

PAPER DETAILS

TITLE: Göçün Travmatik Etkilerini Azaltmada Sosyal Destegin Rolü Üzerine Deneysel Bir Arastirma

AUTHORS: Zeynep ÖZCAN

PAGES: 1001-1028

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/704863>

GÖÇÜN TRAVMATİK ETKİLERİNİ AZALTMADA SOSYAL DESTEĞİN ROLÜ ÜZERİNE DENEYSEL BİR ARAŞTIRMA

 Zeynep ÖZCAN^a

Öz

Verileri bakanlık destekli bir sosyal uyum projesine dayanan bu araştırma, sosyal etkileşim yoluyla sağlanan sosyal desteğin mülteci bireyin psiko-sosyal uyumuna katkısını ortaya koymak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bilindiği üzere maddi ve manevi kayıpları beraberinde getiren zorunlu göç, travmatik etkileri olan bir yaşantıdır. Bu araştırma da sosyal bir varlık olarak yaratılan insanın, göç gibi travmatik bir yaşantının üstesinden gelme konusunda yakın ve uzak çevresinden alacağı desteğe ihtiyacı olduğu varsayımına dayanmaktadır. Deneysel yöntemin kullanıldığı araştırmada, 'ön test- son test kontrol gruplu araştırma deseni' kullanılmış olup, deney ve kontrol gruplarında yer alan 15'er öğrenci, 2017-2018 öğretim yılında Karabük Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde ve Karabük Milli Eğitim Müdürlüğü'nün lise düzeyindeki farklı okullarında öğrenimlerine devam eden Suriye, Irak ve Afganistan kökenli mülteci öğrenciler arasından gönüllülük esasına uygun olarak seçilmiştir. Deneklerin yaş ortalamasının 18 olduğu araştırmada sosyal destek faaliyetlerinin psiko-sosyal uyuma etkisini ölçmek amacıyla Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Ces-Depresyon Ölçeği ve Kültürel Uyum Ölçeği kullanılmıştır. Sosyal, kültürel ve sportif etkinliklerin yer aldığı uygulama öncesi ve sonrası elde edilen veriler karşılaştırıldığında, deney grubundaki öğrencilerin kontrol grubundaki öğrencilere göre benlik saygılarının anlamlı bir şekilde yükseldiği ve depresyon puanlarının da yine anlamlı bir şekilde düştüğü görülmüştür. Deney grubunun kültürel uyum düzeyinin ise anlamlı bir farklılık oluşmasa da kontrol grubuna göre yükseldiği tespit edilmiştir. Sonuç olarak özellikle göç gibi travmatik bir yaşantı sonrasında pek çok açıdan yardıma muhtaç olan bireylere uzatılacak her türlü yardım elinin onların ruh ve beden sağlığına katkıda bulunmasının yanı sıra kültürel uyum ve toplumsal huzurun teminine hizmet edeceği düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Din Psikolojisi, Psiko-Sosyal Uyum, Travma, Sosyal Destek, Mülteci

^a Dr. Öğr. Üyesi, Karabük Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, zeycankan@hotmail.com



AN EXPERIMENTAL RESEARCH ON THE ROLE OF SOCIAL SUPPORT IN REDUCING THE TRAUMATIC EFFECTS OF IMMIGRATION

This study, based on a social adaptation project supported by the ministry, was carried out to reveal the contribution of social support through social interaction to the psycho-social adaptation of the refugee individual. As is known, forced migration is a life with traumatic effects that causes material and spiritual losses. This research is based on the assumption that the human being, created as a social being, needs support from his close and distant environment to overcome a traumatic experience such as migration. In the study, experimental method and 'pre-test/post-test control-group research design' has been used, and 15 students in the experimental and the control groups have been selected on the basis of volunteering among the refugee students from Syria, Iraq and Afghanistan –who continue their education in different departments of Karabük University and in different high schools of Karabük National Education Directorate in 2017-2018 academic year. In the study in which average age of the sample group is 18, the Rosenberg Self-Esteem Scale, the Ces-Depression Scale and the Cultural Adaptation Scale have been used in order to measure the effect of social support activities on psychosocial adaptation...

[The Extended Abstract is at the end of the article.]



Giriş

Göç insanlık tarihi kadar eski bir olgudur. Günümüz dünyasında özellikle savaş gibi travmatik olaylar sonucunda hızı ve içeriği bir hayli değişen göçün, artık evrensel boyuta ulaşan etkilerinden söz etmek mümkündür. Özellikle yakın coğrafyamızda yaşanan üzücü olaylar neticesinde milyonlarca insanın evsiz ve yurtsuz kaldığı ve kendilerine yeni yaşam alanları arama adına farklı ülkelerin kapısını çaldığı bilinen bir gerçektir. Türkiye gerek güvenlik gerekse siyasi, iktisadi ve dini standartları bakımından kendi coğrafyasında mültecilerin en çok tercih ettiği ülkelerden biri konumundadır (Neccar, 2016, s. 185-198). Türkiye'nin bünyesinde milyonlarca mülteciyi barındırması, akademik çevrenin ilgisinin de bu yöne kaymasına ve özellikle psiko-sosyal uyum ve entegrasyon çalışmalarının yapılmasına sebep olmaktadır. İşte bu çalışma da aynı ilgi ve merakla şekillenmiş olup, ülkemize zorunlu göç sonucu iltica eden özellikle Suriyeli, Afganlı ve Iraklı mültecilerle yapılan entegrasyon çalışmalarının psiko-sosyal uyumlarına etkisini konu edinmektedir.

Bu araştırmanın verileri Gençlik ve Spor Bakanlığı destekli 15283 nolu

“Gönül Bahçemizde Açan Güller” isimli sosyal uyum projesine dayanmaktadır. Proje kapsamında, hedef kitlesi Afgan, Irak ve Suriye kökenli olan 30 mülteci öğrencinin yine 30 Türk öğrenciyle sosyal etkileşime girmeleri sağlanmış ve bu bağlamda mülteci öğrencilere duygusal, bilgisel, araçsal ve ilişkisel anlamda sosyal destek sağlanmıştır. Araştırma sonuçları, dört aylık bir süreci kapsayan sosyal destek faaliyetleri başlamadan önce ön test, faaliyetlerin bitiminde de son test yapılmak suretiyle elde edilmiştir. Söz konusu sosyal destek faaliyetleri kapsamında hedef kitlenin zorunlu göçe bağlı olarak yaşadığı travmanın etkisini hafifletmeye, başa çıkma mekanizmalarını aktif hale getirerek psikolojik sağlıklarını korumaya ve uyum düzeylerini yükseltmeye yönelik seminerler, kurslar, geziler ve çok yönlü sosyo-kültürel ve sportif etkinlikler gerçekleştirilmiştir. Projenin temel amacı ise bu tür sosyal destek faaliyetleri sayesinde hedef kitlenin psiko-sosyal uyum düzeyini yükseltmektir.

A. Travmatik Bir Yaşantı Olarak Göç

Bilindiği üzere savaşıla bağlı olarak yaşanan zorunlu göç, maddi ve manevi kayıpları beraberinde getiren travmatik bir yaşantıdır (Buhugra, 2004; Buhugra, 2005; Balcıoğlu, 2007). Bireyin yaşam bütünlüğünü tehdit eden ve ruhsal yapısı üzerinde kalıcı izler bırakan travmatik olaylar, insanın hayata adaptasyonunu altüst eden ve çaresizlik hissi yaratan olağanüstü olaylardır (Budak, 2005, s. 765; Öztürk, Uluşahin, 2013, s. 56). Bu anlamda ülkelerini kendi istekleri dışında terk etmek zorunda kalan mültecilerin hayatta kalma adına pek çok travmatik olayı tecrübe ettiği kabul edilir (Demirbaş, Bekaroğlu, 2013, s. 12). Nitekim gerek göç öncesi ve göç esnasında, gerekse göç sonrasında yaşanması muhtemel ölüm, yaralanma, hak ihlalleri, şiddete maruz kalma, geleceğe dair belirsizlik, azınlık olma, aileden ayrı düşme, geçim kaynaklarının kaybı, sosyal dokunun bozulması, ayrımcılığa ve ötekileştirmeye maruz kalma, güvensizlik hissi, temel ihtiyaçlardan ve toplumsal destekten yoksun olma gibi durumlar, başlı başına ruh sağlığını tehdit eden risk faktörleri arasındadır (Buhugra, 2004, s. 244-245; Çapcıoğlu, Akın & Akyüz, 2018, s. 600; Gündül, 2018, s. 5). Kaldı ki mültecilerin bu olayların birden fazlasına aynı anda maruz kalma gibi bir olumsuzluğun içinde olmaları, onların ruhsal bütünlüğünü derinden sarsan ve yaralayan bir durumdur. Konuya ilişkin yapılan araştırmalar, yoğun strese bağlı olarak yaşanan bu sarsıntının, depresyon, travma sonrası stres bozukluğu ve uyum bozukluğu gibi tepkiler şeklinde kendini gösterdiğini ortaya koymaktadır (Demirbaş, Bekaroğlu, 2013, s. 14; Çeri, Nasıroğlu & Semerci, 2015, s. 80-85). Hatta mültecilerin genel nüfusa oranla on kat daha fazla depresyon ve travma sonrası stres bozukluğu semptomları gösterdiği ileri sürülmektedir (Fazel, Danesh & Wheeler, 2005, s. 1309). Yaşadıklarının üzerinde bıraktığı şok edici etkiyi, olayı anlamlandırmaya çalışarak

