halde devamını getiremedikleri eğitim hayatlarını Türkiye’de bir şekilde yeniden sürdürme konusunu daha çok tartışmışlardır. Hem grup içi paylaşımları değerlendirdiğimizde hem de ilk form üzerinden yapılan istatistiksel madde analizinde görülmektedir ki lise düzeyi yaş aralığındaki katılımcılar geleceğe yönelik hedef belirlemede zorlanma, gelecekteki rolleri konusunda kafa karışıklığı yaşama gibi durumları üniversite düzeyi yaş grubuna göre daha çok deneyimlemektedirler. Üniversite düzeyi yaş aralığında bulunan katılımcılar ise geçmişteki rollerini alışkın oldukları biçimde yerine getirememeye noktasında üzüntü duymayı lise düzeyi yaş grubuna göre daha fazla hissetmektedirler. Gruplar arasındaki bu farklılık, her ne kadar istatistiksel olarak anlamlı çıkmasa da lise düzeyi yaş grubu katılımcılarının hem uygulama öncesi hem de sonrasında üniversite düzeyi yaş grubuna göre daha yüksek skorlar elde etmesinde de dikkat çekmiştir. Başka çalışmalar da TSSB belirtilerinin yüksek olmadığı durumlarda kimlik stresi ile yaş arasında negatif bir korelasyon olduğunu göstermiştir (Wiley vd., 2011). Bunun haricinde uygulamanın içeriği noktasında zaten herkes kendi hayatının ağacını oluşturduğu için çeşitlilik söz konusudur; ancak bazı durumlarda ortak temalar da belirmiştir.

Öncelikle,kökler noktasında aile, vatan, din ve dini öğeler ortaklaşmaktadır. Bu bulgu, Suriyeliler için genellikle başvuru alan ilk destek kaynağının aile ve arkadaşlar olduğu ve dini ve kültürel değer yargılarının psikososyal problemlere yaklaşımlarını etkilediği bilgileriyle paralellik arz etmektedir (Hassan vd., 2015). Güncel hayat noktasında iki farklı grup tarafından ortak dile getirilen “Türkiye’deki hayatın daha hızlı ve yoğun oluşu ve insanlara zaman kalmaması” vurgusu alan yazımda fazla karşılaşılmayan ama kişiler tarafından hissedilen bir güncel zorluk olarak dikkat çekmiştir. Sahip olunan değer ve yetenekler, destek kaynakları noktasında ise bütün bunların gelişmesinde aile ve dini kaynakların oynadığı rol dikkat çekmiştir. Başka çalışmalarda da gösterildiği üzere din –bizim gruplarımız için İslam dini- kültürel olarak hem bir şeyleri anlama ve anlamlandırma konusunda referans noktası olması, hem de kişilerin hayatlarında önemli bir destek kaynağı olması nedeniyle psikososyal destek uygulamalarında faydalanılması gereken bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır (Çiftçi, Jones & Corrigan, 2013; Hassan vd., 2015). Tabii, ortak noktalar olduğu kadar grup içerisinde ortaklaşp gruplar arasında farklılaşan bazı noktalar da bulunmaktadır. Örneğin, hedefler ve hayaller konuşulurken lise düzeyi yaş grubunda genel olarak belirsizlik duygusu, üniversite düzeyi yaş grubunda ise ümitsizlik duygusu daha ön plandadır. Ancak hedefler noktasında bu ümitsizlik erkeklerde daha çok hissedilmektedir. Bunu şu şekilde açıklayabiliriz: Arap kökenli mültecilerle çalışan Dr. Abdurrahman Zakir’ in bir söyleşisinde belirttiği üzere erkekler göç ettikleri ülkelerde kendilerini daha zor şartlarda bulurken bazı kızlar için bu yeni yer önceden sahip olmadıkları yüksek eğitim gibi imkanları da onlara sağlamaktadır. Bu durumda da kız grubundaki katılımcıların hedeflerini gerçekleştirme noktasında burada daha ümitli olduklarını, ancak erkeklerin ise şartların olumsuz etkisini daha çok deneyimledikleri için hedeflerin gerçekleşmesi noktasında daha ümitsiz oldukları söylenebilir. Bir diğer etken de toplumsal olarak kadından ve erkekten gerçekleştirilmesi beklenen roller noktasındaki farklılık olabilir. Çünkü toplumsal olarak kadınların eğitimi veya çalışması bir tercih ya da bir fazlalık olarak görülürken, erkeklerde bu durum –özellikle de çalışma ve evin geçimini sağlama- geleneksel olarak zaruriyet olarak algılanmaktadır (Wells vd., 2018). Bu durumda, eğitim hayatı bir şekilde yarıda kalan ya da mesleğini yerine

getiremeyen erkeklerin bu durumdan olumsuz olarak daha fazla etkilenmesi de bu doğrultuda anlamlı bulunmaktadır. İnsan topluluklarının karşılaştıkları zorluklar noktasında da yaş gruplarına ve cinsiyetlere göre farklılaşmalar söz konusudur. Örneğin lise düzeyinde öğretmenlerin ve ebeveynlerin tutumlarının olumsuz etkisi tartışılırken üniversite düzeyinde toplumsal olayların etkisi daha çok tartışılmıştır. Yine aynı şekilde üniversite düzeyi kız grubunda kadınların problemleri ana konu olarak tartışılırken erkek grubunda toplum içi şiddet ve çatışmalar daha çok ön plana çıkmıştır.

Yapılan istatistiksel analizlerin sonucuna geçtiğimizde, ilk formlar üzerinden yapılan değerlendirmelerde lise düzeyi yaş aralığında yer alan katılımcıların “gelecekteki rollerinden ve sorumluluklarından emin olmadığını hissetme” maddesinde üniversite düzeyi yaş grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek bir değer gösterdikleri görülmüştür. Bu durum grup içi paylaşımlarla birlikte değerlendirildiğinde lise düzeyi yaş grubunda yer alan katılımcıların henüz eğitim hayatına devam etmeleri nedeniyle ve Türkiye’deki eğitim sistemine de uyum sağlama sürecinde olduklarından gelecekte ne yapacakları konusunda kafa karışıklıkları üniversite düzeyi yaş grubuna kıyasla daha fazla olduğu şeklinde yorumlanabilir. Üniversite düzeyi yaş aralığındaki katılımcıların ise “Alışkın olduğu rolleri (örneğin öğrencilik, evlatlık, doktorluk) yerine getiremediği için üzgün hissetme” maddesinde istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde lise düzeyi yaş grubu katılımcılarına göre yüksek değerler verdikleri görülmüştür. Yine grup içi paylaşımlarla birlikte değerlendirildiğinde, bu bulgu da üniversite düzeyi yaş grubundaki katılımcıların genel olarak üniversiteye başlamış ve bir şekilde yarıda kalmış ya da üniversite eğitime devam eden kişiler olması nedeniyle kendilerinden beklenenleri gerektiği gibi yerine getirememenin baskısını lise düzeyi yaş grubu katılımcılarına kıyasla daha fazla hissetmekte oldukları şeklinde yorumlanabilir.

İlk formlar üzerinden cinsiyete göre yapılan karşılaştırmada ise erkeklerin toplam medyan değerlerinin istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde kadınlarından fazla olduğu görülmüştür. Bu farklılık son analizlerde katılımcı sayısı yarıdan daha fazla azaldığı için istatistiksel olarak anlamlı olmasa da tekrarlanmıştır. Yine “iletişim



güçlükleri yaşamaktan dolayı üzgün hissetme” maddesinde de erkekler istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde kadınlardan daha yüksek değerler göstermişlerdir. Bu sonuçlar, erkeklerin her ne kadar ilerleyen çalışmalarla yeniden test edilmesi gerekse de erkeklerin kimlik ve rollerine ilişkin kafa karışıklıklarını kadınlara kıyasla daha çok deneyimledikleri şeklinde yorumlanabilir. Bu duruma sosyolojik bir açıklama getirecek olursak kadınlar kimlik ve roller alanında göç ettikleri ülkelerde yeni imkanlarla karşılaşabilirken erkekler bu süreci daha çok önceki kimlik algıları ve rolleriyle çatışma durumu olarak tecrübe etmektedirler (Wells vd., 2018). Bu çatışma durumu da erkeklerde bu duruma bağlı gelişen kafa karışıklıkları ve zorlanmaları beraberinde getirirken kadınlarda bu etkinin aynı şiddette tecrübe edilmemesini sağlamış olabilir. Aynı şekilde, iletişim güçlüklerini erkeklerin daha fazla hissetmesinin nedeni de kültürel ve toplumsal rollerle ilişkili olabilir. Önceki yaşantılarında evin dışarısında var olan, toplumla irtibatını kamusal alanlarda sağlayan, çalışıp para kazanan toplumsal figür genellikle erkekler olduğundan, şimdiki yaşantılarında çevre ve içerisinde buldukları toplumla ilişkileri açısından, çalışma hayatları açısından karşılaştıkları güçlükler erkeklerin iletişim güçlüklerini kadınlara kıyasla daha fazla hissetmelerine neden olmuş olabilir (Wells vd., 2018).

