

**İBN HALDUN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**SURİYELİ MÜLTECİLERDE HAYATTA ANLAM
FENOMENİNİN İNCELENMESİ: FENOMENOLOJİK
BİR ÇALIŞMA**

CEMAL ÇAVUŞOĞLU

TEZ DANIŞMANI: DR. ÖĞR. ÜYESİ LOKMAN AKBAY

İSTANBUL, 2020

**İBN HALDUN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
ANABİLİM DALI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**SURİYELİ MÜLTECİLERDE HAYATTA ANLAM
FENOMENİNİN İNCELENMESİ: FENOMENOLOJİK
BİR ÇALIŞMA**

CEMAL ÇAVUŞOĞLU

TEZ DANIŞMANI: DR. ÖĞR. ÜYESİ LOKMAN AKBAY

İSTANBUL, 2020

TEZ ONAY SAYFASI

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

Tez Jürisi Üyeleri

Unvan – Ad Soyad

Kanaati

İmza

Dr. Öğr. Üyesi Ümiit ARSLAN

Dr. Öğr. Üyesi Lokman AKBAY

Prof. Dr. Sefa BULUT

Bu tezin İbn Haldun Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü tarafından konulan tüm standartlara uygun şekilde yazıldığı teyit edilmiştir.

Teslim Tarihi

Mühür/İmza

AKADEMİK DÜRÜSTLÜK BEYANI

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

Adı Soyadı: Cemal ÇAVUŞOĞLU

İmza:

X X X X

ÖZ

SURİYELİ MÜLTECİLERDE HAYATTA ANLAM FENOMENİNİN İNCELENMESİ: FENOMENOLOJİK BİR ÇALIŞMA

Yazar: Çavuşoğlu, Cemal

Yüksek Lisans Programı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Lokman Akbay

Aralık 2020, 78 sayfa

Bu tez araştırmasının en temel amacı İstanbul’da yaşayan Suriyeli mültecilerin deneyimledikleri acı ve travmalarının ardından hayatlarındaki anlam fenomeninin incelenmesidir. Bu minvalde, mültecilerin iç savaş ve mültecilik deneyimleri, bu deneyimlerle nasıl başa çıktıkları ve bu deneyimler ile beraber yaşamlarındaki anlam ve amacın katılımcıların bakış açılarıyla derinlemesine araştırılması amaçlanmıştır. Suriyeli mültecilerin hayatta anlam ve acıda anlam fenomenlerinin anlaşılması için nitel yöntemlerden biri olan yorumlayıcı fenomenolojik analiz yöntemi kullanılmıştır. Bu çalışmada hayatın anlamı fenomenini araştırmak için şu araştırma soruları tasarlanmıştır: Suriyeli mülteciler yaşadıkları acı ve travmatik deneyimlerin ardından nasıl bir anlam inşa etmektedir? Suriyeli mültecilerde hayatta anlam fenomenine etki eden başlıca faktörler nelerdir? Bu amaçla katılımcılar İstanbul’da şehir hayatı yaşayan, üç kadın ve üç erkek, 22-34 yaş arasında ve Suriye İç Savaşı’nı en az iki yıl deneyimleyen mültecilerden oluşmaktadır. Her bir katılımcı ile ortalama bir saat süren bir defalık görüşmeler yapılmıştır. Görüşmelerden elde edilen veriler yorumlayıcı fenomenolojik analiz ile incelenmiştir. Analiz sonucunda, ‘savaş ve mültecilik deneyimleri’, ‘baş etme mekanizmaları’, ‘hayatın anlamı ve amacı’ ve ‘gelecek tasarımları’ olmak üzere dört üst tema ortaya çıkmıştır. Ortaya çıkan bu temalar mevcut literatürle ilişkili bir şekilde tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Hayatın anlamı, fenomenoloji, Suriyeli mülteciler, travma

ABSTRACT

INVESTIGATION OF MEANING IN LIFE PHENOMENON IN SYRIAN REFUGEES: A PHENOMENOLOGICAL STUDY

Student Name: Çavuşoğlu, Cemal

MA in Guidance and Psychological Counseling

Thesis Supervisor: Assist. Prof. Lokman Akbay

December 2020, 78 Pages

The main purpose of this study is to examine the meaning phenomenon after the painful and traumatic experience in the lives of Syrian refugees who live in Istanbul. In this regard, the study aims to investigate the refugees' experiences of civil war and being a refugee, their coping mechanisms over these experiences, and the meaning and purpose of their lives with these experiences from the perspective of the participants. An interpretive phenomenological analysis method, one of the qualitative methods, was used to understand refugees' phenomena of meaning in life and meaning in pain. In this study, the following research questions were designed to explore the phenomenon of meaning in life: What kind of meaning do Syrian refugees build after their painful and traumatic experience? What are the main factors that affect the phenomena of meaning in life in Syrian refugees? For this purpose, the participants are comprised of three women and three men who live in Istanbul, between the age range of 22-34, and experienced the Syrian Civil War for at least two years. One-time interviews were conducted with each participant, which lasted for an hour on average. The data obtained from the interviews were analyzed by interpretive phenomenological analysis. As a result of the analysis, four top themes have emerged: 'War and refugee experiences', 'coping mechanisms', 'meaning and purpose of life' and 'envisagement of the future'. These emerging themes were discussed in relation to the current literature.

Keywords: Phenomenology; Syrian refugees; the meaning of life; trauma

İTHAF

Yeryüzündeki tüm mazlum insanlara...



TEŞEKKÜR

Bu araştırma için beni ynlendiren, karşılaştığım zorlukları bilgi ve tecrbesi ile her aşamada bana yardımcı olan değerli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Lokman Akbay'a, tez savunmasında nerileri ve eleştirileri ile katkı sunan değerli hocalarım Prof. Dr. Sefa Bulut'a ve Dr. Öğr. Üyesi mt Arslan'a Őukranlarımı sunarım. Ayrıca çalışmaya katılan tüm katılımcıların acılarına rağmen deneyimlerini en içten paylaşmaları sebebiyle her bir katılımcıya teşekkür ederim. Son olarak, tezimin her aşamasında beni cesaretlendiren ve yalnız bırakmayan aileme de sonsuz sevgi ve saygılarımı sunarım.

Cemal avuŐođlu

İstanbul, 2020

İÇİNDEKİLER

ÖZ.....	iv
ABSTRACT	v
İTHAF	vi
TEŞEKKÜR.....	vii
İÇİNDEKİLER	viii
TABLolar LİSTESİ.....	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xii
BÖLÜM I GİRİŞ.....	1
1.1. Problemin Özeti	2
1.2. Tanımlar	4
1.2.1. Mülteci-Sığınmacı.....	4
1.2.2. Şartlı Mülteci-Geçici Koruma.....	5
1.2.3. Travma	5
1.2.4. Acı.....	6
1.2.5. Anlam.....	6
1.2.6. Umut.....	7
1.3. Çalışmanın Amacı.....	7
1.4. Araştırma Soruları	8
1.5. Çalışmanın Önemi.....	8
BÖLÜM II LİTERATÜR TARAMASI.....	10
2.1. Hayatın Anlamı ve Amacı.....	10
2.2. Hayatın Anlamı ve Acı.....	14
2.2.1. Acı Türleri.....	16
2.2.2. Acıda Anlam	17
2.3. Hayatın Anlamı ve Travma.....	18
2.4. Park'ın Anlam Yapımı Modeli	19
2.4.1. Kayıp ve Yas ile ilgili Anlam Yapımı.....	23
BÖLÜM III İLGİLİ ÇALIŞMALAR	25
3.1. Soykırım Mağdurlarında Hayatın Anlamı	25

3.2.	Mültecilerde Hayatın Anlamı.....	27
3.3.	Mültecilerde Baş Etme Mekanizmaları.....	28
BÖLÜM IV YÖNTEM		31
4.1.	Araştırma Deseni.....	31
4.1.1.	Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz.....	31
4.2.	Katılımcıların Seçimi	33
4.3.	Veri Toplama Araçları	35
4.3.1.	Sosyodemografik Form.....	35
4.3.2.	Yarı Yapılandırılmış Görüşme.....	35
4.4.	Verilerin Toplanması ve Analizi.....	36
4.4.1.	Görüşmeler	36
4.4.2.	Verilerin Depolanması	36
4.4.3.	Verilerin Analizi.....	37
4.5.	Çalışmanın Niteliği	37
4.6.	Refleksivite	38
4.6.1.	Araştırmacının Refleksivitesi.....	38
4.7.	Bu Çalışmadaki Etik Hususlar	39
BÖLÜM V BULGULAR.....		41
5.1.	Savaş ve Mültecilik Deneyimleri	42
5.1.1.	Savaş Durumlarına Maruz Kalma.....	42
5.1.2.	Temel İhtiyaçların Yokluğu	44
5.1.3.	Mülteci ve Yabancı Olma Hali	45
5.1.4.	Ayrılıkların ve Yeniden Birleşmelerin Yaşanması	48
5.2.	Baş Etme Mekanizmaları	49
5.2.1.	Din.....	49
5.2.2.	Aile Desteği.....	50
5.2.3.	Umut Etme ve Unutmaya Çalışma.....	51
5.3.	Hayatın Anlamı ve Amacı.....	52
5.3.1.	Aile Merkezli Hayatın Anlamı.....	52
5.3.2.	İnanç Merkezli Hayatın Anlamı.....	53
5.4.	Gelecek Tasarımları	55
5.4.1.	Özgecilik	56
5.4.2.	Belirsizlik	57

BÖLÜM VI TARTIŞMA.....	58
6.1. Bulguların Tartışılması.....	58
6.1.1. Savaş ve Mültecilik Deneyimi	59
6.1.2. Baş Etme Mekanizmaları	61
6.1.3. Hayatın Anlamı ve Amacı.....	62
6.1.4. Gelecek Tasarımı	63
6.2. Araştırmanın Sonuçları	64
6.3. Araştırmanın Katkıları, Sınırlılıkları ve Öneriler.....	65
REFERANSLAR.....	67
EKLER.....	75
EK A.....	75
EK B	76
EK C.....	77
ÖZGEÇMİŞ.....	78

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 4. 1. Katılımcıların demografik bilgileri.....	34
Tablo 5. 1. Üst ve alt temalar.....	41
Tablo 6. 1. Görüşme soruları ve temalar arasındaki ilişki.....	58



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2. 1. Acıda anlam diyagramı (Frankl, 2019b).....	15
Şekil 2. 2. Park'ın anlam yapımı modeli (Park, 2013).....	22



BÖLÜM I

GİRİŞ

Mülteciler, sığınmacılar, azınlıklar, travma mağdurları veya toplum içinde marjda yaşayan insanlar, hayatlarında yaşadıkları acılarla yüzleştiklerinde ve yılmadan mücadele ettiklerinde anlamlı bir hayata sahip olabilmektedirler. Logoterapi ekolünün kurucusu olan Viktor Frankl, hayatta anlam bulmanın bir yolunun kaçınılmaz olan acıya karşı bir tutum ya da tavır geliştirmekte olduğunu söylemektedir (Frankl, 2018). Kaçınılmaz olan acıya karşı geliştirilen tavırla insanlar hem kişisel gelişim açısından hem de insan olarak bir bütün olma potansiyeline sahip olabilirler. Bu insanlar; yaşamlarında daha derin bir şükran ve sevgi, varoluşsal boyutlar ve cesaret konularında daha derin bir farkındalık kazanabilirler (Hemberg, 2017).

Dünya’da milyonlarca insan zulüm, çatışma, şiddet ve insan hakları ihlallerinden dolayı zorla yerlerinden edildi. Birleşmiş Milletler Mülteciler Yüksek Komiserliği (UNHCR)’ne (2020) göre, 2019 yılı sonunda dünya çapında yaklaşık olarak 79,5 milyon insan zorla yerlerinden edilmiş ve bunların yaklaşık olarak 26 milyonu mülteci olmuştur. En fazla mülteci veren ülkeler sırasıyla Suriye, Afganistan ve Güney Sudan olurken; en fazla mülteciye ev sahipliği yapan ülkeler ise sırasıyla Türkiye, Pakistan ve Uganda’dır. Türkiye yaklaşık olarak 4 milyon mülteciye ev sahipliği yaparak bu konuda Dünya’da ilk sıradadır (UNHCR, 2020).

Mart 2011 tarihinde Suriye’nin Ürdün ile sınır komşusu olan Dara kentinde hükümete karşı başlayan protestolar sonucunda ülkede iç savaş patlak vermiş, iç savaş sebebiyle milyonlarca insan ya ülke içinde başka şehirlere ya da ülke dışına mülteci olarak gitmek zorunda kalmışlardır. UNHCR’ye (2020) göre, Aralık 2020 tarihi itibarıyla Suriye’den kayıtlı mülteci olarak gidenlerin sayısı yaklaşık olarak 5,6 milyondur. Ayrıca Suriye İnsan Hakları Gözlemevi (SOHR)’ne (2019) göre, Suriye İç Savaşı’ndan dolayı Mart 2019 tarihi itibarıyla, yaklaşık olarak 112 bini sivil olmak üzere (21 bin çocuk ve 13 bin kadın) 370 binden fazla insan hayatını kaybetmiştir.

Türkiye'ye ilk mülteciler Nisan 2011 tarihinde gelmeye başlamış ve Türkiye Suriye'den gelen herkese "açık kapı politikası" uygulamıştır. İlk olarak, başta Hatay'da olmak üzere, mülteciler için kamplar oluşturulmuş, daha sonrasında mülteci sayılarının yüzbinleri geçmesi sebebiyle Suriye'den gelen insanlar Türkiye'nin şehir hayatına karışmışlardır (Ihlamur Öner, 2014). Göç İdaresi Genel Müdürlüğü (GİGM)'ne (2020) göre, Türkiye Aralık 2020 tarihi itibarıyla 58 bini kamplarda olmak üzere yaklaşık olarak 3,6 milyon kayıtlı Suriyeli mülteciye ev sahipliği yapmaktadır. Mülteci sayısının her geçen gün artması Türkiye'nin siyasal, sosyal ve ekonomik yapısını da değiştirmektedir (Kirişçi, 2014).

Mart 2011 tarihinden itibaren Suriye halkı politik zulüm, yetersiz beslenme ve şiddet sebebiyle sürekli kaçmak zorunda kalmıştır (Raja ve Alotaibi, 2018). Bu kaçışlar, bazen komşu ülkelere sığınma bazen de Ege ve Akdeniz'de botlarla Avrupa'ya geçme şeklinde gerçekleşmiştir. Kaçışların bazıları, özellikle çok fazla kişinin binmesi ve emniyetli olmaması sebebiyle, botların batması ve insanların denizlerde can vermesi ile sonuçlanmıştır. Bu olaylardan bir tanesi de Aylan bebeğin olduğu botun batması ve onun Muğla deniz kıyısında cansız bedeninin fotoğraflanması, ki bu fotoğraf dünya çapında insanlığın ölümü olarak kayıtlara geçti (Şeker ve Nisan, 2016).

Suriye'deki bu durum hem savaş esnasında hem de savaş sonrasında insanların hayatlarını derinden etkileyen travmalara neden olmaktadır. Bu travmalar, bireylerin emniyet ve istikrar duygusunu derinden etkileyebilir ve yaşamdaki herhangi bir amaç ve anlam duygusunu aşındırarak insanların varlığına meydan okuyabilir (Smith, 2004). Travmatik deneyimlerin yıkıcı doğalarına rağmen, insanlar önceliklerini yeniden değerlendirebilir, yaşam tarzlarını değiştirebilir, yeni değerler edinebilir, hayatlarını yeniden şekillendirip yeni bir anlam kazanabilirler (Papadopoulos, 2007). Bu çalışmanın sonuçları, Suriyeli insanların gerek kendi ülkelerindeki iç savaşta gerekse de mülteci olarak gittikleri diğer ülkelerde yaşadıkları yaşamları betimlemesi (anlam bulabilmeleri) açısından büyük önem arz etmektedir.

1.1. Problemin Özeti

1970'li yıllarda travma ile ilgili paradigma değişikliğe uğramıştır. Vietnam Savaşı'nda, daha öncesinde sağlıklı olan insanların savaş, çatışma, ölüm ve yaralanma

olaylarını yaşamaları ya da şahit olmaları neticesinde bu bireylerin ruh sağlığının bozulduğu ortaya çıkması (Jones ve Wessely, 2005) neticesinde, Parsons (1951) ve Fromm (1973) sosyal bir yapı olan savaş travmasını, savaş esnasında yahut sonrasında yaşanılan sosyal bir yıkım olarak tanımladılar (akt., Poster, 2014). Ayrıca psikiyatrik bozuklukların görölme sıklığının göçmenler ve mülteciler arasında belirgin şekilde yüksek olduğu kabul edilmektedir (Davis ve Davis, 2006).

Son yıllarda çatışma, savaş, zulüm ve insan hakları ihlallerinden dolayı yerinden edilen insanların sayısı gün geçtikçe artmaya devam etmektedir. UNHCR'ye göre, 2019 sonu itibariyle dünya üzerinde yaklaşık olarak 79,5 milyon insan zorla yerlerinden edilmiş; bunun yaklaşık olarak 26 milyonu başka bir ülkeye sığınmak zorunda kalmıştır. Dünya üzerinde en fazla mülteci veren ülke Suriye iken, en fazla mülteciye ev sahibi olan ülke de Türkiye'dir (UNHCR, 2020).

Rozanov ve arkadaşlarına (2009) göre modern savaş, günümüzde geniş çaplı silahlı çatışmalardan yerel, düşük yoğunluklu ve bilgi savaşlarına evrimleşerek toplumlarda uzun süreli mental sağlık sorunlarına neden olmaktadır. Savaş bölgesinde bulunan ve mülteci veya sığınmacı olarak yaşamlarına devam eden siviller uzun yıllar sürebilecek olumsuz yaşantılarını gelecek nesillere aktarma tehlikesi içindedirler. Bu olumsuz yaşantıların başlıcaları travma sonrası stres bozukluğu, depresyon, anksiyete, bağımlılıklar, kronik ağrı ile somatizasyon, psikososyal işlev bozuklukları ve intihar davranışlarıdır (Rozanov ve diğerleri, 2019). Özellikle mülteciler yaşamlarında uzun yıllar sürebilecek birbirine eklemlenen stresler yaşayabilmektedirler (Silove, 1999). Murthy ve Lakshminarayana 2006 yılında Kamboçya, Çeçenistan, İsrail, Filistin, Lübnan, Ruanda, Sri Lanka, Somali ve Uganda'da yaptıkları meta analiz çalışmalarında, çatışma ve istikrarsız ortamlarda halkın ruh sağlığının giderek bozulduğunu, kadınların erkeklere göre daha fazla etkilendiklerini ve savaşa bağlı travmalarda fiziksel ve duygusal desteğin önemli olduğunu ortaya koymuşlardır (Murthy ve Lakshminarayana, 2006). Savaş bölgesindeki bu toplumların yalnızca maddi olarak değil, aynı zamanda manevi olarak kalkınabilmesi için ruh sağlığı merkezlerinin açılmasını ve geniş çapta ruh sağlığı tetkiklerinin ve tedavilerinin yapılmasını zorunlu hale getirmiştir.

2011 yılından beri Suriye halkı sayısız iç savaş ve politik çatışmalar yaşamış, iç savaşta binlerce insan yaşamını yitirmiş, milyonlarca insan ya Türkiye, Ürdün, Irak ve Lübnan gibi komşu ülkelere ya da Avrupa ve dünyanın geri kalan ülkelerine sığınmak zorunda kalmışlardır. Bu mülteciler, travma sonrası stres bozukluğu da dahil olmak üzere, birçok psikiyatrik hastalık tehdidi altındadırlar (Murthy ve Lakshminarayana, 2006). Bu durum, zorunlu göç sonucunda travmatik olayların yaşanmasının ve zorlu sosyo-ekonomik koşullar altında yeni kültürel ortamlarda yeniden yerleşimin sonucudur (Bogic, Njoku ve Priebe, 2015). Bu yüzden Suriyeli birçok insanda yüksek düzeyde psikolojik strese uzun süre maruz kaldıkları ortaya çıkmıştır (Abou-Saleh ve Hughes, 2015). Yapılan birçok çalışmada Suriyeli mültecilerde geleceğe dair endişe, güvenlik korkusu, keder, öfke, boşluk hissi ve umutsuzluk duyguları ile depresyon ve kaygı gibi mental sorunlar açığa çıkmıştır (International Medical Corps (IMC) ve Jordan Health Aid Society (JHAS), 2012; Abbara ve diğerleri, 2016). Ayrıca hayata karşı başa çıkma mekanizmaları; dua etmek, Kuran okumak, aile ile sürekli irtibatta olmak ve onlarla konuşmak olarak ortaya çıkmıştır (IMC ve United Nations Children's Fund (UNICEF), 2012). Savaş, çatışma ve zulümlerden dolayı Suriyeli mültecilerin hayattaki anlamları derinden sarsılmış olabilir. Ayrıca mültecilerin tanımadıkları mahallelere yerleşmeleri, onların yabancılaşma ve duygusal izolasyon duygularını yoğunlaştırabilecek bir güven, inanç ve anlam krizi ile de karşı karşıya bırakılmalarına neden olabilir (Gorst-Unsworth, Van Valsen ve Turner, 1993).

1.2. Tanımlar

1.2.1. Mülteci-Sığınmacı

1951 Cenevre Sözleşmesi'nde mültecilerin statüsü net bir şekilde tanımlanmıştır. Buna göre sözleşmede mülteci; ırkı, dini, milliyeti, belirli bir sosyal gruba üyeliği veya siyasi görüş nedeniyle zulüm görmekten korktuğu/korkacağı için menşei olduğu ülkesine geri dönemeyen ya da geri dönmekte isteksiz olan kişidir (UNHCR, 2011). Bu nedenlerden dolayı gittiği ülkede mülteci statüsünü kazanabilmesi için bekleyen kişiye de sığınmacı denir. Bu sözleşmeye Türkiye, sadece Avrupa'dan gelenleri mülteci olarak kabul ettiğini belirterek coğrafi sınırlama getirmiştir.

1.2.2. Şartlı Mülteci-Geçici Koruma

Suriye'den Türkiye'ye akın akın gelen insanların yasal statüye kavuşabilmesi için Türkiye Suriye'den gelenleri şartlı mülteci ya da geçici koruma olarak kabul etmiştir. Göç İdaresi Genel Müdürlüğü (GİGM)'ne (2019) göre, Avrupa dışından gelen bireylerin mülteci tanımına uygun olanlarının, üçüncü bir ülkeye yerleştirilinceye kadar Türkiye'de ikamet alan mültecilere şartlı mülteciler denir. Türkiye esasen kanunlarında ya da yönetmeliklerinde Suriyelilere geçici koruma statüsü vermiştir. 2014 yılında Türkiye, Suriye'den zorunlu olarak gelen bireyler için Geçici Koruma Yönetmeliği'ni çıkarmıştır. Bu yönetmelikte; açık kapı politikası, gelen bireylerin temel ihtiyaçlarını karşılanması ve geri göndermeme ilkeleri vardır (Geçici Koruma, 2014).

Bu çalışmada kafa karışıklığının olmaması adına Suriye'den zorunlu olarak gelen bireyler için literatürde ve sosyal hayatta yaygın kullanımından ötürü mülteci kavramının kullanılması tercih edilmiştir. Ancak unutulmamalıdır ki, bu çalışmada mülteci kavramı ile şartlı mülteci ve geçici koruma altındaki sığınmacılar ifade edilmektedir.

1.2.3. Travma

Psikiyatrik hastalıkların sınıflandırılmasında yaygın olarak kullanılan Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM) tanı kriterlerinin son edisyonu olan DSM-5'te travma, kaygı bozuklukları kategorisinden çıkarılmış ve bunun yerine travma ve stresle ilişkili bozukluklar adı altında yeni bir başlık olarak ortaya çıkmıştır (DSM, 2013). Bu başlık altında toplam dört alt başlık bulunmaktadır. Bunlar; travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), akut stres bozukluğu, tepkisel bağlanma bozukluğu ve sınırsız toplumsal katılım bozukluğudur (DSM, 2013). DSM-5'e göre, TSSB'nin tanı ölçütleri:

- Doğrudan ya da dolaylı olarak travmatik olaylara maruz kalma (ölüm, yaralanma ve diğer fiziksel bütünlüğe tehditler),
- Travmatik olaydan sonra olayı çağrıştıran durumlarla karşı karşıya gelme,
- Unutkanlık, dissosiyasyon tepkiler, abartılı olumsuz inanışlar, yabancılaşma, yoğun korku ve umutsuzluk durumlarının yaşanmasıdır (DSM, 2013).

Travmaya doğrudan ya da dolaylı yollardan maruz kalan bireylerde, travma durumu geçse de yaşamlarında hâlâ travma varmış gibi yaşamaya devam edebilirler. Dünya üzerinde anlam üreten tek tür olan insan, travmatik olaylardan sonra hayatlarının anlamını oluştururken olumsuz yaşamın tortularıyla hareket edebilirler (Van Der Kolk, 2019). Bu durum insanların yaşamında anlamın değişmesi veya yeniden inşasını beraberinde getirebilmektedir.

1.2.4. Acı

Acı çekmek, kişiliğin bütünlüğüne yönelik oluşan tehdidin algılarından doğmaktadır (Egnew, 2009). Ayrıca acı, beklentiler çerçevesinde oluşan bir yaşamın gerçekleşmemesi durumunda da ortaya çıkar (Papadopoulos, 2007). İnsanlar hayatları boyunca sadece somatik veya maddi acılarla yüzleşmezler, aynı zamanda yaşamlarında anlam krizleri, umutsuzluk, yalıtılmışlık, birinin ölümü veya travma deneyimleri gibi acılarla da yüzleşebilirler. Bu yüzleşmelerinde insanlar ya Nietzsche'nin dediği gibi, "beni öldürmeyen acı güçlendirir" mottosu da olabilir ya da deneyimledikleri acılara karşı dayanamayarak intihar yolunu da tercih edebilirler (Yalom, 2014a). Frankl insan ne yaşarsa yaşasın, ne zorluklarla karşılarsa karşılaşsın yaşamda her zaman anlamın olduğunu belirtmiştir. Frankl yaşanan acıların kişisel bir zafere dönüşebileceğini, bunun için keder ve kadere karşı tutumun değişmesi gerektiğini söylemektedir. Ayrıca acıdan anlamın ortaya çıkması için acının kaçınılmaz olması gerektiği, insanın gereksiz yere acı çekmesinin yanlış olduğunu, bu durumun ise mazoşist bir tutum olduğunu da eklemiştir (Frankl, 2018)

1.2.5. Anlam

Anlam kelimesinin İngilizcede karşılığı meaning'tir ve bu sözcük kökensel olarak zihin(mind) kelimesine dayanmaktadır. Bu çalışmada ise anlam kelimesi zihinden ziyade varoluş olarak ele alınacaktır. Bu çalışmanın temel dayanağı olan anlam Frankl'a göre, sürekli arayışta olunan, zamandan zamana değişiklik gösterilen ve keşfedilen bir olgudur (Frankl, 2019a). İnsanlar yaşamlarında üç farklı yolla hayatta anlamı bulabilir ya da keşfedebilirler; bir iş yaparak ya da bir eylemde bulunarak, bir şeyi deneyimleyerek ya da bir kişiyi tanıyarak ve kaçınılmaz ve dayanılmaz olan acıyı göğüsleyerek (Frankl, 2019b). Birinci durumda insanın hayatında faal olması, sadece

zihinsel olarak değil, hayatında somut hamleler yaparak anlam katacağı sonucu çıkmaktadır. İkinci durumda birey kendisinden ziyade diğerleriyle ilişki kurarak, örneğin, doğayı ve insanı severek, anlamlı hayata sahip olmaktadır. Son durumda ise insanın yaşadığı acılar (travma, savaş, ölümler vb.) kaçınılmaz olduğunda bu acılarla yüzleşerek ve bunlara karşı bir tavır geliştirerek hayatın anlamlı olacağı sonucu çıkmaktadır.