rahatlama yoluna giden mülteci bireyin, travma sebebiyle yüzleşip uygun başa çıkma stratejileri geliştirmesi ve böylece tekrar uyum düzeyine yükselmesi düşünüldüğü kadar kolay olmamaktadır. Anlam ve güven kaybının derinden yaşandığı bu süreci psikoanalitik perspektiften yorumlamak gerekirse mülteci bireyin yaşadığı güvensizliğe, 'yeni ve bilinmeyenle' karşılaşma anksiyetesi ve bu anksiyete ile seyreden regresyonun kaynaklık ettiğini söylemek mümkündür. Nitekim, egonun fazla yüklenmesine sebep olan travmayla karşı karşıya kalan koruyucu sistemin zorlanması neticesinde, birey doğal uyum kabiliyetini kaybederek saplantıya benzer savunma sistemlerine geriler. Bu gerileme yani regresyon, kişinin kendisini aciz ve kimsesiz hissetmesine yol açarken mevcut kaynakları etkin bir şekilde kullanmasına engel olabilir. Travmatize edilen insanlar, travmanın ruhsal dünyalarında yarattığı karmaşadan kurtulabilmek için sığınılacak bir liman ve güvenilecek insanlar arar. İşte bu yüzden tıpkı bir bebeğin yalnız kaldığında annesine benzer bir yüzü çaresizce araması gibi mülteci birey de göç esnasında yaşadığı korku ve anksiyeteyi giderebilmek için kendine güven veren insanlarla iletişim kurmak ister. Bu insanlarla bütünleşebilmesi için en azından geçici olarak bireyselliğinin bir kısmından vazgeçmesi gerekir ki bu vazgeçişin derinliği, yeni çevresi ile eskiden bağlı olduğu grup arasındaki farkın büyüklüğü ile orantılıdır. Kişi diğer insanlar gibi olma isteğini içinde hissederken bir yandan da yeni kültürün içinde asimile olacağı korkusu ile içsel bir çatışmanın içine düşer. Çünkü kimliğini koruması ve kendi gibi kalabilmeyi başarması önem arz etmektedir. Bu nedenle de bireyselliğini devam ettirme çabasıdır. Tüm bu çatışmalar kişide güvensizlik, kendini değersiz hissetme, kontrol kaybı, yetersizlik, çaresizlik, yabancılaşma ve karmaşa duyguları yaratarak psikolojik direnci azaltır. Bir yandan da yaşanan yalnızlık ve izolasyon duyguları depresif eğilimleri artırmaktadır. Bireyin bu güçlüklerle başa çıkamadığı hallerde psikosomatik bozuklukların ortaya çıkması ve çatışmaların yer değiştirmesi söz konusu olabilmektedir. Örneğin sindirim sistemi bozukluklarının, göç eyleminin iyi hazmedilmemesine; solunum sistemi bozukluklarının, yeni çevrenin boğucu etkisine; dolaşım sistemi bozukluklarının ise yeni çevrenin ve isteklerinin kalbe ve damarlara yaptığı baskıya bağlı olarak ortaya çıktığını söylemek mümkündür (Grinberg, 1999, s. 158-165; Ainslie, Harlem, Narra, Barbanel & Ruth, 2013, s. 663-669; Kaptanoğlu, 2000, s. 91).

Meseleyi bireylerin kendileri ve dış dünyayla ilgili olumlu algıları açısından ele alan bilişsel teori çerçevesinden bakıldığında ise, savaş ve göç akabinde yaşanan travmatik olayların bu olumlu algıları olumsuzla çevirdiği söylenebilir. Nitekim önceden kendini değerli hisseden birey, dünyayı da yaşamaya değer, güvenilir ve anlamlı bir yer olarak algılamak (Matthews,

Marwit, 2004, 117), mülteci konumuna düştükten sonra yaşadığı olumsuzlukların bir neticesi olarak artık hem kendine hem de dış dünyaya olan güvenini kaybetmiştir. Bu ruh halinin dışa yansması ise üzüntü, korku, kaygı, ümitsizlik gibi duygusal; kontrol kaybı, acziyet, takıntılı düşünce, unutkanlık gibi bilişsel; içe kapanma, saldırganlık, bitkin hissetme, uykusuzluk, iştah kaybı gibi davranışsal ve fiziksel tepkiler olarak kendini gösterebilmektedir (Akgün, 2016, s. 18). Bu tepkiler bir noktaya kadar makul karşılanabilir. Nitekim göçe bağlı olarak yaşanan değer, sosyal yapı, dil ve destek kaynaklarının kaybı, beraberinde bir yas sürecini getirir. Ancak bu süreçte ortaya çıkan semptomların uzun süreli olması ve organizmanın işlevselliğinde bozulmaya sebebiyet vermesi, ruh sağlığının tehdit altında olduğu ve bir müdahale gerektiği anlamına gelmektedir (Grinberg vd. 1999, s. 161; Ainslie vd. 2013, s. 665).

Yeni yerleşim yerinde farklı duygular arasında savrulan mülteci bireyin yaşadıklarına verdiği tepkiler, gelişim dönemine göre farklılık arz etmektedir. Örneğin bir çocuk, benlik güçlerinin sınırlılığı nedeniyle yaşadıklarını korkutucu olarak algımlarken, akranlarından ve uyum sağladığı çevresinden ayrılmak zorunda olan ergenin içine düşeceği kimlik krizinin daha da derinleşmesi ve benlik saygısının bu yaşantıdan olumsuz etkilenmesi beklenen sonuçlar arasındadır (Demirbaş vd. 2013; Kara, Nazik, 2018; Aydın, Şahin & Akay, 2017).

B. Sosyal Destek ve Etkileşim Faaliyetlerinin Terapötik Etkisi

Zorlayıcı yaşam olaylarına maruz kalan bireylerin, bu olaylarla mücadele ederken kullandıkları başa çıkma stratejileri ve aldıkları sosyal desteğin yaşadıkları travmanın etkisini hafifletici, hatta travma sonrası gelişime katkı sağlayıcı bir rolü olduğunu söylemek mümkündür. Konuya ilişkin araştırmalarda başa çıkma ve sosyal destek ile psiko-somatik semptomlar arasında anlamlı ilişkilerin bulunması bu bağlamda değerlendirilebilir. Nitekim araştırma bulguları sosyal destek ve başa çıkma mekanizmalarını etkin kullananların daha az psikolojik semptom gösterdiğini ortaya koymaktadır (Hood, Peter & Spilka, 2009, s. 438; Gündoğan, 2015, s. 41).

Sosyal destek, zorlayıcı yaşam olaylarına maruz kalan ya da güç bir durumda olan bireye aile, arkadaş, akraba ve diğer toplumsal ilişkiler tarafından sağlanan destek olarak tanımlanır. Başka bir şekilde ifade etmek gerekirse bireyin ihtiyaç duyduğunda çevresinden elde edebileceği maddi ve manevi yardımlardır (Sorias, 1988, s. 353; Yıldırım, 1997, s. 81). Maddi ve manevi yardım ifadesi, sosyal desteğin farklı boyutları olduğuna işaret etmektedir. Şöyle ki; bireyin ihtiyaç duyduğunda maddi yardım alabileceğine dair bilgiyi ve güveni içeren *maddi boyut*, bir kaynaktan bilgi ve öğüt almayı içeren rehberlik boyutu, bireyin kabiliyet ve yeteneklerini tanımayı ve ona

değer vermeyi içeren *duygusal boyut*, yakınlık ve güven veren bir içtenliği içeren bağıllık boyutu, aynı ilgi ve kaygılarla bir gruba ait olmayı içeren *sosyal bütünleşme boyutu* ve başkaları tarafından kendisine ihtiyaç duyulduğunu hissetmeyi içeren *manevi ilgi boyutu* sosyal desteğin bileşenleri arasında sayılmaktadır (Baron, Cutrona., Hicklin & Lubaroff, 1990, s. 345; Cutrona, Russell, 1987; Colarossi, Eccles, 2003, 20).