ADAPT indeksi kimlik ve roller alanı toplam değerlerinde bir azalma söz konusu olsa da bu istatistiksel olarak anlamlı bir azalma değildir. Bu sonuç, yeterli bir örneklemede uygulamanın ADAPT indeksinin ölçmekte olduğu şiddet ve yerinden edilmenin psikososyal etkilerinin görüldüğü bir alt alan olan kimlik ve roller alanındaki genel etkilerini hafifletmekte faydalı olmadığı şeklinde yorumlanabilirdi. Ancak hem araştırma deseninin böyle bir genelleme yapılabilecek şekilde tam bir deneysel çalışma olarak düzenlenmemesi hem de elimizdeki örneklemin niteliksel ve niceliksel olarak böyle bir genelleme yapabilmek için elverişli olmaması nedeniyle bu sonucu böyle yorumlamamız uygun olmaz. Tam tersine, bu araştırmayı pilot bir çalışma sayacak olursak toplam değerlerde görülen bu azalma uygulamanın olumlu etkisine yorulabilir ve ilerleyen çalışmalarda tekrarlanmaya ve uygulamanın etkilerini farklı alanlarda test etmeye değer olduğunu göstermektedir.

Uygulama sonrasında öncesine göre istatistiksel olarak anlamlı bir artış gösteren “toplumda kendine bir yer edinebilme noktasındaki kültürel engelleri aşmaya çalışırken zorluklarla karşılaşma” maddesi de değerlendirilmesi gereken bir noktadır. Bu madde kişilerin duygu ve düşüncelerinden ziyade bahsedilen durumda zorluklarla karşılaşılıp karşılaşılmadığına yöneliktir. Sorunun tam çevirisini verecek olursak ilk formda “Son 12 ayda toplumda kendine bir yer edinebilme noktasında kültürel engelleri aşmaya çalışırken zorluklarla karşılaştığınız oldu mu?” şeklinde sorulmuşken son formda “Şu anda toplumda kendine bir yer edinebilme noktasında kültürel engelleri aşmaya çalışırken zorluklarla karşılaşıyor musunuz?” şeklinde sorulmuştur. İlk formda bu soruya verilen cevaplar daha düşükken uygulama sonrasında verilen cevaplarda bir artış meydana gelmiştir. Bu durum iki şekilde açıklanabilir. İlki, uygulamadan bağımsız olarak, ilk formda sorunun son 12 aylık bir durum değerlendirmesi yapılarak geçmiş zaman çekimi kullanılarak sorulmuş olması, ikincisinde ise güncel hislerine göre cevaplamaları istenilerek şimdiki zaman çekimi kullanılarak sorulmuş olmasının bu artışı etkilemiş olabileceğidir. Yani, son 12 aylık bir zaman diliminde yaşamış oldukları zorlukları düşündüklerinde bu zorluklar kolayca akıllarına gelmemiş ve aslında olduğundan daha az olarak belirtilmiş, ancak şu anki duruma vurgu yapılarak sorulduğunda güncel karşılaştıkları zorluklar daha kolayca akıllarına geldiğinden daha yüksek olarak belirtmiş olabilirler. Ulaşılabilirlik/bulunabilirlik kısayolu teriminin karşılık geldiği bu durum özellikle bir durumun meydana gelme sıklığını düşünürken o durumun ne kadar kolaylıkla aklımıza geldiğinin o durumun sıklığını daha fazla görme eğiliminde olduğumuzu gösterir (Kahneman, 2012). İkinci açıklama ise uygulamaya bağlı olarak böyle bir etkinin gerçekleşmiş olabileceğidir. Bu durumda da, uygulamada konuşulan konuların bu maddedeki duruma temas etmesi, geleceğe yönelik hedeflerden, bu hedefleri gerçekleştirmek için neler yapılabileceğinden konuşulması kişilerin bu noktadaki engelleri de düşünmesine ve bu nedenle uygulama sonrasında bu zorlukları daha fazla karşılaştıkları bir durum olarak görmelerine neden olmuş olabilir. Örneğin, üniversite düzeyi yaş aralığındaki erkek grubundan 24 yaşında Suriyeli bir gencin hayalleriyle ilgili konuşurken “Artık tek hayalim kardeşlerimin okuması ve iyi bir gelecek sahibi olması. Şu an onlar için çalışıyorum, sabah altıda gidip akşam dokuzda çıktığınız bir işiniz olsa kendiniz için bir şey yapmaya vaktiniz kalır mı?” diyerek

yaşam koşullarının zorluğuna ve meydana getirdiği engellere vurgu yapmıştır. Bu konularuygulama esnasında tartışılmış ve belki de bu durum gençlerin geleceğe dönük hedeflerini, hayallerini gerçekleştirebilme noktasında güncel şartların onlar için engel teşkil ettiği durumlar üzerinde de daha çok düşünmelerine neden olmuş olabilir.

Sonuçlarda bir başka dikkat çeken nokta ise yaş gruplarının uygulamanın ülkelere göre etkisinin farklılaşmasında istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi olmasıdır. Normalde uygulamanın etkisinde yaş gruplarına göre istatistiksel olarak bir farklılaşma görülmesi de lise düzeyi yaş grubunda uygulama sonrasında ADAPT İndeksi kimlik ve roller skorlarında bir artış gözlenirken, üniversite düzeyinde bir azalma gözlenmiştir. Aynı artış ivmesi bir de ülkelere göre yapılan karşılaştırmada Suriyeli gençlerde gözlenmiştir. Ancak yine bu farklılıklar da istatistiksel olarak anlamlı değildir. Yaş grupları ve ülke faktörlerinin değişim üzerindeki etkisine birlikte bakıldığında ise o zaman yaş grubunun anlamlı bir etkisi ortaya çıkmıştır. Bu etki daha ayrıntılı bir şekilde incelendiğinde isegörülmektedir ki Suriyeli gençlerde gözlemlenen artış yönündeki ivme, üniversite düzeyinde ortadan kalkmaktadır. Burada Suriyeli katılımcıların büyük çoğunluğunun [8/10] lise düzeyi yaş aralığında yer aldığını belirtmekte de fayda var. Ancak yine de, Suriyeli gençlerde görülen bu artış ivmesinin, -önceki bölümde de belirtilmiş olan yaş düzeyinin grup dinamikleri üzerindeki etkisiyle de ilişkili olarak- lise düzeyi yaş grubunun grup dinamiklerine bağlı olarak ortaya çıkmış bir durum olabileceği düşünülmektedir.

Her ne kadar sonuçlar istatistiksel olarak anlamlı bulunmasa da gruplar arasındaki bazı farklılıklar dikkat çekmektedir. Örneğin,erkeklerin hem uygulama öncesinde hem uygulama sonrasında kimlik ve roller alanındaki toplam skorlarının kadınlarınkine kıyasla daha fazla olduğu gözlenmiştir.Yine aynı şekilde istatistiksel olarak anlamlı çıkmasa da lise yaş düzeyindeki katılımcıların hem uygulama öncesi hem de sonrasında üniversite düzeyi yaş grubuna göre daha yüksek skorlar elde ettikleri görülmüştür. Aynı zamanda lise düzeyinde uygulama sonrasındaki değişiklik üniversite düzeyi yaş grubunun aksine artış yönünde olmuştur. Ülkeler arasındaki istatistiksel olarak anlamlı olmayan farka baktığımızda ise -Mısırlı katılımcıların

sayısının az olması nedeniyle onları dahil etmediğimizde- Iraklı katılımcıların Suriyeli katılımcılara kıyasla uygulama öncesi ve sonrasında daha yüksek skorlara sahip oldukları görülmektedir. Bütün bu bulgular bu faktörlerin –cinsiyet, yaş grubu ve etnik köken- kimlik ve rollere ilişkin değerlendirmelere olan etkisinin ileriki çalışmalarda incelenmeye değer olabileceğini göstermektedir. Bu nedenle, bu farklılıklar ilerleyen çalışmalarda daha ayrıntılı şekilde incelenmelidir.