1.2.6. Umut

Snyder'e (1991) göre umut, bireylerin yapabileceklerine inandıkları ya da arzuladıkları hedefleri gerçekleştirmek için başarılı yollar ve stratejiler geliştirmesidir. Bu hedeflerin belirlenmesinde birbiriyle ilişkili iki büyük umut unsuru vardır. Bunlar: bireyin geçmiş, şimdi ve gelecekteki hedeflerine ulaşma yolundaki kararlık duygusu ve yetenekleridir (Snyder ve diğerleri, 1991).

1.3. Çalışmanın Amacı

Mültecilerde yabancılaşma, kültürel çatışmalar, yalnızlık ve yalıtılmışlık gibi durumlar ortaya çıkmaktadır (Ekşi, 2002). Savaşı görmüş, yakınının ölümüne şahit olmuş ya da aç ve susuz günlerce travmaya maruz kalmış Suriyeli mülteciler düşünüldüğünde, hayatta nasıl kaldıkları ve hayatlarına dair anlam temalarının ne olduğu gibi sorular çok büyük önem arz etmektedir.

Bu çalışmanın amacı Suriyeli mültecilerin yaşadıkları acı dolu deneyimlere rağmen hayatlarındaki anlam temalarını ortaya çıkarmaktır. Bir diğer ifadeyle, bu çalışma ile Suriyeli mültecilerin yaşadıkları travmatik deneyimlerde hayatta nasıl anlam bulduklarını ve geleceğe dair umudu nasıl korudukları incelenecektir. Literatür incelendiğinde çalışmaların daha çok travma, depresyon ve kaygı gibi psikolojik rahatsızlıkların düzeylerini incelediği ve dilsel, eğitsel ve uyumsal problemlere yönelik olduğu görülecektir (Bilen, 2019; Akyıldız, 2018; Çiçek, 2016; Demirbaş ve Bekaroğlu, 2013; Yavuz ve Mızrak, 2016). Ancak literatürde yapılan taramada Suriyeli mülteciler hakkında hayatın anlamı ve anlam temalarına dair herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmanın diğer bir önemli amacı ise Suriyeli

mültecileri logoterapik bir perspektiften bakabilmek, anlayabilmek ve literatüre katkı sağlamaktır.

Bu çalışma ile Suriyeli mültecileri ayakta tutan içsel kaynaklarla ilgili edinilecek bilgiler onlara gelecekte daha iyi destek olunmasına imkân tanıyacaktır. Bu çalışmanın son amacı, mültecilerin hayatlarındaki anlam temalarını keşfedebilmek için içsel dinamiklerinin öğrenilmesi ve kapsamlı mülteci programlarının hayata geçirilmesinde rol alan akademisyenlerin, bürokratların ya da politika yapıcıların yararlanabilecekleri alanlara ışık tutmaktır.

1.4. Araştırma Soruları

Mültecilerin travma deneyimi ardından hayatta kalma, yaşamın anlamı ve acıda anlamlarının anlaşılması ve durumun kolaylaşması için yol haritası olarak aşağıdaki araştırma soruları tasarlanmıştır:

S.1. Suriyeli mülteciler yaşadıkları acı ve travmatik deneyimlerin ardından nasıl bir anlam inşa etmektedir?

S.2. Suriyeli mültecilerde hayatta anlam fenomenine etki eden başlıca faktörler nelerdir?

1.5. Çalışmanın Önemi

Bu çalışmanın önemi hem psikolojik danışmanlık ve aile danışmanlığı gibi ruh sağlığı alanları için hem de eğitsel, sosyal ve uyum politikaları için büyük önem taşımaktadır. Alanyazı incelendiğinde Suriyeli mültecilerin hayatın anlam ve anlam temaları hakkında yapılmış herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Mevcut çalışmaların büyük bir bölümü TSSB düzeylerinin saptanması ya da depresyon ve kaygı gibi psikolojik rahatsızlıklar üzerinedir. Fakat Suriyeli mültecilerin yaşadıkları trajediler üzerine yeterli literatür mevcut değildir. Mültecilerin deneyimledikleri travmatik yaşantıların ne olduğu, zorluklarla baş etme mekanizmaları, yaşadıkları acılarda buldukları anlamlar, mülteci duruma düştüklerinde hayata/insana/inanca karşı bakış açılarının ne olduğu ve geleceğe nasıl baktıkları önemlidir.

Bu çalışmanın bulguları, günümüzde savaş sonrası travma mağduru sayısı, mülteci ya da sığınmacı sayısı ve refakatsiz çocuk sayısına bağlı olarak öncelikle Türkiye’de, sonrasında tüm dünyada büyük önem arz etmektedir. Bu acı dolu yaşamlarından sonra anlam bulan ve geleceğe umut dolu bakan insanların mesajları şimdiye ve geleceğe dair oldukça önemlidir. Ayrıca mültecilerin hayata ve insana bakış açılarını ve hayatlarındaki anlam noktalarını anlamak, hem devletin yapacağı hizmetlerde (uyum politikaları ve destek hizmetleri gibi) hem de eğitim, danışmanlık ve toplumsallaşma hizmetleri açısından çok büyük önem taşımaktadır.

TSSB’nin semptomlarına odaklanmak yerine, savaş travmasını yaşayan bireylerin içsel, güçlü ve esnek yönlerine odaklanmak, şimdi ve gelecekte, bu mağdurların iyileşme yollarını anlamak ve uygulamak, ruh sağlığı çalışanlarına yardımcı olabilir. Son olarak İstanbul gibi büyük metropol şehrinde yaşayan mültecilerin hayatlarındaki anlam anlayışlarını betimlemek, onların ihtiyaçlarını belirlemek, onlara yapılacak ya da uygulanacak politikalar açısından büyük önem taşımaktadır.

BÖLÜM II

LİTERATÜR TARAMASI

Bu bölümde, ülkelerinde savaşlardan dolayı travma mağduru olan insanların hayatın anlamı ile ilgili olan literatür gözden geçirilecek ve incelenecektir. Suriyeli mülteciler ülkelerinden çıkıp dünyanın dört bir tarafına dağılmış ve birçok travmatik acılar yaşamışlardır. Thompson ve Janigian'a (1988) göre, şiddetli olumsuz yaşantılar bireylerin yaşam şemalarını tahrip eder, değiştirir ve dönüştürür. Ayrıca bireylerin yaşadıkları acılar neticesinde bireylerin yeni anlam arayışlarına yöneldiklerini belirtmişlerdir (Thompson ve Janigian, 1988). Savaşlarda ya da travmatik deneyimlerde insanların travmayı nasıl işledikleri, yaşadıkları acılarda buldukları anlamlar ve özellikle travma sonrası iyileşme için yaşadıkları acı dolu mültecilik yaşamlarında buldukları anlamlar önemlidir.

Bu bölüm toplamda dört alt bölümden oluşmaktadır:

1. Hayatın Anlamı ve Amacı
2. Hayatın Anlamı ve Acı
3. Hayatın Anlamı ve Travma
4. Park'ın Anlam Yapımı Modeli

2.1. Hayatın Anlamı ve Amacı

Hayatın anlamı felsefesi, hayatta hiçbir koşulda ortadan kalkamayacak mutlak ve koşulsuz bir anlamın olduğu temel inancıyla başlar (Lukas, 2000). Başka bir ifadeyle, insan en korkunç ve zor durumlarda dahi hayatın anlamını keşfedebilir ve taşıyabilir. Bu temel inanç, dünyada yaşayan insanların mutlak koşulda anlamlı hayata sahip olabileceklerini ve bu anlamı deneyimledikleri hayatlarında potansiyel olarak taşıdığını ifade etmektedir.

İnsanlar hayat tarafından her an ve her durumda sürekli bir şekilde hayatın anlamı ve amacı sorularıyla yüz yüze gelmektedir. Ben kimim, şu an burada ne yapıyorum, yaşadığım hayat anlamlı mı, yaşadığım acıların bir anlamı var mı veya bu hayatta bir amacım var mı gibi sorular ile yüzleşmektedir. Bu yüzden insanın yaşamında sürekli bir anlam arayışı olduğu söylenebilir.

III.Viyana Ekolü olarak bilinen ve Viktor Frankl tarafından kurulan Logoterapi, insanın hayatındaki anlam ve amacını merkeze alan bir düşünce ve terapi yaklaşımıdır (Marshall, 2011). Frankl, insanların savunma mekanizmalarına indirgenmesini ya da sadece aşağılık ve üstünlük çabalarıyla açıklanmasına karşı çıkmaktadır. Ona göre, çağımızın psikolojik vebası cinsellik ya da üstünlük dürtüleri değil, anlamsızlık duygularıdır (Frankl, 2019b). Başka bir söylemle, Frankl, Freud ve Adler'e karşı çıkıp, insanın bu dünyada deneyimlediği acı ya da sevinç durumlarında, eğer anlamlı bir hayata sahipse bunların değerinin olacağını söylemektedir.

Frankl, Nazi toplama kampları olan Auschwitz ve Dachau'da toplamda üç yıl geçirmiştir. Bu toplama kamplarının şartları oldukça ağırdı ve burada insanı ayakta tutan şey, yaşamın gelecekte bir anlamının olması ve onu gerçekleştirme isteğidir (Frankl, 2019a). Bu durum, insanın anlam ve umut kesişimini ortaya çıkarmaktadır. Frankl kamplarda iken yaşanan tüm acı durumları dünyaya anlatabilmek ve logoterapi ekolünü insanlığın yararı için tanıtmak, onun en büyük anlamı ve amacı idi ve bu yüzden umutla o günün gelmesini bekledi (Frankl, 2018).

Frankl'a göre anlam, zamandan zamana, mekândan mekâna ve insandan insana değişmektedir (Frankl, 2019a). Bu durum, insanın hayatındaki anlamın biricik ve öznel olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır. İnsan yaşamında rol oynayan önemli olaylar insanın anlam mekanizmasını da değiştirebilir ve dönüştürebilir. Özellikle, savaşlar, afetler, göçler ya da kişiyi tehdit eden olaylar bireylerin dünyaya bakış açılarını etkilemektedir. Suriyeli mültecilerin yaşadıkları acılar göz önüne alındığında onların anlam yapılarının ne olduğu, dünyaya nasıl baktıkları önemlidir.

Frankl, insanın bu dünyada üç farklı yolla anlamlı bir hayata sahip olabileceğini söylemektedir (Frankl, 2019b). Kabaca bunlar; eylem, sevgi ve acıdır. Eylemde bireylerin dünyaya iştirak etmeleri, bir şeyleri üretebilmesi; sevgide insanların doğaya

veya bir insana gönülden bağlanarak sevebilmesi; acıda ise insanların kaçınılmaz acıda anlam bulabilmesi için ona karşı tavırlar geliştirmesi, onu sahiplenmesi ile acısını kişisel bir zafere dönüştürebilmesidir.

Frankl'ın logoterapisinde, bireylerin yaşadığı acılara karşı hareketsizliği değil, eylemselliği; kaderciliği değil, sorumluluğu savunulmaktadır (Frankl, 2018). Sadece düşünsel olmayan aynı zamanda bunu hayatına yansıtan ve her yaptığı şeyi cesurca sahiplenen, sorumluluk alan bireylerin yaşamlarında acıya karşı bir anlamın olduğu söylenebilir. Aynı zamanda Frankl, insanın hayatında eylemselliği harekete geçiren 'neden'lerin veya motivasyon kaynağının olması gerektiğini belirtmektedir (Frankl, 2019a).

Kişisel anlatıların inşasını inceleyen Baumeister ve Newman'a göre, bireylerin kişisel anlam gereksinimleri dört alana ayrılmaktadır (Baumeister ve Newman, 1994). Bunlar; amaç, değer, etkinlik ve öz-değerdir. *İlk olarak*, amaç ihtiyacı ile insanlar bir deneyime göre mevcut deneyimlerini/amaçlarını anlamlandırabilirler. Travma yaşayan bireylerin kişiselleştirilmiş bir yaklaşıma ihtiyaçları vardır. Travma yaşamak, bireyin dünyayı görme şeklini değiştirebilir (Vis ve Boynton, 2008). Mültecilerin savaş gibi ağır bir travmaya maruz kalmaları dünyayı algılama biçimlerini değiştirmiş olması muhtemeldir. Başka bir deyişle, savaş travması mültecilerin hayattaki anlam ve umut temalarında değişikliğe sebep olabilir.

İkincisi, değere ve gerekçeye duyulan gereksinim, birinin eylemlerini haklı çıkarmak ve iyi, ahlaki bir kişi olma duygusunu vermek için kullanılabilecek doğru ve yanlış kriterleri bulmakla karşılaşır (Baumeister ve Newman, 1994). Bir anlam duygusu bireye meydana gelen olayları yorumlamanın bir yolunu sunar ve insanların dünyada nasıl yaşadıklarını ve yaşamak istedikleriyle ilgili değerlerin geliştirilmesi için bir araç sunar (Sharf, 2015).

Üçüncüsü, istikrarlı, öngörülebilir ve olumlu bir hayat yaşamak için somut eylemler yapmak ve son olarak *dördüncüsü* ise insanlar kendilerini çekici ve yetkin gösteren portreler oluşturarak kendi kendilerine değer duygusunu oluştururlar. Kendine değer, insanların kendilerini sevimli ve yetenekli olarak açıklamalarını gerektirir (Baumeister ve Newman, 1994). Özetle, bir amaç duygusu, eylemlerini haklı çıkaran bir değerler

kümesi, bir etkinlik duygusu ve kendine özgü bir değer için bir temeli olan insanlar genellikle hayatı anlamlı bulabilmektedirler.

Yirminci yüzyıl varoluşçu psikoterapistlerinden olan Irvin Yalom'a göre, iki tür anlam vardır: kozmik anlam ve dünyevi anlamdır (Yalom, 2014b). Yalom'un tanımına göre, kozmik anlamda birey kendisinin dışında, aşkın olan bir varlığa bağlanmakta ve evrenin onun yönettiğinden söz etmektedir. Aynı zamanda, kozmik anlamın (dinler veya aşkın varlıklar) getirdiği buyruklarla, insan dünyevi hayatını kozmik anlamla ahenkli bir şekilde yaşar (Yalom, 2014b). CIA'nin 2015 yılı verilerine göre Suriye halkının %87'si Müslüman olup %10'u Hristiyan'dır (CIA, 2015). Bu veriler ışığında Suriyeli mültecilerin yaşadıkları zorlukları göğüslemede ve acıda anlam bulmalarında İslam ve Hristiyan dinlerinin hayattaki anlam perspektifleri önemlidir.

Yalom'a göre ikinci tür anlam, dünyevi anlamdır. Bilimsel metodun ve soyut paradigmalardan ziyade deneye tabi olan şeylerin yaygınlaşması ile kozmik anlamdan kuşku duyulmuş ve derinden sarsılmıştır. Daha sonra insanlar anlam sistemlerine kozmik anlamın yerine, dünyevi kişisel anlamlarını koymuşlardır, çünkü insan neden yaşıyoruz sorusunun yanıtından vazgeçebilir, ancak nasıl yaşayacağız sorusunun cevabından vazgeçmesi mümkün değildir (Yalom, 2014b). Yalom'a göre, hayatın anlamı ve amacını veren kişisel anlamda bazı etkinlikler şunlardır: özgecilik, bir nedene adanmak, yaratıcılık, hedonistik çözüm, kendini gerçekleştirme ve kendini aşmaktır (Yalom, 2014b). *Özgeciliğe* birey, bir başkasının yararını güder, ona yardımda bulunur. Dünyayı kendi içinde güzel ve iyi bir yer bırakarak insanlığa hizmet eder. *Bir nedene adanmakta* insan, kendi sisteminden uzaklaşarak, bir amaca bağlanarak ve bir nedenin parçası olarak hayattaki anlamı bulabilir. Örnek olarak verilebilecek nedenler; aile, din, bilim ve ideolojilerdir. *Yaratıcılıkta* kişi, kendisini keşfeder ve hayatın anlamını yaptığı orijinal çalışmalarda bulabilir. Yemek yapmak, bir şeyler öğretmek, sanatla uğraşmak gibi şeyler yaratıcılığı besler ve hayatı değerli kılar. *Hedonistik çözümde* insan, hayatını haz üzerine inşa ederek anlamı bulabileceğini iddia eder. *Kendini gerçekleştirmede* birey, kendi içindeki potansiyeli açığa çıkartıp işlerlik kazandırır. Son olarak *kendini aşmada* ise insan, kendi bencil taraflarını yontarak, bir başkasına veya kendi üstündeki bir varlığa yönelmesidir (Yalom, 2014b) Özetle, insanlar bu ve bunlardan başka diğer etkinliklerde kişisel dünyevi anlamlarını inşa ederek hayatlarının anlamını keşfedebilirler.

Son olarak Adler'e göre, insan yaşamında, kendisini bekleyen üç temel görev vardır: mesleki, sosyal ve sevgi ve evlilik. Bu temel görevler insanın dünyadaki gerçekliğini oluşturur ve hayatında yüzleştiği ne kadar soru varsa bu temel görevlerle ilintilidir. Bu temel görevlere verdiği yanıtlar da bireyin yaşamındaki anlamı ve amacını oluşturur (Adler, 2017).

Bu temel görevlerden birincisi, topluma katkıda bulunmak olan mesleki görevdir. Adler'e göre bireyler kendi olanakları çerçevesinde kendilerini geliştirmek zorundadır. Başka bir deyişle yaşamlarını sürdürebilmek ve insanlığın yarınını güvence altına almak için bireylerin bedensel ve ruhsal bakımdan kendilerini geliştirmeleri anlamına gelmektedir. Bu üç görevden ikincisi ise sosyalleşmek olan sosyal görevdir. Adler'e göre yeryüzünde insanlar tek başlarına hiçbir zaman yaşamayacaklarından ötürü diğer insanlara muhtaç durumundadırlar. İnsan kendisindeki güçsüzlükler, yetersizlikler ve sınırlılıklardan ötürü her zaman başkalarına bağımlı durumundadır. Bu yüzden insan, yaşam sorunlarının çözümünde diğer bireyleri gözeterek, müşterek bir halde, ilerlemek mecburiyetindedir. Yaşam görevlerinden sonuncusu yakın ilişkiler kurmak olan sevgi ve evlilik. İnsanlar iki ayrı cinsiyet olarak yaşar. Hem bireyin hem de neslin sürdürülmesi için bu gerçeğin bilinmesi her iki cinsiyet için oldukça elzemdir (Adler, 2017).

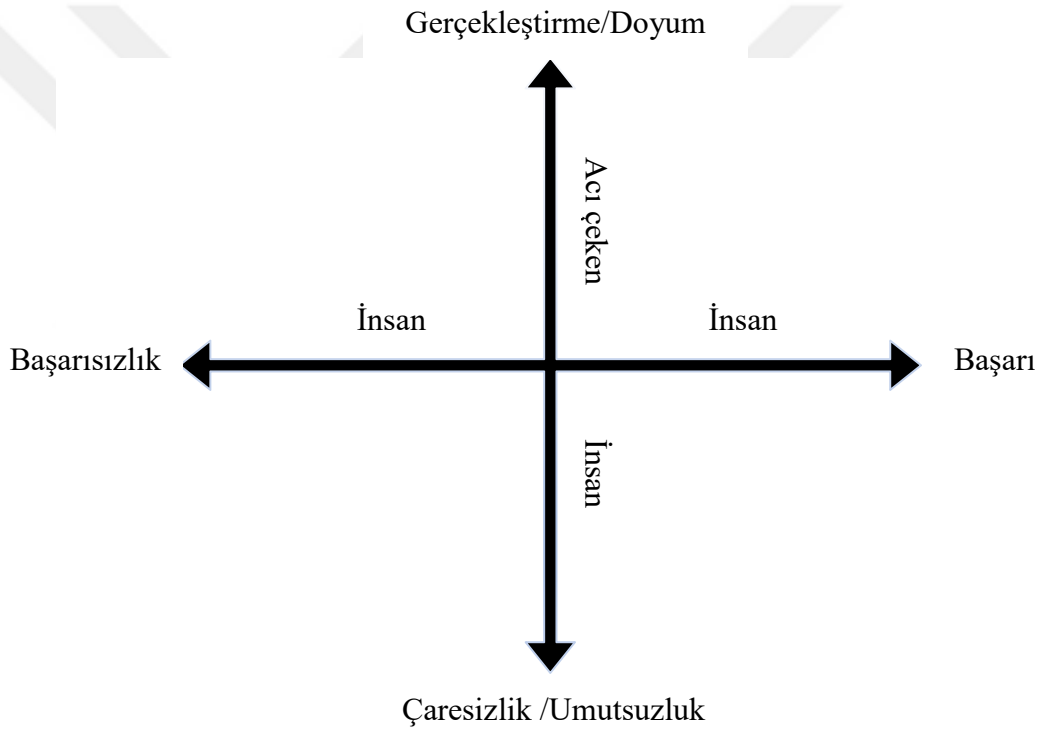
Bu üç ödev bireyin karşısına üç ayrı soru çıkartır: Birey yeryüzünde hayatta kalabilmek için kendisine nasıl bir uğraş bulabilir? İnsanlar arasında kendisine nasıl bir yer belirler ki onlarla birlikte çalışıp toplumsal yaşamın nimetlerinden onlarla birlikte yararlanabilsin? İnsanlar iki ayrı cinsiyet olarak neslin devamını sağlayabilmesi için ne yapabilir (Adler, 2017). Özetle, Adler'in yaşamın anlam ve amacını iş, sosyal çevre ve sevgide gördüğünü söylemek mümkündür. Bireyin hayatta kalabilmesi için bir meslek sahibi olabilmesi, sosyalleşebilmesi ve zorluklar karşısında mücadele edebilmesi için bir sosyal çevreye ve kendi neslinin devamı için de sevgi ve evliliğe muhtaçtır.

2.2. Hayatın Anlamı ve Acı

Hayata anlam vermek için her çaba, hayatı sahici yaşamayı kılar. Hiç kuşkusuz bu bir hedeftir, çünkü eğer kişi hayatı kendisi için dayanılmaz bulursa, hayatın anlamını da

aramaya başlayacaktır. Anlam arayışı her zaman acı içinde bir çılgıktır (Sartwell, 1999). Başka bir deyişle, insanlar anlam arayışlarını genelde kritik zamanlarda meydana gelen olay ve durumlarda bulmaya çalışmaktadırlar.

İnsanların bu dünyada bir amaç ve anlam hissine sahip olması, yaşadıkları acılara sebebiyet veren durumların hafiflemesini sağlayabilir. Logoterapi ekolünün kurucusu ve öncüsü olan Viktor Frankl bu durumu bize, Nietzsche'nin "yaşamak için bir nedeni olan insan hemen her nasıla katlanabilir" aforizması ile açıklamaktadır (Frankl, 2019b). Bu "neden" acıdan önce keşfedilmiş de olabilir, acı veya travmanın beraberinde de bulunmuş olabilir. Frankl insanın acıdaki anlam diyagramını aşağıdaki gibi formüle etmiştir.



Şekil 2. 1. Acıda anlam diyagramı (Frankl, 2019b)

Anlam diyagramının yatay ekseninde, insan başarı ve başarısızlık kutuplarında gelgitler yapan homo sapiens olarak görülür. Burada kişi, hayatında başarılı olduğunda mutlu olduğunu düşünen, para kazanmayı ya da aşk yapmayı nasıl yapacağını bilen akıllı varlıklardır. Diyagramın dikey ekseninde kendini gerçekleştirme veya hayatta doyum ile çaresizlik veya umutsuzluk arasında uzanan eksende hareket eden acı çeken insanlar, Frankl'ın deyişle homo patients, bulunmaktadır. Bu eksenindeki insanlar ya başarısızlıklarına/acılarına rağmen kendini gerçekleştiren veya hayatlarında doyum

elde edenler ya da hem acı çekip hem de yaşamlarında umutsuzluk ve anlamsızlık temaları bulunan bireylerdir. Bu durum, Frankl'ın toplama kamplarında iken, yaşamlarında bir anlamı veya amacı olan bireylerin diğer insanlara göre hayatta kalmaları daha muhtemel olduğunu söylemesi sonucunu hatırlatmaktadır. Frankl bu diyagramı çeşitli yapılan çalışmalarla desteklemiştir. Örneğin, yaşamda acıları olan ama yaşamlarının anlamlı olduğunu belirten Florida cezaevinden bireyleri sol üst kısma yerleştirmiştir. Buna karşılık refah ve zenginliklerine rağmen intihar etmeye kalkışan Idaho Üniversitesi'ndeki öğrencileri de sağ alt tarafa yerleştirmiştir (Frankl, 2019b). Sonuç olarak Frankl, bireyin yaşadığı ve değiştiremediği zorluklara karşı tavrını veya tutumunu değiştirerek acıda anlam bulabileceğini iddia etmektedir. Mültecilerin yaşadıkları acılara karşı tavırların/tutumların ne olduğu ve onları ayakta tutan içsel süreçlerin ne olduğunu anlamak, onları çaresizlikten doyuma, karamsarlıktan umuda ve izolasyondan topluma katılım için fırsatlar sunacaktır.

Frankl' a göre hayatta anlam fenomeni, her şart ve zamanda mevcuttur; hatta en acı ve dayanılmaz koşullarda dahi. Bu fenomen tüm insanlarda doğuştan gelir, aşkındır, insanın içine yerleştirilmiştir, varoluşsal ve aprioridir. Hayatta anlam fenomeni tüm anlamlarla ilişkisel, bir üst-anlamdır (Frankl, 2019a). Ancak, bireylerin hayatları boyunca edindikleri bilgi, kültür, düşünce şemaları ve tecrübelerinin farklı olmasından dolayı yaşamlarındaki anlamları da farklı olacaktır. Özellikle mültecilerin yaşadıkları acılar göz önüne alındığında, hayatlarında anlam olup olmadığı ve anlamın ne olduğunu bilmek önemli olacaktır.