İyi gelişmiş destek sistemlerinin varlığı, zorluklarla mücadele gücünü artırarak stresin etkisini azaltmakta ve uyum düzeyini yükselterek bıraktığı koruyucu etkiyle ruh ve beden sağlığı üzerinde tampon görevi görmektedir (Sorias, 1988, s. 353-357; Yıldırım, 1997, s. 81-83). Nitekim ihtiyaçların sosyal etkileşim yoluyla giderilme şekli olarak da tanımlanabilecek sosyal destek sayesinde bireyin kendine olan güveni artmakta, duygusal bağıllık gereksinimi doyurulmakta ve kimlik duygusu korunup güçlenmektedir (Baron vd. 1990). Zorunlu göçe bağlı olarak yaşanan bunaltı, depresyon, travma sonrası stres bozukluğu belirtileri ve diğer psikolojik problemlerin azalmasında etkili olan sosyal desteğin, özellikle hastaların tedaviyi reddettiği durumlarda psikoterapiye güçlü bir alternatif olduğu ileri sürülmektedir (Demirbaş vd. 2013, s. 17). Özellikle stresli ve kriz zamanlarında kaygı ve çaresizlik duygularını azaltan sosyal desteğin yaşanan acı ve kriz durumlarına karşı psikolojik direnci artırıcı bir etkisi vardır. Literatürde bu etkiyi destekleyen pek çok araştırmaya rastlamak mümkündür (Acartürk, 2016, s. 146; Terzi, 2008, s. 7). Örneğin Suriyeli mültecilerin aile ve arkadaşlarla dertleşmenin yanı sıra sosyal destek gruplarına veya sosyal ağlara dâhil olmalarının stresle baş etmenin önemli birer aracı olarak işlev gördüğü ileri sürülmektedir (Akgün, 2016, s. 19-20).

Sosyal desteğin, bireyin kendisiyle ilgilenildiği, değer verildiği ve toplum tarafından kabul edildiği inancını artırdığı için benlik saygısını olumlu yönde etkilediği düşünülmektedir. Nitekim, bireyin ait olma, sevilme, takdir edilme ve kabul görme gibi temel ihtiyaçlarının başka bireylerle kurulan ilişki ve etkileşim sonucu tatmini söz konusudur. Empatik anlayış, içtenlik ve saygıyı içeren bir sosyal destek sisteminin, bireyin iç dünyasını açmasına vesile olacağı ve yaşam olaylarının yarattığı gerilimlerle mücadelede başa çıkma stratejilerini daha etkili kullanacağı ileri sürülmektedir. Örneğin sırdaş ilişkisi ile stresle başa çıkma arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya göre hiç sırdaşı olmayan insanların stres düzeyleri ile psikopatolojik semptomlarının daha yüksek, benlik algılarının ise daha düşük olarak bulgulanması, bu görüşü destekler niteliktedir (Sorias, 1988, s. 353-357). Bunun yanı sıra olası problemlerin çözümünü kolaylaştıracak öneri ve bilgi sunması bakımından bireye güven ve umut duygusu aşılayan sosyal desteğin, algılanan ayrımcılık duygusunun beraberinde getireceği güvensizlik ve değersizlik hissine karşı da koruyucu bir fonksiyon icra etmek

suretiyle psikolojik iyi oluşa hizmet ettiği söylenebilir (Doğan, 2008, s. 37; Doğan, 2012, s. 592; Doğan, 2017).

Ortak ilgi, amaç ve eğlenceyi paylaşmayı içeren sosyal desteğin olumlu sosyal etkileşim vasıtasıyla bireyin sosyalleşmesine katkı sağlayacağı şüphesizdir. Nitekim bir grup insanla yemek yiyen, sinemaya giden, kişisel gelişimine hizmet eden kurs ve etkinliklere katılan bireyin bu yolla hem kendisinden beklenenler hakkında bilgi hem davranışlarının doğru olup olmadığına yönelik tepki, hem de olumlu davranışlarına yönelik alacağı olumlu pekiştirmeyle istenilen psiko-sosyal uyum düzeyine daha kolay ulaşması beklenmektedir (Sorias, 1988, s. 353-357).

C. Dinin Sürece Katkısı

Bilindiği üzere diğer insanlarla olumlu ilişkiler kurma, sosyal olarak desteklendiğini ve toplumla bütünleştiğini hissetme ve günlük yaşam streslerinin üstesinden gelerek normal uyum düzeyini koruma, psikolojik iyi oluşun temel dinamikleri arasında yer almaktadır (Ryff, 1989, s. 1070; Ryff, Singer, 2008, s. 20; Akgün, 2016, s. 16). Zorunlu göç gibi şiddetli ve yüksek düzeyde strese yol açan travmatik yaşantılar bireyin kontrol, denetleme, ilişki kurma ve anlamlandırma kabiliyetlerini felce uğrattığından psikolojik iyi oluş halini tehdit etmektedir (Hood vd. 2009; Ekşi, 2001, 15). Böylesi bir durumda maneviyatın sürece katkısı ise olumlu dini başa çıkma ve sosyal destek şeklinde kendini gösterir. Nitekim dinin olumsuz duyguları düzenleme, yaşananları anlamlandırma, kaybedilen kontrolü yeniden kazandırma ve teselli bulma arayışına verdiği cevapla duygusal ve bilişsel tatmin sağladığı ve bu sayede uyumu kolaylaştırıcı bir fonksiyon ürettiği söylenebilir (Pargament 1997, s. 234-235). Ayrıca telkin ettiği teslimiyet duygusuyla durumun kabullenme aşamasına geçmesini kolaylaştırması, bireyin travmayla mücadelesinde olduğu kadar travma sonrası gelişimine de katkı sağlamaktadır (Şimşir, Boynueğri, 2017, s. 97). Bunun yanı sıra, zor zamanlarda Tanrıya güvene dayalı bir ilişkinin içinde bulunarak imtihan, sabır, şükür, affetme, dua ve tevekkül gibi olumlu dini başa çıkma unsurlarına yönelmenin ruh ve beden sağlığı üzerinde koruyucu, iyileştirici ve telafi edici etkilere sahip olduğunu söylemek mümkündür (Pargament, 1997, s. 234-235; Pargament, 1988, s. 521; Karaca, 2017, s. 111-113; Ayten, 2012, s. 77-88; Karşı, 2018, s. 254-256; Larson, Larson, 2003, s. 37-51). Dinin bireysel fonksiyonlarının yanı sıra toplumsal dayanışma ve yardımlaşmaya verdiği önem, ırkçı eğilimlere yönelttiği eleştiri ve evrensel ahlaki değerlere yaptığı vurguyla da psiko-sosyal uyuma katkı sağladığı ve bu anlamda psikolojik sağlığı koruyucu bir fonksiyon icra ettiği söylenebilir. Nitekim konuya ilişkin araştırmalar değerler ekseninde yaşama ve hareket etmenin kaygı düzeyini düşürerek yaşam doyumunu arttırdığını ve stres toleransını yükselttiğini göstermektedir (Uygur, 2016, s. 88; Tarhan, 2011). Bunun yanı sıra

yardımlaşma ve destek faaliyetlerinde bulunmayı olumlu bir dini gelişimin göstergesi kabul eden dini öğreti (Karaca, 2010, s. 86), bu özelliklere sahip insanları şöyle nitelendirmektedir: *"Onlar, Allah'a ve Âhiret gününe inanırlar. İyiliği emrederler, kötülükten men ederler, hayır işlerinde birbirleriyle yarışırırlar. İşte onlar salihlerdendir"* (Âl-i İmran 3/114).