#### **4.2. Araştırmanın Kısıtlı Yönleri**

Öncelikle, etkisini değerlendirdiğimiz uygulama birden fazla oturumdan oluştuğu ve katılımcıların devamlılığını ve aktif katılımını gerektirdiği halde meydana gelen devamsızlıklar ve düzenli katılımın az sayıda katılımcı tarafından sağlanması araştırmamızın en temel kısıtlamalarından biridir. Katılımcı bulma ve seçme aşamasında her ne kadar titiz davranılmaya çalışılsa da bu süreçte birçok zorlukla karşılaşmıştır. Özellikle de mültecilerle ilgili proje ve çalışmaları yürüten önde gelen kuruluşların araştırma veya eğitim/proje uygulamaları gibi katılım karşılığında katılımcılara verdikleri günlük ücret ve ulaşım hizmeti gibi teşviklerden dolayı araştırmaya katılımcı bulmaya çalışılırken aileler tarafından sık karşılaşılan sorulardan biri “karşılığında ne verileceği” sorusu olmuştur. Bu araştırmanın bütçesinin olmaması ve bireysel bir araştırma olması nedeniyle bu alanda çalışan ve mültecilere sosyal ve psikolojik anlamda da destek sağlamayı hedefleyen Sivil Toplum Kuruluşları aracılığıyla araştırmanın hedef kitlesine ulaşılmaya çalışılmıştır. Ancak bu noktada da organizasyonla ilgili bazı aksaklıklar yaşanmıştır. Prosedür bölümünde de değinildiği üzere, uygulamanın planını bu kuruluşların mevcut ders programını aksatmadan ayarlamaya çalışmak uygulamanın kendisinden bazı kısıtlamalara gidilmesine neden olmuştur. Buna ilaveten katılımcıların vaktinde gelmemesi ya da uygulama yerinde bir önceki programın veya dersin uzaması gibi sebeplerle başta ikişer saat olarak planlanan oturumlar genelde bir buçuk saat civarı sürmüştür. Bu noktada göreceli olarak daha az önemli görülen kısımlar daha kısa tutulmuş ya da atlanmış; önemli noktalara daha fazla zaman ayrılmaya çalışılmıştır. Zaten zamanın kısa olması bazı katılımcılar tarafından da uygulamanın eksik yönü olarak belirtilmiştir. Ayrıca, ilk oturuma gelmeyen biri ikinci oturuma arkadaşının çağırması ile gelmesi, ya da ilk oturuma gelen birinin ikinci oturuma gelmemesi gibi

sebeplerle grup sayısı ve kişileri oturumlar arası değişiklik göstermiştir. Her ne kadar ölçek değerlendirmelerinde başlayıp tamamlayan katılımcıların ölçekleri esas olsa da grup dinamiklerinin bu şekilde değişmesi de araştırmanın kısıtlı yanlarından biri olmuştur. Ancak; her oturumda araştırmanın başından itibaren katılım gösteren kişilerin bulunması gruptaki bu bir-iki kişilik değişiklikleri dengeleyerek uygulamanın sürekliliği açısından bir engel teşkil etmemiştir.

Araştırma desenine yönelik kısıtlamalara gelindiğinde ise, araştırmada bir kontrol grubu bulunmaması; oturum şartlarının her grup için standart bir formatta uygulama imkanıolamaması; uygulamanın üzerinden belli bir zaman geçtikten sonra aynı kişilerin kimlik ve rollerine ilişkin değerlendirmelerinin yeniden test edilememesi gibi nedenler gruplar arası bir analiz yapabilmeninve uygulamanın etkisiyle ilgili net ve genel değerlendirmeler yapabilmenin önüne geçmiştir. Yine de araştırmanın amacını göz önünde bulundurduğumuzda, araştırma desenine ilişkin asıl kısıtlamanın bu araştırmanın tam bir deneysel çalışma olmasını engelleyen yukarıda saydığımız sebeplerden ziyade, araştırmanın tam bir nitel araştırma olarak yürütülmesine olanak sağlamayan ses kayıt engeli olduğu söylenebilir. Çünkü giriş kısmında da belirtildiği üzere araştırmanın hedeflerine en uygun yöntem nitel analiz olduğu halde, teknik kısıtlamalardan ötürü olabilecek en uygun yöntem tercih edilmeye çalışılmış, bu şekilde yarı deneysel diyebileceğimiz bir yöntem tercih edilmiştir.

Araştırmanın katılımcılarının oluşturduğu örneklem açısından ise, grupların oldukça homojen olması ve uygulamaya sonuna kadar devam edip tamamlayan katılımcıların sayısının az olması en temel kısıtlamalardandır. Ayrıca, gruplara gönüllü sivil toplum kuruluşlarıyla ulaşılması araştırmanın katılımcılarının tamamına yakınının eğitim hayatları kesintiye uğramış olsa bile bir şekilde devam eden ya da ettirme gayretinde olan;medeni durumu bekar olan;Türkçe bildikleri için en önemli kültürel engellerden biri olan dil engelini aşmış ve sosyal hayatları katıldıkları bu kurumlar aracılığı ile daha aktif olan insanlardan oluşmasına neden olmuştur. Bu durum da katılımcıların ait oldukları yaş gruplarının veya sosyal gruplarının özelliklerini ne kadar taşıdıkları konusunda şüphe doğurmaktadır. Bir diğer ifadeyle, araştırmanın

örnekleminin popülasyonu temsil etme durumundan emin olunamamaktadır. Bu unsurlar da özellikle veri analizi esnasında elde eden sonuçların genellenebilir olmasının önüne geçmektedir.

Son olarak, ölçme değerlendirmede kullanılan araçların kişilerin kendi görüşlerine ve değerlendirmelerine dayalı olması bazı açılardan kısıtlamalar doğurmuştur. Özellikle, yapılan değerlendirmelerin öznel olması ve araştırmacıya verilecek olması katılımcılarda iyi şeyler söyleme ve kötü düşünceleri söylememe gibi bir etkiye neden olmuş olabilir. Sosyal istenirlik temayülü terimiyle bilinen bu durum, katılımcıların birbirini önceden tanıyan kişiler olmalarının da etkisiyle grup içerisindeki paylaşımlarında ve de ölçeklerde sosyal olarak uygun ve kabul edilebilir şekilde kendilerini göstermeye çalışmalarına neden olmuş olabilir. Özellikle, lise düzeyi yaş grubunun formlarında araştırmacının kendisine yönelik övgülerin de bulunması ve sevmediğim şeyler kısmının boş bırakılması değerlendirmelerinde yanlı olabilecekleri izlenimini doğurmuştur.

#### **4.3. Araştırmanın Güçlü Yönleri**

Araştırmanın kısıtlamalarında değinilen uygulamayı tamamlayan katılımcıların sayısının az oluşu veri analizi açısından biz dezavantaj oluşturduğu kadar mikro analizlere imkan sağlaması açısından da bir avantaj meydana getirmiştir. Sonuçlar her ne kadar genellenebilir olmasa da, sadece ölçek bazında değil madde bazında daha özel değişimleri izlemek bu sayede mümkün olmuştur. Zaten araştırmanın temel amacı genel popülasyonla ilgili yargılara ulaşmaktan ziyade mültecilik deneyimini öznel deneyimlerden yola çıkarak anlamak olduğundan, bu kısıtlama çok da olumsuz karşılanmamıştır. Ayrıca, katılımcıların yaş aralığının geniş olması araştırmanın bir diğer olumlu yönüdür. Böylelikle gençleri yaşlarının denk geldiği eğitim düzeylerine göre lise ve üniversite düzeyinde gençler olarak gruplamak mümkün olmuştur. Bu da hem grup dinamiklerinin, hem de nicel ve nitel verilerin analizinde kesitsel karşılaştırma yapabilmeyi olanaklı kılmıştır. Yine aynı şekilde araştırmanın katılımcıları arasında cinsiyet açısından sayısal bir denge olması araştırmanın olumlu yönlerindedir. Bu durum da aynı şekilde, cinsiyet açısından karşılaştırma yapabilmeyi mümkün kılmıştır.