2.2.1. Acı Türleri

En sık görülen acı türleri üç tanedir, bunlar: fiziksel, zihinsel ve sosyal acılardır. Fiziksel acıda bireyde ağrılar (akut veya kronik şekilde) mevcuttur. Mental acılarda kişi kaygı, kayıp, yas, keder ve depresyon gibi psikolojik acılar yaşar. Sosyal acılarda ise insan sosyal olarak dışlanma, zulüm ve zorbalık durumlarını yaşamaktadır (Anderson, 2014). Ek olarak varoluşsal acı (Langle, 2008) ise kişinin bu dünyadaki varoluşunun anlamı ile mücadelesinin sonucudur (akt. Anderson, 2014). İnsanlar varoluşsal acıyı yaygın olarak birinin ölümü ya da kendi varlığına karşı gelen tehditler olduğunda deneyimleyebilmektedirler (Anderson, 2014). Ülkemizde yaşayan Suriyeli mültecilerin her dört acıyı deneyimlediklerini söylemek mümkündür. Bu acılara

rağmen hayatlarını yeniden nasıl inşa ettiklerini, hayatlarındaki anlam inşalarını, ihtiyaçlarını, beklentilerini ortaya çıkartmak ve onları anlayabilmek toplumda yaşayan herkes için faydalı olacaktır.

2.2.2. Acıda Anlam

Shantall (1999) yaşadığı kişisel acı deneyiminden sonra acıda anlam olgusunu araştırmak için Yahudi Soykırımı'ndan sağ kurtulan beş kişi ile bir dizi görüşmeler yapmıştır. Shantall soykırımdan sağ kurtulanların yalnızca acılarıyla baş etmekle kalmayıp aynı zamanda yaşadıkları dehşetli acılarla mücadele edebileceklerini, hatta acılarında anlam bulabileceklerini fark etmiştir. Katılımcıların dördü kadın ve diğeri ise erkekti. Katılımcıların üçü, kamplara 13 yaşındayken giren çocuklar iken diğeri iki kişi ise kamplara yirmili yaşlarının sonlarına doğru giren yetişkinlerdi. Hayatta kalan bu beş kişinin eğitim ve sosyal geçmişleri de çok çeşitliydi: köylü ve yoksul aile koşullarından yüksek kültürlü ve sosyal olarak öne çıkan geçmişlere sahiplerdi. Yaşa, cinsiyete, eğitim düzeyine ve sosyal duruma göre farklılık gösteren hayatta kalanlar, aşağıdaki ortak olan önemli faktörlere sahiplerdi.

Hepsi, Yahudi Soykırımı'nın başlangıcından önce birbirine yakın, sevgi dolu ve değer merkezli Yahudi aileler ve topluluklarda mutlu bir çocukluk geçirdiler. Bu aileler itaatli idiler ancak aşırı dindar değillerdi. Hepsi aile üyelerinin çoğunu Yahudi Soykırımı'nda kaybetti.

Shantall (1999), Güney Afrika'da bu beş kişiyle iki yılı aşkın katılımcı gözlemci bir şekilde onlarla birlikte yaşadı. Çalışmanın sonucunda acı çekmenin bir zorluk olarak kabul edildiği vakit, acı çekmede anlamın yaşanabileceğini vurgulamaktadır. Bu çalışmanın bulguları şu şekilde özetlenebilir: Soykırımdan sağ kurtulanlar acılarıyla karşı karşıya kaldıklarında nasıl davranacaklarını seçmek zorundaydılar. Acıları, yaşamın artık bir güvenlik ve refah duygusu sağlamadığı gerçeğiyle yüzleşmelerini sağladı. Sadece kendilerini düşünmeye teşvik eden koşullar altında ve kendilerine uygulanan acılardan nasıl kurtulabilecekleri hususunda kendi sorumluluklarının acı verici bir şekilde farkında oldular. Yapacakları doğru, kahramanca, bencilce olmayan bir şeyi seçmek ve acı çekmekten nasıl kurtulacaklarını seçmek için seçimin gerçekliği ile karşı karşıya kaldılar. Gerçekten onlar için neyin önemli olduğunun farkında

olduklarında, aktif olarak yaşamlarındaki değerlere bağlı kalmayı ve onları ne pahasına olursa olsun korumaya kendilerini adadılar. Doğru inandıklarını yapmaya başlamaları ise daha önce hiç yaşamadıkları maneviyatlarında bir derinlik yaşamalarına ve daha fazla psikolojik ve manevi olgunluğa sebep olmuştur (Shantall, 1999). Bu çalışma, bireyin kaçınılmaz acıya karşı tavrını ya da tutumunu değiştirmesi ile bireyin acısıyla mücadele edebileceğini ve hatta acısında anlam bulabileceğini göstermiştir. Shantall'ın yaptığı çalışmada seçim, sorumluluk ve bireyi ayakta tutan değerlerin acıda anlam bulabilmede önemli rol oynadıkları görülmüştür.

Shantall'ın (1999) Yahudi Soykırımı'ndan sağ kurtulanlarla yaptığı çalışma, Suriyeli mültecilerle yapılacak çalışma ile benzerlik göstermektedir. Shantall'ın cevabını aradığı soru şu şekildeydi: Yaşam hala trajedi, keder ve acı karşısında anlamlı olarak deneyimlenebilir mi, yoksa böyle bir acı olumlu hiçbir şeyin ortaya çıkmadığı yok edici bir deneyim midir? Bu soru farklı yöntem kullanılıp farklı katılımcılara sorulmuştur. Bu çalışmanın sonuçları ile Shantall'ın çalışmasındaki ortak ve farklı yönlerini betimlemek önemli olacaktır.

2.3. Hayatın Anlamı ve Travma

Travma ile ilgili son yıllarda yapılan araştırmalarla travmadan sonra bireylerde pozitif etkilerin oluştuğu, bireyi değiştiren ve dönüştüren etkisinin olduğu ortaya çıkmaktadır (Jayawickreme ve Blackie, 2016). Bu değişim ve dönüşümler şöyledir: Bireyin ilişkilerinde değişmiş bir duygu, değişmiş bir benlik hissi ve değişmiş bir yaşam felsefesi bulunmakla birlikte, ilişkilerin derinleşmesi, başkalarına karşı şefkat ve sempati artışı ve duyguları ifade etmede daha kolay olma gibi deneyimler mevcuttur. Ayrıca kendini algılamadaki değişim artan bir kırılganlık duygusu da içerebilir, ancak yetenekli ve kendine güvenen insanın kendisine ait deneyiminin artmasını da içerebilir. Son olarak, travma sonrasında bazı bireylerin yaşamlarında daha fazla takdir, değişen yaşam öncelikleri kümesi ve dini, manevi veya varoluşsal konularda olumlu değişiklikler olabilir (Calhoun ve Tedeschi, 1999).

Travmanın beraberindeki bu olumlu değişim literatürde travma sonrası büyüme ile ifade edilmektedir. Travma sonrası büyüme kavramı Calhoun ve Tedeschi'ye göre, bireyin travmatik bir olayla mücadelesinin sonucu olarak yaşadığı olumlu değişimdir

(Calhoun ve Tedeschi, 1999). Travma sonrası büyümeye logoterapik açıdan bakıldığında ise Frankl'ın (2018) insanın kaçınılmaz acıda mücadele etmesi ve acıda anlam bulabilmesi ile eş değer bir kavramdır.

Bu bölüm travmaya bağlı olarak Park'ın (2010) anlam yapımı modeli açıklanıp sonrasında, kayıp ve yas konusu, savaş mağdurları olan soykırım mağdurları ve mülteciler arasında hayatın anlamı ve son olarak da mültecilerde baş etme mekanizmaları ile ilgili yapılan araştırmalara değinmektedir.

2.4. Park'ın Anlam Yapımı Modeli

Park anlam yapımı modelinde, insanın stresli ya da travmatik bir olayı deneyimlemesinden sonra insanların neden anlam ve özellikle de yeni anlam arayışına girebileceklerini dair bir çerçeve sunmaktadır. Anlam yapımı modeli teorik olarak iki çalışma üzerinde durmaktadır. Bunlardan ilki Frankl'ın anlam arayışı çalışmasında yer alan öncüllere dayanmaktadır. Frankl, bireyin acı verici deneyimlerden kurtulması için anlamın bulunması gereken bir şey olduğunu açıklamaktadır (Frankl, 2019b) İkincisi ise insanların stresli olaylar sırasında yaptıkları bilişsel değerlendirmeleri ve bu tür değerlendirmeleri takip edebilecek potansiyel başa çıkma stratejilerini inceleyen transaksiyonel duygu ve başa çıkma teorileridir (Werdel ve Wicks, 2012). Özetle, Park anlam yapımı modelinde insanların doğuştan hayatta anlam fenomenine sahip olduklarını ve travmatik deneyimlerde anlamın bilişsel değerlendirmeler neticesinde bulunması gerektiğini söylemektedir.

Anlam yapımı modelinde teorik olarak iki ana bileşen bulunmaktadır. Bunlar: bütüncül anlam ve durumsal anlamdır (Park ve Folkman, 1997). Park ve Folman'a göre bütüncül anlam, bireylerin genel yönlendirme sistemlerini ve birçok durumun görüşünü ifade ederken; durumsal anlam, belirli bir durumla ilgili anlamın içsel değerlendirmesini, bütüncül ve değerlendirilmiş anlamların gözden geçirilmesini ve bu süreçlerin sonuçlarını içermektedir (Park ve Folkman, 1997). Anlam yapımı modeli çelişki olma durumuna dayanır. Başka bir deyişle, insanların belirli bir durumun değerlendirilen anlamları ile bütüncül anlamları arasındaki anlamsızlık algılarının algılanmasını, bu anlamsızlık sonucunda ortaya çıkan sıkıntıyı azaltma girişimlerine yol açmaktadır (Park, 2013).

Bütüncül ve durumsal anlamları ilişkili kavramlarla birlikte biraz açacak olursak; *bütüncül anlam*, bireylerin hayatlarındaki genel sistemlerini ve birçok durumun görüşünü ifade etmektedir ve bütüncül anlamın içinde inançlar, amaçlar ve öznel anlam duygusu bulunmaktadır (Park, 2013). *Bütüncül inançlar* adalet, kontrol, öngörülebilirlik, tutarlılık ve benzerleri ile birlikte bireylerin kendi görüşlerine ilişkin geniş görüşler ve insanların dünyadaki deneyimlerini yorumladıkları temel şemaları da içermektedir (Park, 2010). İnançlar, bireylerin şemalar yoluyla dünyanın nasıl bir yer olduğunu anlamasında kolaylık sağlamaktadır.

Bütüncül amaçlar istenen süreçlerin, olayların veya sonuçların içsel temsilleridir. Amaçlar istenen son durum olabilir (Park, 2010). İnsanların çoğu bir anlam duygusuna sahip olabilmek için iş/başarı, yakınlık/ilişki, maneviyat/din ve üretkenlik/kendini aşma gibi alanlarda bütüncül amaçlar edinmektedirler (Emmons, 2003). Başka bir deyişle, bütüncül amaçlar topyekûn olarak insanların bu dünyada arzuladıkları ya da gerçekleştirmek için mücadele ettikleri amaçlarıdır.

Öznel anlam duygusu, kişinin varlığında düzen, tutarlılık ve amaç bilinci, değerli amaçların peşinde koşma ve bunlara ulaşma ve beraberindeki bir tatmin duygusu olarak tanımlanabilir (Reker ve Wong, 1988). Başka bir deyişle, öznel anlam duygusu hayatta bir anlam ve amaç hissini ifade etmektedir. Bu anlamlılık duygusu, kişinin eylemlerini arzulanan gelecekteki bir duruma veya hedefe yönelik olarak algılamasından meydana gelmektedir. Bu hedeflerin anlamlılığı deneyimlemek için gerçekleştirilmesi gerekmez; önemli olan nihai hedeflere ulaşmaktan ziyade nihai hedeflere yönelme duygusudur (Baumeister, 1991; akt., Park, 2005).

Durumsal anlam, bir kişinin bütüncül inanç ve hedeflerinin etkileşimini ve belirli bir insan-çevre işleminin koşullarını ifade etmektedir (Park ve Folkman, 1997). Durumsal anlam, potansiyel olarak stresli bir olayın ortaya çıkmasıyla başlamaktadır. Olaydan sonra durumsal anlam, değerlendirilen anlam (olaya anlam atfetme), değerlendirilen ve bütüncül anlam arasındaki çelişkilerin belirlenmesi, yapılan anlamlar ve olaya uyum sağlama da dahil olmak üzere devam eden süreçler ve sonuçlar dizisini açıklamaktadır (Park, 2010).

Değerlendirilen anlamda birey yaşadığı olayın ilk değerlendirmelerinde çeşitli tespitler yapmaktadır. Örneğin bunlar; olayın ne kadar tehdit edici ve kontrol edilebilir olduğu, olayın neden oluştuğuna ilişkin ilk atıflar ve kişinin geleceği için sonuçlardır (Park, 2010). Değerlendirilen anlam anında belirlenebilmekle birlikte sürekli olarak revizyona tabidir (Lazarus, 1991; akt., Park, 2010).

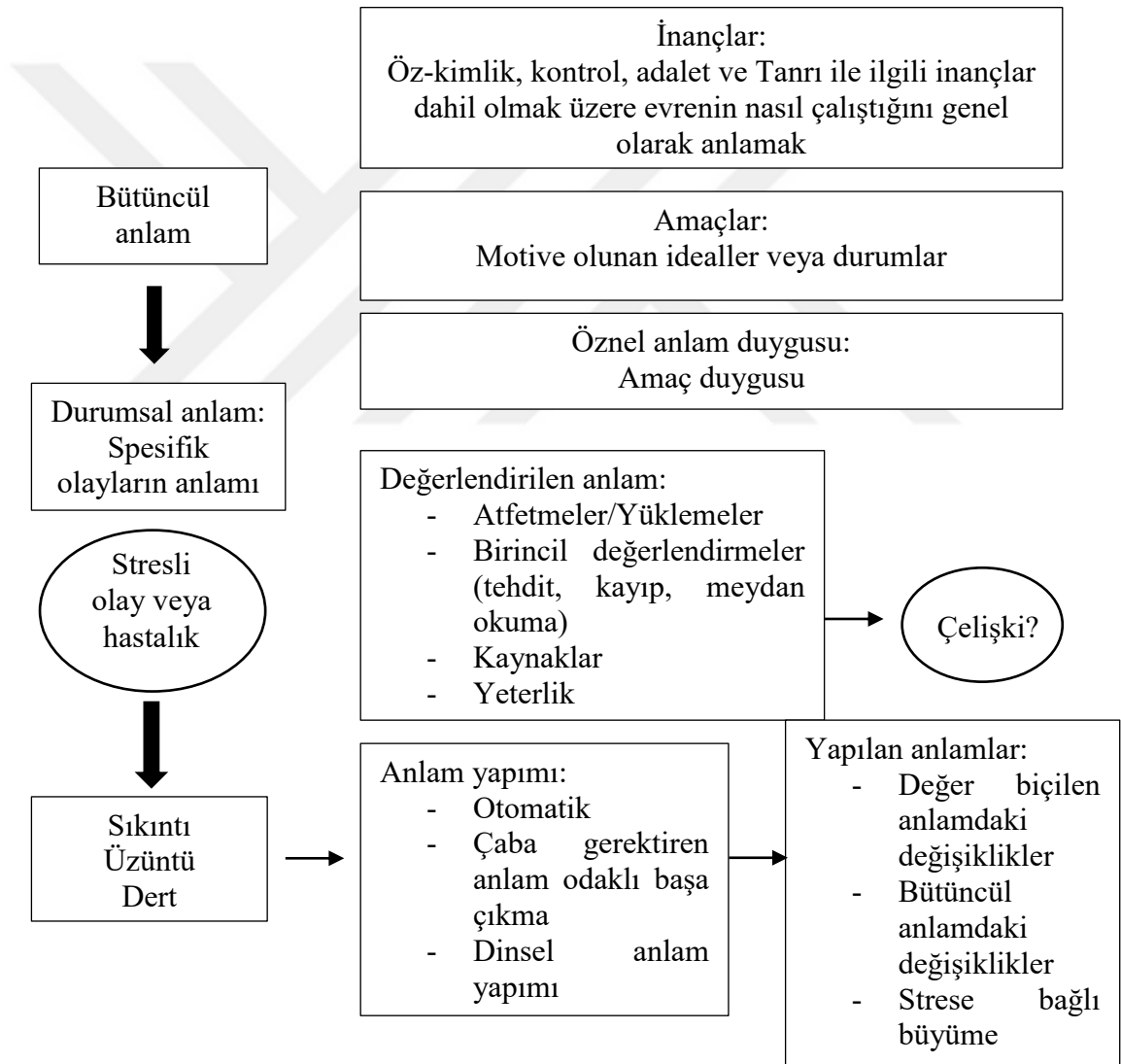
Değerlendirilen ve bütüncül anlam arasındaki çelişkiler: Park'ın (2010) anlam yapımı modeline göre, insanlar bir olayı değerlendirdikten sonra, bu değerlendirilen anlam ile bütüncül anlamları arasındaki uyumu ve çelişkiyi belirlemektedir. Ayrıca, olayın değerlendirilen anlamı ile bireyin bütüncül anlamı arasındaki çelişkinin, yaşanan sıkıntı düzeyini belirlediği düşünülmektedir (Park, 2010).

Bu modele göre, *anlam yapımı*, durumsal anlam ile bütüncül anlam arasındaki çelişkiler neticesinde ortaya çıkmaktadır. Anlam yapımı kendi içinde hem zahmetsiz otomatik olarak ya da bilinçsiz bir şekilde hem de çaba gerektiren anlam yapımı süreçlerini içermektedir. *Yapılan anlamlar*, anlam yapımı süreçlerinin ürünlerini ifade etmektedir (Park, 2010). Başka bir deyişle, yapılan anlamlar, nihai sonuç ve değer biçilen ile bütüncül anlam arasındaki çelişkileri azaltma girişimlerinden kaynaklanan değişikliklerdir. Park (2010), meydana gelebilecek anlamlardan bazılarını şu şekilde ifade etmiştir;

- *Kabul*; acı verici olan durumu kabullenmek suretiyle hareket etmek.
- *Yeniden atfetmeler ve nedensel anlama*; atfetmeler stres verici olayın ilk meydana geldiğinde olabileceği gibi olaylar sürerken ya da sonrasında da yeniden atfetmeler olabilmektedir. Bu anlam türü insanlar için elem verici olayın nedenin anlaşılması yönünden önemlidir.
- *Büyüme veya olumlu yaşam değişikliklerinin algılanması*; bireyler acı verici deneyimlerinin ardından, iyileştirilmiş ilişkiler, gelişmiş kişisel kaynaklar, başa çıkma becerileri ve yaşam için daha fazla takdir etme gibi olumlu değişiklikleri yaşayabilmektedirler.
- *Değişen kimlik/stresli deneyimin kimliğe entegrasyonu*; anlam oluşturmanın potansiyel olarak önemli bir başka sonucu da kimliğin yeniden inşasıdır. Kimliğin yeniden inşası hem olumlu hem de olumsuz olabilmektedir.

- *Değişen bütüncül inançlar*; bireyler, stres etkenlerin değerlendirilen anlamını değiştirerek çelişkileri çözmenin yanı sıra, bütüncül anlamlarında da değişiklikler yapabilirler. Örneğin, soykırımdan kurtulan bir insanın Tanrı inancındaki değişiklikleri.
- *Değişen bütüncül amaçlar*; anlam yapımı aynı zamanda ulaşılamayan amaçları belirleme ve onlardan vazgeçme veya alternatif amaçları yerine koyma ile sonuçlanabilmektedir.

Park'ın anlam yapımı modeli aşağıdaki diyagramla gösterilebilir.



Şekil 2. 2. Park'ın anlam yapımı modeli (Park, 2013)

Dünyanın dört bir tarafına dağılan Suriyeli mültecilerin 2011 yılındaki Suriye İç Savaşı onlar için bütüncül anlam ile durumsal anlam arasında kritik bir öneme sahiptir.

Bu yüzden mültecilerin hayatta anlam fenomenleri Park'ın anlam yapımı modeline göre incelenmiştir.

2.4.1. Kayıp ve Yas ile ilgili Anlam Yapımı

Park (2008) kayıpla başa çıkmada anlam yapımı modelini test etmiştir. Bu çalışmadan önce son altı ay içinde kayda değer bir kayıp (özellikle yas) yaşayan 108 üniversite öğrencisiyle çalışmıştır ve anlam yapımı modelinden elde edilen altı spesifik hipotezi test etmiştir. Hipotezler ve sonuçları şu şekildedir:

- İnsanlar bütüncül inançları veya hedefleri ile kayıplarının değerlendirilen anlamı arasında çelişkiler yaşıyorlar mı? Evet, birçok insan önemli kayıplar yaşadıklarında bütüncül inançlarının ve hedeflerinin ihlal edildiği sonucu çıkmıştır.
- Bütüncül anlam ihlallerinin derecesi sıkıntı derecesiyle ilişkili midir? Evet, katılımcılar kayıplarını ya da acılarını ne kadar çok algılayarlarsa bütüncül anlamlarının ihlalleri de o derece yüksektir.
- Çelişkinin kapsamı sonraki anlamlandırma ile ilişkili midir? Kasıtlı anlam yapımı çabaları ile ilgili olarak durumsal ve bütüncül anlam arasındaki çelişkiler minimal olarak olumlu yorumlama, dini başa çıkma ve duygusal işleme ile ilişkilidir.
- Zamanla, insanlar durumsal ve bütüncül anlam arasındaki algılanan çelişkileri azaltabilirler mi? Evet, katılımcıların yaklaşık %75'i zamanla çelişkilerini azaltmışlardır.
- Anlam yapımı, bütüncül ve durumsal anlam arasında algılanan çelişkilerde zamanla olan azalmalarla mı ilgilidir? Evet, sonuçlar, dini başa çıkma ve duygusal işlemenin hem adil hem de amaç ihlallerinde dünya çelişkilerindeki azalmayla ilişkili olduğunu, müdahalelerin ise öz-denetimdeki inanç ihlallerinde ve dünyayı kontrol eden diğer kişilerde azalma ile ilişkili olduğunu göstermektedir.
- Algılanan çelişkilerdeki azalma, kayba karşı psikolojik uyumun artmasına yol açar mı? Evet, sonuçlar; çelişkilerdeki azalmanın öncelikle artan pozitif bir etki

ile ilgili olduğunu göstermiştir; daha az ölçüde, çelişkilerdeki azalmalar da depresif belirtilerin azalması ve olumsuz etki ile ilişkilidir.



BÖLÜM III

İLGİLİ ÇALIŞMALAR

3.1. Soykırım Mağdurlarında Hayatın Anlamı

Bu bölümde, Holokost mağdurlarında hayatta anlam ile ilgili yapılmış çalışmalara yer verilmiştir. Bu mağdurlar savaş ortamlarına maruz kalmaları nedeniyle çeşitli travmatik deneyimler yaşamışlardır ve ayrıca mülteciler gibi ülkelerini terk etmek zorunda kalmışlardır. Holokost mağdurları ile ilgili yapılmış çalışmalara değinmek onların nasıl hayatta kaldıklarını ve nasıl anlam bulduklarını anlamak, mültecileri anlamak açısından da çok büyük bir öneme sahiptir.

Acıda anlam konusunda Shantall'ın (1999) beş kişiyle yürüttüğü nitel çalışmaya değinilmiştir. Bu bölümde de çalışmayı kısaca açıklarsak; bireyler kaçınılmaz acılarını sahiplendiklerinde ve acılarına karşı tavırlarını değiştirdiklerinde acılarında anlamı bulabilecekleri sonucu çıkmıştır.

Soykırım mağdurları ile ilgili bir diğer çalışma ise 2010 yılında Armour'un yaptığı hayatta kalmada anlam yapımıdır. Shantall'ın çalışmasına kıyasla Armour'un çalışmasında daha fazla katılımcı bulunmaktadır. Ancak Shantall'ın çalışmasında derinlemesine görüşmeler yapılması hayatta anlam fenomeni açısından Armour'un çalışmasına göre derinlemesine keşfedilmiştir. Armour (2010), Yahudi Soykırımı'ndan sağ kurtulan ve Amerika Birleşik Devletleri'ne göç eden 90 kadın ve 43 erkek ile karma bir çalışma yürütmüştür. Bu 133 mağduru üç farklı zaman noktalarında incelemiştir. Görüşmeler ses kaydına alınmış ve yapılan içerik analizi, eylemler ve tutumlarla ifade edilen üç zaman noktasında, ortak önemli temanın hayatta sağ kalma olduğunu ortaya çıkarmıştır. Bu üç farklı zaman diliminde ortaya çıkan sonuçlar şu şekildedir: Nazi rejimi sırasında hayatta kalanlar, kurtuluşa inanarak, geleceğin neler yapabileceğine dair kişisel fantezilere bağlanarak, sevdiklerine sadık kalarak ve yeniden bir araya geleceklerine inanarak umutlarını canlı tuttular. Göçten

sonra hayatta kalanlar, eğitim ve aile için çabalayarak hayatta kalmaya odaklandılar; çocuk sahibi olmak başarılı olmak kapının geçmişe kapatılması, şükran, kabul ve nefretin çözülmesi gibi proaktif tutumlar geliştirmişlerdir. İleri yetişkinler de hayatta kalma konusunda endişe duyma, sağlıklarını korumaları, ölenlere karşı yükümlülüklerini yerine getirme ve nefret ve baskı ile mücadele etmek için ilkeli tavırlar almışlardır (Armour, 2010).

Soykırım mağdurları ile ilgili bir diğer çalışma ise Meade'e (2011) aittir. Anlatımsal tematik analiz yöntemi kullanan Meade, Nazi toplama kampında yaşayan Holokost mağdurlarının hayatlarındaki anlam rolünü anlamaya çalışmıştır. Meade (2011), toplamda 41 katılımcı ile nitel bir çalışma yürütmüştür. Katılımcılar yarı yapılandırılmış görüşmelere katılmışlardır. Görüşmeler, katılımcılarla 2,5-5 saat arasında sürmüştür. Görüşme soruları; başa çıkma, anlam, ilişkiler, vasiyet, dünya görüşü, yaşam amacı, misyon, rol, kimlik ve kuşaklararası konulardan oluşmaktaydı. Meade, soykırımdan bu yana hayatta kalanların yaşamlarında anlamın nasıl ortaya çıktığını ve hayatta kalanların yaşamlarında anlamın önemini araştırdı. Tematik anlatım biçimlerini belirlemek için Meade anlatımsal tematik analiz yöntemini kullanmıştır. Çalışmanın bulguları ise şöyledir: Hayatta kalan her kişinin hayatında anlamla bağlantılı benzersiz bir tema modeli vardır. Bu insanların travmatik deneyimlerle ilgili semptomları devam etse de yaşamlarında karmaşık ve derin anlamlar üretmişlerdir. Buna ek olarak, her tür anlamın Holokost sırasındaki deneyimleriyle ve hayatta kalanların daha sonra yeni ülkelerde hayatlarını yeniden inşa ettikleri rolleriyle bağlantısı vardır. Toplamda, anlamla bağlantılı 16 tema altı katılımcı için önemli olarak ortaya çıkmıştır. Bu katılımcılardan birden fazla kişi tarafından paylaşılan üç tür tema vardı: Holokost hakkında konuşmanın önemi, ailenin merkeziliği ve yaşamlarındaki dinin etkisidir. Bunlar iki veya daha fazla katılımcı için ortak temalar olmasına karşın, her bir katılımcı bu temaların her birinin önemi ve gelişimi açısından farklılıklar ortaya koymuştur. Ayrıca her katılımcının şefkatli olmanın önemi, tıp doktoru olma arzusu ve yaşamın kendisinin takdir edilmesi gibi kendileri için çok kişisel olan en az bir teması da ortaya çıkmıştır (Meade, 2011). Özetle bu çalışma, Holokost gibi acı dolu travmatik deneyime dayanan bazı insanların yaşamlarında anlam verme rolünün merkezi önemini göstermiştir.