Dinin özellikle bireye, varlığının kendisi dışındaki diğer varlıklarla anlam kazandığını hatırlatarak "öteki" ile olan ilişkilerini sağlıklı bir zemine oturtması, sosyal etkileşim ve sosyal destek bağlamında ele alınması gereken önemli bir husustur (Nîsa, 4/136, Hucûrat, 49/10, Mâide, 5/2). Nitekim eşitlik duygusu üzerinden duygusal, zihinsel ve ahlaki yakınlaşmayı sağlayan din, "öteki"yi, dışlanması gereken bir nesne olmaktan çıkarıp anlamaya ve iletişim kurmaya layık bir özne konumuna yükseltmektir (Bauman, 2014, s. 50-58; Uluç, Ankaralıgil, 2008, s. 457). Bu ise çeşitliliği ve çoğulculuğu bir tehdit, güvensizlik ve çözümsüzlük sebebi değil de ilahi yaratılış hikmetinin bir parçası olarak toplumsal varlığı geliştirme ve yeni sentezlere varabilme imkânı olarak algılamının önünü açmaktadır (Yavuz, 2009, s. 47). Daha farklı bir şekilde ifade etmek gerekirse din, "yaradana itaat, yaradılana şefkat" prensibi çerçevesinde paylaşımcı, katılımcı ve uzlaşmacı bir ensar ruhunu aktif hale getirerek zor durumdaki insanların yardımına koşma bilinci geliştirir ki bu erdemin psikoloji literatüründeki karşılığı *"sosyal destek"* tir.

D. Yöntem

1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, sosyal etkileşim yoluyla sağlanan sosyal desteğin mülteci bireyin psiko-sosyal uyumuna katkısını ortaya koymaktır.

2. Araştırmanın Örneklemi

Gençlik ve Spor Bakanlığı destekli 15283 nolu "Gönül Bahçemizde Açan Güller" isimli sosyal uyum projesinin hedef kitlesi içinde Afgan, Irak ve Suriye kökenli 30 mülteci öğrenci bulunmaktadır. Karabük Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde ve Karabük Milli Eğitim Müdürlüğü'nün lise düzeyindeki farklı okullarında öğrenimlerine devam eden bu öğrencilerden etkinliklere en çok katılan 15 mülteci öğrenci bu araştırmanın deney grubunu oluşturmaktadır. Kontrol grubu içinde de aynı özelliklere sahip 15 mülteci öğrenci bulunmaktadır.

3. Veri Toplama Araçları

Bireyin kendine olan güveni, öz saygısı ve benlik algısıyla ulaştığı olgunluk düzeyi ve bunun yanı sıra yaşadığı sosyal yapıya entegre olup çevresiyle uyumlu ilişkiler içinde bulunma hali, psiko sosyal uyumun en önemli göstergeleri arasında sayılmaktadır (Yaparel, s. 42-48; Öztürk vd. 2015, s. 105-107). Bu nedenle araştırmada verileri toplamak amacıyla kişisel bilgi formunun yanı sıra Kültürel Uyum Ölçeği, Ross Benlik Saygısı Ölçeği ve

Ces Depresyon Ölçeği kullanılmıştır.

a. Kültürel Uyum Ölçeği: Sağır ve Aydın (2018) tarafından geliştirilen ölçek, mültecilerin yaşadıkları çevreye uyumunu ve Türkiye'ye ilişkin algılarını ölçmek üzere 5'li likert tipine uygun olarak hazırlanmıştır. 14 maddeden oluşan ölçeğin 8 maddesi ters olarak hesaplanmış olup Cronbach Alpha değeri .63 olarak tespit edilmiştir.

b. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği: Morris Rosenberg (1965) tarafından benlik saygısını değerlendirmek amacıyla geliştirilen ölçek, 63 maddeden oluşmakta olup, 12 alt gruba sahiptir. Araştırmada, RBSÖ' nin benlik saygısını ölçen ilk on maddesi kullanılmıştır. Ölçekte 4 dereceli Likert formatı kullanılmış olup, tüm maddeler "Çok Doğru", "Doğru", "Yanlış", "Çok Yanlış" seçenekleri ile değerlendirilmektedir. 1, 2, 4, 6, 7. maddeler olumlu benlik algısını sorgularken 3, 5, 8, 9, 10. maddeler olumsuz benlik algısını sorgulamaktadır. Puanlamada olumsuz cümle yapısında ifade edilen 5 maddenin puanları ters çevrilmiştir. Ölçeğin puan aralığı 1 ile 4 arasında değişmekte olup puanın düşüklüğü benlik saygısının yüksekliğine işaret etmektedir. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışması Çuhadaroglu (1986) tarafından yapılmış olup geçerlilik katsayısı .71, test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .75 olarak tespit edilmiştir (Korkmaz, Uysal, 1996, s. 47-51).

c. Depresyon Ölçeği (CES-D): Araştırmada katılımcıların depresyon durumlarını tespit etmek amacıyla, ilk olarak Radloff (1977) tarafından geliştirilen *Depresyon Ölçeği (CES-D)* uygulanmıştır. Yalnızlık, iştahsızlık, uyku problemleri gibi depresyon ile ilgili 20 maddeden oluşan ölçek, 0-3 aralığında puanlama sistemine sahiptir. Bunlar kısaca, 0 -Hiçbir zaman, nadiren, bir günden daha az; 1-birazcık, birkaç kez, 1-2 gün; 2-arada sırada, bazen, 3-4 gün son olarak 3-çokça, çoğu zaman, 5-7 gün olarak belirtilmiştir. 4, 8, 12 ve 16. maddeleri tersten puanlanan ölçekte puan yükseldikçe depresyon semptomları da beraberinde artmış olmaktadır. Türkçeye adaptasyonu Tatar ve Saltukoğlu (2010) tarafından yapılan ölçeğin iç tutarlık katsayısı .75 ile .90 arasında tespit edilmiş olup, iki hafta arayla yapılan test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .69 olarak bulunmuştur.

4. Araştırmanın Deseni

Bu araştırmada deneysel yöntem kullanılmıştır. Sosyal destek bağlamında yapılan sosyal etkileşim faaliyetlerinin etkililiğinin test edilebilmesi için tam (gerçek) deneysel desenlerden biri olan 'ön test- son test kontrol gruplu araştırma deseni' kullanılmıştır. Örneklem içerisinde bulunan pek çok öğrencinin proje bitiminde yaşam alanlarını değiştirmiş olması, izleme yapılmasına engel bir durum olmuş ve bu nedenle izleme yapılamamıştır. Bu araştırmada, ön test, işlem ve son test şeklinde tasarlanan desen şu şekildedir:

Tablo 1. Araştırma Deseni

Grup	Ön Test	İşlem	Son Test
Deney Grubu	RBSÖ, Ces-DÖ, KUÖ	Uygulama (Sosyal destek Faaliyetleri)	RBSÖ, Ces-DÖ, KUÖ
Kontrol Grubu	RBSÖ, Ces-DÖ, KUÖ	-	RBSÖ, Ces-DÖ, KUÖ

5. Uygulama ve İşlem

Bu araştırmada, sosyal bilimlerde az denekli çalışmalarda grup içi ve gruplar arası karşılaştırma yapmakta kullanılan Mann- Witney U Testi ile Wilcoxon İşaret Sıralaması Testi kullanılmıştır. Deney ve kontrol grubunun ön test ve son test puanlarının anlamlı derecede farklı olup olmadığı belirlemek için Mann- Witney U Testi kullanılmıştır. Her iki grubun kendi içindeki ön test ve son test puanlarının anlamlı derecede değişiklik gösterip göstermediğini belirlemek için ise Wilcoxon İşaret Sıralaması Testi kullanılmıştır. Verilerin analizi için SPSS 25 paket programının kullanıldığı araştırmada, ölçekler doldurulurken Arapça ve Farsça tercüman desteği sağlanmıştır.

E. Bulgular

1. Örneklemen Benlik Saygısı Puan Dağılımlarına İlişkin Bulgular

Tablo 2. Örneklemen Benlik Saygısı Ölçeğinden Aldığı Puan Ortalamaları

Benlik Saygısı Ölçeği	N	Min.	Max.	$\bar{X}$	Sd.
Öntest (Deney Grubu)	15	1,20	2,80	2,04	,47
Sontest (Deney Grubu)	15	1,10	2,20	1,60	,39
Öntest (Kontrol Grubu)	15	1,40	2,70	1,92	,44
Sontest (Kontrol Grubu)	15	1,00	3,50	2,06	,64

On maddeden oluşan benlik saygısı ölçeğinden alınabilecek en düşük puan 1; en yüksek puan ise 4'tür. Deney grubundaki öğrencilerin bu ölçeğin ön test uygulamasında aldığı ortalama puan 2,04'tür. Bu skor, son testte 1,60'a düşmüştür. Kontrol grubundaki öğrencilerin benlik saygısı ölçeğinin ön test uygulamasında aldığı ortalama puan ise 1,92'dir. Bu skor, son testte 2,06'ya yükselmiştir. (Benlik saygısı ölçeğinde puanın düşmesi benlik saygısı algısının yükseldiğine işaret etmektedir.)