Bir diğerk yandan, katılımcı değerlendirmelerinin de gösterdiği üzere uygulama çeşitli yönleriyle onlara yardımcı olmuştur. Her ne kadar bu değerlendirmelerin öznel oluşunun getirdiği kısıtlamalardan bahsedilse de araştırmanın temel hedeflerinden biri de katılımcıların öznelliğini ve sesini ön plana çıkarmak olduğundan bu noktada faydalı da olmuştur. Her ne kadar değerlendirmelerin genel ‘olumlu’ niteliğine dair bazı şüpheler taşımamız gerekli olsa da değerlendirmelere yazılan cevaplar açısından cevapların farklılaşması ve çok ayrıntılı cevapların da mevcut olması en azından katılımcıların neden faydalandıkları ya da neyi sevdikleri konusunda bireysel fikirlerini ortaya koydukları söylenebilir. Bu da katılımcıların öznel değerlendirmeleri sonucu araştırmanın farklı yönlerden faydalarını görebilmemizi ve aynı uygulamaya katılmış olmalarına rağmen herkesin uygulamadan kazanımlarının farklı olabileceğini görmemizi de sağlamıştır. Yine ortak cevaplar da bizlere aslında bazı temel unsurlarınherkes tarafından faydalı ve değerli bulunduğunu, birçok kişiye iyi geldiğini görmemizi sağlamıştır.

Sonuç olarak, araştırmanın kısıtlı yönlerinde değinilen bütün olumsuzluklarla birlikte, bu araştırmanın asıl amacının genel popülasyonla ilgili istatistiksel olarak anlamlı, genellenebilir yargılara ulaşmaktan ziyade, araştırmanın katılımcılarının öznel deneyimlerini ön planda tutup onların sesini duymaya çalışmak olduğundan bu kısıtlamalar araştırmanın amacı açısından çok büyük olumsuzluktaşımamaktadır. Dolayısıyla, bütün bu kısıtlamalara rağmen bu araştırma çeşitli yönleriyle Türkiye’deki mültecilerle ilgili yapılmış çalışmalarda bir ilk olma özelliği taşımaktadır. Her ne kadar geçerlilik güvenilirlik analizleri tam olmadığı için ADAPT indeksinin tamamı kullanılamasa da bilindiği kadarıyla Arap kökenli mültecilerle ilk kez test edilmiştir. Bunun dışında alışılmış ruhsağlığı-durum taramalarından ziyade psikososyal bir grup uygulamasının etkilerini değerlendirmeye yönelik oluşu da bu araştırmayı alanda zgn bir çalışma haline getirmiştir. Yine, Hayat Ağacı uygulaması da bilindiği kadarıyla Türkiye’deki mültecilerle ilk kez bir araştırma konusu olarak uygulanmıştır. Bütün bunlar araştırmanın bütün kısıtlı yönlerine rağmen, ilerleyen çalışmalarda farklı şekillerde ele alınabilecek yeni araştırma sorularına kapı

aralaması nedeniyle küçük ama anlamlı bir adım olarak değerlendirilebileceğini göstermektedir.

#### **4.4. Tartışma ve Öneriler**

İlk olarak, başka çalışmalarda da önerildiği üzere (Edge, Newbold & McKeary, 2014; Hassan vd., 2015), mülteciler konusunda daha derinlikli araştırmalar yapmak ve bu alandaki nitel araştırmaların sayısını artırmak önem taşımaktadır. Diğer yandan ADAPT indeksinin tamamının Arap kökenli mültecilerin kültürüne uyumlu bir şekilde çevirisinin yapılıp bu popülasyondaki geçerlilik güvenilirlik analizlerinin yapılması bağlamın şekillendirdiği aracı değişkenleri analiz edebilmek için büyük önem taşımaktadır. Özellikle farklı yaş gruplarından mültecilerin de yer aldığı daha büyük bir örneklemede bu indeksin kullanılması gelişimsel ve sosyolojik olarak bu alanlardaki duygu ve düşüncelerin savaştan nasıl etkilendiğinin, bu etkilerin nasıl farklılaştığının anlaşılması açısından önemlidir. Yapılan bir meta-analiz çalışmasına göre, ADAPT modelinde yer alan psikososyal alanların –özellikle güvenlik ve bağlanma alanları- savaştan etkilenmiş çocuklarla ve gençlerle yapılmış çalışmalarda yer aldığı gösterilmiştir (Yohani, 2015). Bu çalışmada da belirtildiği üzere özellikle geri kalan alanlarla –kimlik gelişimi, adalet hissi, anlam sistemleri- ilgili çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır (Yohani, 2015). Ayrıca, aidiyet hissinin ve olumlu kimlik algısının mülteci gençlerin ruh sağlığını koruma noktasındaki gençlerin kendisi tarafından belirtilen önemli rolünü (Edge, Newbold & McKeary, 2014) ve aidiyet hissinin geçmiş travmaların depresyona olan etkisini moderatör faktör olarak etkilediğini (Hadfield, Ostrowski & Ungar, 2017) gösteren çalışmalar da mevcuttur. Bütün bunlar gençlik döneminde kimlik ve aidiyet hislerini olumlu yönde destekleyecek ve pekiştirecek uygulamaların ve çalışmaların önemini bizlere göstermektedir. Bu araştırma bir yüksek lisans tezi olması nedeniyle hem zaman kısıtlaması hem de pratik kısıtlamalardan ötürü –araştırmanın tek bir kişi tarafından yürütülmesi, katılımcı bulma aşamasında karşılaşılan güçlükler, araştırmanın bütçesinin olmaması gibi- kapsamı oldukça dar tutulmuştur. Ancak özellikle de farklı kültürlerle ve yaş gruplarına uyumlu olabilmesi, psikolojik olarak bireyleri güçlendirmeyi hedeflemesi gibi nedenlerle Hayat Ağacı uygulamasının farklı yaş gruplarıyla ve farklı sosyal şartlar altındaki gruplarla tekrarlanması ve etkinliğinin



nitel ve nicel analizlerle gözlenmesi bu alanda önemli bir adım olacaktır. Araştırmanın kısıtlı yönlerinde de belirttiğimiz gibi bu araştırmada bir kontrol grubu bulunmamaktadır. Uygulamanın tam olarak kimlik ve roller alanındaki duygu ve düşünceler üzerindeki etkisini görebilmek için hem daha geniş bir örnekleme çalışma tekrarlanmalı, hem uygulamanın üzerinden belli bir zaman geçtikten sonra ölçümler tekrarlanmalı, hem de aynı süreli farklı bir uygulama grubu ve herhangi bir uygulamanın olmadığı kontrol gruplarıyla karşılaştırmalar yapılmalıdır. Bu şekilde uygulamanın etkisini daha net bir şekilde görmek, uzun vadeli etkisini görmek ve de etkinin özellikle mevcut uygulama kaynaklı mı yoksa sadece farklı bir etkinlik yapıyor olmaktan kaynaklı mı olduğunu görmek mümkün olacaktır.

Sonuç olarak, denilebilir ki mültecilerle çalışıyor olmak, bu alanda herhangi bir şekilde görev alıyor olmak, bu alanda araştırmalar yapmak hem etik olarak kişilere büyük bir sorumluluk yüklemekte hem de en başından ne kadar farklı alanlara değen bir süreçle, bir deneyimle karşı karşıya olunduğunun farkına varmayı gerektirmektedir(Schweitzer & Steel, 2008). İlgilenilen konunun basit bir olgu ya da geçmişte olup bitmiş bir olay değil, bir insan deneyimi, bir süreç olduğunu fark etmek bu alanda çalışırken de araştırma yaparken de çok büyük önem taşımaktadır. Bu araştırma bu noktadan yola çıkarak küçük çaplı da olsa bu alanda geride kalmış bazı noktaları öne çıkarmayı hedefleyen ufak bir adım olarak değerlendirilmelidir. Ancak bu ufak adım bile gelecekte yapılması anlamlı olabilecek yeni araştırma sorularını beraberinde getirmiştir. Son söz olarak, bu alanda çok daha derinlikli ve farklı disiplinlerin katkı sağlayacağı çalışmalara duyulan ihtiyaç açıktır.