Shantall (1999), Armour (2010) ve Meade (2011) tarafından yapılan çalışmaların amacı değişiklik göstermektedir. Meade'nin çalışma amacı, oluşturulan anlam türlerini inceleyerek anlamın rolünü anlamaktır. Armour'un çalışma odağı ise, eylemi temel alan anlam süreci üzerinedir. Shantall, hayatta kalanların acılarında nasıl anlam inşa ettiklerine odaklanmıştır. Bu üç çalışma amaç bakımından her ne kadar çeşitlilik gösterse de sonuçlarında hayatta kalanların hayatlarında uyum sağlamaları ve ilerlemelerine yardımcı olan bir başa çıkma stratejisi olarak anlam yaratma konusunda fikir vermektedir. Dünya genelinde savaş mağdurlarının anlam fenomenlerinin incelenmesi ve bu insanların yaşamlarındaki uyum başta olmak üzere; başa çıkma stratejileri, motivasyonları ve travmalarının büyüme ve gelişmesini destekleyen nedenlerin bilinmesi tüm insanlara yardımcı olabileceği kanaatini taşımaktayım.

3.2. Mültecilerde Hayatın Anlamı

Mülteciler hakkında yapılan araştırmalar daha çok travma sonrası stres bozukluğu, kaygı ve depresyon gibi psikiyatrik hastalıkların düzeylerini ele alan nicel çalışmalardır. Ancak yine de literatürde mültecilerde hayatın anlamı hakkında birkaç çalışma bulunmaktadır.

Jahanara (2015) İran'daki mülteciler arasında hayatın anlamı, umut, depresyon, kaygı ve stres arasındaki ilişkileri inceleyen nicel bir çalışma yürütmüştür. Araştırmanın örneklemini, 2014 yılında İran'ın Alborz eyaletinde yaşayan Afgan mülteciler oluşturmaktadır. 64 erkek ve 94 kadın olan örneklemin yaş aralığı 18-47'dir. Bireylere yaşam anketi, umut ölçeği ve depresyon kaygı ölçeklerinin doldurulması istenmiştir. Çalışmanın bulgularında yaşamda anlam değişkeni umut, anlam mevcudiyeti ve anlam arayışı değişkenleri arasında pozitif ve anlamlı ilişkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca yaşamın anlamı ve umut değişkenleri depresyon, kaygı ve stres değişkenleri ile negatif ilişkili olduğu görülmüştür (Jahanara, 2015)

Mültecilerle ilgili bir başka çalışmada Pavlish (2017), Ruanda'daki bir mülteci kampında ikamet eden Kongolu 14 kadın ve 15 erkek mültecinin anlamlı yaşam deneyimlerini incelemiştir. Bu 29 mülteciler ile yaptığı derinlemesine görüşmeler çerçevesinde tasarlanmış nitel çalışmada ortaya çıkan temalar şöyleydi: Kadınların deneyimleri iyi yaşamı geride bırakma, kızları için endişelenme, evlilikleri hakkında

kararsız hissetme ve umutsuzluk temaları ortaya çıkarken; erkeklerin deneyimleri ise iyi ve güzel yaşamı geride bırakma, huzursuzluk ve gelecek korkusu temaları idi.

Mültecilerde hayatın anlamı ile ilgili bir diğer çalışma ise Abbasi'ye (2019) aittir. Bu çalışma, Shantall'ın (1999) çalışmasına benzetmekle beraber yöntem olarak farklıdır. Bu araştırmayla Abbasi acı çekmede anlam olgusunu araştırmak için şu sorulara cevap aramıştır: Hayat hala trajedi, keder ve acı karşısında anlamlı olarak deneyimlenebilir mi? Eğer öyleyse, yetişkin Iraklı mülteciler acılarının ardından nasıl anlam ve umut taşımaktadırlar? Bu soruyu araştırmak için Abbasi, Ürdün'de yaşayan üç yetişkin Iraklı mülteci ile yarı yapılandırılmış görüşmeler kullanarak fenomenolojik bir yaklaşımla katılımcıların kendi deneyimlerini kendi bakış açıları ile açıklamalarına olanak sağlamıştır. Bu çalışmanın nihayetinde şu bulgular ortaya çıkmıştır: Katılımcılar arasında hayatta anlam ve amaç deneyiminin güvenli bir ortam ve dünyada yaşamayı, iyi bir nesil yetiştirmeyi, iyi bir üne ve etkiye sahip olmayı ve insan özgürlüğüne saygı duymayı içermektedir

3.3. Mültecilerde Baş Etme Mekanizmaları

Mültecilerde baş etme mekanizmaları birçok farklı değişkenden etkilenmektedir. Mültecilerin farklı arka planlara sahip olmaları; onların baş etme süreçlerini ya da farklı mekanizmaları kullanabilmelerine sebep olmaktadır. İnanç sistemleri ve din mültecilerin baş etme süreçlerini etkileyen en önemli faktörler arasında sayılmaktadır (Eiroá Orosa, Brune, Huter, Fischer-Ortman ve Haasen, 2011). Orosa ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan bir çalışmada inanç sistemlerinin, travma geçirmiş mülteciler için başa çıkma stratejisi olarak kullanıldığı bulunmuştur. Bu çalışmada, travma sonrası iyileşmenin sosyal ve entelektüel faktörlerle ilişkili olduğu düşünülen Hamburg'da yaşayan 49 mültecinin tedavisini analiz etmek için boylamsal (2001-2007, toplam 23,59 ay) bir desen kullanılmıştır. Bu çalışmanın sonuçlarına göre; eğitim, bir eşle yaşamak, güvenli bir ikamet durumu ve ilaç kullanımı tedavi sonucunda olumlu faktörlerdendir. İlaç kullanımı, eğitim düzeyi ve bir partnerle yaşamak da depresif belirtilerin üstesinden gelmeye yardımcı olmaktadır. Ayrıca inanç sistemlerinin terapötik süreçte kullanılması bireylerde iyileşmeyi hızlandırdığı sonucu ortaya çıkmıştır (Orosa ve diğerleri, 2011). Mültecilerde inanç sistemlerini ve dini baş etme mekanizmalarını inceleyen bir diğer çalışma Ai, Peterson ve Huang (2003)

tarafından Kosova ve Bosna'daki 138 Müslüman mülteci üzerinde yapılan çalışmadır. ABD'nin Michigan ve Washington eyaletlerinde yaşayan bu 138 mülteci dindarlık, savaş ile ilgili travma, dini-manevi başa çıkma, iyimserlik ve umut hakkında ölçekler yardımıyla veriler toplanılmıştır. Bu çalışmanın bulgularından; iyimserliğin dini başa çıkma ile olumlu ilişkili olduğu ve bunun da artan dindarlık ve yüksek öğrenimle ilişkili olduğu görülmüştür; ayrıca umut değişkeninin, dini başa çıkma ve eğitimle pozitif ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Ai, Peterson ve Huang, 2003). Özetle, mültecilerin güçlü inanç sistemlerine sahip olmaları onların acılarına ya da travmatik deneyimlerinin iyileşmesine katkı sağlamaktadır.

Mültecilerde baş etme süreçlerine etki eden bir diğer değişken de cinsiyettir. Renner ve Salem (2009) tarafından Çeçen, Afgan ve Batı Afrika'dan toplam 150 sığınmacı ve mülteciler ile ilgili karma bir çalışma yürütülmüştür. Renner ve Salem (2009), anksiyete, depresyon, travma sonrası stres, somatik belirtiler ve sosyal uyumu ölçen beş ölçek uygulamış, sonrasında mültecilerle yarı yapılandırılmış sorular eşliğinde görüşmeler yapmışlardır. Çalışmanın sonuçları; kadınların erkeklere kıyasla daha somatik semptomlar, duygusal patlamalar ve cinsel ilgi kaybı yaşadıklarını, erkeklerin ise ayrıldıklarını bildirdikleri görülmüştür. Kadınların tipik başa çıkma stratejileri çocuklarına ve çeşitli iç mekân aktivitelerine odaklanma iken; erkeklerin iş aramayı ve sosyalleşmeyi tercih ettikleri bulunmuştur.

Mültecilerde stresle başa çıkmak için çevrelerindeki sosyal destek önemlidir (Shisana ve Celentano, 1987). Simich ve arkadaşları (2005) tarafından Kanada'daki göçmenler ve mülteciler için sosyal destek sağlamanın önemi üzerine nitel bir çalışma yürütmüşlerdir. Bu çalışmada 137 hizmet sağlayıcı ve politika yapıcının bakış açılarını yansıtan veriler toplanmıştır. Bu çalışmanın sonucunda, sosyal desteğin göçmen yerleşiminde önemli bir rol oynadığını ve göçmenlerin birçok sistemik zorlukla karşılaşmasına rağmen göçmen sağlığı üzerinde olumlu bir etkisi olduğu ortaya çıkmıştır.

Mültecilerde sosyal destek ile ilgili bir diğer çalışma Alfadhli ve Drury'e aittir. Bu çalışmada Alfadhli ve Drury (2018) Ürdün'de yaşayan 13 Suriyeli mülteci ile gözlem ve yarı yapılandırılmış görüşmeleri içeren sekiz aylık nitel-etnografik bir çalışma yürütmüşlerdir. Bu çalışmanın sonucunda mülteciler arasında "mülteci" kavramının

kendisinin bile mültecilere destek sağlayıcı olduğu gözlenmiştir. Sosyal kimlik ve roller bakımından bakıldığında daha önce bir araya gelemeyecek kişiler mülteci kimliği üzerinden bir araya geldiklerini beyan etmişlerdir. Bunlar; asker, doktor, politikacı ve bir çiftçi gibi. Bu ortak kimlik duygusunun, zorlukları paylaştıkları için yeni kurulan sosyal ağların topluluk/mülteci grubu hedeflerine ulaşması için önemli olduğu görülmüştür. Katılımcıların ortak acı ve koşullar altında yaşaması onların ortak kimliklerini geliştirmesine neden olmuştur. Mülteciler arasında sosyal destek ya da paylaşımın arttığını; ekonomik, çevresel ve sosyal anlamda birbirlerine destek verdiklerini gözlemlemişlerdir. Başka bir deyişle, mülteci kimliğine sahip olmanın mülteciler arasında kolektif hareket edilmesine ve birbirlerine sosyal ya da mali anlamda destek vermeye sebep olduğu görülmektedir.

Özetle, baş etme mekanizmalarına ve süreçlerine etki eden birçok değişken bulunmakla beraber, başta mültecilerin buldukları coğrafyadaki kültür ve inanç; sonra mültecilerin bireysel özellikleri onların baş etme mekanizmalarını şekillendirmektedir. Bu tez çalışmasında “sizi hayatta/ayakta tutan şey neydi?” sorusu mültecilerin baş etme olarak neyi kullandıklarını öğrenebilmek için sorulmuştur.

BÖLÜM IV

YÖNTEM

Nitel araştırma, bireylerin veya grupların sosyal veya insani bir soruna atfettikleri anlamın araştırılması ve anlaşılması için bir yaklaşımdır. Araştırma süreci, ortaya çıkan soruları ve işlemleri, katılımcının ortamında tipik olarak toplanan verileri, ayrıntılardan genel temalara tümevarımsal bir şekilde oluşturmayı ve elde edilen verilerin araştırmacı tarafından yorumlamasını içermektedir (Creswell, 2014).

Nitel araştırmalar temel olarak bireylerin dünyayı nasıl anlamlandırdığı, olayları nasıl deneyimledikleri veya fenomenlere hangi anlamları atfettikleri gibi durumlarla ilgilendirir (Pietkiewicz ve Smith, 2014). Başka bir deyişle nitel araştırmacılar araştırmalarını, nicel araştırmacılar gibi hipotez ve sayısal veri odaklı olarak değil, araştırma soruları ve bireyin söylemleriyle yürütmektedirler (Creswell, 2014).

4.1. Araştırma Deseni

Bu tez çalışmasının deseni, nitel araştırma desenlerinden biri olan yorumlayıcı fenomenolojik analiz (YFA)'dir. Taylor (1985) YFA araştırmacılarının birincil amacını, bireylerin deneyimlerini nasıl anlamlandırdıklarını araştırmak oldu (akt., Pietkiewicz ve Smith, 2014). Bu tez çalışmasındaki desenin temel amacı, mültecilerin deneyimledikleri zorluklar ve acıların, onların hayatta anlam fenomenine nasıl etkide bulunduğunu açıklamaya yardımcı olmaktır.

4.1.1. Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz

YFA, bireylerin kendi yaşam dünyaları bağlamında olayları, ilişkileri ve süreçleri, kısacası deneyimlerini, nasıl anlamlandırdığını anlamaya yardımcı olur. Yaşanan deneyime odaklanmak, YFA araştırmacılarının araştırdıkları fenomeni katılımcıların bakış açısından ele alması anlamına gelmektedir. Bu yüzden araştırmacılar nispeten az

sayıda katılımcıdan zengin veri toplamaktadırlar (Larkin, Eatough ve Osborn, 2011). Başka bir deyişle, fenomenolojik bir çalışma, birkaç birey için bir fenomenle ilgili yaşanmış deneyimlerin ortak anlamını tanımlamaya çalışır (Creswell ve Poth, 2018). Bu araştırma da mültecilerin yaşadıkları acılar sonucunda hayatta anlam fenomenini inceleyecektir.

YFA, teorik olarak bilgi felsefesinin üç önemli bölümünden gelen kavramlar ve tartışmalarla şekillenen nitel, deneyimsel ve psikolojik araştırmalara dayalı bir desendir: Fenomenoloji (olgu bilim), hermenötik (yorum bilim) ve idiyografi (Smith, Flowers ve Larkin, 2009). Bu yöntemdeki felsefi bölümler, bu çalışmadaki bu yöntemin neden seçildiğini açıklamaktadır.

Edmund Husserl tarafından eidetik (fotoğrafsı) bir yöntem olarak geliştirilen fenomenoloji, fenomenlerin veya deneyimlerin temel bileşenlerini, başkalarından benzersiz veya ayırt edilebilir olacak şekilde tanımlamayı amaçlamaktadır (Pietkiewicz ve Smith, 2014). Başka bir deyişle, fenomenoloji, deneyimin incelenmesine dayalı bir felsefi yaklaşımdır. Fenomenologlar, bireylerin ortak deneyimledikleri bir fenomeni açıklamaya çalışmaktadırlar (Smith ve diğerleri, 2009). Araştırmacılar YFA kullanırken mümkün olduğu kadar katılımcıların deneyimlerine yakın olmak durumundadır (Frith ve Gleeson, 2012). Bu tez çalışmasında fenomenolojik bakış açısının kullanılması, katılımcılarla mümkün olduğu kadar derinlemesine görüşmeler yapılmasına ve katılımcıları idiyografik olarak incelenmesine katkı sağlamıştır.

YFA'nın faydalandığı bir diğer felsefi alan ise hermenötiktir. Hermenötik, Yunanca 'yorumlamak' veya 'açıklığa kavuşturmak' kelimesinden gelmektedir. YFA çalışmalarında araştırmacı, aktif rodedir ve analitik süreç genellikle çift hermenötik/yorumlama süreci olarak ilerlemektedir. İlk yorumlamada, katılımcılar kendi dünyalarını anlamlandırırken/yorumlarken; ikinci yorumlamada ise araştırmacı katılımcıların anlamlarını anlamlandırmak için bu anlamı yorumlayarak çözmeye çalışmaktadır (Smith ve Osborn, 2008). Başka bir deyişle YFA, metin ve araştırmacı arasında bir diyalog sağlar (Smith ve diğerleri, 2009). YFA'nın kullanılmasındaki bir diğer neden; katılımcıların konuşmaları metin haline geldikten sonra, yorumlama sayesinde katılımcıların anlam dünyaları derinlemesine açığa kavuşturulmaktadır.

YFA'nın dayandığı son teorik yönelim ise idiyografidir. İdiyografi sayesinde, vakalar derinlemesine analiz edilir ve katılımcıların kendi bağlamlarında bireysel bakış açılarının incelenmesine olanak sağlamaktadır (Pietkiewicz ve Smith, 2014). YFA'da idiyografinin olması; küçük, amaçlı olarak seçilmiş ve dikkatle yerleştirilmiş katılımcılar kullanılmasına ve genellikle tek vaka analizlerinden çok etkili bir şekilde yararlanabilmesine olanak sağlamaktadır (Smith ve diğerleri, 2009). Bu tez çalışmasında YFA'nın seçilmesinin en önemli nedeni az sayıda katılımcıdan derinlemesine görüşmeler yapılarak zengin verilerin elde edilmesine olanak sağlamasıdır.

YFA'nın diğer temel özellikleri ise kapsayıcı ve sorgulayıcı olmasıdır (Reid, Flowers ve Larkin, 2005; Smith, 2004). YFA'yı kullanan araştırmacıların var olan literatürü kabul ederek ya da reddederek değil, literatürü aşarak araştırma sorularını oluşturmalarına olanak sağlamaktadır. Bu yüzden araştırmacılar, katılımcılardan veriler toplarken beklenmedik durumlara karşı da esnek olmalıdırlar. Son olarak, YFA'nın sorgulayıcı özelliği ise araştırmacının katılımcılardan veriler topladıktan sonra, literatürde var olan teoriler ve araştırmalar ışığında tartışması ve nihayetinde alana katkıda bulunması anlamına gelmektedir (Smith, 2004).

4.2. Katılımcıların Seçimi

YFA çalışmalarının lisans ve yüksek lisans düzeylerinde katılımcı sayılarının 3 ila 6 arasında olması makul görülmektedir. Bunun sebebi olarak da YFA'nın idiyografik yaklaşımla ilintili olmasıdır (Smith ve diğerleri, 2009). Başka kaynaklarda katılımcı sayıları farklılaşabilmektedir. Bu tez çalışmasına 6 kişi dahil edilmiştir.

YFA'da katılımcılar homojen ve amaca uygun olarak seçilmelidir (Smith ve Osborn, 2004). Katılımcılar, Suriye İç Savaşı'nı deneyimleyen, sonrasında İstanbul'a göç eden ve hayata tutunmaya çalışan mültecilerdir. Anlam yapımı modeline göre, mültecilerde ortak olarak yaşadıkları kriz, ülkelerinde patlak veren iç savaştır. Bu çalışmanın amacı, iç savaştan sonra mültecilerin ortak olarak deneyimledikleri acılar neticesinde hayatlarındaki anlam fenomenini incelemektir. Bu sebeple amaca uygun olması için 3 kadın ve 3 erkek çalışmaya dahil edilerek cinsiyet eşitliği sağlanmıştır. Ayrıca, amaca uygun olabilmesi için Suriye İç Savaşı'nı en az iki yıl deneyimlemiş bireyler

seçilmiştir. Son olarak, çalışmaya iç savaşın 9 yıldır devam ediyor olması ve savaş öncesi hayatlarındaki anlam ile savaştan sonra hayatlarındaki anlamı sağlıklı bir şekilde anlatabilmeleri ve karşılaştırabilmeleri için çalışmaya 22 yaş altındaki bireyler dahil edilmemiştir. Buna göre katılımcılar aşağıdaki gibidir:

Tablo 4. 1. Katılımcıların demografik bilgileri

	Yaş	Cinsiyet	Eğitim Durumu	Medeni Durum	Meslek	Terapi aldı mı?	İç savaşta geçirdiği süre
				Çocuk Sayısı	Gelir Düzeyi		
Elif	31	Kadın	Üniversite Mezunu	Evli, 2 çocuk	Öğretmen, Orta gelir düzeyi	Hayır	2 yıl
Ahmet	34	Erkek	Üniversite Mezunu	Evli, 3 çocuk	Kütüphaneci, Orta gelir düzeyi	Hayır	3-4 yıl
Fatih	34	Erkek	Yüksek Lisans Mezunu	Evli, Çocuğu yok.	Ticaret, Orta gelir düzeyi	Hayır	3 yıl
Zeynep	34	Kadın	Üniversite Mezunu	Evli, 2 çocuk	Öğretmen, Yüksek gelir düzeyi	Hayır	3 yıl
Melek	25	Kadın	Lise	Bekar	Çalışmıyor.	Evet, EMDR, 9 ay	3 yıl
Mehmet	22	Erkek	Lise	Bekar	Çalışmıyor.	Hayır	3 yıl

4.3. Veri Toplama Araçları

4.3.1. Sosyodemografik Form

Araştırmacı tarafından hazırlanan sosyodemografik form (Ek-A), katılımcılara görüşmelerden önce verilmiştir. Temel düzlemde hazırlanan sosyodemografik formun içinde ad-soyad, yaş, cinsiyet, eğitim durumu, meslek, gelir düzeyi, medeni durum, daha önce travma ile ilgili terapi alıp almadığı, nasıl bir çocukluk geçirdiği ile ilgili bilgiler içermektedir. Bu form katılımcılar için Türkçe olarak hazırlanmıştır.

4.3.2. Yarı Yapılandırılmış Görüşme

Zengin nitel veri toplamak için en ideal teknik yarı yapılandırılmış görüşmelerdir (Reid ve diğerleri, 2005). Ayrıca yarı yapılandırılmış görüşmeler hem sürece esneklik kazandırır hem de derinlemesine çalışma yapılmasına olanak sağlamaktadır (Smith ve diğerleri, 2009). Bu tez çalışmasında katılımcılarla yarı yapılandırılmış sorular eşliğinde yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir.

Yarı yapılandırılmış görüşmelerde araştırmacı konu ile ilgili çoğunlukla açık uçlu sorular sorar. Bunlar, katılımcının kendisi ve çevresi üzerindeki duyguları ve düşünceleri ya da başa çıkma yöntemleri gibi deneyimlerinin farklı yönlerini içeren sorulardır (Langdrige, 2007). Aşağıdaki görüşme soruları bu doğrultuda hazırlanmıştır:

- 1 Savaşın başladığını nasıl duydunuz, ne düşündünüz ve neler hissettiniz?
- 2 Savaş esnasında yaşadıklarınızı ve savaştan sonraki deneyimlerinizi anlatabilir misiniz?
- 3 Hayatta kalmayı nasıl başardınız? Sizi ayakta/hayatta tutan şey neydi?
- 4 Şu an ülkenizden uzak bir şekilde yaşamak size ne ifade ediyor?
- 5 Mülteci olmanız hayata/insana/inanca karşı bakış açınızı nasıl etkiledi?
- 6 Yaşadığınız acılardan sonra hayatınızda nasıl bir anlam arayışı mevcuttur?
- 7 Savaş bitikten sonra neler yapmak istersiniz?
- 8 Son olarak eklemek istediğiniz başka bir şey var mı?

4.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

4.4.1. Görüşmeler

Görüşme sorularının hazırlanması: Görüşme sorularının işlevsel olup olmadığı ile ilgili psikoloji ve antropoloji alanlarında iki uzman ile istişare edildi. Daha sonra soruların açık ve anlaşılır olabilmesi için de iki kişi ile pilot çalışma yapıldı. Uzman tavsiyesi ve pilot çalışmalardan sonra sorular revize edildi.

Görüşmeler yapılmadan önce, araştırmacı kendisini tanıttı, sonra, araştırmacı çalışmanın amacından ve olası faydalarından bahsetti. Aynı zamanda araştırmanın olası risklerinden de bahsetti: Acıların nüksedilmesi ve acıların gözler önüne gelmesi gibi duygusal risklerdi. Görüşmelerin gizliliği ve onayına dair katılımcılar bilgilendirildi. Araştırmacı katılımcılara istedikleri an çalışmadan çekilebileceklerini ve bu katılımın gönüllülük esasına dayalı olarak yürütüldüğünden bahsetti. Araştırmacı tüm bunların onayını almak için katılımcılara bilgilendirilmiş gönüllü olum formunu (Ek-B) verip imzalamalarını istedi. Görüşmeler, mültecilerin doğal yaşamları olan evleri ve iş yerleri gibi güvenli yerlerde gerçekleşmiştir. Araştırma sorularına geçilmeden önce, araştırmacı katılımcılara sosyodemografik formu verip doldurmalarını istedi. Görüşmelerin ses kaydına alınabilmesi için katılımcılardan izin istendi. Her bir katılımcı ile ortalama olarak 1 saatlik görüşmeler yapıldı ve görüşmelerin tamamı Türkçe dilinde gerçekleşti.

Görüşme sorularının (Ek-C) yarı yapılandırılmış sorular olması ve katılımcılardan çok yönlü ve derinlemesine bilgiler alınması için katılımcılara bazen açıklayıcı, anlatımsal, değerlendirici ve karşılaştırmacı sorular (Smith, 2009) da sorulmuştur. Görüşmelerde katılımcılar, düşüncelerini açıklayabilmeleri için yeteri kadar süre verilmiş olup görüşmelerin sonunda her bir katılımcı ile geleceğe dair umut ve anlam dolu sohbetler gerçekleştirilmiştir.

4.4.2. Verilerin Depolanması

Görüşmelerden elde edilen ses kayıt dosyalarının silinmemesi için dosyalar araştırmacının kişisel bilgisayarını, taşınabilir hard-disk ve çevrimiçi depolama sitesine

kaydedilmiştir. Dosyaların hepsi şifre ile korunmuştur. Ayrıca görüşmeler yapıldıktan sonra ya aynı gün içinde ya da bir sonraki gün ses kayıtları deşifre/transkript metnine dökülmüştür. Metin dosyaları da aynı şekilde korunmuştur.

4.4.3. Verilerin Analizi

Yorumlayıcı fenomenolojik analizde verilerin analizi, temaları ortaya çıkarma yoluyla ilerleyen bir süreçtir. Bu nedenle araştırmacı ana temaları belirlemek için ses kayıtlarını metin haline getirdikten sonra, üzerinde yoğun bir şekilde çalışmalıdır. Analiz işlemi her bir vaka için ayrı olarak yapılır (Langdridge, 2007). Öncelikle, araştırmacı transkriptlerde katılımcıların duygularını ortaya çıkartmak için ses kayıtlarını metinle beraber bir defa daha dinledi ve transkript dosyası üzerine notlar aldı. Sonrasında araştırmacı transkriptleri tekrar ve tekrar okudu. Araştırmacı tarafından transkriptler MaxQda yazılım programına yüklenildi ve her görüşme için ayrı ayrı kodlama işine geçildi. Sonrasında temalar ve alt temalar ortaya çıkarıldı.