Tablo 3. Deney ve Kontrol Grubunun Uygulama Öncesi ve Sonrası Benlik Saygısı Puan Dağılımlarına İlişkin Mann Witney U Testi Sonuçları

Ön Test	N	Sıralar Ort.	Sıralar Top.	z	p
Deney Grubu	15	17,13	257	-1,020	,308
Kontrol Grubu	15	13,87	208		
Son Test	N	Sıralar Ort.	Sıralar Top.	z	p
Deney Grubu	15	11,80	177	-2,310	,021
Kontrol Grubu	15	19,20	288		

Tablo 3’de görüldüğü gibi sosyal destek ve etkileşim faaliyetlerinin dahil edildiği uygulamaya katılan grupla katılmayan grubun ön test puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p>.05$). Ancak durumun son testte deney grubu lehine farklılaştığı ve bu farklılığın anlamlılık düzeyine ulaştığı görülmektedir ($p<.05$).

Tablo 4. Deney ve Kontrol Grubunun Uygulama Öncesi ve Sonrasındaki Benlik Saygısı Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

		N	Sıralar Ort.	Sıralar Top.	z	p
Deney Grubu Son Test- Ön Test	Negatif S.	10	8,95	89,50	-2,326	,020
	Pozitif S.	4	3,88	15,50		
	Eşit	1				
	Toplam	15				
		N	Sıralar Ort.	Sıralar Top.	z	p
Kontrol Grubu Son Test- Ön Test	Negatif S.	6	8,33	50	-,571	,568
	Pozitif S.	9	7,78	70		
	Eşit	0				
	Toplam	15				

Deney grubunun benlik saygısı puanlarına ilişkin ön test ve son test sonuçlarını gösteren tablo 4 incelendiğinde her iki testten alınan puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olduğu ($p<.05$), ancak kontrol grubunun ön test ve son test puan ortalamaları arasında aynı anlamlılık

düzeyine ulaşamadığı görülmektedir ($p>.05$).

2. Örneklemen Depresyon Puan Dağılımlarına İlişkin Bulgular

Tablo 5. Örneklemen Depresyon Ölçeğinden Aldığı Puan Ortalamaları

Depresyon Ölçeği	N	Min.	Max.	$\bar{X}$	Sd.
Öntest (Deney Grubu)	15	,20	2,10	1,11	,58
Sontest (Deney Grubu)	15	,25	1,65	,89	,46
Öntest (Kontrol Grubu)	15	,15	1,95	,82	,48
Sontest (Kontrol Grubu)	15	,65	3,00	1,46	,67

Yirmi maddeden oluşan depresyon ölçeğinden alınabilecek en düşük puan 0; en yüksek puan ise 3'dir. Deney grubundaki öğrencilerin bu ölçekten ön test uygulamasında aldıkları ortalama puan 1,11'dir. Bu skor, son testte ,89'a düşmüştür. Kontrol grubundaki öğrencilerin depresyon ölçeğinin ön test uygulamasında aldıkları ortalama puan ise, 82'dir. Bu skor, son testte 1,46' ya yükselmiştir. (Depresyon ölçeğinde puanın düşmesi depresyon düzeyinin de düştüğüne işaret etmektedir.)

Tablo 6. Deney ve Kontrol Gruplarının Uygulama Öncesi ve Sonrası Depresyon Puan Dağılımlarına İlişkin Mann Witney U Testi Sonuçları

Ön Test	N	Sıralar Ort.	Sıralar Top.	z	p
Deney Grubu	15	18,67	280	-1,974	,048
Kontrol Grubu	15	12,33	185		
Son Test	N	Sıralar Ort.	Sıralar Top.	z	p
Deney Grubu	15	11,93	179	-2,222	,026
Kontrol Grubu	15	19,07	286		

Tablo 6'da görüldüğü gibi deney ve kontrol grubunun depresyon ölçeğinden aldığı puan ortalamaları arasında hem ön test hem de son test sonuçlarına göre anlamlı bir farklılığa ulaşılmıştır ($p<.05$).

Tablo 7. Deney ve Kontrol Grubunun Uygulama Öncesi ve Sonrasındaki Depresyon Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

		N	Sıralar Ort.	Sıralar Top.	z	p
Deney Grubu Son Test- Ön Test	Negatif S.	10	7,95	89,50	-1,109	,268
	Pozitif S.	5	8,10	15,50		
	Eşit	0				
	Toplam	15				

		N	Sıralar Ort.	Sıralar Top.	z	p
Kontrol Grubu Son Test- Ön Test	Negatif S.	1	1,00	1	-3,356	,001
	Pozitif S.	14	8,50	119		
	Eşit	0				
	Toplam	15				

Deney grubunun depresyon puanlarına ilişkin ön test ve son test sonuçlarını gösteren tablo 7 incelendiğinde her iki testten alınan puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığa ulaşılmadığı ($p>.05$), ancak kontrol grubunun ön test ve son test puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık düzeyine ulaşıldığı görülmektedir ($p<.05$). Bu sonuç kontrol grubunun depresif eğilimlerinin zamanla arttığı anlamına gelmektedir.

3. Örneklemenin Kültürel Uyum Puan Dağılımlarına İlişkin Bulgular

Tablo 8. Örneklemenin Kültürel Uyum Ölçeğinden Aldığı Puan Ortalamaları

Kültürel Uyum Ölçeği	N	Min.	Max.	$\bar{X}$	Sd.
Öntest (Deney Grubu)	15	1,86	3,57	2,86	,53
Sontest (Deney Grubu)	15	2,43	4,07	3,19	,57
Öntest (Kontrol Grubu)	15	2,14	4,29	3,43	,54
Sontest (Kontrol Grubu)	15	1,93	4,57	3,23	,65

14 maddeden oluşan kültürel uyum ölçeğinden alınabilecek en düşük puan 1; en yüksek puan ise 5'dir. Deney grubundaki öğrencilerin bu ölçekten ön test uygulamasında aldıkları ortalama puan 2,86'dir. Bu skor, son testte 3,19'a yükselmiştir. Kontrol grubundaki öğrencilerin kültürel uyum ölçeğinin ön test uygulamasında aldıkları ortalama puan ise 3,43'dür. Bu skor, son testte 3,23'e düşmüştür. (Kültürel uyum ölçeğinde puanın yükselmesi uyum düzeyinin de yükseldiği anlamına gelmektedir.)

Tablo 9. Deney ve Kontrol Gruplarının Uygulama Öncesi ve Sonrası Kültürel Uyum Puan Dağılımlarına İlişkin Mann Witney U Testi Sonuçları

Ön Test	N	Sıralar Ort.	Sıralar Top.	z	p
Deney Grubu	15	11,33	170	-2,596	,009
Kontrol Grubu	15	19,67	208		
Son Test	N	Sıralar Ort.	Sıralar Top.	z	p
Deney Grubu	15	15,00	225	-,312	,755
Kontrol Grubu	15	16,00	240		

Deney ve kontrol grubunun ön test kültürel uyum puan dağılımları incelendiğinde kontrol grubu lehine anlamlı bir farklılığın olduğu görülürken ($p<.05$), son testte bu farklılığın, istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaşmasa da ortadan kalktığı görülmektedir ($p>.05$).

Tablo 10. Deney ve Kontrol Grubunun Uygulama Öncesi ve Sonrasındaki Kültürel Uyumlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

		N	Sıralar Ort.	Sıralar Top.	z	p
Deney Grubu Son Test- Ön Test	Negatif S.	7	4,79	33,50	1,507	,132
	Pozitif S.	8	10,81	86,50		
	Eşit	0				
	Toplam	15				
		N	Sıralar Ort.	Sıralar Top.	z	p
Kontrol Grubu Son Test- Ön Test	Negatif S.	10	7,65	76,50	1,508	,131
	Pozitif S.	4	7,13	28,50		
	Eşit	1				
	Toplam					

Deney ve kontrol grubunun kültürel uyum puanlarına ilişkin ön test ve son test sonuçlarını gösteren tablo 10 incelendiğinde her iki testten alınan puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığa ulaşılmadığı görülmektedir ($p>.05$).

Sonuç

Verileri Gençlik ve Spor Bakanlığı destekli 15283 nolu “Gönül Bahçemizde Açan Güller” isimli sosyal uyum projesine dayanan araştırma, sosyal etkileşim yoluyla sağlanan sosyal desteğin mülteci bireyin psiko-sosyal uyumuna katkısını ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Deney desenli olan bu çalışmada elde edilen nicel bulgular, sosyal destek ve etkileşim faaliyetlerinin mülteci bireyin psiko-sosyal uyumunu artırıcı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır:

1. Sosyal destek ve etkileşim faaliyetleri deney grubundaki mülteci öğrencilerin benlik saygılarını yükseltmiştir. Nitekim gerek grup içi gerekse gruplararası ön test son test sonuçları, deney grubunun benlik saygısı puanlarının kontrol grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde düştüğünü göstermektedir. Daha önce de ifade edildiği gibi benlik saygısı ölçeğinde puanın düşmesi, benlik saygısı algısının yükseldiğine işaret etmektedir.