## REFERANSLAR

- Agamben, G. (1995, June). We refugees. In *Symposium: A Quarterly Journal in Modern Literatures*, 49(2), 114-119.
- Ajdukovic, M., & Ajdukovic, D. (1998). Impact of displacement on the psychological well-being of refugee children. *International Review of Psychiatry*, 10, 186–195.
- Al Akash, R., & Boswall, K. (2016). *Listening to the voices of Syrian women refugees in Jordan: Ethnographies of Displacement and Emplacement*. Retrieved from [https://www.academia.edu/10199420/Listening to the voices of Syrian women refugees in Jordan Ethnographies of Displacement and Emplacement](https://www.academia.edu/10199420/Listening_to_the_voices_of_Syrian_women_refugees_in_Jordan_Ethnographies_of_Displacement_and_Emplacement)
- Al-Krenawi, A., & Graham, J. R. (2012). The impact of political violence on psychosocial functioning of individuals and families: the case of palestinian adolescents. *Child and Adolescent Mental Health*, 17(1), 14–22. doi:[10.1111/j.1475-3588.2011.00600.x](https://doi.org/10.1111/j.1475-3588.2011.00600.x)
- Alpak, G., Unal, A., Bulbul, F., Sagaltici, E., Bez, Y., Altindag, A., . . . Savas, H. A. (2014). Post-traumatic stress disorder among Syrian refugees in Turkey: A cross-sectional study. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 19(1), 45-50. doi:10.3109/13651501.2014.961930
- Barlow, D. H., & Durand, V. M. (2013). *Abnormal Psychology: An Integrative Approach* (7<sup>th</sup> ed.). Stamford: Cengage Learning.
- Berman, S. L., & Montgomery, M. J. (2014). Problematic Identity Processes: The Role of Identity Distress. *Identity*, 14(4), 241-245. doi:10.1080/15283488.2014.944700
- Breslau, J. (2004) Introduction: Cultures of Trauma: Anthropological Views of Posttraumatic Stress Disorder in International Health. *Culture, Medicine and Psychiatry*, 28(2), 113–126. doi:10.1023/B:MEDI.0000034421.07612.c8.
- Cartwright, K., El-Khani, A., Subryan, A., & Calam, R. (2015). Establishing the feasibility of assessing the mental health of children displaced by the Syrian conflict. *Global Mental Health*, 2. doi:10.1017/gmh.2015.3
- Ciftci, A., Jones, N., & Corrigan, P. W. (2013). Mental Health Stigma in the Muslim Community. *Journal of Muslim Mental Health*, 7(1). doi:10.3998/jmmh.10381607.0007.102
- Csikszentmihalyi, M., & Seligman, M. E. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.

Edge, S., Newbold, K. B., & Mckeary, M. (2014). Exploring socio-cultural factors that mediate, facilitate, & constrain the health and empowerment of refugee youth. *Social Science & Medicine*, 117, 34-41. doi:10.1016/j.socscimed.2014.07.025

Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour research and therapy*, 38(4), 319-345.

Ehnholt, K. A., & Yule, W. (2006). Practitioner Review: Assessment and treatment of refugee children and adolescents who have experienced war-related trauma. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47(12), 1197-1210. doi:10.1111/j.1469-7610.2006.01638.x

Erikson, E. H. (1994). *Identity: Youth and crisis*. New York: W.W. Norton & Company.

Farmer, P. (1999). Pathologies of power: Rethinking health and human rights. *American Journal of Public Health*, 89(10), 1486-1496. doi:10.2105/ajph.89.10.1486

Foucault, M. (1980). *Power/knowledge. a selected interviews and other writings 1972-77*. New York: Pantheon Books.

Galtung, J. (1969). Violence, Peace, and Peace Research. *Journal of Peace Research*, 6(3), 167-191. doi:10.1177/002234336900600301

German, M. (2013). Developing our cultural strengths: Using the "Tree of Life" strength-based, narrative therapy intervention in schools, to enhance self-esteem, cultural understanding and to challenge racism. *Educational and Child Psychology*, 30(4), 75-99.

Hadfield, K., Ostrowski, A., & Ungar, M. (2017). What can we expect of the mental health and well-being of Syrian refugee children and adolescents in Canada? *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 58(2), 194-201. doi:10.1037/cap0000102

Hassan, G., Ventevogel, P., Jefee-Bahloul, H., Barkil-Oteo, A., & Kirmayer, L. J. (2016). Mental health and psychosocial wellbeing of Syrians affected by armed conflict. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 25(02), 129-141. doi:10.1017/s2045796016000044

Hassan G., Kirmayer, L. J., Mekki-Berrada, A., Quosh, C., el Chammay, R., Deville-Stoetzel, J. B., ..., Ventevogel, P. (2015). *Culture, Context and the Mental Health and Psychosocial Wellbeing of Syrians: A Review for Mental Health and Psychosocial Support Staff Working with Syrians Affected by Armed Conflict: Geneva, 2015*. Retrieved from the UN Refugee Agency website: <https://www.unhcr.org/protection/health/55f6b90f9/culture-context-mental-health-psychosocial-wellbeing-syrians-review-mental.html>

Herman, J. L. (1992). Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma. *Journal of Traumatic Stress*,5(3), 377-391. doi:10.1007/bf00977235

Hinton, D. E., & Lewis-Fernández, R. (2010). Idioms of Distress Among Trauma Survivors: Subtypes and Clinical Utility. *Culture, Medicine, and Psychiatry*,34(2), 209-218. doi:10.1007/s11013-010-9175-x

Howell, A. (2012). The Demise of PTSD: From Governing through Trauma to Governing Resilience. *Alternatives: Global, Local, Political*,37(3), 214-226. doi:10.1177/0304375412450842

Hughes, G. (2013). Finding a voice through 'The Tree of Life': A strength-based approach to mental health for refugee children and families in schools. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*,19(1), 139-153. doi:10.1177/1359104513476719

Human Rights Watch. Retrieved February 21, 2019, from <https://www.hrw.org/middle-east/n-africa/syria>

I am Syria. Retrieved December, 2018, from <http://www.iamsyria.org/death-tolls.html>

International Medical Corps. (2014). *Syria Crisis: Addressing Regional Mental Health Needs and Gaps in the Context of the Syria Crisis: Washington DC, 2014*. Retrieved from <https://internationalmedicalcorps.org/wp-content/uploads/2017/07/Syria-Crisis-Addressing-Mental-Health.pdf>

Kahneman, D. (2012). Availability, Emotion and Risk. In D. Kahneman, *Thinking, Fast and Slow* (pp. 129-145). United Kingdom, UK: Penguin Books

Kaufman, E. A., Montgomery, M. J., & Crowell, S. E. (2014). Identity-Related Dysfunction: Integrating Clinical and Developmental Perspectives. *Identity*,14(4), 297-311. doi:10.1080/15283488.2014.944699

Keles, S., Friberg, O., Idsøe, T., Sirin, S., & Oppedal, B. (2016). Resilience and acculturation among unaccompanied refugee minors. *International Journal of Behavioral Development*,42(1), 52-63. doi:10.1177/0165025416658136

Khamis, V. (2012). Impact of war, religiosity and ideology on PTSD and psychiatric disorders in adolescents from Gaza Strip and South Lebanon. *Social Science & Medicine*,74(12), 2005-2011. doi:10.1016/j.socscimed.2012.02.025

Khamis, V. (2015). Coping with war trauma and psychological distress among school-age Palestinian children. *American Journal of Orthopsychiatry*,85(1), 72-79. doi:10.1037/ort0000039

Kienzler, H. (2008). Debating war-trauma and post-traumatic stress disorder (PTSD) in an interdisciplinary arena. *Social Science & Medicine*, 67(2), 218–227. doi:[10.1016/j.socscimed.2008.03.030](https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2008.03.030)

Kohrt, B. A., Rasmussen, A., Kaiser, B. N., Haroz, E. E., Maharjan, S. M., Mutamba, B. B., . . . Hinton, D. E. (2013). Cultural concepts of distress and psychiatric disorders: Literature review and research recommendations for global mental health epidemiology. *International Journal of Epidemiology*, 43(2), 365-406. doi:10.1093/ije/dyt227

Lappé, F.M., & Collins, J. (1977). *Why Can't People Feed Themselves? From Food First: Beyond the Myth of Scarcity*. New York: Ballantine.