4.5. Çalışmanın Niteliği

Yardley (2000), iyi bir nitel araştırmanın karakteristik olarak 4 özelliğinin bulunduğunu söylemektedir. Bunlar: Bağlama duyarlılık, bağlılık ve titizlik, şeffaflık ve tutarlık ve son olarak çalışmanın etkisi ve önemidir.

Bağlama duyarlılık açısından üç önemli adım gerçekleşmiştir. (1) Hayatın anlamı ile ilgili hem teorik hem de pratik açıdan literatür taranmıştır, (2) katılımcıların rahat edebilecekleri huzurlu ve güvenli yerlerde görüşmeler gerçekleşmiştir, (3) katılımcılardan elde edilen verilere gösterilen duyarlılıktır. Hem görüşme esnasında tutulan notlar hem de transkriptler birlikte ele alınmıştır. Yorumlamalar, katılımcıların söylemleri ve ilgili literatür ışığında yapılmıştır.

Bağlılık ve titizlik bakımından araştırmacı, katılımcıların görüşmede yeterince katılım gösterebilmesi için öncelikle kendisinden ve yapılan çalışmanın amacından bahsetmiştir. Sonrasında, katılımcıların görüşmeye hazır olabilmesi için katılımcılara sıcak ve yakın davranmıştır. Görüşme esnasında da katılımcılara empatik tepkilerde bulunmuş ve katılımcıların kendilerini yeterince ifade edebilmesine yardım etmiştir.

Titizlik açısından araştırmacı, YFA'nın derinlemesine görüşmeler olması sebebiyle katılımcılara açıklayıcı, anlatımsal, karşılaştırıcı ve değerlendirici sorular da sormuştur. Son olarak, verilerin analizinde hem bağlılık hem de titizlik bakımından katılımcılardan doğrudan alıntılar yapılmıştır.

şeffaflık ve tutarlık boyutu için araştırmacı, katılımcıları yakın çevresine duyurarak ve bazı derneklerle iletişime geçerek bulup seçmiştir. Görüşmeler için her bir katılımcıya bir tarih verilmiştir. Görüşmeler mümkün olduğunca katılımcıların yaşadıkları ya da çalıştıkları yer ve muhitlerde gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler 1 ila 1,5 saat arasında sürmüştür. Görüşmelerin analiz kısmında MaxQda yazılım programından ve iki uzmanın tavsiyelerinden istifade edilmiştir. Tutarlık olarak bakıldığında ise temalar içinde çelişkiye mahal vermemek için hem literatür hem de katılımcıların doğrudan söylemleri kullanılmıştır.

Yardley (2000)'in son ilkesi çalışmanın etkisi ve önemidir. Suriyeli mültecilerde hayatın anlamı ile ilgili mevcut çalışma bulunmadığından, bulguların teorik bilgi birikimine ve pratikte uygulamalarına katkı sağlanması beklenmektedir. Bu alışma ile beraber mültecilerin şimdiye ve geleceğe dair umut dolu mesajları başka insanlara ilham olabilir. Ayrıca mültecilerin travmalarının iyileşme yollarını bilmek, hem ruh sağlığı çalışanlarına hem de politika yapıcıların uygulamalarında yol göstermesi bakımından yardımcı olacaktır.

4.6. Refleksivite

Nitel alışmalar nicel çalışmalara göre öznelliğin kabul edildiği, hatta araştırmacının kendisi dahi çalışmayı biçimlendirebileceği belirtilmektedir (Arkonaç, 2017). Bu yüzden araştırmacının dünyaya kendi bakış açısı bağlamında, araştırma üzerinde etkisinin farkında olması gerekmektedir (Patton, 2002). Bu farkındalık araştırmacının refleksivitesi/düşünümselliği olarak tanımlanmaktadır.

4.6.1. Araştırmacının Refleksivitesi

İstanbul-Türkiye'de yaşayan 26 yaşında bir psikolojik danışmanım. Dillerin ve dinlerin birlikte kardeşçe var oldukları Mardin'de doğdum. Bu kültürün, benden

olmayan insanı ‘öteki’ ve ‘yabancı’ görmekten ziyade salt ‘insan’ olarak görmemde katkısı oldukça büyüktür. Ülkemdeki farklı kültürleri tanıyabilmek için Türkiye’yi baştan başa gezdim, yaklaşık olarak 40 şehir gezdim. Ayrıca Türkiye dışında farklı ülkeleri de gezdim. Bu durum, psikolojik danışmanlığın birinci ilkesi olan bireyi tanımamda çok büyük katkısı oldu. Lisans ve yüksek lisans serüvenimde, birçok farklı alanlarda okumalar yapmama rağmen kendimi varoluşçu psikoloji ve logoterapi ekollerinde yakın hissetmekteyim, ayrıca bu konularda derinlemesine okumalar yaptım. Bu ekoller insanları indirgeyici bakış açısıyla, başka bir deyişle sayısal veriler ya da denek olarak, bakmak yerine insanı biricik ve insancıl bakış açısıyla görmektedirler. Bu insancıl bakış açısı, insanlara ve dünyaya bakış açımında da hakimdir. Bu yüzden, zor durumda kalmış insanları (tezimin başında mülteciler, sığınmacılar, azınlıklar, toplum tarafından dışlananlar ve marjda yaşayan insanlar diye yazmamın sebebi budur) anlamak ve geleceğe dair umutlarını yeşertmek için bu çalışmayı yapmaya karar verdim. Büyük ihtimalle, gelecekteki çalışmalarım da acı içinde yaşayan insanlar odak noktam olacaktır.

İstanbul’a mültecilerin akın akın geldikleri zamanlarda, bu insanların sokakta, toplu ulaşım araçlarında, iş yerlerinde ya da diğer kamusal alanlarda kolektif olarak hareket ettiklerini gözlemledim. Ayrıca yerel halkla irtibatları minimum düzeydeydi. Zamanla mülteciler, yerel halkla iletişimlerini ve etkileşimlerini artırdı. Fakat bu etkileşimlerine rağmen, onların hayat ile ilgili anlamlarının ne olduğu, çevrelerindeki diğer insanları nasıl gördükleri ve dini inançlarının ne durumda olduğunu merak ettim.

Mültecilerle görüşmemde kendi düşüncelerimi ve duygusallığımı kontrol etmek için görüşmeler esnasında sürekli olarak notlar aldım. Ardından o gün deneyimlediğim olayları da günlükler halinde bir deftere not ettim. Bu durum benim görüşmelere karşı öznelliğimin ne dereceye kadar faydalı ya da zararlı olduğumu görmemi sağladı. Ayrıca bu notlarımı, tez danışmanımla da paylaştım ve ondan diğer görüşmeler için faydalı olacak nitelikte süpervizyon aldım.

4.7. Bu Çalışmadaki Etik Hususlar

Bu çalışmada, Arkonaç (2017) tarafından belirtilen araştırmacı ve katılımcı arasındaki güç dengesi, katılımcıların izinleri, bilgilendirme ve gizlilik konularında olan etik

hassasiyetlerin önemle üzerinde durulmuştur. Buna göre, araştırmacı olarak güç dengesinin oluşturulabilmesi için katılımcıya güven vermiş olup yakın ve samimi ilişkiler kurmuştur. Bu ilişkideki yakınlık; sempatik bir anlayışla değil, empatik bir anlayışla yapılmıştır. Katılımcıların izinleri için katılımcılara yazılı formatta imzaları alınmıştır. Araştırmacı katılımcılara bilgilendirme konusunda, araştırmanın konusu, hedefi ve süreci bakımından bilgilendirmeler yapmıştır. Ayrıca araştırmacı katılımcılara çalışmadan istedikleri an çekilebilecekleri konusunda hür olduklarını ve bu çalışmadaki olası riskleri söylemiştir. Son etik ilke olarak, gizliliğin korunması hususunda katılımcılar bilgilendirilmiştir. Bu korunmanın sağlanabilmesi için katılımcıların gerçek isimleri araştırmadan çıkartılmış olup onlara rumuzlar verilmiştir.



BÖLÜM V

BULGULAR

Bu bölüm katılımcılarla yapılan görüşmeler neticesinde elde edilen verilerin yorumlayıcı fenomenolojik analiz yöntemi ile analiz edilmesi sonucunda elde edilen bulguları sunmaktadır. Analiz sonuçlarına göre ‘savaş ve mültecilik deneyimleri’, ‘baş etme mekanizmaları’, ‘hayatın anlamı ve amacı’ ve ‘gelecek tasarımı’ olarak üst temalar ortaya çıkmıştır. Buna göre üst ve alt temalar aşağıda bulunan tablo-5.1’de sunulmuştur.

Tablo 5. 1. Üst ve alt temalar

1. Savaş ve mültecilik deneyimi
1.1.Savaş durumlarına maruz kalma
1.2.Temel ihtiyaçların yokluğu
1.3. Mülteci ve yabancı olma hali
1.4. Ayrılıkların ve yeniden birleşmelerin yaşanması
2. Baş etme mekanizmaları
2.1. Din
2.2. Aile desteği
2.3. Umut etme ve unutmaya çalışma
3. Hayatın anlamı ve amacı
3.1. Aile merkezli hayatın anlamı
3.2. İnanç merkezli hayatın anlamı
4. Gelecek tasarımları
4.1. Özgecilik
4.2. Belirsizlik

5.1. Savaş ve Mültecilik Deneyimleri

Savaş ve mültecilik deneyimleri üst teması görüşme sorularının birinci ve ikinci sorularından elde edilen verilerin analizi sonucunda ortaya çıkmıştır. Savaş ve mülteci olma süreci boyunca bu deneyimlere ait *'temel ihtiyaçların yokluğu'*, *'savaş durumlarına maruz kalma'*, *'mülteci ve yabancı olma hali'* ve *'ayrılıkların ve yeniden birleşmelerin yaşanması'* olarak dört alt tema bulunmuştur. Bu alt temalara geçmeden önce iç savaşın nasıl başladığı ve katılımcıların neler hissettiğinden söz etmeliyiz. Tüm görüşmelerde katılımcılar iç savaştan önce durumun protestolar şeklinde peyderpey oluştuğunu ve çok kısa süre içerisinde mevcut siyasal durumun değişeceğine inandıklarını belirtmişlerdir.

İlk altı ay çok güzeldi zaten, ben çok heyecanlandım o zamanlar. Kardeşlerimi, abimi falan hepsini sokağa davet ediyordum. Hadi inin, biz sorumluyuz, özgürlüğe sahip olmak istiyoruz. Ben de gidiyordum... Öyle yani çok heyecanlanırdım yani. Buraya kadar geleceğini hiç hayal etmedim. Birkaç ayda biter diye düşündüm, iç savaş başlamadan önce yani (Elif).

Aşağıdaki iki örnekte ise iç savaştan sonra dahi iç savaşın biteceğine dair umudun korunduğu ve zamanla bu umudun tükenmeye başladığı görülmektedir.

İllaki kazanacak bir taraf çıkacak, o dönemlerde bayağı bir sonuç olacağını düşünüyorduk... Türkiye'de bir ev tuttuk, o zamana göre fiyatları da çok yüksek değil, oturduğumuz yer Reyhanlı, Hatay idi ve köy olduğu için fiyatlar normal, sonra gittik ev tuttuk 3 ay falan. Biz de düşündük ki tatil gibi olsun. Oturalım, sonra bitecek zaten savaş diye düşündük. Sonra baktık ki 3 ay, 6 ay, 8 yıl geçti, 9 yıl geçti, aslında çok tuhaftı (Melek).

...Türkiye'ye ilk geldiğim zaman hiçbir şey hissetmedim, sadece savaşın bitmesini bekliyordum, o uzun (savaş) sürmeyecek. Yani bir bardak satın almak istersem gerek yok, ben zaten birkaç ay sonra eve gideceğimi düşünüyordum (Zeynep).

5.1.1. Savaş Durumlarına Maruz Kalma

Suriye İç Savaşı boyunca katılımcılar çeşitli şiddet olaylarına ya tanıklık ettiler ya da maruz kalmak zorunda kaldılar. (1) Melek kendi şehrine ilk bomba düştüğü zaman yaşadığı travma ve arkasından yaşadığı korku ve güvensizlik nedeniyle kendisinde sürekli bir biçimde panik ve anksiyetenin ortaya çıktığını belirtmiştir.

Bomba attılar şehrimize, benim için o noktadan sonra çok hayatım değişti. Çok sakindi şehrimiz, çok sakindir, hiç sen beklemiyorsun, sonra aniden düştü. Bizim şehrimize geldi ama bize yakında değil, ama ses çok korkunçtu ilk füze atıldığı zaman, ilk ıslık ve sonra ses çıktı ve patlıyor. O çok korkunç bir şeydi. Bakıyorsun güvendiğin insanlar aniden korkmuş, herkes korkmuş, kimse bilmiyor ne olacağını... Sonra tekrar yarım saat sonra tekrar bomba attılar, yani çok korkunçtu, herkes telaş içindeydi. Bu şey anlamı artık bu şehri bombalayacaklar ve

güvenin olmayacak, böyle birkaç gün attılar, sonra atmadılar, sonra tekrar attılar, ama ben ben şey benim için artık güven yok. Kendi yaşadığım ev o kadar güven ki ama artık bu güveni bulamıyorum. Sürekli ben diyorum ki şimdi sahur vakti geldi, aynı saat ya, şu an tekrar bir şey olacak, yok aslında onlar sahur vakti ve iftar vakti atıyorlardı. Bu saat yaklaştıkça senin tedirginliğinin daha fazla artıyordu, diyor ki tekrar bir şey olacak, tekrar bir şey yaşayacaksın, tekrar bombalar gelecek, ben ölecek miyim, kimse ölecek mi benim ailemden falan sürekli (Melek).

(2) Suriye içerisinde iç savaştan ötürü toplu ölümlerin olduğunu söyleyen Fatih, kendi yaşadığı Halep şehrinde haber aldığı şekliyle yaklaşık olarak 2000 kişinin ölümünü duyduğunu ve bir nehirden çıkartılan yaklaşık olarak 400 kişinin ölümüne de şahit olduğunu söylemiştir. Tanık olduğu nehirdaki travmatik olayda ise dünyanın durduğunu, şok olduğunu ve hissinin kaybolduğunu belirtmiştir.

Benim bir arkadaşım var askerlik arkadaşım. Humus 'tan beni aradı, anlattı, diyor ki böyle böyle oldu. Sonra Halep'e geldi, daha açık anlattı, diyor ki meydana topladılar yaklaşık 2000 kişi, onların hepsini gecede hepsini öldürdüler, yok ettiler ama hiçbir haber yok... O gün insanlar, insanları nehirde gördüler, ölen kişiler, çıkartmaya başladılar yaklaşık 400 kişi nehirden çıktı. Birkaç gün içinde nehirden çıkartıyorlar. Ben onlara oraya gittim, gördüm. O zamanda hiçbir şey sanki his kayboldu, hiçbir şey hissetmiyorum, dünya durdu, şok oldum... Çok etkilendim o zamanda, o olay çok aklımda kaldı (Fatih).

(3) Savaşın korkunç durumlarından bir tanesi de Suriye içerisinde bulunan hapishanelerdir. Bu hapishanelerden çıkmanın çok zor olduğu, halk nezdinde bu hapishanelerden çıkan kişilerin yeniden dünyaya geldikleri ve tebrik edildikleri söylenmektedir.

Bizde bir atasözü var: Oraya giren hapse giren kayıp, oradan çıkan yeni doğdu anlamına geliyor. Annemden duyuyorum 20 sene ailesi nerede olduğunu bilmiyorlar, kayboldular ama fazla bahsetmiyorlar aileler... Dünyada hapisten çıkan kişiye kötü bakılıyor ama biz de hapisten çıkan insan en iyi olarak görülüyor (Fatih).

Ahmet bu hapishanelerden birinde toplam yedi gün kaldı. Kaldığı günler boyunca yaşadığı insan hakları ihlallerini, sözel ve fiziksel şiddeti, korku ve travmayı anlattı. Bu anlattığı olayları tekrar yaşıyormuşçasına hüzünlü bir ifadesi vardı. Sesi titrek ve kelimelerini özenle seçiyordu.

Oraya girmek zaten sen ölüme gidiyorsun anlamına geliyor...Orada ulaştığımızda şubelerine indiriliyor tekme tokatla...İlk kontrol üstümüzdeki emanetleri verdik onlara. Sonra ikinci odada genel kontrol çırılçplak tamamen, orada kontrol edip sadece içeriye donla giriyoruz, çok açık yani. Belli bir bölgede bir şey var mı yok mu diye mesela jilet gibi var mı yok mu kontrol ettiler, sonra girdik içeri. Ben bu resmi çok iyi hatırlamıyorum orada çünkü Dünya duruyor, zaman akmıyor başka bir yere gittin sen yeraltına. Bilmiyorum yani kaç kat yani aşağıya iniyorsun. Sonra biz sırayla sorguya çekildik, sorguda bir yerde bekliyorduk orada. Hep yerde oturuyoruz gelen giden tükürüyor üstümüze hain vatan hainler... Sen oradaki insanlarla göz teması dahi kuramazsın. Kurduğunda sanki Allah'ın gazabı senin üzerine oluyor...Çıktık oradan o aşağıdaki şeyimiz önce bir odadaydık, çok küçük bir odada, çok

yüksek tavanlı bir oda, küçük bir lamba vardı. Tam o odada, çok kısık bir sesle konuşuyoruz birbirimizle yani çünkü biraz sesini duyduğunda hemen geliyorlar dışarıdakiler küfürlerle hakaretlerle falan filan sessiz olun diye. Konuşma hakkında orada yok, konuşamazsın...O odadan sonra başka bir yere götürdüler, sonra yer altına girdik, orada daha büyük bir oda, daha kalabalık olduk. Tam tepemizde, tuvaletimiz, yaşamımız komple hepsi oradaydı. Sürekli dışarıdan da bağırış çağırış, işkence sesleri de geliyordu (Ahmet).

Ahmet hapishaneden çıktıktan sonra evine gitti. Eve vardığı zaman evin taziye evine döndüğünü, bunun sebebinin de hapishaneye giren insanların bir daha çıkamadığını, orada ölüme terk edildiğini anlattı.

Ben eve ulaştığımda evde şey vardı bildiğin taziye evi idi. Çocuk bir daha çıkamaz oradan. Girdim ben hemen ikinci kata çıktım, hemen girişte zaten tıklım tıklımdı ev yani. Çıktığımda hemen odama çekildim, orada benim kız kardeşim gördü beni. Kardeşim tepkisiz kaldı, annemi çağırıyor, gel diyor çok sert bir şekilde. Annem geldi bakıyor, kim bu yani, diri olma ihtimali yok yani çıkmaya oradan (Ahmet).

(4) Son olarak iç savaş sürecinde Irak-Şam İslam Devleti olarak bilinen IŞİD Terör Örgütü'nün vahşi eylemlerine şahit olan veya duyan Mehmet ve Zeynep şunları söylemiştir:

Bombalar geldiğinde bizim evimiz gitti. Ben büyük bir 12 saat falan lavaboda kaldım çocuğumla beraber, 2 yaşındaki çocuğumla 12 saat kaldım. IŞİD Haseki'ye girdiği zaman çok çok kötü şeyler yaşadık... Birkaç genç insanın boğazını kestiler, bunlara şahit oldum, evet bizim şehrimizde (Zeynep).

İnsanların cezalandırılmasına şahit oldum. Arkadaşlarım hep gördü, ben görmedim. 2014'te ben buraya geldim. O günlerde ceza kesmek hakkı vardı, mesela bir kişiyi zinadan dolayı tuttular, onu boynundan kestiler, onu ben görmedim, ama bazı arkadaşlarım gördüler bunu (Mehmet).

Savaş durumlarına maruz kalma alt temasında bireylerin ölümlere şahit olmaları veya hapse atılmaları sonucunda bireylerin travmatize olmasına ve ayrıca panik ve kaygıya neden olmuştur. Silahlı çatışmalardan dolayı bireylerde güvenli bölge ve elektrik, su ve gıda gibi temel ihtiyaçlarla ilgili sorunlar ortaya çıkmıştır.

5.1.2. Temel İhtiyaçların Yokluğu

Katılımcılar iç savaş boyunca ülkelerinde elektrik, su ve gıda erişiminde zorlandıklarını, ayrıca savaştan dolayı evlerini terk etmek zorunda kaldıklarını, bu yüzden de temel ihtiyaçlara erişim ve güvenli bölge bulmak için ülke içerisinde birkaç yer değiştirdiklerini belirtmişlerdir.

Biz şimdi Suriye'de de tam 5 ev değiştirdik. Yani bizim mahallemiz Doğu Guta olduğu için tam bir muhalif bölgeydi...Elektrik, su onların hepsini kesmişlerdi, kendi imkanlarıyla o bölge yaşıyordu Doğu Guta, 5-6 sene öyle kaldık (Ahmet).

Sonra şehrin dışına çıktık, bizim yazlığımız var, oraya gittik. Sonra yarım saat sonra zaten çatışma başladı ve biz buradayız. Ama şehir bizim önümüzde, görüyorsun, her yerde sesler ve bombaları duyuyorduk, çok korkunçtu. Herkes geldi, böyle küçük bir iki kat ama çok küçük odalar, yaklaşık biz o günde 25-30 insan vardık, Ramazan idi ve çok sıcaktı, hiç yemek yok, su yok, elektrik yok, telefonlar da yok (Melek).

Biz hayatımızda 30 sene orada evimizi hiç değiştirmedik, ama o zaman yaklaşık 5 defa taşındık bir sene içerisinde, Halep'in içerisinde...Evimizde oturduk, dükkanımızı açtık, tekrar çalışıyoruz ama bu sürede elektrik kesildi, su da kesildi yavaş yavaş daha kötü oluyor. Bir şey almak çok zor oldu, iş zaten çok zor, hem de yavaş yavaş sınır gibi oluyor, tek yol kaldı (Fatih).

Güvenlik ihtiyacı bireylerin birincil en önemli ihtiyacıdır. İç savaş boyunca katılımcılar güvenli yerlere gidebilmek için sürekli olarak hem Suriye içerisinde yer değiştirmek zorunda olduklarını hem de Suriye dışına mülteci/sığınmacı olarak gitmek zorunda kaldıklarını söylemişlerdir. Melek artık savaşın olmadığı, güvenli bir bölgeye geçmek istediğini ve bunu yaşam içgüdüleriyle hareket ettiğini belirtmiştir.

Benim çok güzel bir hayatım vardı, ama bizim şehrimize ilk bomba düştüğü zaman travma oldu bende, güven kırıldı, güvenim kırıldı dünyaya...Bazı insanlar şehirden çıkmadılar hiç kimse çıkmadı, sonra akşam vakti gece vakti insanlar aniden, bizim şehrimiz 40.000 insan var nüfus olarak, ve o dönemde başka şehirlerden gelen göçmenler var o zamanlar, İdlip'te. Herkes çıkmaya başladı ve çok korkunç bir şey, sanki bir filmde, sanki bir kıyamet gününden gibi ve birdenbire bütün insanlar bir yerden bir yere gidiyorlardı, hiçbir güvenli yer yok ve mecburiyet. Hiçbir şey yok, ne olacak, nasıl gideceğiz. O saatte sen sadece bunu düşünüyorsun: Ben hayatta kalacak mıyım, kalmayacak mıyım, başka hiçbir şey düşünmüyorsun (Melek).

Zeynep ise kendisi ve çocuğu için yalnızca güvenli bir bölgeye geçmek istediklerini dile getirmiştir. Ancak arkada bıraktığı geçmişi ve ailesini bir daha ne zaman göreceği, onlara ne olacağına dair çok düşündüğünü ifade etmiştir.

Gerçekten sanki ben ölümden hayata geçeceğim gibi düşündüm o kadar kötü şeyler yaşadığım için ve çocuğum için. Farklı farklı şeyler yaşadım yani ailemi düşündüğümde çok kötü hissediyordum, onları nasıl arkamda bırakıp gidiyorum, nasıl olacak, onları nasıl göreceğim. Ama aklımda tek bir şey vardı: çocuğum var, o yaşadıktan sonra hiçbir şey istemiyorum, ona güvenli bir yer olsun sadece, bunu istiyordum (Zeynep).

5.1.3. Mülteci ve Yabancı Olma Hali

Suriye'de yaşayan insanların başta güvensizlik, sonrasında gıda, su ve elektrik gibi temel ihtiyaçların yokluğu nedeniyle ülkelerinden çıkıp ikinci bir ülkeye mülteci/sığınmacı olarak gitmek zorunda kaldılar. Mülteciler ikinci ülkeye gitmeden önce de ülke içerisinde güvenli bölgelere sürekli bir şekilde göç ettiler. Bu alt temada

İstanbul'da yaşayan mültecilerin “mülteci olmak” ve “yabancı olma” nın deneyimlerine dört farklı açıdan değinilmiştir. Buna göre; (1) Zeynep mülteci olmanın vatansız olmakla eşdeğer olduğunu ve başkaları tarafından kötü insanlar olarak görüldüğünü, kendisinin ve çevresinin hiçbir şeye hakkının olmadığını, yalnızca yaşama hakkının verildiğini ve mülteci kelimesini sevmediğini belirtmiştir.

Mülteci olmak, bence insan mülteci olduğu zaman, bu kelime hiç sevmiyorum...Mülteciler şey vatansız demek bana göre, insan ne bileyim kötü insanlar demek öyle anlama geliyor öyle görüyor daha doğrusu mülteci...Bence insan mülteci olursa hiçbir şeye hakkı yok. Sadece yeter ki yaşıyor o kadar, yaşam hakkı var sadece. Ne planları ne istekleri ne düşündükleri hiçbir hakkı yok... Eğer çocuğum sizin üniversiteye tamam öyle bir hakkı yok, öyle düşünüyorum (Zeynep).

Ayrıca Zeynep savaş bölgesinde olmamasına rağmen hala güvenlik endişesi devam etmektedir. Güvenli bölgeye gelmesine rağmen burada kendisini yabancı olarak görmekte, başkaları da onu yabancı gözlerle gördüğünü söylemektedir. Yabancı olma hissini ise bilinmeme, tanınmama ve herhangi bir yere ya da insana ait olamama duygusu olarak açıklamaktadır.

Her türlü yabancıyız, ne dilimiz, ne insanları tanıyoruz, sokakları bilmiyoruz. Her şeyden çok korkuyoruz çünkü Suriye'de o kadar güvenli bir yerdeydik. Birdenbire her şeyi kaybettik...Yabancılık o kadar çok zor bir duygu ki gerçekten anlatamıyorum. Bu duyguyu şimdiye kadar anlatamıyorum ne demek yabancı. Kimse seni istemiyor mesela, bu yer senin için değil, bu komşular senin komşun değil. Bu ev senin değil, bu duvar senin değil, ne bileyim öyle bir anlama geliyor... Çocuğum Türk okuluna gidiyor. Her gün bana farklı farklı durumlarla geliyor, anne ben yabancıyım ne demek ben yabancıyım (Zeynep).