2. Örneklemin depresyon ölçeğinden aldığı puan ortalamaları ve grup içi ve gruplararası test sonuçları dikkate alındığında ön testte kontrol grubu lehine olan anlamlı farklılığının son testte deney grubu lehine dönüştüğünü göstermektedir. Bu durum, yapılan uygulamanın deney grubundaki mülteci öğrencilerin depresyon puanlarını anlamlı bir şekilde düşürdüğünü göstermektedir. Bu sonuç ayrıca kontrol grubunun depresif eğilimlerinin zamanla arttığı anlamına da gelmektedir.

3. Deney ve kontrol gruplarının uygulama öncesi ve sonrası kültürel uyum puan dağılımlarına ilişkin mann witney u testi sonuçlarına göre ön testte kontrol grubu lehine anlamlı bir farklılığın bulunduğu, ancak puan üstünlüğünün, son testte ve wilcoxon işaretli sıralar testinde deney grubu lehine dönüştüğü görülmektedir. Kontrol grubunun kültürel uyumunun ön test sonuçlarına göre daha yüksek olması ve deney grubuyla arasındaki farklılığın anlamlı düzeye ulaşmasının Türkiye’de kalma süresiyle ilişkili olduğu düşünülmektedir. Her ne kadar her iki grubun benzeri özelliklere sahip olmasına azami dikkat edildiyse de birebir aynı şartları taşımaları mümkün olmayabilmektedir. Uygulama sonrası yapılan test sonuçları aradaki farklılığın büyük oranda ortadan kalktığını göstermektedir ki bu da sosyal desteğin kültürel uyuma katkıda bulunduğu şeklinde yorumlanabilir.

Literatürde sosyal desteğin farklı değişkenler ile olan ilişkisini konu alan pek çok araştırma bulunmaktadır. Bu araştırma sonuçları incelendiğinde elde edilen bulguların araştırma bulgularıyla genel olarak örtüştüğü söylenebilir. Nitekim; *öznel iyi oluş* (Çevik, 2010; Saygın , Arslan 2009; Doğan, 2008; Yalçın, 2014; Gençöz, Özlale, 2004; Chu, Saucier & Hafner, 2010; Doğan, Sapmaz, 2012), *yaşam doyumu* (Yalçın, 2011), *depresyon ve kaygı* (Albal, 2009; Eldeleklioğlu, 2006; Paykel, 1994; Al-Issa, İsmail, 1994), *yalnızlık*, (Arslantaş, Ergin, 2011; Duru, 2008), *psikolojik dayanıklılık* (Terzi, 2008) ve *öz saygı*, (Siyez, 2008; Saygın vd. 2009; Kahriman, Polat 2003; Arslan, 2009) gibi değişkenlerin aile, arkadaş, öğretmen ve diğer iletişim ağları gibi destek kaynaklarından algılanan sosyal destek ile arasında anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Yalçın’ın (2014) iyi oluş ve sosyal destek arasındaki ilişkileri konu alan 35 çalışmayı irdelediği meta analiz çalışmasında öznel iyi oluş, yaşam doyumu ve özsaygı gibi değişkenlerin sosyal destek ile arasında pozitif yönde anlamlı, depresyon ve yalnızlık ile de negatif yönde anlamlı ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar sosyal desteğin ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkisini göstermesi bakımından anlamlıdır.

Mülteci örneklemini üzerinden konuya ilişkin yapılan çalışmalara bakıldığında ise öncelikle dikkat çeken şeyin, göçün travmatik etki düzeyi olduğu söylenebilir. Nitekim Sağaltıcı (2013) tarafından yapılan bir araştırmada Suriyeli mülteciler arasında en az bir travmaya maruz kalma

oranının %98 olarak saptandığı görülmektedir (s. 56). Bunun yanı sıra mültecilerde şiddetli anksiyete ve depresyon belirtileri olduğunu gösteren ve yaşanan depresyon sıklığının %48 civarında bulgulandığını ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (Ceylan, Yalçın, Algan, Akın & Köse, 2017). Sağır'ın (2014) mültecilerle ilgili yaptığı bir araştırma sonucuna göre katılımcıların %81,40 gibi yüksek bir oranının klinik açıdan önemli sayılan seviyede depresif eğilime sahip oldukları ve sadece bireylerin %18,60'ının klinik açıdan önem arz etmeyen depresif eğilime sahip oldukları görülmüştür (s. 46). Gündül'ün (2018) araştırmasında ise mültecilerin hafif, orta ve şiddetli düzeyde depresyon oranları %75 olarak bulgulanmıştır (s. 28). Ataç ve arkadaşlarının (2018) mülteci ve yerleşik ergenlerin depresyon eğilimlerini irdelediği araştırmanın sonucuna göre de mülteci öğrencilerde görülen depresif belirtilerin yerleşiklere göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Böylesi travmatik bir yaşantının etkilerini azaltmada sosyal desteğin rolünü konu alan sınırlı sayıdaki korelasyonel çalışmada ise araştırma bulgularını destekleyen sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Örneğin Gez'in (2018) Suriyeli çocuk ve ergenlerde algılanan sosyal destek ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi konu alan araştırmasında Suriyeli çocuk ve ergenlerin duygu ve düşünce durumları bakımından psikolojik sağlamlığa yönelik risk faktörlerine ait pek çok bulguyu taşımalarına rağmen algıladıkları aile desteğinin psikolojik sağlamlığı yordadığı ve yardım alan çocuk ve ergenlerin psikolojik sağlamlık ve sosyal destek düzeyinin yüksek olduğu saptanmıştır. Ekinci'nin (2017) savaş nedeni ile Suriye'den göç edip Türkiye'ye yerleşmek durumunda kalan bir grup lise öğrencisi ile yaptığı araştırmanın bulgularına göre ise aile işlevleri sağlıklı olan mülteci öğrencilerin hem algıladıkları sosyal destek hem de psikolojik sağlamlık düzeyleri yüksek bulgulanmıştır. Şimşir'in (2017) çalışmasında ise savaş yaşantısı geçiren Suriyeli mültecilerin sahip olduğu değerler ve algıladıkları sosyal destek düzeyinin travma sonrası büyümelerini doğrudan yordadığı ve sahip olunan değerlerin de algılanan sosyal destek düzeyi ile ilişkili olduğu görülmektedir. Konuya ilişkin yurt dışında yapılan bazı araştırmalar bireylerin algıladıkları sosyal destek düzeyi arttıkça stres, kaygı, depresyon ve uyumsuzluk gibi psikolojik problemlerin azaldığını, buna karşın yaşam doyumu, sağlık düzeyi ve psikolojik dayanıklılığın arttığını ortaya koymuştur (Wallace, Bisconti, Bergeman, 2001, s. 273; Zhang, Goodson, 2011, s. 142).

Sosyal desteğin psikolojik uyumun yanı sıra kültürel uyuma da önemli ölçüde katkı sağladığı yine yapılan araştırmalarla ortaya koyulmuştur. Örneğin Kovacev ve Shut'in (2004) mülteci ergenler üzerinden kültürel uyum ve sosyal desteği konu alan araştırmalarında kültürel uyumla yakın arkadaş ve sınıf arkadaşlığının sağladığı destek arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu ve bu sonucun varyansın yaklaşık %42'sini açıkladığı