Lehmann, H., Bain, A., Pandit, E., & Hewett, B. (2014). Are We Listening? Acting on Our Commitments to Women and Girls Affected by the Syrian Conflict. *International Rescue Committee*. Retrieved from <https://www.rescue.org/sites/default/files/document/1144/ircwomeninsyriareportweb.pdf>

Lemaster, J. W., Broadbridge, C. L., Lumley, M. A., Arnetz, J. E., Arfken, C., Fetters, M. D., . . . Arnetz, B. B. (2018). Acculturation and post-migration psychological symptoms among Iraqi refugees: A path analysis. *American Journal of Orthopsychiatry*, 88(1), 38-47. doi:10.1037/ort0000240

Martlew, N. (2013). Childhood Under Fire: The Impact of Two Years of Conflict in Syria. *Save The Children*. Retrieved from <https://www.savethechildren.net/sites/default/files/libraries/Childhood%20Under%20Fire%205th.pdf>

McDonald, A., Buswell, M., Khush, S., & Brophy, M. (2017). Invisible Wounds: The Impact of Six Years of War on the Mental Health of Syria's Children. *Save The Children*. Retrieved from <https://www.savethechildren.org.uk/content/dam/global/reports/emergency-humanitarian-response/invisible-wounds.pdf>

McGregor, L. S., Melvin, G. A., & Newman, L. K. (2016). An exploration of the adaptation and development after persecution and trauma (ADAPT) model with resettled refugee adolescents in Australia: A qualitative study. *Transcultural Psychiatry*, 53(3), 347–367. doi:[10.1177/1363461516649546](https://doi.org/10.1177/1363461516649546)

Mental Health and Psychosocial Support Working Group (MHPSS WG) Jordan. *Guidelines on MHPSS Projects*. Retrieved from <https://data2.unhcr.org/fr/documents/download/40218>

MercyCorps. (2014). *Advancing Adolescence: Getting Syrian Refugees and Host Community Adolescents Back on Track*. Retrieved from

<https://resourcecentre.savethechildren.net/node/8434/pdf/mercy-corps-syrian-adolescence-assessment.pdf>

Miller, K. E., & Rasmussen, A. (2010). War exposure, daily stressors, and mental health in conflict and post-conflict settings: Bridging the divide between trauma-focused and psychosocial frameworks. *Social Science & Medicine*, *70*(1), 7-16. doi:10.1016/j.socscimed.2009.09.029

Nickerson, A., Bryant, R. A., Schnyder, U., Schick, M., Mueller, J., & Morina, N. (2015). Emotion dysregulation mediates the relationship between trauma exposure, post-migration living difficulties and psychological outcomes in traumatized refugees. *Journal of Affective Disorders*, *173*, 185–192. doi:[10.1016/j.jad.2014.10.043](https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.10.043)

Nolen-Hoeksema S. (2011). *Abnormal Psychology* (5<sup>th</sup> ed.). New York: McGraw-Hill.  
Özer, S., Sirin, S. R., & Oppedal, B. (2016). *Bahçeşehir study of Syrian refugee children in Turkey*. Bahçeşehir Üniversitesi. Retrieved from <https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/studier/ungkul/bahcesehir-study-report.pdf>

Pine, D.S., Costello, J., & Masten, A. (2005). Trauma, Proximity, and Developmental Psychopathology: The Effects of War and Terrorism on Children. *Neuropsychopharmacology*, *30*, 1781–1792.

Porter, M., & Haslam, N. (2005). Predisplacement and Postdisplacement Factors Associated With Mental Health of Refugees and Internally Displaced Persons. *Jama*, *294*(5), 602-612. doi:10.1001/jama.294.5.602

Pynoos, Robert S., Steinberg, Alan M., & Piacentini, John C. (1999). A Developmental Psychopathology Model of Childhood Traumatic Stress and Intersection with Anxiety Disorders. *Biological Psychiatry*, *46*, 1542–1554.

Reeler, T., Chitsike, K., Maizva, F., & Reeler, B. (2009). The Tree of Life: a community approach to empowering and healing the survivors of torture in Zimbabwe. *Torture: quarterly journal on rehabilitation of torture victims and prevention of torture*, *19*(3), 180-193.

Rees, S., Silove, D., Verdial, T., Tam, N., Savio, E., Fonseca, Z., . . . Steel, Z. (2013). Intermittent Explosive Disorder amongst Women in Conflict Affected Timor-Leste: Associations with Human Rights Trauma, Ongoing Violence, Poverty, and Injustice. *PLoS ONE*, *8*(8). doi:10.1371/journal.pone.0069207

Robinson, M., & Lignell, M. (2015). Childhood in the Shadow of War: Voices of Young Syrians. *Save The Children*. Retrieved from <https://resourcecentre.savethechildren.net/library/childhood-shadow-war>

Rosenhan, D. L. (1973). On Being Sane in Insane Places. *Science*,179(4070), 250-258. doi:10.1126/science.179.4070.250

Schweitzer, R., & Steel, Z. (2008). Researching Refugees: Methodological and Ethical Considerations. *Doing Cross-Cultural Research Social Indicators Research Series*,87-101. doi:10.1007/978-1-4020-8567-3\_7

Schweitzer, R. D., Vromans, L., Ranke, G., & Griffin, J. (2014). Narratives of healing: A case study of a young Liberian refugee settled in Australia. *The Arts in Psychotherapy*,41(1), 98-106. doi:10.1016/j.aip.2013.10.006

Shonkoff, J. P., & Garner, A. S. (2011). The Lifelong Affects of Early Childhood Adversity and Toxic Stress. *Pediatrics*. Retrieved from <http://pediatrics.aappublications.org/content/early/2011/12/21/peds.2011-2663>

Sigona, N. (2014). Campzanship: Reimagining the camp as a social and political space. *Citizenship Studies*,19(1), 1-15. doi:10.1080/13621025.2014.937643

Silove, D., Sinnerbrink, I., Field, A., Manicavasagar, V., & Steel, Z. (1997). Anxiety, depression and PTSD in asylum-seekers: Associations with pre-migration trauma and post-migration stressors. *British Journal of Psychiatry*,170(04), 351-357. doi:10.1192/bjp.170.4.351

Silove, D., Steel, Z., Mcgorry, P., & Mohan, P. (1998). Trauma exposure, postmigration stressors, and symptoms of anxiety, depression and post-traumatic stress in Tamil asylum-seekers: Comparison with refugees and immigrants. *Acta Psychiatrica Scandinavica*,97(3), 175-181. doi:10.1111/j.1600-0447.1998.tb09984.x

Silove, D. (2013). The ADAPT model: A conceptual framework for mental health and psychosocial programming in post conflict settings. *Intervention*,11(3), 237-248. doi:10.1097/wtf.0000000000000005

Sirin, S. R., & Rogers-Sirin, L. (2015). *The educational and mental health needs of Syrian refugee children*. Washington, DC: Migration Policy Institute.