Melek ise mülteci olmanın bir etiketlenme olduğunu ve insanların onları güçsüz, zayıf veya aciz olarak görmelerine sebebiyet verdiğini düşünmektedir. Bu yüzden Melek mülteci olmanın bir acı türü olduğunu, kendilerine acınarak bakılması değil, insanların onları anlamaları gerektiğini söylemektedir.

Aslında ilk mülteci kelimesini çok kabul etmiyorum...Sonuçta sen mülteci oluyorsun ve sana böyle bir kelime etiketliyorlar, istemiyorum. Sadece kendi ismim var, etiketlenmesini istemiyorum ve çok acı bir kelime, hem de aynı zamanda kendini böyle güçsüz hissedersin bu kelimeyle. Mülteci kelimesi şey geliyor, yani sen aciz bir insansın, zayıfsın, çok olumsuz şeyler geliyor, sevmiyorum o yüzden...Sen acıyı iki kat yaşayacaksın, ilk olarak çıkıyorsun ülkenden, zaten sen bir ülke bırakmışsın, kendi hayatını bırakmışsın ve de başka bir ülkede acı çekeceksin: mültecisin, sen bizden her şey alıyorsun, sen kötüsün, sen bilmem ne bilmem ne bilmem ne sürekli, yani anlamıyorlar seni, hem ben şeyden nefret ediyorum: bana acı bir şekilde bakma, beni anla, anlamak daha önemli (Melek).

(2) Ahmet; Türkmen, Müslüman ve insan olmak kimliğinin İstanbul'daki insanlar üzerinde olumlu etkilerinin olduğunu ve kendilerini daha çok bu kimlikler üzerinden

sevildiklerini söylemektedir. Ancak Suriyeli kimliği insanların kendileri üzerinde nefrete de neden olduğunu dile getirmektedir.

Burada (İstanbul'da) Türkmen olduğum için çok yardımcı oldular bize...Yani bizi çok benimseyen çok seven insan olduğumuz için bizi seven insanlar var, Müslüman olduğumuz için bizi seven insanlar var, Suriyeli olduğumuz için bizden çok nefret eden insanlar var. Belki de hayatımda yakınımda ya da bir muhabbeti hiç olmadığı halde nefret eden insanlar da var (Ahmet).

Zeynep ise Müslüman kimliğinin kendilerini koruduğunu, insanların içinde onlara karşı kötülük olsa dahi Müslüman oldukları için kendilerine zarar vermeyeceğini düşünmektedir. Başka bir deyişle, ortak tarih ve kültürel anlamda din bir nevi güvence üssü olmaktadır.

Aslında çok iyi insanlar, zaten onlar Müslüman insanlar, bu benim açımdan çok iyi çünkü zaten ben Avrupa'ya gitmedim çünkü orada Müslüman insanlar o kadar yok. Türk insanı Müslüman olduğu için gerçekten tamam ben bu insandan nefret ediyorum, istemiyorum, ama bir şey yapamayacak Allah'tan korktuğu için, bir şey yapamayacak, bize zarar vermeyecek... (Zeynep).

(3) Katılımcılar İstanbul'da mülteci olarak bazı ırkçı söylemlere maruz kaldıklarını belirtmişlerdir. Elif özellikle dili öğrendikten sonra insanların konuşmalarını artık anladığını ve bu durumun onda yaralayıcı bir süreç olduğunu aktardı.

Bazen gücümü kaybediyorum ben. Özellikle dil öğrendikten sonra daha zor geldi bana çünkü insanların ne dediğini anlıyorum artık ve çok düşünüyorum, insanları ne dediğini çok hassas bir şekilde düşünüyorum ben. Genelde bu cümleyi duyuyorum: "Bizim gençlerimiz orada savaşıyorlar siz nargile içiyorsunuz." ...Suriyelisin, burası Suriye değil, burası Türkiye. Sen yabancısın. Hep böyle diyorlar yani (Elif).

Fatih ırkçı durumlar yaşamasına rağmen her toplumda bu tür insanların olabileceğini bunların beyaz bir kağıtta siyah bir nokta kadar teşkil ettiğini söylemektedir.

...Tabii ki Türkiye'de genellikle insanlar duygulu, iyi insanlar çok, iyi insanlar gördük, ama tabii mesela insanda şöyle bir şey var beyaz bir sayfa varsa içinde bir nokta siyah bir nokta varsa o nokta daha belirgindir, hem mesela Türklerde bu sıkıntı var, hem de Suriyeliler de var, Türklerde mesela genellikle nasıl oluyor; Suriyelilerle tanışmayan, uzaktan tanıyan, nasıl bakıyorlar: onlar dilenci gibi, onlar devletten para alıyorlar, onlar sanki buraya geliyorlar şey için seyahat için, gezmek için (Fatih).

(4) Son olarak mülteciler İstanbul'a geldiği zaman yaşadıkları zorluklardan bir tanesi de dil konusudur. Ahmet dil bilmenin bireyin iş bulmasına yardımcı olduğunu, insanların kendilerine sahip çıkmasından ve sevmesinden bahsetti.

Oradaki proflar, Suriye'deki hocalarım, üniversite hocalarım bir sürü geldiler buraya. Adam sadece dilden dolayı iş bulamaz hale geldi, dil bilmediğinden yaşayamaz hale geldi, iş bulmadı, bu dil her şey etkiledi dilden dolayı seni benimsedi, sahip çıktı, senden nefret etti (Ahmet).

Melek ise dil bilmenin kendisini ifade etmesine yardımcı olduğunu, kendisini daha güçlü hissettiğini dile getirdi.

Türkçem olduğu için korkmuyorum, benim Türkçem var, o yüzden benim hakkımda ne konuşuyorlar, anlayabilirim bu benim için iyi bir nokta. Bana sürekli güç veren bir nokta. Bazıları kötü yapmak istiyorlar ama sen anlıyorsun onları, ama diğer insanlar anlamadıkları için kendilerini özgüven eksikliği oluyor (Melek).

5.1.4. Ayrılıkların ve Yeniden Birleşmelerin Yaşanması

Mülteci olarak İstanbul'a gelenler çekirdek ailelerini öncelikle Suriye içerisinde bırakmak zorunda kaldılar. Daha sonra İstanbul'da yerleşmeye ve çalışmaya başlayan katılımcılar onları Suriye'den İstanbul'a getirebildiler. Ancak çekirdek aile dışında akrabalar ise dünyanın farklı ülkelerine dağılmak zorunda kaldılar. Bu durum katılımcılar için zor ve duygusal bir süreçti.

Fatih Türkiye'ye ailesinden önce gelip İstanbul'da çalışmaya ve yerleşmeye başladı. Daha sonra ailesi onun yanına geldi. Ancak akrabaları şu an farklı ülkelerde bulunduğunu ve bu durumun çok zor olduğunu aktardı.

...Babam dedi artık oturmayalım evde siz çıkın önümüzden. Türkiye'ye gidip bir şey ayarlayın, bir ev tutun, bir şey yapın. Ondan sonra biz sizin arkanızdan geliriz. Baba ben gelmek istemiyorum, çok tartışma oldu, en son tamam baba dediğin gibi olsun dedim... Girebildim Türkiye'ye, tabii çok zordu... Şimdi benim ailem herkese bir devlet içinde oldu, şuan mesela benim dayım Norveç'te Onun çocukları Almanya'da, herkes bir şehirde. Benim teyzem Kuveyt'te, diğer mesela teyzem Mısır da, diğeri Ürdün'de, herkes bir devlette. Şu an herkes dağıldı yani çok çok zor artık (Fatih).

Zeynep ailesini Tartus'ta bırakıp onlara kendi durumuyla alakalı bir şey paylaşmadığını ve bir gün anne ve babası ile kavuşmanın hayalini kurduğunu söyledi. Ayrıca akrabaları dünyanın çeşitli ülkelerine dağıldığını ve bu durumun ise kendisini İstanbul'da bulamamasına neden olduğunu anlattı.

Ailemle hiçbir şey paylaşmıyorum şimdiye kadar, hiçbir şey paylaşmıyorum, sadece ben çok iyiyim, çok memnunum öyle söylüyorum çünkü onlar orada çok kötü şeyler hala yaşıyorlar. Annem ve babam yaşlı insanlar zaten, biz iki kardeş biri Katar'da, diğer kardeş Almanya'da, biz iki kardeş İstanbul'da. Çok zor bir duygu, bu yüzden İstanbul'da kendimi hiç bulamıyorum...Ama en çok hiç aklımdan gitmiyor, ben ailemle annemle babamla ne zaman görüşeceğim. Evet hasret en çok, en çok bunu düşünüyorum, hep düşünüyorum. (Zeynep).

Mehmet ise Suriye'deki tüm yaşamını bırakıp İstanbul'a tek başına geldiğini ve çalışmak zorunda olduğunu aktardı. Evinden çıkarken çok ağladığını, herkesle vedalaştığını ve bu sürecin kendisi için zor olduğunu anlattı. Mehmet ailesinden ayrıldıktan bir yıl sonra ailesinin tekrar onun yanına geldiğini söyledi.

Eski hayatımı bıraktım, arkadaşlarımı, ailemi bıraktım, ama burada hiçbir şeyim yoktu zaten, yani Türkiye'ye gelenler herkes biraz mutlu olarak geliyorlar, mesela ilk geldiğimde bir şeyler hissetmedim gerçekten, sadece buraya gelip çalışmayı bir an önce, çalışmam lazım çünkü...Aileler vardı ama ailem yoktu yanımda, tek başıyım...Ama o anda ne hissettiğimi hala hatırlıyorum mesela, evime bakarak göz yaşımı döktüm, çok ağlamıştım, çıkmıştım, annemle babamla vedalaştım, ama zor bir durumu benim için. Şu an herkes burada, 2016'da geldiler buraya (Mehmet).

5.2. Baş Etme Mekanizmaları

Baş etme mekanizmaları üst teması görüşme sorularının üçüncü sorusundan elde edilen verilerin analizi sonucunda ortaya çıkmıştır. Bu üst temanın alt temaları; katılımcılar gerek iç savaşta gerekse İstanbul'daki mültecilik yaşamlarında yaşadıkları acı, travmatik ve zorlu yaşam koşullarında onları ayakta tutan '*din*', '*aile desteği*' ve '*umut etme ve unutmak*' olarak belirtmişlerdir.

5.2.1. Din

Katılımcılar acı dolu geçen savaş ve mültecilik yaşamlarında kendisinden üst bir varlığa inanma, ona dua etme, bu durumların geçici olduğu ve bu yüzden sabretmek gerektiğini dile getirmişlerdir. Katılımcıların hepsi Sünni Müslüman inancına sahiptirler ve bu inanç perspektifinden hareketle dini baş etme mekanizmaları şekillenmiştir.

Fatih kendisinin üst bir varlığa inandığını ve ona tevekkül ettiğini, bazen ümitsizliğe düşse de acılarına rağmen ayağa tekrar ve tekrar kalktığını, Allah'a dua ettiğini, geleceğe dair güzel şeylerin olacağına dair ümidini koruduğunu anlattı.

Allah'tan bir ümit, hep ümit var, ondan kesilmez inşallah, Allah'a tevekkül etmek...Belki bazen gerçekten çok ümitsizlik hissediyorum bazı günlerde, bazı günlerde mesela daha rahat, daha iyi daha umutlu oluyorum, ama genellikle dediğim gibi öyle olmaya çalışıyorum, mesela bazen haberler geliyor Suriye'den, bazen o videoları izliyorum çok çok çok acı yani kötü hissediyorum, ama yani dediğim gibi tekrar tekrar kalkıyoruz, tekrar ayakta duruyoruz Allah'a dua ediyoruz, inşallah yani gelecekte hem de ahirette inşallah güzel şeyler ümit ediyoruz (Fatih).

Melek muhafazakar bir ailede büyüdüğünü, inancının çok destekleyici olduğunu ve bu günlerin geçici olduğunu belirtti. Ayrıca İstanbul'da kimsenin yanında olmadığını, yabancılık çektiğini, bunlara karşı Allah'a dua ettiğini ve onun yol göstermesi sonucunda ayakta kalabildiğini aktardı.

Bizim ailemiz elhamdulillah muhafazakar bir aile, imanla büyüdük, ama ben daha çok gördüm şey: iman noktalar gördüm. Senin gerçekten hiçbir şeyin kalmıyor, sadece Allah'tan istiyorsun ve bunu gördüm gerçekten net bir şekilde gördüm, dua ediyorsun, sonra bu kadar kocaman İstanbul'dasın ve hiç kimsen, tanıdığın yok, dilin yok, dua ediyorsun ve Allah sana yol gösteriyor. Bence ben bunu görüyorum: Gerçekten iman en çok, inanç en çok destekleyici oldu, illaki geçecek bu günler... (Melek).

Zeynep ise Allah'a dua ettiğini, onu içsel bir güç olarak içinde hissettiğini ve gelecekte her şeyin düzeleceğine dair umudu ve inancının olduğunu belirtti.

Buraya geldiğimden beri Allah'a dua ediyorum. Allah'a kendi içimde hissediyorum, ona her şeyi anlatıyorum, dediğim gibi ailemle hiçbir şey paylaşmıyorum. O yüzden sadece Allah'a dua ediyorum. Evet inanıyorum bir gün her şey bitecek, düzelecek, ne olacak, nasıl olacak hiç bilmiyorum, ama inanıyorum ben (Zeynep).

5.2.2. Aile Desteği

Katılımcıların söylemlerinden zorlu yaşam koşullarına karşı aile desteğinin hem maddi hem de manevi olarak önemli bir baş etme mekanizması olduğu ortaya çıkmıştır. Maddi olarak aile desteği katılımcının okumasına ve yetişmesine yardımcı olurken, manevi olarak aile desteği bireylerin acılarının azalmasına, birbirlerini destekledikleri ve hayatta amaçları olarak hiçbir şeyleri olmasa dahi yalnızca çocuklarının varlığı bile onlara güç verdiği sonucu ortaya çıkmıştır.

Mehmet okumayı çok isteyen bir gençti, ancak ailesi tam olarak yanında olmadığı için maddi olarak zorlanmıştı. Ailesi geldikten sonra Mehmet çalışmayı bıraktı ve ailesi ona destek çıkararak onun okumasını sağladı. Bu Mehmet için çok önemli idi çünkü kendisi okumanın kendisine güç verdiğini aktardı.

Ben en çok etkilendiğim için okulumu bıraktığım için, ona dönmek için her şeyi yaptım, ama o günlerde mesela bizim durumumuz iyi değil, ailemden uzağım, sadece abimle ben çalışıyordum. Ailem geldikten sonra babam çalışmaya başladı, sonra ben biraz miktar para biriktirdim babama dedim ki artık size bir şey vermeyeceğim. Ben sadece okula dönmek istiyorum. Yani hala beni güçlü tutan şey okulumdur öyle diyebilirim... (Mehmet).

Elif hem üniversite okurken hem de çocuk sahibi iken çok zorlandığını anlattı. Bu süreçte ailesi ve eşinin desteği ile hem maddi hem de manevi olarak bu süreci atlatabildiğini aktardı. Aynı zamanda Elif üniversite okumanın da güç verdiğini anlattı.

Ailem, bir de üniversite. Üniversiteye yatay geçişle geldim. Üniversiteye gittikten sonra hayatım değişti... En çok üniversitede destek verdi eşim bana. Üniversite iki seneydi ve çok zordu yani benim için. Türkçem çok azdı. Arkadaşlarım yoktu bazen çok yalnız hissediyordum kendimi. Kızımı da kreşe bıraktım. O da zordu yani her taraftan zordu. O da çok destek oldu. O olmadan yapamazdım ben (Elif).

Zeynep ise iç savaş sürecinde tüm gücünü kaybettiğini ve İstanbul'a geldiğinde ne yapacağını bilemez halde idi. Ancak çocuğu için tabiri caizse ayağa kalkması gerekiyordu ve sıfırdan hayatına başlama kararı aldığını açıkladı.

Güç olarak ben her şey kaybettim, işimi, hayatıma, istediğim sevgi ile kurduğum her şeyi kaybettim, tamam ama sonuçta çocuğum var, 3 yaşında, konuşmıyor doğru düzgün. Ben tek başıma dört duvar arasında, eşimin iş saatleri çok uzun olduğu için kimse yoktu. Baktım hayatım var ve onunla yüzleşmeliyim dedim ve sıfırdan başlamaya karar aldım (Zeynep).

5.2.3. Umut Etme ve Unutmaya Çalışma

Katılımcılar dini inanç ve ailelerinden aldıkları destek ile yaşadıkları zorlu süreçleri unutmaya çalıştıkları ve geleceğe umut ile baktıkları görülmüştür. Özellikle dua etmek geleceğe doğru umudu tazeleyen ve güç veren bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır.

Fatih ailesinden aldığı destekle bu zorlu yaşamı unutmaya ve tekrardan hayatına bir yön çizmeye çalıştığını aktardı. Özellikle bir işte çalışmak ve hayatın içinde aktif olmak acıları unutmaya yardımcı olabilir.

Bence aile benim babam, benim annem duasıyla, hem de onlar önünde hiçbir zayıflık hissettirmek istemiyorum, o yüzden biraz daha fazla dayandım, hem de insan onun isminden "nisyan" Arapça unutmak. İnsan tekrar çalışınca, tekrar hayat içinde olunca yavaş yavaş unuttur biraz. Ben mesela tekrar burada yüksek lisansa başladım birkaç sene önce kazandım, bitirdim. Doktora da düşünüyorum, evlendim (Fatih).

Ahmet ise hem inanç hem de ailesinden aldığı güç ile geleceğe dair umudunu koruduğunu aktardı. Ayrıca Allah'ın adaletine güvendiğini, bunu pasif bir şekilde değil aktif bir şekilde çalışarak inandığını da eklemiştir.

Annem babam sonradan geldi. Yani birebir hemen aynı olmasa da yakınız birbirimize, birbirimizi cesaretlendiriyoruz. Yani bu öyle bitmeyecek bu olay. Biz eğer Allah'ın adaletine

inaniyorsak böyle bitmeyeceğini de biliyoruz, bu yapanın yanına kar kalmaz böyle, bu iş böyle bitmeyecek. Biz de çalışmalıyız (Ahmet).

5.3. Hayatın Anlamı ve Amacı

Hayatın anlamı ve amacı üst teması görüşme sorularının dördüncü, beşinci ve altıncı sorularından elde edilen verilerin analizi sonucu ortaya çıkmıştır. Hayatın anlamı ve amacı alt temaları bireylerin baş etme mekanizmalarına paralel bir şekilde ortaya çıkmıştır. Bu üst temamıza ait iki tane alt tema ortaya çıkmıştır. Bunlar: *'aile merkezli hayatın anlamı'* ve *'inanç merkezli hayatın anlamı'*. Zeynep ve Elif hayatın anlamına dair herhangi bir şey söyleyememişlerdir. Ancak tabiri caizse son kale olarak hayatlarının amacı açısından çocuklarını görmüşlerdir. Yaşadıkları zorlukları çocuklarının yaşamaması adına ayakta kaldıklarını yukarıdaki söylemlerinde dile getirmişlerdi.

5.3.1. Aile Merkezli Hayatın Anlamı

Bu alt temada hayatın anlamına dair net cevap veremeyen katılımcılar oluşturmaktadır. Ancak hayatlarının anlamı olmamasına rağmen hayatlarının amacı bulunmaktadır. Bu durum insanların anlamlı bir hayata sahip olmasa dahi ayakta kalmaları için amaçlı bir hayata sahip olmaları gerektiğini ortaya çıkarmaktadır.

Katılımcılardan Zeynep yaşadığı acılar neticesinde hayatınızın anlamı nedir sorusuna anlamlı bir yanıt verememiştir. Ayrıca hayatı ile ilgili belirsizliklerden dolayı nasıl bir anlamlı hayata sahip olabileceğini de bilemiyor olabilir. Ancak hayatının amacını, kendisinden parça olan iki çocuğunun zorluklarla karşılaşmaması olarak görmektedir.

Hiç, boş gerçekten... Hayatımın amacı sadece iki çocuğum, onlar eğitim alsınlar, sağlıklı olsunlar ne bileyim çok küçük çok basit şeyler istiyorum, başka hiç düşünemiyorum çünkü ne olacak hiç bilmiyorum (Zeynep).

Elif ise hayatının anlamını hiç düşünmediğini, bu yüzden net bir cevap verememiştir. Hayatında mutlu kalmaktan ziyade İstanbul'daki insanlarla uyumlu kalmak gerektiği cevabını vermiştir. Yaşadığı acılara karşı çalışmanın ona iyi geldiğini ve hayatta onu ayakta tutanın çocukları olduğunu söylemiştir. Başka bir deyişle, hayattaki anlamı olmamasına rağmen hayattaki amacı bulunmaktadır.

Kelimeler bulamıyorum. Hiç düşünmedim hayatımın anlamı nasıl... Hayatta mutlu kalmak, mutlu değil yani, uyumlu kalmak. Bu sene işe başladım ve işin en temel sebebi bunları çok düşünmemek. Evde oturup bunları düşünmemek. Gerçekten kötü bir hale geldim geçen sene. Bu sene daha yani iş ile birlikte daha iyi oldum...Beni hayatta tutan çocuklarım (Elif).

5.3.2. İnanç Merkezli Hayatın Anlamı

Hayatın anlamı ve amacını inanç merkezli olarak gören bu katılımcılar yaşadıkları savaş ve mültecilik yaşamlarını dini bir imtihan olarak görmektedirler. Bu imtihanı kazanmak onların hayattaki anlam ve amacını oluşturmaktadır. Ayrıca baş etme mekanizmaları ile uyumlu olan hayatın anlamı ve amacı üst temasında bireyler yaşadıkları olumsuz sonuçlar neticesinde anlamlı sayılabilecek değişimler geçirmişlerdir. Bunlar genel olarak katılımcıların yaşamlarında dini farkındalığın yükselmesi, hayatın farkında olunması, insani değerlerin ön plana çıkması ve insanlar arasındaki kaliteli iletişimin artmasıdır.

Fatih mültecilik yaşamını bir bebeğin hayata sıfırdan başlamasından daha olumsuz bir şekilde tasvir etmiştir.

Yeni bir hayat gerçekten yeni bir hayata girdik, her şey sıfırdan değil, normalde bir çocuk doğuyor sıfırdan hayatı başlıyor, ama biz ya da ben bakıyorum 28 yaşında ben Türkiye'ye geldim, 28 de yeni doğdum, her şey sıfırdan değil aşağıdan eksi ondan eksi yirmiden. Tekrar dil öğren, yaklaşık bir buçuk iki sene tekstilde çalıştım, diplomam var, her şeyim var ama çalışmıyorum, Halep'te dükkanım var, ama burada eleman olarak bir fabrikada 14-15 saat çalıştım asgari ücret şeklinde, hem de iki kardeşim beraber çalıştık, ancak kendimizi çıkartabiliyorduk (Fatih).

Fatih yaşadığı bu olumsuzlukları ya da yaşamını dini olarak imtihana bağlamaktadır. Niyeti bu imtihanı kazanmak ve gelecekte bunu görebilmektir. Ayrıca yaşamdaki amacını da Allah'a ibadet olduğunu söylemiştir.

Ben şöyle inanıyorum: Her şey Allah'tandır ve o değiştirebilir, hem de bizim görevimiz bu hayatta, yani Allah'a ibadet etmek, Allah'a itaat etmek, eğer mesela kazanırsak gelecekte bakıyoruz, inşallah, öyle istiyorum, öyle olmak istiyorum açıkçası (Fatih).

Yaşamın bir imtihan olduğunu söyleyen Fatih mültecilik yaşamının ömür boyu olmadığını, bu durumun kısa süreli olduğunu, yaşadıkları acılardan sonra kurtuluşa ereceklerine dair umudu koruduğunu dile getirdi. Ayrıca tüm bu olumsuz sonuçlar sonrasında kendisinde dini farkındalığın yükseldiğini, inandığı hadis ve ayetleri yaşamında farkına vardığını söyledi.

Allahu Teala Tebareke... diyor bize, yani bu hayat Allahu Teala bize yarattı bir imtihan için (Mülk Suresi) ...Hem de hepsi kalıcı değil, kalıcısız bir süre, yani şimdilik bizim durumumuz biraz zor, ama Allahu Teala İnşallah kesinlikle zorluğa karşı çok büyük bir hayır vardır... Çok şeyler yaşanınca dini daha iyi anlıyorum, hakikati daha iyi anlıyorum. Yani bazı hadisler, bazı ayetler yani savaştan önce sadece duyuyoruz, ama çok farkında değiliz, yaşanınca %100 farkında oluyorum...(Fatih).

Melek hayatın bir imtihan olduğunu ve zor günlerden sonra güzel günlerin geleceğine dair umudunun olduğunu belirtmiştir. Ayrıca olumsuz yaşantılardan öğrendiklerini ileride daha güzel bir hayatın olması için kullandığını da dile getirmiştir.

Aslında şey bakıyorum: Hayat bir imtihandır gerçekten, zor günler, zor olan tecrübeler sana öğretiyor, öğreniyoruz zor tecrübelerden ve öğrendiğimiz için sonuçta zor süreçler yaşıyoruz ama illaki sonra güzel süreçler göreceğiz ve sen öğrendiğin şeyleri kullanıyorsun, daha güzel bir hayatın olması için (Melek).

Melek yaşadığı olumsuz olaylardan sonra yaşamındaki anlam değerlerinin çok değiştiğini, en temel ihtiyaçların farkına vardığını ve onların bile anlamlı olduğunu söyledi. Yaşamını daha ciddiye alan Melek insanlar arasındaki iletişiminin kalitesinin arttığını söylemiştir.

Daha öncesinde hayat güzeldi, ama çok her şeyin değerini, kıymetini bilmiyorsun, savaştan sonra her şeyin değerini artık çok iyi biliyorsun, her şeyin ekmeğe bile, suya bile, kıyafet bile, her şey çok farklı anlamlı oluyor senin için, daha ciddi bir anlamı oluyor, daha gerçek bir anlamı oluyor. Daha önce hayatın çocuk hayatı ile bakıyorsun, sanki bir kelebek uçuyor gibi hayata bakıyorsun... İlk insanlarla biz insanlar arasındaki ilişkiler çocuk gözüyle bakıyorsun, sonra yok daha iyi anlıyorsun ve bir sonraki karşılaştığın insanlarla daha güzel ilişkiler kuruyorsun çünkü olgunlaştıran ve bu bütün tecrübeler seni olgunlaştırıyor ve kendine has bir şey oluyor bu (Melek).

Ayrıca bu süreçte Melek ayakta durabilmek için aile ve din gibi dışsal güçler edinirken kendisinin de güçlü bir insan olduğunu fark etmiştir.

Daha kıymetli şeyler bulmaya çalışıyorsun, nasıl desem ilk ben bunu fark ettim kendimde, tabii ki psikoloji desteği aldıktan sonra. Bazen ben bu süreç içinde gücü dışarıdan almaya çalışıyordum, sonra baktım şey öğrendim daha doğrusu; gücü kendi içimde bulmam lazımmış kendi yolculuğuma devam etmem için ve bunu bulduğum zaman artık bana şey geliyor; ben bir çözüm buldu (Melek).