görülmüştür (s. 263-265). Aynı şekilde Oppedal ve arkadaşlarının (2004) ergen mültecilerde sosyal desteğin psiko-sosyal uyumdaki etkisini konu alan araştırmada, sosyal desteğin hem ruh sağlığı hem de kültürel uyum üzerinde moderatör olarak önemli bir rol oynadığı ortaya koyulmuştur (s. 489). Bilindiği üzere kültürel uyum çift yönlü bir süreçtir. Yani bir yandan mültecilerin toplumun değer, norm ve davranış kalıplarına uyumunu diğer yandan da yerel halkın bu duruma verdiği tepkisel reaksiyonları içerir. Dolayısıyla kültürel uyumda mültecilerin sarf edecekleri çaba kadar yerel halkın da ensarvari kucaklayıcı tavrı bu konuda belirleyici olmaktadır (Martinkainen, 2010, s. 266-274; Yıldırım alp, İslamoğlu & İyem, 2017, s. 111; Çapcıoğlu vd. 2018, s. 601). Mültecilerin kültürel uyumlarını konu alan pek çok nitel araştırmada dil, kültürel mesafe, etnik ayrılıklar, geri dönme isteği ve özellikle de eğitim ve istihdam alanında yaşanan problemlerin kültürel uyum önündeki en büyük engeller olduğu tespit edilmiştir (Zevalsiz, 2017, s. 3190; Karipek, 2017, s. 124-128; Sağır, 2018, s. 106; Yıldırım alp vd. 2017, s. 122). Tüm bu engellere kişisel direncin de eklenmesi, meseleyi daha da girift bir hale getirmektedir. Dolayısıyla tek bir merkezi yörüngesi bulunmayan kültürel uyum sürecinin pek çok farklı değişkenin etkisine açık bir süreç olduğu ve mülteci bireyin, sosyal dışlanma ve ayrımcılık yaşamadan ama kendi kültüründen de kopmadan sosyo-kültürel yapıya entegre olmasının, düşünüldüğü kadar kolay olamayacağı söylenebilir. Araştırma bulguları bu düşünceyi destekler niteliktedir. Nitekim deney gurubunun ön test ve son test sonuçlarına göre kültürel uyum açısından olumlu anlamda bir puan artışı söz konusu olsa da bu artış, istatistiki açıdan anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır. Bu sonuç, kültürel uyum düzeyini yükseltmek için kısa süreli destek faaliyetlerinden ziyade devlet ve halk destekli daha uzun soluklu çalışmaların yapılması gerektiği şeklinde yorumlanabilir.

Sonuç olarak gerek araştırma bulguları gerekse literatürden elde edilen bilgilerden anlaşılacağı üzere, sosyal bir varlık olan insanın psiko-sosyal uyum düzeyini yakalayabilmesinde alacağı sosyal desteğin rolü çok büyüktür. Nitekim insanlar gruplar halinde, beyinleri birbirine kenetli ve ancak karşılıklı ilişkilerle büyüeyebilen canlılardır. Dolayısıyla, birlikte yaşama ihtiyacı adeta genetiğine kodlanmış olan insanın insan olma sürecini tamamlaması, ancak “öteki” den alacağı veya “öteki” ye yapacağı maddi ve manevi yardımlarla mümkündür (Hökelekli, 2007, s. 405-407; Sayar, 2015, Özcan, 2016, s. 531). Yardım gören kadar yardım eden açısından da terapötik etkileri ispatlanan yardım etme davranışının özellikle, bireye, karşılaştığı problemlerin çözümünde tek olmadığı ve diğer insanlar tarafından kendisine değer verildiği hissi kazandırdığı için öz saygıyı destekleyen bir yönü olduğu bilinmektedir (Ayten, 2014, s. 165; Ayten, 2010, s. 71; Merter, 372-376). Bu bağlamda, özellikle göç gibi travmatik bir yaşantı sonrasında pek çok açıdan

yardıma muhtaç olan bireylere uzatılacak her türlü yardım elinin onların ruh ve beden sağlığına katkıda bulunmasının yanı sıra kültürel uyum ve toplumsal huzurun teminine hizmet edeceği aşikârdır. Bu nedenle mültecilerin beraberinde getirdikleri farklılıklara saygı duyma başta olmak üzere onlara verilebilecek her türlü psiko-sosyal desteğin yerine getirilmesi gereken dini ve insani bir görev olduğu söylenebilir.

Konusu ilişkin literatür taramasında genellikle korelasyonel çalışmaların yapıldığı görülmektedir. Mülteci örneklemleri üzerinden deneysel bir çalışmaya daha önce rastlanmamış olup, araştırmadan elde edilen bulguların literatürü destekleyerek bir anlamda pratiğin teorisini desteklediği şeklinde yorumlanması mümkündür. En etkili öğrenme şekli, yaparak ve yaşayarak öğrenme olduğu için, prososyal davranışın kazandırılması ve değerlerin aşılmasında teorik aktarımından ziyade, uygulamalı yöntemlerin daha etkili sonuçlar doğuracağı düşünülmektedir.



KAYNAKÇA

- ACARTÜRK, C. (2016). Göç ve Ruh Sağlığı İlişkisi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(25), 137-150.
- AINSLIE, R. C., Harlem, A., Narra P. T., Barbanel, L. & Ruth, R., (2013). Contemporary Psychoanalytic Views on the Experience of Immigration. *Psychoanalytic Psychology*, 30(4), 663-679.
- AKGÜN, N. (2016). *Suriyeli Mültecilerde Ruhsal İyilik Hali ve İlişkili Faktörlerin Değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi). Selçuk Üniversitesi/ Tıp Fakültesi, Konya.
- ALBAL, E. (2009). *Depresyonla Başa Çıkma Öz Yeterlik ile Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi/ Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- AL-İSSA, I, Ismail, S. J. (1994). Social Support and Depression of Male and Female Students in Kuwait: Preliminary Findings. *Anxiety Stress & Coping*, 7(3), 253-262.
- ARSLAN, C. (2009). Anger, Self-Esteem, and Perceived Social Support in Adolescence. *Social Behavior and Personality*, 37(4), 555-564.
- ARSLANTAŞ, H., Ergin F. (2011). 50-65 Yaşı Arasındaki Bireylerde Yalnızlık, Depresyon, Sosyal Destek ve Etki Eden Faktörler. *Türk Geriatri Dergisi*, 14:135-144.
- ATAÇ, Ö., AKBAY H., DOBRAL A., DEMİR S., ATEŞ B. S., AHMEDZAI S. & HAYRAN O. E. (2018). Mülteci ve Yerleşik Ergenlerde Depresyona

- Yatkınlık ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri. *Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi*, 23(3), 129-136.
- AYDIN, D., ŞAHİN, N. & AKAY, B., (2017), Göç Olayının Çocuk Sağlığı Üzerine Etkileri. *İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hast. Dergisi*, 7(1), 8-14.
- AYTEN, A. (2010). *Empati ve Din, Türkiye’de Yardımlaşma ve Dindarlık Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- AYTEN, A. (2012). *Tanrı’ya Sığınmak, Dini Başa Sıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- AYTEN, A. (2014). *Erdeme Dönüş, Psikoloji ve Mutluluk Yolu*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- BALCIOĞLU, İ. (2007). *Sosyal ve Psikolojik Açısından Göç*. İstanbul: Elit Kültür Yayınları.
- BARON, R. S., CUTRONA, C. E., HİCKLİN, D. & LUBAROFF, D. M (1990). Social Support and Immune Function Among Spouse of Cancer Patients. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(2), 344–352.
- BAUMAN, Z. (2014). *Sosyolojik Düşünmek*, 10. Baskı, İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- BHUGRA D. (2004). Migration and Mental Health, *Review Article, Acta Psychiatr Scand*, 109:243-258.
- BHUGRA D., ARYA, P. (2005), Ethnic Density, Cultural Congruity and Mental Illness in Migrant. *International Review of Psychiatry*, 17(2): 133–137.
- BUDAK, S. (2005). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- CEYLAN V., YALÇIN, M., ALGAN C., YALÇIN, E., AKIN, E. & KÖSE, S. (2017). Suriyeli Mülteci ve Sığınmacıların Çeşitli Psikolojik Faktörler Açısından İncelenmesi: Batman örnekleme. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(2), 595–606.
- CHU, P. S., HAFNER, E. & SAUCIER, D. A., (2010). Meta-Analysis of the Relationships Between Social Support and Well-Being in Children and Adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(6), 624-645.
- COLAROSSİ, L. G., ECCLES, J. S. (2003). Differential Effect of Support Providers on Adolescent’s Mental Health. *Social Work Research*, 27/1, 19-30.
- CUTRONA, C. E., Russell, D. W., (1987). The Provisions of Social Relationships and Adaptation to Stress. *Advances in Personal Relationships*, 1, 37-67.
- ÇAPCIOĞLU, İ., AKIN, M., & AKYÜZ, N. (2018). Göç Olgusunun Dini ve Toplumsal Yansımaları: Kur’an’daki Atıflar Bağlamında. *Journal of History Culture and Art Research*, 7(5), 596-605.