Sroufe, L. A. (1997). Psychopathology as an outcome of development. *Development and Psychopathology*,9(02). doi:10.1017/s0954579497002046

Steel, J. L., Dunlavy, A. C., Harding, C. E., & Theorell, T. (2017). The Psychological Consequences of Pre-Emigration Trauma and Post-Migration Stress in Refugees and Immigrants from Africa. *Journal of Immigrant and Minority Health*,19(3), 523-532. doi:10.1007/s10903-016-0478-z

Summerfield, D. (2001). The invention of post-traumatic stress disorder and the social usefulness of a psychiatric category. *Bmj*,322(7278), 95-98. doi:10.1136/bmj.322.7278.95

Tay, A. K., Rees, S., Chen, J., Kareth, M., Mohsin, M., & Silove, D. (2015). The Refugee-Mental Health Assessment Package (R-MHAP); rationale, development and first-stage testing amongst West Papuan refugees. *International Journal of Mental Health Systems*,9(1). doi:10.1186/s13033-015-0018-6

Tay, A. K., Rees, S., Chan, J., Kareth, M., & Silove, D. (2015). Examining the broader psychosocial effects of mass conflict on PTSD symptoms and functional impairment amongst West Papuan refugees resettled in Papua New Guinea (PNG). *Social Science & Medicine*,132, 70-78. doi:10.1016/j.socscimed.2015.03.020

Tay, A. K., Rees, S., Chen, J., Kareth, M., & Silove, D. (2016). Factorial structure of complicated grief: Associations with loss-related traumatic events and psychosocial impacts of mass conflict amongst West Papuan refugees. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*,51(3), 395-406. doi:10.1007/s00127-015-1099-x

Tay, A. K., Rees, S., Kareth, M., & Silove, D. (2016). Associations of adult separation anxiety disorder with conflict-related trauma, ongoing adversity, and the psychosocial disruptions of mass conflict among West Papuan refugees. *American Journal of Orthopsychiatry*,86(2), 224-235. doi:10.1037/ort0000126

Tay, A. K., & Silove, D. (2016). The ADAPT model: Bridging the gap between psychosocial and individual responses to mass violence and refugee trauma. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*,26(02), 142-145. doi:10.1017/s2045796016000925

Tekeli-Yesil, S., Isik, E., Unal, Y., Almossa, F. A., Unlu, H. K., & Aker, A. T. (2018). Determinants of Mental Disorders in Syrian Refugees in Turkey Versus Internally Displaced Persons in Syria. *American Journal of Public Health*,108(7), 938-945. doi:10.2105/ajph.2018.304405

Terr, L. C. (1991). Childhood traumas: An outline and overview. *American Journal of Psychiatry*, 148(1), 10-20.

Thabet, A., & Vostanis, P. (2000). Post Traumatic Stress Disorder Reactions in Children of War: A Longitudinal Study. *Child Abuse & Neglect*, 24(2), 291–298.

United Nations High Commissioner for Refugees. (April, 2018). *Syria Emergency*. Retrieved February 21, 2019, from <https://www.unhcr.org/syria-emergency.html>

Washington K., & Rowell J. (2013). Syrian Refugees in Urban Jordan: Baseline Assessment of Community-Identified Vulnerabilities Among Syrian Refugees Living in Irbid, Madaba, Mufraq and Zarqa. *Cooperative for Assistance and Relief Everywhere (CARE)*. Retrieved from <https://www.care.org/syrian-refugees-urban-jordan>

Wellman, J., Lepori, F., & Szlachcic, R. (2016). Exploring the utility of a pilot tree of life group in an inpatient setting. *The Journal of Mental Health Training, Education and Practice*,11(3), 172-181. doi:10.1108/jmhtep-01-2016-0007



Wells, R., Lawsin, C., Hunt, C., Youssef, O. S., Abujado, F., & Steel, Z. (2018). An ecological model of adaptation to displacement: Individual, cultural and community factors affecting psychosocial adjustment among Syrian refugees in Jordan. *Global Mental Health*,5. doi:10.1017/gmh.2018.30

Wiley, R. E., Berman, S. L., Marsee, M. A., Taylor, L. K., Cannon, M. F., & Weems, C. F. (2011). Age differences and similarities in identity distress following the Katrina disaster: Theoretical and applied implications of Erikson's theory. *Journal of Adult Development*, 18(4), 184-191.

Yohani, S. (2015). Applying the ADAPT Psychosocial Model to War-Affected Children and Adolescents. *SAGE Open*,5(3), 215824401560418. doi:10.1177/2158244015604189

Zarowsky, C., Haddad, S., & Nguyen, V. (2013). Beyond 'vulnerable groups': Contexts and dynamics of vulnerability. *Global Health Promotion*,20(1\_suppl), 3-9. doi:10.1177/1757975912470062

## EKLER

### EK 1: HAYAT AĞACI TÜRKİYE'DEKİ MÜLTECİ GENÇLERLE UYGULAMA PLANI

<p>1. Oturum</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Tanışma</b></li><li>• <b>Psikoeğitim ve Uygulama Hakkında Bilgilendirme</b><ul style="list-style-type: none"><li>- Zorlu yaşam deneyimleri hayatımızı nasıl etkiler?</li><li>- Bedenimiz üzerindeki etkileri: ağrılar, kasılmalar, uykusuzluk: siz üzüntüyü/stresi bedeninizin hangi bölgesinde hissediyorsunuz?</li><li>- Duygularımız üzerindeki etkileri: karamsarlık, çaresizlik, umutsuzluk, korku, suçluluk, öfke</li><li>- Düşüncelerimiz üzerindeki etkileri: kendimizle ilgili olanlar; kendine güvensizlik, kendini etkisiz hissetme ve başka insanlarla &amp; dünyayla ilgili olanlar; insanlar güvenilmez, dünya güvensiz bir yer, dışarı tehlikeli düşünceleri</li><li>- Davranışlarımız üzerindeki etkileri: kaçınma, saldırganlık, geri çekilme...</li><li>- Aktiviteyi tanıtmaya: Ağaç metaforu aracılığıyla yaşamları arasında ilişki kurmalarını sağlama, yaşamlarını bir ağaç gibi hayal etmelerini isteme.</li><li>- Grup kurallarını belirleme: gizlilik ilkesi, birbirini dinleme, söz kesmeme...</li></ul></li><li>• <b>Formların Doldurulması</b></li><li>• <b>Ağaçların çizilmesi</b></li></ul> <p><b>Kökler:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Nereden geliyorsun... Seni bugün sen yapan şey ne?</li><li>- Köyünü, evini, mabedini, aile üyelerini, arkadaşlarını, evcil hayvanlarını, özel mekanları ya da festivalleri, seni rahatlatan insanları, seni</li></ul>
------------------	---

	<p>güvenli hissettiren insanları, seni koruyanları, destekleyenleri, senin sen olmana izin verenleri, bugünkü seni yapanları çiz ya yaz.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Senin için veya ailen için özel bir anlamı olan bir şarkı, bir söz var mı? Atasözü olabilir, ayet olabilir, hadis olabilir...</li><li>- Önemli insanlar: ölmüş kişiler de olabilir, siyasi ya da dini bir lider olabilir, aile veya akrabalardan birileri olabilir, hayatınızda önemli katkıları bulunan insanlar</li><li>- <i>Diğer spesifik sorular (Grup içerisinde sorulacak sorular)</i></li><li>- Üzgünken, kırgınken yanına gittiğin biri var mı? – anne, erkek kardeş, akraba, arkadaş, komşu... Seni rahatlatan biri? Ya da seni kim güldürebilirdi? Seninle ilgilenirdi? Onunlayken güvende hissettiğin biri? Onunlayken ilgi çekici ve eğlenceli şeyler yaptığın biri? Onunlayken kendin olabildiğin biri? Bu bir evcil hayvan da olabilir...</li><li>- Ya da gittiğinde güvende hissettiğin bir yer var mı... muhtemelen yalnız olmak senin için güvenli. Üzgünken, düşünmek istediğin zaman, kendi başına kalmak istediğin zamanlarda gidebildiğin bir yer var mı?</li><li>- Yetişkinler ya da akranların tarafından zorbalığa maruz kaldığın zaman seni koruyabilecek biri var mı? Bu kişiyle başka şeyler de yaptınız mı? Bu ilişkide özel olan şey ne? Bu kişi seninle beraber olmayı seviyor. Sence bu kişi seninle ilgili ne seviyor? Sana baktığında ne görüyor?</li></ul>
--	--