Ahmet ise yaşadığı zorluklardan sonra yaşamın anlamını ve değerini daha iyi fark ettiğini anlatmıştır. Yaşamını bir imtihan zemininde gören Ahmet yaşadıkları olumsuz olayları veya ellerinde olmayan durumları kadere bağlamıştır.

Bir hafta kaldım orada. İnanın bak 4 ay boyunca ben kilo verdim çünkü ben orada yastığı büyük bir lüks gördüm. Yastığa başını koymak büyük bir lüksmüş çünkü bunu bulamayan insanlar var, sırtını böyle duvara yaslayabilecek şey yok, bazı çadırdaki insanların. O duvar bile artık

lüks görülyordu. Duvara yaslayabiliyoruz yani, duvarı lüks olarak gördük...Başına ne geliyorsa hepsi biz ile ilgili. Bu kader çizgimizde yazılı olduğu için öyle, Allah işkence olsun diye yok, bireysel olarak iyi ya da kötüye götürecekti, orada sınavımı verdim. İnşallah başarılı oluruz (Ahmet).

Ahmet bu olumsuz yaşantılardan sonra yaşamında dini farkındalığının yükseldiğini, dinin sadece ibadet olmadığını, tüm yaşam ile bağlantılı olduğunu gözlemlediğini ifade etmektedir.

Ben Arapçanın uzmanı sayılırım. Arap dili mezunuyum. Yani Kur'an Arapçadır, dinimiz Arapça anlatıldı bize. Anadili Arapça ama buradaki bulduğum, görüştüğüm, tanıştığım arkadaş edindiğim insanlar bu dinimize bakış açıları çok dikkatimi çekti. Çok realist, çok hayata bağlı, gerçeklere bağlı bir şekilde anlamaları çok hoşuma gitti. Derken hoşuma gitti kiliselerde yaşanan bir din gibi değil her alanda ekonomide, faiz ile namazın ne alakası var dersin. Demek ki bu din kapsayıcı bir dindir. Oruçla namazla biten bir din değil, ben bunu anlamaya, görmeye, öğrenmeye başladığımda daha iyi bir şekilde ben anlamaya başladım. Belki de çok gençtim, çok toydum Suriye'de, burada olgunlaştım, ama bu kesin burada dini farkındalığım daha mı yükseldi. Evet orada ben dini camide bilirdim desem, burada hayatta bildim.

Son olarak Ahmet etnik veya dini ayrım yapmadan insanı insan olarak gördüğünü ve bu durumun onun insanlar arasındaki iletişimini olumlu yönde etkilediğini belirtmiştir.

Şimdi ben artık insana insan olarak bakıyorum sadece. İnsanın Türk'ü de Çerkez'i de Laz'ı da Arap'ı da Kürt'ü de Amerikan vatandaşı olan da oradaki Avrupalı da hepsi aynı, tek bir firmadan çıktığına göre, yazılımı aynı. Ama orada bizim anlamadığımız için Türkler böyledir diyoruz Araplar da öyledir diyoruz. Hayır, onlar insanda, Allah bizi farklı yarattı evet, ama farklılık içinde de kural var, serbest yaratmadı yani, insanı doğru bir şekilde artık anlamaya başladım...Artık insanı insan olarak anlıyorum ve içindeki özellikleri anladığımda nasıl ve nereden iletişim kuracağımı artık iyi biliyorum, yoksa Türk, Laz, Çerkez, Arap'ına göre değil yani. Bu yanlış o, yanlışın içinde biz de boğulmuş gitmişiz, ki böyle de beslemişler bizi. Orada da durduk, bittik biz (Ahmet).

Aile ve inanç merkezli hayatın anlamı dışında bir de Mehmet hayatın anlamını eğitim olarak görmektedir. Mehmet 22 yaşında genç olduğundan yaşamını sıfırdan kurabilmek için hayat amacını eğitim olduğunu düşünmektedir.

Amacım okulumu bitirip işe başlayayım diyorum çünkü ben hala mesela elimden ne gelirse yine yaparım okulum için... Önce okulum sonra ailem öyle diyorum şu an çünkü onların maaşı çok az. Babamın maaşı ve abimin maaşı ile birlikte yaşıyoruz. Onlara diyorum ki şu an hiç çalışmam. Eğer borç alırsam okuluma devam edeceğim öyle diyorum onlara (Mehmet).

5.4. Gelecek Tasarımları

Gelecek tasarımları üst teması görüşme sorularının yedinci ve sekizinci sorularından elde edilen verilerin sonucunda ortaya çıkmıştır. Bu üst temaya ait 'özgecilik' ve 'belirsizlik' alt temaları belirlenmiştir. Özellikle yedinci sorunun sorulma amacı katılımcılarda iç savaşın bitme umudunun olup olmadığının belirlenmesidir.

Katılımcıların hepsi savaşın elbette biteceğini düşünmekle beraber bazıları kendi ülkelerine döndükleri zaman ülkelerindeki insanlara maddi ve manevi anlamda yardımcı olmak istediklerini belirtmişlerdir. Katılımcılardan bazıları ‘mülteci kimliği’nden ötürü gelecek tahayyüllerini belirsiz görmekte ve kısa vadeli planlar yaptıklarını dile getirmektedirler.

5.4.1. Özgeçmişlik

Katılımcılar umuda sahip olarak iç savaşın biteceğini ve ülkelerine giderek insanlarına her açıdan yardımcı olmak istediklerini belirtmişlerdir. Melek iç savaştan çıkan insanların sadece maddi anlamda yardım edilmesinin yetersiz olacağını, aynı zamanda manevi anlamda toplumun yeniden inşa edilmesi gerektiğini belirtmiştir. İç savaş bittikten sonra Türkiye’de aldığı eğitimle toplumuna yardımcı ve faydalı işler yapmak istediğini dile getirmiştir.

Ashında ilk, savaş bittiği zaman ben şu anda bu okul, benim okuduğum bölüm çok önemli ve inanıyorum çok ihtiyaçları var, sadece inanıyorum değil, şey yani ihtiyaç var bu alanda. Suriyeli insanlar bu alanda çok az, ben gidip çocuklarla çalışmak istiyorum. Sonuçta bu insanlar tekrar bina etmemiz lazım, tekrar katkıda bulunmamız lazım, benim için zor günler oldu, ama benim bir fırsatım oldu hayata yeniden tutunmak için. Biraz güzel bir hayat diyelim ki sonuçta burada hayatım zor, ama tabi ki Suriye’deki olan insanlar gibi değil hayatımız. Onlar her gün ölümle mücadele ediyorlar, o yüzden mesela tekrar öğrendiğim şeyleri, aldığım şeyleri bu insanlarla faydalı olmak isterim (Melek).

Fatih iç savaş bittikten sonra ülkesine gitmek istediğini, Türkiye’de edindiği tecrübeleri ülkesinde uygulamak ve ülkesine yardımcı olmak istediğini belirtmiştir.

Ben şimdi Suriye’ye dönmek isterim tabii, ama Esad olunca... Orada Müslüman bir ülke inşallah daha güzel, hem de yani dediğim gibi orada mesela ailelerimiz var dedem var teyzem var. Oraya kesinlikle gitmek isterim. Orada mesela bir şeyler yapmak isterim, burada tecrübeler edindim, orada uygulamak isterim kesinlikle (Fatih).

Ahmet ise ülkesi ile bağının kopmadığını, iç savaş bittikten sonra ülkesine geri dönmek istediğini ve şu anki yaşamına da bağlı kalacağını anlattı. Ayrıca ülkesine döndükten sonra toplumunun yeniden inşası için her aşamada yardımcı olacağını da dile getirdi.

Tabii isterim zaten vazifemdir. Ben oranın insanıyım yani, oradan da hiç kopmadım, ki inşallah kopmayız...Dönmek isterim oraya, insanlara her aşamasında yardımcı olmak isterim, çalışmak isterim, Allah cesaretlendirirse oraya gitmek, dönmek isterim ama buradaki işimi de güzel şeyleri, büyük değişiklikleri de hayatımda yaşadığım için buraya da çok bağlı kalırım (Ahmet).

5.4.2. Belirsizlik

Mülteciler yaşadıkları zorluklar neticesinde geleceğe dair önlerini göremediklerini ve uzun vadeli planlar yapmaktan çekindiklerini belirtmişlerdir. Melek iç savaştan sonra güzel günlerin geleceğini ve kendi hedeflerinin olduğunu belirtmekle beraber geleceğe dair çok fazla plan yapmadığını aktarmıştır. “Kendi hedeflerim var, kendi hedeflerimi çizmek için. Çok plan yapmıyorum, ama ben inanıyorum ki daha güzel günlerin, daha güzel yılların geleceğini.” (Melek).

Zeynep ise iç savaş öncesi güvenli ve düzenli hayatından dolayı geleceğe dair uzun planlar yaptığını aktardı. Ancak iç savaş sonrası mültecilik yaşamı onun geleceğe dair uzun vadeli planlar yapamamasına ve belirsizlikler yaşamasına neden olmuştur.

Ben Suriye'de iken 100 sene sonrasını düşünebiliyordum ne yapacağımı, ne isteyeceğimi, ama burada iken hiçbir şey bilmiyorum. Ben bugün buradayım, yarın nerede olacağımı hiçbiri bilmiyorum. Suriye'ye mi döneceğim, Avrupa'ya mı gideceğim, burada mı kalacağım, başka yere mi gideceğim...yarın ne olacağımı kimse bilmiyor gerçekten, iyi olun falan diye değil, ama sadece insan gerçekten şey düşünecek, yarın ne olacak hiç bilmiyorum (Zeynep).

Elif gelecek yıllarda nerede olacağını kestiremediğinden geleceğe dair çok fazla plan yapmadığını dile getirdi. “Gelecek planları... Zaten şu an da gelecekle ilgili plan yapmıyorum. Yani birkaç sene sonra nerede olacağım hiç bilmiyorum. Burada kalır mıyım?” (Elif).

Son olarak ise Fatih yaşadıklarından ötürü yaşamı istikrarsızlık olarak tanımlamıştır. Buna bağlı olarak geleceğe dair uzun vadeli planlar yapmaktan ziyade kısa vadeli planlar yaparak yaşama karşı esnek bir şekilde yaşamak gerektiğini belirtmiştir. “Dediğim gibi istikrarsız gibi artık hayata bakıyorum, yani çok kısa bir süreç gibi. Artık çok fazla plan yapmıyorum, yani çok kısa plan düşünüyorum, yani çok ileriye.” (Fatih).

BÖLÜM VI

TARTIŞMA

6.1. Bulguların Tartışılması

Bu tez çalışmasındaki yarı yapılandırılmış görüşme soruları, araştırma sorularının cevaplarını ortaya çıkarmaya yardımcı olmuştur. Görüşme soruları, mevcut literatürle bağlantılı bir şekilde üst ve alt temaları ortaya çıkarmıştır. Görüşme sorularından önce katılımcılardan kendilerini tanıtmaları ve geçmişleri ile ilgili bilgiler verilmesi istenmiştir. Katılımcılar kendilerini tanıttıktan sonra savaş ve mültecilik yıllarındaki acılarını ve travmalarını anlayabilmek adına görüşme sorularının birinci ve ikinci sorularından faydalanılmıştır. Yaşadıkları zorluklar betimlendikten sonra katılımcılara onları ayakta tutan neleri oldukları sorulmuştur. Katılımcıların acılarından sonra hayatlarındaki anlam ve amacı ortaya çıkarmak adına görüşme sorularının dördüncü, beşinci ve altıncı soruları kullanılmıştır. Son olarak ise katılımcıların geleceğe dair ne yapmak istedikleri ve nasıl gördükleri ile ilgili yedinci ve sekizinci sorular sorulmuştur. Özetle görüşme soruları ile temalar arasındaki ilişki aşağıdaki tabloda betimlenmiştir.

Tablo 6. 1. Görüşme soruları ve temalar arasındaki ilişki

Görüşme Soruları	Temalar
1. Savaşın başladığını nasıl duydunuz, ne düşündünüz ve neler hissettiniz?	Savaş ve mültecilik deneyimi
2. Savaş esnasında yaşadıklarınızı ve savaştan sonraki deneyimlerinizi anlatabilir misiniz?	
3. Hayatta kalmayı nasıl başardınız? Sizi ayakta/hayatta tutan şey neydi?	Baş etme mekanizmaları
4. Şu an ülkenizden uzak bir şekilde yaşamak size ne ifade ediyor?	Hayatın anlamı ve amacı
5. Mülteci olmanız hayata/insana/inanca karşı bakış açınızı nasıl etkiledi?	
6. Yaşadığımız acılardan sonra hayatınızda nasıl bir anlam arayışı mevcuttur?	
7. Savaş bitikten sonra neler yapmak istersiniz?	Gelecek Tasarımı
8. Son olarak eklemek istediğiniz başka bir şey var mı?	

6.1.1. Savaş ve Mültecilik Deneyimi

Bu üst temada mültecilerde acı çekmenin kaynağı olarak şiddet, güvensizlik, temel ihtiyaçlardan yoksunluk, mülteci ve yabancı olma hali ve ayrılıkların yaşanması gibi durumlar ortaya çıkmıştır. Katılımcılar ölümlere ve yaralanmalara şahit olmaları, politik şiddet görerek hapisanelere girmeleri ve ekmek, su ve gıda gibi en temel ihtiyaçlardan yoksun bırakılarak Langle'ın (2008) belirttiği varoluşsal acıyı çekmişlerdir. Bu yüzden savaş ve mültecilik deneyiminde acı çekmenin kaynağı olan bu unsurlar mültecilerin hayattaki anlam fenomenine de etkide bulunmuştur.

Mülteciler gittikleri ülkelerde yeniden yerleşim sürecinde bir dizi yeniden uyum aşamasından geçerler. Bu aşamalar şunlardır: Varış, gerçeklik, müzakere ve uyum, yabancılaşma ve marjinalleşmedir (CVT, 2002; akt., McDonald, Gifford, Webster, Wiseman ve Casey, 2008). Bu çalışmaya göre ise, tüm katılımcılar Suriye İç Savaşı'nın patlak vermesi ile birlikte şoka girmişlerdir. Mülteci olma durumunu öncelikle inkâr ederek Türkiye'ye geçici bir süre geldiklerini ve sonrasında ülkelerine gideceklerini belirttiler. Zamanla, gerçek durumla yüzleşen katılımcılar Türkiye'de mülteci statülerini benimsemişlerdir. Bu çalışmaya katılanlar bir işte çalışma, Türkçeyi öğrenme, evlenme, yerel halkla kaynaşma ve eğitim görme gibi birçok aktiviteyi gerçekleştirerek Türkiye'deki insanlarla kaynaşarak uyum göstermişlerdir. Son tahlilde bu katılımcılarda, yabancılaşma olsa dahi ortak tarih ve kültür sayesinde marjinalleşmeye kayma durumları ortaya çıkmadığı gözlemlenmiştir.

Maslow (1943) İhtiyaçlar Hiyerarşisi Teorisi'nde insanın en temel iki ihtiyacı olarak fiziksel ve güvenlik olarak belirlemiştir. Buna göre; fiziksel ihtiyaçlar yemek, besin, su ve uyku iken güvenlik ihtiyaçları fiziksel (beden), ekonomik, duygusal ve sağlık olarak tanımlamıştır. Katılımcılar belli bir zaman dilimine kadar iç savaşta bu iki ihtiyaçtan yoksun bir şekilde hayatlarına devam etmişlerdir. Katılımcılar bu yoksunluktan kurtulmak için yaşam içgüdüleriyle hareket ederek savaştan kurtulmuşlardır. Bu durumu Melek şöyle özetlemiştir.

Benim çok güzel bir hayatım vardı, ama bizim şehrimize ilk bomba düştüğü zaman travma oldu bende, güven kırıldı, güvenim kırıldı dünyaya...Bazı insanlar şehirden çıkmadılar hiç kimse çıkmadı, sonra akşam vakti gece vakti insanlar aniden, bizim şehrimiz 40.000 insan var nüfus olarak, ve o dönemde başka şehirlere gelen göçmenler var o zamanlar, İdlip'te. Herkes

çıkmaya başladı ve çok korkunç bir şey, sanki bir filmde, sanki bir kıyamet gününden gibi ve birdenbire bütün insanlar bir yerden bir yere gidiyorlardı, hiçbir güvenli yer yok ve mecburiyet. Hiçbir şey yok, ne olacak, nasıl gideceğiz. O saatte sen sadece bunu düşünüyorsun: Ben hayatta kalacak mıyım, kalmayacak mıyım, başka hiçbir şey düşünmüyorsun (Melek).

Melek gibi diğer katılımcıların kendilerini güvensiz hissetmeleri ve yaşadıkları zulümden dolayı Suriye'deki evlerinden kaçmaları Raja ve Alotaibi'nin (2018) çalışmalarında bulunan politik şiddet, yetersiz beslenme-barınma ve şiddet ortamından kaçma gibi bulgularla tutarlıdır. Ayrıca katılımcıların yaşadıkları acılar, ırkçı davranışlara maruz kalma ve travmalar göz önüne alındığında, Abou-Saleh ve Hughes'in (2015) çalışmalarında Suriyeli mültecilerin psikolojik strese uzun süre maruz kaldıkları sonucu ile da tutarlık göstermektedir.

Bu çalışmada mülteciler için dil bilmenin hem olumlu hem de olumsuz sonuçlar doğurduğu görülmüştür. Buna göre, mültecilerin Türkçe dilini bilmelerinin olumlu sonuçları arasında yerel halkla daha rahat iletişim kurma ve uyum sağlama, dertlerini veya sıkıntılarını daha rahat ifade etme ve iş bulmada avantaj sağlama sayılabilir. Bununla birlikte mültecilerin dil bilmelerinin olumsuz tarafı ise mültecilerin karşılaştıkları ırkçı söylemleri anlıyor olmalarıdır. Bu durum mülteciler için incitici ve üzücü bir durum olmuştur.

Mülteci kelimesini sevmediklerini dile getiren katılımcılar mülteci olmanın bir çeşit acı olduğunu dile getirmişlerdir. Savaştan önce tanınan ve bilinen insanlar olduklarını söyleyen katılımcılar mültecilik yaşamlarında vatansız olduklarını ve herhangi bir yere ait olamama olarak açıklamaları onların Gorst-Unsworth ve arkadaşlarının (1993) belirttiği gibi bir güven ve anlam krizi ile karşı karşıya olmalarına neden olmuştur.

Katılımcıların yaşadığı iç savaş onlar için kritik bir öneme sahiptir. Park'ın (2010) anlam yapımı modeline göre katılımcıların anlamı ve amacı belirsiz bir hal almıştır. Bu belirsiz halden kurtulmak ve acılarına karşı nasıl baş ettiklerini anlamak için mültecilerin kullandıkları baş etme mekanizmaları bize yardımcı olacaktır.

6.1.2. Baş Etme Mekanizmaları

Bu çalışmada mülteciler acı ve travmalarına karşı temel baş etme mekanizmaları olarak inanç sistemleri, aile desteği ile umut ve unutmaya çalışma kullanmışlardır. İnanç sistemlerinde katılımcılar Allah'a inanma, ondan yardım dileme, dua etme, zorlu günlerin geçeceğine dair umut etme ve sabır etme gibi durumlar ortaya çıkmıştır. Bu yüzden bu çalışmadaki mülteciler inançlarını herhangi bir durumla başa çıkma, umut ve iyimser bir bakış açısı bulma aracı olarak kullandılar. Ai, Peterson ve Huang'ın (2003) ABD'nin Michigan eyaletinde 138 Müslüman mülteci ile gerçekleştirdiği çalışmalarındaki dini-manevi baş etme, umut ve iyimserlik sonuçları ile tutarlık göstermiştir. Dua etme, dini baş etme mekanizması ile ilişkili anahtar bir faktör olarak ortaya çıkmaktadır. Bununla birlikte dua etmek ile geleceğe umutla bakmak arasında güçlü bir bağlantı ortaya çıkmıştır. Özetle, dini-manevi baş etme mekanizması bu çalışmada Orosa ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan bir çalışmadaki gibi güçlü inanç sistemlerine sahip olmanın mültecilerin acılarını ve travmatik deneyimlerinin iyileşmesine katkıda bulunduğu görülmektedir.

Mültecilerde bir diğer baş etme mekanizması sosyal destek olarak ailenin varlığı ve desteğidir. Hem iç savaş sürecinde hem de İstanbul'daki mültecilik yaşamlarında maddi ve manevi anlamda ailenin varlığı veya çocuk sahibi olma gibi durumların mültecilere güç verdiği bulunmuştur. Bu sonuçlar, IMC ve UNICEF'in (2012) Suriyeli mültecilerle yaptığı bir araştırma sonucunda ortaya çıkan aile desteği, aile ile irtibatla olmak ve aile üyeleri ile konuşmak gibi bulgular ile benzerlik göstermektedir.

Son olarak umut etme ve unutmaya çalışma mültecilerde önemli başa çıkma mekanizması olarak işlev göstermektedir. Bu çalışmadaki mültecilerde umut etme daha çok dini inanç ile bağlantılı bir şekilde ortaya çıkmıştır. Başka bir deyişle, inanç olarak dua etmenin kendisi şimdiye ve geleceğe dair umutla bakabilmeye katkı sağladığı anlaşılmaktadır. Ayrıca umut bileşeni mültecilerde pasif davranışta bulunmayı değil, eylemselliği harekete geçirerek hayata karşı aktif olmak şeklinde kendisini göstermiştir. Bu durum Frankl'ın (2019b) hayatta anlam bulmanın bir yolu olan eylem ile ilişkilidir. Katılımcılar yaşamda aktif halde bulunarak acılarını unutmaya çalıştıklarını dile getirmişlerdir.

6.1.3. Hayatın Anlamı ve Amacı

Katılımcıların yaşadıkları zorluklara rağmen onları ayakta tutan aile ve inanç ögesi, katılımcıların yaşamlarındaki anlam ve amaçta da kendini göstermektedir. Hayatın anlamı ve amacını aile merkezli olarak gören katılımcılar yaşamlarındaki anlamı daha bulamadıklarını dile getirmişlerdir. Ancak bu katılımcıların hayata dair amaçları bulunmakta ve amaçları olarak da çocuklarını görmektedirler. Bu durum karşımıza farklı bir olgu ortaya çıkarmaktadır: Baumeister ve Newman'ın (1994) kişisel anlam gereksinimlerinden biri olarak belirttiği amaç ögesini katılımcılar çocuklarını görebilmek için mevcut amaçlarını anlamlandırmış olabilirler. Başka bir deyişle, katılımcıların amaçları anlamları da olmuş olabilir. Frankl (2019a) ise bu durumu, anlamı harekete geçirecek olan 'neden'lerin veya motivasyon kaynağının bulunması gerektiğini söylemiştir. Zeynep ve Elif katılımcılarının özelinde bakıldığında hem hayata tutunmak hem de anlam kaynakları olarak kendi çocuklarını gördükleri söylenebilir.

Hayatın anlamı ve amacını inanç merkezli olarak gören Fatih, Melek ve Ahmet yaşadıkları acıları ve zorluklarını Sünni Müslüman inanç temelinde imtihan olarak değerlendirmişlerdir. Yaşamın anlamını imtihan, amacını ise bu imtihani kazanmak olarak görmüşlerdir. Hayatlarını birer imtihan olarak gören bu mültecilerin geleceğe bakış açıları ise iyimser bir bakış açısı ile umut doludur. Bu durum bir anlamda Yalom'un (2014b) dile getirdiği kozmik anlama işaret etmektedir. Bu katılımcılar kozmik anlamda aşkın bir varlığa inanmakta ve bağlanmaktadır. Bireyler kozmik anlam olarak başta imtihan olmak üzere ibadet etmek, tevekkül etmek, kader ve umudun varlığı gibi durumları belirtmişlerdir.

Frankl'ın (2019b) anlam diyagramına göre bu katılımcılar acı çeken ancak umutsuzluğa düşmeyerek kendilerini gerçekleştirmeye çalışan insanlardır. Bu acıyı sahiplenerek kozmik anlamda buna imtihan demişlerdir. Yaşamak için bir nedeni olarak aile veya dini gören bu insanlar acılarını ve travmalarını hafifletebilmişlerdir. Ayrıca bu çalışma Shantall'ın (1999) yaptığı çalışmadaki bazı bulgular ile benzerdir: yaşamın hala anlamlı olarak deneyimlenebilmesi ve dini-manevi yaşamlarında bir derinlik yaşanması.

Hayatın anlamını inanç merkezli olarak gören katılımcılar savaş ve mültecilik deneyimlerinde onları olumlu manada olgunlaştıran ve büyüten birtakım deneyimler de edinmişlerdir. Bunlar: dini farkındalıkların yükseldiği, bunları aktif olarak yaşamlarına yansıttıkları, yaşamın değerli olduğunun farkına varılması, insanlar arasında etkili iletişimin ortaya çıkması ve kendisine benzemeyen insanları ‘öteki’ olarak görmedikleri gibi olumlu sonuçlardır.

Özetle, mülteciler acı ve travmatik deneyimlerine rağmen aile ve inançları sayesinde tekrardan hayatlarının anlamını inşa edebilmişlerdir. Frankl’ın (2019a) anlam fenomeninde anlam biricik olduğu için bu katılımcıların acılarında anlamı keşfetmesi de farklı olmuştur. Diğer temalarla bağlantılı bir şekilde bu katılımcıların ortak özelliği güvenli bir şekilde hayata tutunabilmek ve umudun var olduğu söylenebilir.

6.1.4. Gelecek Tasarımı

Bu çalışmada katılımcıların gelecek tasarımları olarak özgecilik ve geleceği belirsiz olarak gördükleri ortaya çıkmıştır. Staub ve Vollhardt (2008) tarafından ‘acıdan doğan özgecilik’ kavramı insanların yaşadıkları acılar neticesinde diğer insanlara fedakâr davranışlarda bulunma olarak tanımlanabilir. Bu çalışmada ise mültecilerin yaşadıkları acılar neticesinde ülkelerine döndükleri zaman kendi ülke insanlarına yardımcı olmak istedikleri görülmektedir. Ayrıca Yalom (2014b) hayatın anlamı ve amacını veren etkinliklerden bir tanesini özgecilik olarak açıklamıştır. Bu durumda katılımcıların halihazırda mültecilik yaşamlarında ve sonrasında ülkelerine döndükleri zaman özgecil davranışlarda bulunabileceği söylenebilir.

Katılımcılar mültecilik yaşamlarında deneyimledikleri acılar ve zorluklar neticesinde geleceği belirsiz bir şekilde yorumlamaktadırlar. Bu belirsiz durum hem politik olarak İstanbul’da geçici mi yoksa kalıcı olup olmadıklarını bilememelerinden hem de yaşadıkları zorlu yaşam koşulları yüzünden esnek olmaları gerektiğini düşünmelerinden kaynaklanmaktadır. Park’ın (2010) anlam yapımına göre katılımcıların amaçları zamansal anlamda değişikliğe uğrayarak uzun vadeli planlamalardan ziyade kısa vadeli planlamalar şeklinde kendini gösterdiği söylenebilir.