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Beraber bir şeyler yapmayı sevdiğin birileri var mı? Mesela, annen ya da büyükannenle yemek yapmayı sever misin? Ya da top oynamayı, dans etmeyi, piknik yapmayı sever misin?</li></ul> <p><b>Toprak/ Zemin:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Şuanda nerede yaşıyorsun ve günlük hayatta yapmayı sevdiğin şeyler. Toprağa bu şeyleri yaz ya da çiz.</li><li>- Nereye gidersin?</li><li>- Ne yaparsın?</li><li>- Okula gidiyor musun?</li><li>- Hobilerin neler?</li><li>- Oyun oynar mısın? Ya da spor yapar mısın?</li><li>- Ev işleri ya da getir götür işleri yapar mısın?</li><li>- Arkadaşlarınla oynar mısın?</li><li>- Anne ev işlerinde ya da yemek yapımında yardım eder misin?</li></ul>
2. Oturum	<p><b>Gövde:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Yetenekler, güçler ve önemsenen şeyler</li><li>- Toprağına ve zeminine bak günlük hayatta ya da geçmişte olan şeylerden öğrendiğin ya da geliştirdiğin yeteneklerini bul. Örneğin; futbol oynuyorsan o zaman bu iyi bir takım oyuncusu olma becerisini, iyi top tutuculuğu, hızlı koşmayı ya da diğerlerini yüreklendirmeyi içerebilir. Eğer arkadaşlarınla vakit geçirmeyi seviyorsan o zaman dinleme, yardım etme, diğerleriyle konuşabilme ya da arkadaş edinebilme becerilerine sahip olabilirsin.</li><li>- Zor zamanlarda, üzüntülü ya da stres</li></ul>

	<p>altındayken sana iyi gelen neler yaparsın?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>Diğer spesifik sorular:</i></li><li>- Neleri iyi yaparsın? Örneğin; koşmak, akşam yemeğinin hepsini bitirmek, bir takımda oynamak, okumak, dans etmek, insanları güldürmek, düşünmek... Başkalarıyla ilgilenmek konusunda iyi misin? Belki senden küçük kardeşlerinle ilgilenmek konusunda iyisindir? İyi bir dinleyici misin? İhtiyaçları varken insanlara yardım eder misin?</li><li>- Sence bu hayatta önemli olan ne? Örneğin; bütün yemeğini bitirip müsrif olmamak, dürüst olmak, şefkatli olmak, çalışkan olmak, başkalarını da düşünmek, kendine ve diğerlerine iyi bakmak...</li><li>- Ne zamandır bu yeteneğe / değere sahipsin?</li><li>- Bu yeteneği ya da değeri kimden öğrendin, özellikle öğrendiğin biri var mı?</li><li>- Bu değer /yeteneğin zor zamanlardan geçerken sana nasıl yardımcı oluyor?</li></ul> <p><b>Dallar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- umutlar, hayaller ve hayatın için olan dileklerin</li><li>- Kendin, ailen, köyün, grubun ve ülken için hayallerin neler?</li><li>- Yetişkin olduğunda ne yapıyor olmayı isterdin? Örnek ver.</li><li>- Nerede olmak isterdin? Ne yapıyor olmak isterdin? Orada seninle beraber kimler olsun isterdin?</li><li>- Kim olmak isterdin? Diğerleri seni nasıl bilsin isterdin? Örnek: edil, dürüst, insanlara öncülük,</li></ul>
--	--

	<p>rehberlik yapan biri olarak, çalışkan, eğlenceli, nazik, mutlu vb.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Bu gelecekte yaşamak nasıl olurdu hayal et? Neye benzerdi? Nasıl hissederdin?</li><li>- <i>Diğer spesifik sorular:</i></li><li>- Hayallerin ve umutların nereden geliyor? ( kökler, toprak ve gövde ile ilişkilendir.)</li><li>- Umutlarını ve hayallerini nasıl canlı tutabiliyorsun?</li><li>- Ne zamanda beri böyle bir hayalin var?</li><li>- Bu hayallerin hayatındaki önemli kişilerle ilişkili mi? Nasıl ilişkili?</li><li>- Hayallerine ulaşmada sana ne yardım etti / edebilir? Sahip olduğun bir değer ya da yeteneğin sana bu hayallerini gerçekleştirmede yardımcı olacağını düşünüyor musun? Nasıl olabilir?</li></ul> <p><b>Yapraklar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Senin için önemli olan insanlar ( hayatta ya da değil)</li><li>- Hayatında kim önemli?</li><li>- <i>Diğer spesifik sorular</i></li><li>- Bu kişi ile ilgili özel olan ne?</li><li>- Bu kişi/kişiler sana hayatın ve seninle ilgili ne öğrettiler?</li><li>- Bu kişi ile beraber olmak nasıl bir şey? Nasıl hissediyorsun?</li><li>- Bu kişi onu böyle hatırladığını bilse bundan hoşlanır mı?</li><li>- Bildiğin hikayelerden senin için önemli olan bir karakter var mı? Onların özellikleri neler?</li></ul>
--	---

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Sana ilham veren sporcu, oyuncu, dansçı v.b. var mı? Onların seni hayran bıraktıran özellikleri neler?</li></ul> <p><b>Meyveler:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Hediyeler (kaynaklar/değerler)</li><li>- Bu insanlar sana ne verdi? Belki senin mutlu, güçlü, özel, hissetmende yardım etmişlerdir... Sana ve yapabileceklerine inanırlar mı? Kendi hayatından örnek ver: Bana okyanus sevgisi verildi, Allah inancı, Müzik yeteneği, Okuma sevgisi verildi. İlgilenilme, sevilme, merhamet hediyeleri...</li><li>- <i>Diğer spesifik sorular:</i></li><li>- Sana bunu kim verdi?</li><li>- Sence bunu niçin sana verdiler?</li><li>- Senle ilgili neyi takdir ettiler... Sende ne gördüler? Ne onların bunu yapmak istemesini sağladı?</li><li>- Ya da sen başkalarına nasıl katkılar sağladın, evde, okulda, arkadaşlarına? Örneğin: Diğerlerini düşünür müsün? Onları güvende tutar mısın?</li></ul>
3. Oturum	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Yaşam Ormanı oluşturma</b></li></ul> <p>Katılımcılar kendi ağaçlarını bitirdikten sonra çizimlerini bir duvara asmalarını istiyoruz... Bir orman yapabilmek için. Katılımcıların ağaçlardan kolektif bir resim düşünmelerini istiyoruz. Katılımcılardan sadece bireysel hikayelerini değil kolektif hikayelerini anlatmalarını isteriz. Ağaçların farklı boyut ve şekillerde oluşunu ve güzelliklerine takdire zaman ayırırız.</p> <p>Katılımcılara bütün ağaçların ortak yanlarıyla ilgili geri</p>

	<p>bildirimde bulunuruz..</p> <p>Birkaç gönüllüden hikayelerini anlatmalarını isteriz. Her gönüllü konuşurken uygulayıcı katılımcıların geleceğe dair umutları ve hayalleri ayrıca hayallerin ve umutların tarihini sorar.</p> <p>Daha sonra birbirimizin ağacına eklemeye yapabiliriz. Ağaçlarımıza arkadaşlarımız ile ilgili bildiğimiz belki onların kendilerinde göremedikleri beceri ve güçleri yazarız.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Yaşam fırtınaları üzerine konuşma</b></li></ul> <p>Uygulamanın bu aşamasında katılımcılar yaşadıkları zorluklar ile ilgili konuşabilme fırsatı buluyor. Bu zorluklar kolektif bir şekilde konuşuluyor katılımcılar bireysel deneyimlerini paylaşmıyor.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ağaçlarımız muhteşem ve güzeller fakat onların her zaman tehlikeden uzak olduğunu söyleyebilir miyiz? Ağaçlarımızın karşılaşılabileceği muhtemel tehlikeler neler olabilir?</li><li>- Ağaçlar ve ormanlar gibi insanlar da bazen tehlikelerle karşı karşıya kalabilir demek doğru olur mu? İnsanların zaman zaman yaşadıkları problemler neler?</li><li>- Problemlerin etkileri ile ilgili konuşma</li><li>- Bunların olmasının katılımcıların suçu olup olmadığı konuşulur.</li><li>- Bu problemler ve fırtınalar hayatınıza geldiği zaman ne yaparsınız?</li><li>- Karşılık verdiğiniz yollarınız var mı? Yapabildiğiniz bir şeyler var mı?</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Bitirme:</b></li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ne öğrendik birbirimizden?</li></ul>
--	--



	<ul style="list-style-type: none"><li>- Nasıl katkı sağladı burada duyduklarımız?</li><li>- En çok neyi duymak bizi etkiledi?</li><li>• <b>Son formların doldurulması</b></li></ul>
--	---