6.2. Araştırmanın Sonuçları

Bu çalışmanın amacı Suriyeli mültecilerin yaşadıkları acılar ve zorluklar neticesinde hayatta anlam fenomenini anlamaya çalışmaktır. Mültecilerin hem iç savaş sürecinde hem de mültecilik yaşamlarında ne tür acılar çektiklerini, bu acılara karşı onları ayakta tutan içsel ve dışsal güçlerin ne olduğu, bu acılara rağmen hayatlarının anlam ve amacını nasıl gördüklerini ve geleceğe dair umutlarının ne olduğuna dair soruların cevaplanması merakıyla araştırmaya başlanmıştır. Bu amaçla, İstanbul'da yaşayan, 22-34 yaş arasında, üç erkek ve üç kadın, iç savaşta en az iki yıl bulunmuş ve bu esnada zorlu yaşam koşullarına rağmen ayakta kalabilmiş katılımcılarla çalışma yapılmıştır.

Bu çalışmadaki katılımcılarla ortalama birer saatlik görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler ses kaydına alınıp transkript haline getirildikten sonra veriler yorumlayıcı fenomenolojik analiz yöntemine tabi tutulmuştur. Bu analiz sonucunda 'savaş ve mültecilik deneyimi', 'baş etme mekanizmaları', 'hayatın anlamı ve amacı' ve 'gelecek tasarımı' üst temaları ortaya çıkmıştır. Savaş mültecilik üst temasında katılımcıların iç savaşta yaşadıkları şiddet olayları, başta güvenlik olmak üzere gıda, barınma, su ve elektrik gibi temel ihtiyaçlardan yoksunluk, sonrasında İstanbul'da mülteci ve yabancı olma halinin zorlukları ve son olarak ailelerde ayrılıkları ve yeniden birleşmelerin ortaya çıkması gibi durumlar bulunmaktadır. Baş etme mekanizmaları üst temasında katılımcılarda yaşadıkları zorluklar neticesinde maddi ve manevi anlamda aile desteği, dinin rahatlatıcı ve güven telkin edici gücü ve geleceği aktif bir şekilde umut etme gibi durumları içermektedir. Hayatın anlamı ve amacı üst temasında bireylerde aile merkezli ve inanç merkezli anlam fenomenleri ortaya çıkmıştır. Son olarak, gelecek tasarımı üst temasında, katılımcıların savaştan sonraki durumları ile ilgili planları ve neler yapmak istediklerine dair durumlar ele alınmıştır.

Özetle, Suriyeli mülteciler hem iç savaş sürecinde hem de mültecilik yaşamlarında acı dolu deneyimlere maruz kalmışlardır. Katılımcılar bu acı ve zorluklara rağmen ayakta kalabilmişler, doğuştan gelen hayatın anlamı fenomenlerini koruyup aile veya inanç merkezli anlam temaları kurabilmişlerdir.

6.3. Araştırmanın Katkıları, Sınırlılıkları ve Öneriler

Bu çalışmanın temel amacı mültecilerin hem iç savaş sürecinde hem de mültecilik yaşamlarında deneyimledikleri acılara rağmen hayatlarının anlamı ve amacının incelenmesidir. Bu açıdan bu çalışma katılımcıların yaşadıkları acılarının ne olduğu, acıları ile nasıl baş ettikleri, hayatın anlamını ve amacını hangi düzlemde kurdukları ve gelecek tasarımları gibi soruların cevaplarının bulunmasına katkı sağlamaktadır.

Literatürde Suriyeli mülteciler ile ilgili daha çok depresyon, travma veya kaygı düzeylerini ölçen nicel çalışmalar bulunmaktadır. Ancak mülteciler ile ilgili hayatın anlamı ve amacı ya da logoterapik açıdan herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Bu çalışma ile beraber hem ülkemizde yaşayan Suriyeli mültecileri anlamak açısından hem de acı çeken insanların hayatta anlam fenomenlerinin incelenmesi ve ayrıca mülteciler ile ilgili nitel çalışma olarak literatüre de katkı sağlaması beklenmektedir.

Bu çalışmanın sonuçları, hem Suriyeli mülteciler ile ilgili yapılacak politikalar için politika yapıcılara hem de ruh sağlığı alanındaki çalışmalar için ruh sağlığı çalışanlarına aydınlatıcı ve zengin veri sunmaktadır. Özellikle mültecilerin İstanbul'daki deneyimleri politika yapıcılara ve mültecilerdeki hayatın anlamı ve amacı kısmı ise ruh sağlığı alanında çalışanlar için yol gösterici olması beklenmektedir.

Bu çalışmada bazı sınırlılıklar bulunmaktadır. Bilimsel yöntem seçilirken insana ve bilime bakılan bakış açısı bilimsel yanlılığa etki etmektedir. Bu yanlılık aynı zamanda bu çalışmanın sınırlılıklarını da oluşturmuştur. Bu çalışma nicel çalışmalar gibi evrene genellenemez, yalnızca çalışılan konu hakkında bizlere derinlemesine bilgi verir. Bu tıpkı sonsuz parçalı yapbozun bir parçasını bulmak gibidir. Yapılan görüşmeler ortalama bir saat sürmekle beraber katılımcıların bu sürede verdikleri cevaplar üzerinden veriler ortaya çıkmıştır. Bu yüzden araştırmacının hazırbulunuşluğu ve katılımcının kendisini açması gibi değişkenler elde edilen verileri etkilemiş olabilir. Ayrıca ileride bu konu hakkında yapılacak çalışmalarda daha fazla sayıda görüşme yapılması tavsiye edilmektedir.

Bu çalışma şehirde yaşayan mültecileri incelemiştir. İleride Suriyeli mültecilerle ilgili yapılacak çalışmalarda mülteci kamplarında yaşayan mültecilerin dahil edilmesi literatüre katkı sağlayacaktır. Farklı geçmişlere, dinlere ve sosyoekonomik seviyelere sahip diğer Suriyeli mültecilerin acılarındaki anlam ve amacı nasıl deneyimlediklerine dair yapılacak çalışmalar, bize bu fenomeni anlamamıza genişlik katacaktır. Literatürde hayatta anlam fenomeni ile ilgili çalışmalara yeterince yer verilmemiş olmasından dolayı farklı milletlere ve coğrafyalara mensup (Örneğin; Afgan, Filistinli, Bosnalı ve Afrikalı gibi) mültecilerle ilgili çalışmalar yapılarak alan yazına katkı sunulabilir. Ayrıca ileride bu çalışmaya benzer yapılacak çalışmalarda farklı yetişkinlik dönemlerinde (orta ve ileri yetişkinlik) bulunan mültecilerin de dahil edilmesi önerilmektedir.



REFERANSLAR

- Abbara, A., Coutts, A., Fouad, F. M., Ismail, S. A., Orcutt, M., & Syria Public Health Network. (2016). Mental health among displaced Syrians: findings from the Syria public health network. *Journals of the Royal Society of Medicine*, 109(3), 88-90. <https://doi.org/10.1177/0141076816629765>
- Abbasi, R. I. (2019). *The experience of meaning and purpose in life among adult Iraqi refugees in Jordan: A qualitative study*. (Unpublished doctoral dissertation). Liberty University School of Behavioral Sciences, Lynchburg, VA.
- Abou-Saleh, M. T., & Hughes, P. (2015). Mental health of Syrian refugees: Looking backwards and forwards. *The Lancet Psychiatry*, 2(10), 870-871. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00419-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00419-8)
- Adler, A. (2017). *Hayatın anlamı ve amacı* (Çev. K. Şipal). İstanbul: Say Yayınları.
- Ai, A. L., Peterson, C., & Huang, B. (2003). The effect of religious-spiritual coping on positive attitudes of adult Muslim refugees from Kosovo and Bosnia. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 13(1), 29-47. https://doi.org/10.1207/S15327582IJPR1301_04
- Akyıldız, M. B. (2018). *Mülteci çocuklarda travma sonrası stres, depresyon ve anksiyete düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması*. (Doktora tezi, Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul). Erişim adresi <http://hdl.handle.net/20.500.12473/969>
- Alfadhli, K., & Drury, J. (2018). The role of shared social identity in mutual support among refugees of conflict: An ethnographic study of Syrian refugees in Jordan. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 28(3), 142-155. <https://doi.org/10.1002/casp.2346>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.
- Anderson, R. E. (2014). *Human suffering and quality of life: Conceptualizing stories and statistics*. New York: Springer.
- Arkonaç, S. A. (2017). *Psikolojide söz ve anlam analizi: Niteliksel duruş*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Armour, M. P. (2010). Meaning-making in survivorship: Application to Holocaust survivors. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 20(4), 440-446. doi:10.1080/10911350903274997

- Baumeister, R. F., & Newman, L. S. (1994). How stories make sense of personal experiences: Motives that shape autobiographical narratives. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(6), 676-690. <https://doi.org/10.1177/0146167294206006>
- Bilen, D. (2019). *Suriyeli mültecilerde travma sonrası stres bozukluğu ve yaşam doyumu düzeyinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin). Erişim adresi <https://hdl.handle.net/20.500.12507/272>
- Bogic, M., Njoku, A., & Priebe, S. (2015). Long-term mental health of war-refugees: A systematic literature review. *BMC International Health and Human Rights*, 15(1), 29. <https://doi.org/10.1186/s12914-015-0064-9>
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (1999). *Facilitating posttraumatic growth: A clinician's guide*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Central Intelligence Agency (2015). *Middle East and North Africa religious affiliation by country*. Retrieved from https://www.cia.gov/library/publications/resources/the-world-factbook/attachments/docs/original/Middle_East_Religion_graphic_FINAL_WFB_2015.pdf
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). California: Sage Publications.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). California: Sage Publications.
- Çiçek, N. (2016). *Türkiye'deki Suriyeli mültecilerin depresyon düzeyleri*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Davis, R. M., & Davis, H. (2006). PTSD symptom changes in refugees. *Torture: Quarterly Journal on Rehabilitation of Torture Victims and Prevention of Torture*, 16(1), 10-19.
- Demirbaş, H. ve Bekaroğlu, E. (2013). Evden uzakta olmak: Sığınmacıların/mültecilerin psikolojik sorunları ve alınacak önlemler. *Kriz Dergisi*, 21(1), 11-24.
- Egnew, T. R. (2009). Suffering, meaning, and healing: Challenges of contemporary medicine. *The Annals of Family Medicine*, 7(2), 170-175.
- Eiroá Orosa, F. J., Brune, M., Huter, K., Fischer-Ortman, J., & Haasen, C. (2011). Belief systems as coping factors in traumatized refugees: A prospective study. *Traumatology*, 17(1), 1-7. <https://doi.org/10.1177/1534765609358468>
- Ekşi, A. (2002). Sığınmacı ve göçmenlerde psikopatoloji. *Türk Psikiyatri Dergisi* 13(3), 215-221.

- Emmons, R. A. (2003). Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (p. 105–128). Washington, DC: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10594-005>
- Frith, H., & Gleeson, K. (2012). Qualitative data collection: Asking the right. In D. Harper, & A. R. Thompson (Eds.), *Qualitative research methods in mental health and psychotherapy: A guide for students and practitioners* (pp. 55–67). West Sussex, UK: John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9781119973249.ch5>
- Frankl, V. E. (2018). *İnsanın anlam arayışı*. (Çev. S. Budak). İstanbul: Okuyan Us Yayınları. (Orijinal yayın tarihi, 1946)
- Frankl, V. E. (2019a). *Hayatın anlamı ve psikoterapi*. (Çev. V. Atayman). İstanbul: Say Yayınları.
- Frankl, V. E. (2019b). *Duyulmayan anlam çılgılığı: Psikoterapi ve hümanizm*. (Çev. S. Budak). İstanbul: Totem Yayınları.
- Geçici Koruma Yönetmeliği. (2014). *T.C. Resmi Gazete* (29153, 22 Ekim 2014).
- Gorst-Unsworth, C., Van Valsen, C., & Turner, S.W. (1993). Prospective pilot study of survivors of torture and organised violence: Examining the existential dilemma. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 181(4), 263-264.
- Göç İdaresi Genel Müdürlüğü. (2019). *Şartlı mülteci*. Erişim adresi <https://www.goc.gov.tr/sartli-multeci>
- Göç İdaresi Genel Müdürlüğü (2020). *Geçici Koruma*. Erişim adresi <https://www.goc.gov.tr/gecici-koruma5638>
- Hemberg, J. (2017). Experiencing deeper dimensions of gratitude, well-being and meaning in life after suffering. *International Journal of Caring Sciences*, 10(1). 10-16.
- Ihlamur Öner, S. G. (2014). Türkiye'nin Suriyeli sığınmacılara yönelik politikası. *Ortadoğu Analiz*, 6(61). 42-45.
- International Medical Corps., & Jordan Health Aid Society. (2012). *Displaced Syrians in Jordan: A mental health and psychosocial information gathering exercise*. Retrieved from <https://data2.unhcr.org/en/documents/download/36230>
- International Medical Corps., & United Nations Children's Fund. (2012). *Displaced Syrians in Za'atari camp: Rapid mental health and psychosocial support assessment*. Retrieved from <https://data2.unhcr.org/en/documents/download/36323>

- Jahanara, M. (2015). Meaning in life, hope, and mental health: Relation between meaning in life, hope, depression, anxiety, and stress among Afghan refugees in Iran. *International Journal of Psychological and Behavioral Sciences*, 9(9), 3283-3286.
- Jayawickreme, E., & Blackie, L. E. R. (2016). *Exploring the psychological benefits of hardship: A critical reassessment of posttraumatic growth*. New York: Springer.
- Jones, E., & Wessely, S. (2005). *Shell shock to PTSD: Military psychiatry from 1900 to the Gulf War*. New York: Psychology Press.
- Kirişçi, K. (2014). *Syrian refugees and Turkey's challenges: Going beyond hospitality*. Washington, DC: The Brookings Institution.
- Langdrige, D. (2007). *Phenomenological psychology: Theory, research and method*. London: Pearson Education Limited.
- Larkin, M., Eatough, V., & Osborn, M. (2011). Interpretative phenomenological analysis and embodied, active, situated cognition. *Theory & Psychology*, 21(3), 318-337. <https://doi.org/10.1177/0959354310377544>
- Lukas, E. (2000). *Logotherapy textbook*. Toronto: Liberty Press.
- Marshall, M. (2011). *Prism of meaning: Guide to the fundamental principles of Viktor E. Frankl's logotherapy*. The Canadian Institute of Logotherapy, Canada: Author.
- Maslow, A. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.
- McDonald, B., Gifford, S., Webster, K., Wiseman, J., & Casey, S. (2008). *Refugee resettlement in regional and rural Victoria: Impacts and policy issues*. Melbourne: Victorian Health Promotion Foundation.
- Meade, P.J. (2011). *"What happened after": Meaning-making in the lives of Holocaust survivors* (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations & Theses Database (UMI No. 3478393)
- Murthy, R. S., & Lakshminarayana, R. (2006). Mental health consequences of war: A brief review of research findings. *World Psychiatry*, 5(1), 25-30.
- Papadopoulos, R. K. (2007). Refugees, trauma and adversity-activated development. *European Journal of Psychotherapy and Counselling*, 9(3), 301-312. <https://doi.org/10.1080/13642530701496930>
- Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology*, 1(2), 115-144. <https://doi.org/10.1037/10892680.1.2.115>

- Park, C. L. (2005). Religion and meaning. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (pp. 295–314). New York, NY: Guilford.
- Park, C. L. (2008). Testing the meaning making model of coping with loss. *Journal of Social and Clinical Psychology, 27*(9), 970-994. <https://doi.org/10.1521/jscp.2008.27.9.970>
- Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin, 136*(2), 257–301. <https://doi.org/10.1037/a0018301>
- Park, C. L. (2013). The meaning making model: A framework for understanding meaning, spirituality, and stress-related growth in health psychology. *European Health Psychologist, 15*(2), 40-47.
- Patton, M. (2002). *Qualitative research and evaluation methods* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Pavlish, C. (2007). Narrative inquiry into life experiences of refugee women and men. *International Nursing Review, 54*(1), 28-34. <https://doi.org/10.1111/j.1466-7657.2007.00510.x>
- Pietkiewicz, I., & Smith, J. A. (2014). A practical guide to using interpretative phenomenological analysis in qualitative research psychology. *Psychological Journal, 20*(1), 7-14. <https://doi.org/10.14691/CPJ.20.1.7>
- Poster, M. F. (2014). Thoughts on war, trauma, and the need for diplomacy. *International Forum of Psychoanalysis, 23*(1), 55–63. [doi:10.1080/0803706X.2013.823241](https://doi.org/10.1080/0803706X.2013.823241)
- Raja, I., & Alotaibi, N. N. (2018). Representations of Syrian refugees in the British tabloid press: An illustration of Aylan Kurdi's tragic event. *Journal of Arab & Muslim Media Research, 11*(1), 61-82.
- Reid, K., Flowers, P., & Larkin, M. (2005). Exploring lived experience. *The Psychologist, 18*(1), 20–23.
- Reker, G. T., & Wong, P. T. P. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In J. E. Birren & V. L. Bengtson (Eds.), *Emergent theories of aging* (p. 214–246). New York: Springer.
- Renner, W., & Salem, I. (2009). Post-traumatic stress in asylum seekers and refugees from Chechnya, Afghanistan, and West Africa: Gender differences in symptomatology and coping. *International Journal of Social Psychiatry, 55*(2), 99-108. <https://doi.org/10.1177/0020764008092341>

- Rozanov, V., Frančišković, T., Marinić, I., Macarenco, M.M., Letica-Crepulja, M., Mužinić, L., . . . Pagkalos, G. (2019). Mental health consequences of war conflicts. In A.N. Fountoulakis, A. Javed (Eds.), *Advances in Psychiatry* (pp. 281-304). Cham: Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-70554-5_17
- Sartwell, C. (1999). *Edepsizlik, anarşi ve gerçeklik* (Çev. A. Yılmaz). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Shantall, T. (1999). The experience of meaning in suffering among Holocaust survivors. *Journal of Humanistic Psychology*, 39(3), 96–124. doi:10.1177/0022167899393009
- Sharf, R. S. (2015). *Theories of psychotherapy and counseling: Concepts and cases* (5th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Shisana, O., & Celentano, D. D. (1987). Relationship of chronic stress, social support, and coping style to health among Namibian refugees. *Social Science & Medicine*, 24(2), 145-157. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(87\)90247-4](https://doi.org/10.1016/0277-9536(87)90247-4)
- Silove, D. (1999). The psychosocial effects of torture, mass human rights violations, and refugee trauma: Toward an integrated conceptual framework. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 187(4), 200–207. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00419-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00419-8)
- Simich, L., Beiser, M., Stewart, M., & Mwakarimba, E. (2005). Providing social support for immigrants and refugees in Canada: Challenges and directions. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 7(4), 259-268. <https://doi.org/10.1007/s10903-005-5123-1>
- Smith, S. (2004). Exploring the interaction of trauma and spirituality. *Traumatology*, 10(4), 231– 243. doi:10.1177/153476560401000403
- Smith, J. A. (2004). Reflecting on the development of interpretative phenomenological analysis and its contribution to qualitative research in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 1(1), 39-54.
- Smith, J.A. & Osborn, M. (2008). Interpretative phenomenological analysis. In J.A. Smith (Ed.), *Qualitative psychology: A practical guide to methods* (pp. 193-211). (2nd ed.). London: Sage Publications.
- Smith, J.A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretive phenomenological analysis: Theory, method and research*. London: Sage Publications.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. X.,... Harney, P. (1990). The will and the ways: Development and validation of an individual differences measure of hope. *Journal of Personality and Psychology*, 60 (4), 570–585. doi:10.1037/0022-3514.60.4.570

- Staub, E., & Vollhardt, J. (2008). Altruism born of suffering: The roots of caring and helping after victimization and other trauma. *American Journal of Orthopsychiatry*, 78(3), 267-280.
- Syrian Observatory for Human Rights (2019). *370.000 dead: Syria's war in numbers*. Retrieved from <http://www.syriahr.com/en/?p=122264>
- Şeker, N.T., & Nisan, F. (2016). Presentation of the news of the baby Aylan who washed up ashore during the refugees' journey to hope. H. Arslan, M.A. İçbay & M. Tomescu (Eds.), In X. *European Conference on Social and Behavioral Sciences* (pp. 271-282). Sarajevo: International Association of Social Science Research.
- The United Nations Refugee Agency. (2011). *Convention and protocol relating to the status of refugees*. Retrieved from <https://www.unhcr.org/protection/basic/3b66c2aa10/convention-protocolrelating-status-refugees.html?query=protocol>
- Thompson, S. C., & Janigian, A. S. (1988). Life schemes: A framework for understanding the search for meaning. *Journal of social and clinical psychology*, 7(2-3), 260-280. <https://doi.org/10.1521/jscp.1988.7.2-3.260>
- United Nations High Commissioner for Refugees (2019). *Global trends: Forced displacement in 2019*. Retrieved from <https://www.unhcr.org/5ee200e37.pdf>
- United Nations High Commissioner for Refugees (2020). *Figures at a glance*. Retrieved from <https://www.unhcr.org/figures-at-a-glance.html>
- United Nations High Commissioner for Refugees (2020). *Situation syria regional refugee response*. Retrieved from <https://data2.unhcr.org/en/situations/syria>
- Van der Kolk, B. A. (2019). *Beden kayıt tutar: Travmanın iyileşmesinde beyin, zihin ve beden*. (Çev. N. Cihanşümül Maral). Ankara: Nobel Yaşam.
- Vis, J., & Boynton, H. M. (2008). Spirituality and transcendent meaning making: Possibilities for enhancing posttraumatic growth. *Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought*, 27(1-2), 69-86. <https://doi.org/10.1080/15426430802113814>
- Werdel, M. B., & Wicks, R. J. (2012). *Primer on posttraumatic growth: An introduction and guide*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Yalom, I. (2014a). *Nietzsche ağladığında*. (Çev. A. Babacan). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Yalom, I. (2014b). *Varoluşçu psikoterapi* (Çev. Z. Babayiğit). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yardley, L. (2000). Dilemmas in qualitative health research. *Psychology & Health*, 15(2), 215-228. <https://doi.org/10.1080/08870440008400302>

Yavuz, Ö. ve Mızrak, S. (2016). Acil durumlarda okul çağındaki çocukların eğitimi: Türkiye'deki Suriyeli mülteciler örneği. *Göç Dergisi*, 3(2), 175-199.



EKLER

EK A

Sosyodemografik Form

Yaş:

Cinsiyet: Kadın Erkek

Eğitim durumu: Eğitim yok İlkokul Ortaokul Lise Üniversite
 Yüksek Lisans / Doktora

Çalışıyor musunuz? Evet Hayır

Meslek:

Gelir düzeyi: Düşük Orta Yüksek

Medeni durum: Evli Bekar Boşanmış Dul

Çocuğunuz var mı?

Evet ise kaç tane?

Çocuklarınız dışında bakmakla yükümlü olduğunuz başka biri/leri var mı?

Daha önce terapi aldınız mı?

Aldıysanız ne kadar süre?

Nasıl bir çocukluk geçirdiniz? Kötü Orta İyi

Tarih:

Bilgilendirilmiş Gönüllü Olum Formu

Bu formun temel amacı, İbn Haldun Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programı öğrencisi Cemal Çavuşoğlu tarafından yürütülecek olan “**Suriyeli Mültecilerde Hayatta Anlam Fenomeninin İncelenmesi: Fenomenolojik Bir Çalışma**” hakkında bilgilendirmek ve katılımınız için sizlerden izin almaktır. Bu çalışma Dr. Öğr. Üyesi Lokman Akbay danışmanlığında ilerlemektedir.

Bu çalışmanın amacı, mültecilik yaşamınızda acı dolu deneyimlere rağmen hayatınızdaki anlam tasarımlarını incelemektir. Bu amaçla, sizinle tahmini 1-2 saat sürecek görüşmeler yapılacaktır. Görüşmelerin hem olası faydaları hem de riskleri söz konusudur. Olası faydalar olarak, hayatınızda farkında olmadığınız anlam temalarını bulmanıza ve diğer insanlara ilham vermenize yardımcı olurken; olası risklerse, acılarınızı hatırlanmasına ve nüksedilmesine sebep olabilir. Bu formu onaylamanız halinde, olası riskleri ve faydaları en baştan kabul ettiğiniz anlamına gelmektedir. Olası riskler ortaya çıktığı zaman psikolojik danışman olarak araştırmacı gerektiğinde görüşmeyi sonlandırır ve sizleri diğer uzman psikolojik danışmanlara yönlendirme yapacaktır.

Araştırma esnasında sizlerden alınan bilgiler (sosyodemografik form ve ses kayıtları) **gizli** tutulacak ve kimlik bilgileriniz değiştirilerek yalnızca **araştırma amaçlı** olarak kullanılacaktır. Bu çalışmaya katılım **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Bu yüzden, bu araştırmaya katılmama hakkınız olmakla beraber, çalışmaya katıldıktan sonra da istediğiniz an çalışmadan çıkabilirsiniz. Araştırma sürecine dair her türlü sorunuzu için aşağıdaki iletişim bilgilerinden araştırmacıya ulaşabilirsiniz.

Çalışmaya Katılım Onayı:

Çalışmanın amacını, olası faydaları ve riskleri ve diğer bilgileri okudum. Ayrıca bu konular hakkında araştırmacı tarafından sözlü olarak da bilgilendirildim. Bu çalışmaya gönüllü olarak kendi isteğim ve hür irademle katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının

Adı-Soyadı:

İmzası:

Araştırmacının

Adı-Soyadı: Cemal Çavuşoğlu

Telefon: +905XXXXXXXXXX

E-posta: xxxxxxxxxx@xxxxx.com.tr

İmzası:

EK C

Görüşme Soruları

1. Savaşın başladığını nasıl duydunuz, ne düşündünüz ve neler hissettiniz?
2. Savaş esnasında yaşadıklarınızı ve savaştan sonraki deneyimlerinizi anlatabilir misiniz?
3. Hayatta kalmayı nasıl başardınız? Sizi ayakta/hayatta tutan şey neydi?
4. Şu an ülkenizden uzak bir şekilde yaşamak size ne ifade ediyor?
5. Mülteci olmanız hayata/insana/inanca karşı bakış açınızı nasıl etkiledi?
6. Yaşadığınız acılardan sonra hayatınızda nasıl bir anlam arayışı mevcuttur?
7. Savaş bitikten sonra neler yapmak istersiniz?
8. Son olarak eklemek istediğiniz başka bir şey var mı?

ÖZGEÇMİŞ

Ad ve Soyad:

Cemal Çavuşoğlu

Eğitim:

2013 – 2017 Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Lisans, İstanbul Üniversitesi, Türkiye

2018 – 2020 Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans, İbn Haldun Üniversitesi, Türkiye