- ÇERİ, V., NASIROĞLU, S. & SEMERCİ, B., (2015). Psikiyatrinin Penceresinden Göç ve Sağlık, *Sağlık Düşüncesi ve Tıp Kültürü Dergisi*, 35, 80-85. <http://www.sdplatform.com/Dergi/875/Psikiyatrinin-penceresinden-goc-ve-saglik.aspx>
- ÇEVİK N. (2010). *Lise öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarını Yordayan Bazı Değişiklikler*. (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi/ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- ÇUHADAROĞLU, F. (1986). *Adölesanlarda Benlik Saygısı*. (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- DEMİRBAŞ, H., Bekaroğlu E., (2013). Evden Uzakta Olmak: Sığınmacıların/ Mültecilerin Psikolojik Sorunları ve Alınacak Önlemler. *Kriz Dergisi*, 21(1-2-3), 11-24.
- DOĞAN, T., (2008). Psikolojik Belirtilerin Yordayıcısı Olarak Sosyal Destek ve İyilik Hali. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 30-44.
- DOĞAN, T., (2017). Bir Mental İyi Oluş Kaynağı Olarak Sosyal Destek. <http://www.tayfundogan.net/2017/11/15/mental-iyi-olusun-bir-belirleyicisi-olarak-sosyal-destek/>, 4.1.2019
- DOĞAN, T., Sapmaz, F. (2012). Kişilerarası İlişki Tarzları ve Öznel İyi Oluş. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(3), 585-601.
- DURU, E. (2008). Yalnızlığı Yordamada Sosyal Destek ve Sosyal Bağlılığın Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(61), 15-24.
- EKİNCİ, D. (2017). *Suriyeli Lise Öğrencilerinin Algılanan Sosyal Destek ve Aile İşlevleri Açısından Psikolojik Sağlık Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- EKŞİ, H. (2001). *Başaçıkma, Dinî Başaçıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma: Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Uludağ Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- ELDELEKLİOĞLU, J. (2006). The Relationship Between The Perceived Social Support And The Level of Depression And Anxiety in University Students. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 6(3), 727-752.
- FAZEL, M., DANESH, J. WHEELER, J. (2005). Prevalence of Serious Mental Disorder in 7000 Refugees Resettled in Western Countries: A Systematic Review. *The Lancet*, 365(9467), 1309-1314.
- GENÇÖZ, T., ÖZLALE Y. (2004). Direct and Indirect Effects of Social Support on Psychological Well-Being. *Social Behavior and Personality*, 32, 449-458.

- GEZ, A. (2018). *Suriyeli Çocuk ve Ergenlerde Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çağ Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- GRINBERG L, GRINBERG R. (1999), Psychoanalytic Perspectives on Migration. David Bell (Ed), *In Psychoanalysis and Culture. A Kleinian Perspective* (s. 154-170) London: Tavistock Clinic Series.
- GÜDÜL, Ö., T. (2018). *Suriyeli Kadın Göçmenlerin Travmatik Yaşantıya Bağlı ruh Sağlığı Sorunlarının ve Sosyal Destek Süreçlerinin İncelenmesi*. (Bilim Uzmanlığı Tezi). Kocaeli Üniversitesi/ Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli.
- GÜNDÖĞAN, N. (2015). Türkiye’de Yaşayan Sığınmacı ve Mültecilerin Psikososyal Gereksinimleri ve Psikolojik Belirtileri. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- HOOD, R. W., Peter C. H. & Spilka B. (2009). *The Psychology of Religion An Empirical Approach*. 4nd Edition. New York: The Guilford Press.
- HÖKELEKLİ, H. (2007). “Müslüman ve Öteki: Farklı Dinî Grupların Birbirini Algılama Biçimi”, *Kur’an-ı Kerim’de Ehli Kitap, (Tartışmalı İlmi Toplantı), 12-13 Kasım 2005*, İstanbul.
- KAHRİMAN, İ., POLAT, S. (2003). Adölesanlarda Aileden ve Arkadaşlardan Algılanan Sosyal Destek ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 6(2), 13-24.
- KAPTANOĞLU, C. (2000). “Ben” Hayali, Ulusal Kimlik ve Travma. *Birikim*, 134(135): 87-91.
- KARA, P., NAZİK, E. (2018). Göçün Kadın ve Çocuk Sağlığına Etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(2), 58-69.
- KARACA, F. (2010). “Dindarlığın Etkileri”, *Din Psikolojisi*, Hayati Hökelekli (Ed.), Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- KARACA, F. (2017). *Din Psikolojisi*. 3. Baskı. Trabzon: Eser Ofset.
- KARİPEK, Y. Z. (2017). “Asylum-Seekers Experience and Acculturation: a Study of Syrian University Students in Turkey”. *Turkish Journal of Middle Eastern Studies*, 105-133.
- KARSLI, N. (2018). *Mutluluk ve Dindarlık*, Kayseri: Kimlik Yayınları.
- KORKMAZ, M., UYSAL, Ş. (1996). *Yetişkin Örneklem İçin Bir Benlik Saygısı Ölçeğinin Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- KOVACEV, L., SHUTE, R. (2004). Acculturation and Social Support in Relation to Psychosocial Adjustment of Adolescent Refugees Resettled in

- Australia. *International Journal of Behavioral Development*, 28(3), 259-267.
- LARSON, D. B., LARSON, S. S. (2003). "Spirituality's Potential Relevance to Physical & Emotional Health: A Brief Review of Quantitative Research". *Journal of Psychology & Theology*. 31, 37-51.
- MARTINKAINEN, T. (2010). "Din Göçmenler ve Entegrasyon", Nebile Özmen (Çev), *M. Ü. İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 38: 266, 274.
- MATTHEWS, L.T., MARWIT, S.J. (2004). Examining the Assumptive World Views of Parents Bereaved by Accident, Murder, and İllness. *Omega: Journal of Death and Dying*, 48(2), 115-136.
- MERTER, M. (2006). *Doküzyüz Katlı İnsan*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- NECCAR, M. (2016). Suriye'den Türkiye'ye Göç: Nedenler, Sonuçlar ve Umutlar. Tuba Erkut (Çev), *İlahiyat Akademi Dergisi*, 3(4), 185-198.
- OPPEDAL, B., ROYSAMB, E., SAM, D. L. (2004). The Effect of Acculturation and Social Support on Change in Mental Health Among Young Immigrants. *International Journal of Behavioral Development*, 28(6), 481-494.
- ÖZCAN, Z. (2016). "Birlikte Yaşamının İmkânı Olarak 'Öteki'yi Anlamak". *Hiz. Peygamber ve Birlikte Yaşama Hukuku. Kutlu Doğum Sempozyum Bildirileri (Mardin, 17-19 Nisan 2015)* 531-544. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı.
- ÖZTÜRK, M., Uluşahin, A. (2015). *Orhan Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. 13. Baskı. Ankara: Nobel Tıp Kitapları.
- PARGAMENT, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping Theory, Research, Practice*, New York: The Guilford Press.
- PARGAMENT, K. I., HATHAWAY, W. KENNELL, J. & JONES, W. (1988). Religion and The Problem-Solving Process: Three Styles of Coping. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27, 90-104.
- PAYKEL, E. S. (1994). Life Events, Social Support and Depression. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 89(377), 50- 58.
- RADLOFF, L. S. (1977). The CES-D Scale: A Self-Report Depression Scale For Research in The General Population. *Applied Psychological Measurement*, 1(3), 386-401.
- ROSENBERG, M. (1965). *Society And the Adolescent Self-Image*. New Jersey: Princeton University Press.
- RYFF, C. D. (1989). Happiness is Everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.

- RYFF, C. D., Singer, B. H. (2008). Know Thyself and Become What You Are: a Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39.
- SAĞALTICI, E. (2013). *Suriyeli Mültecilerde Travma Sonrası Stres Bozukluğu Taraması*. (Uzmanlık Tezi). Gaziantep Üniversitesi/Tıp Fakültesi, Gaziantep.
- SAĞIR, A., AYDIN, E. (2018), *Türkiye'deki Üniversitelerde Öğrenim Gören Suriye Uyraklı Öğrencilerin Sosyo-Kültürel ve Sosyo-Ekonomik Durumlarının Sosyolojik Analizi*, 1919B011700426 Kodlu 2209 Tübitak Üniversite Öğrencileri Araştırma Destek Projesi.
- SAĞIR, Z. (2014). *Suriyeli Mültecilerde Dinî Başačkma ve Ruh Sağlığı*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- SAĞIR, Z. (2018). *Suriyeli Kadın Mültecilerde Kültürel Uyum, Ruh Sağlığı ve Din*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- SAYAR, K. (2015). "Kemal Sayar ile Göç ve Göçmen Psikolojisi Üzerine" <http://kemalsayar.com/KategoriDetay-Kemal-Sayar-ile-goc-ve-gocmen-psikolojisi-uzerine-57.html>, 10.03.2019.
- SAYGIN Y. ARSLAN C. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Destek, Benlik Saygısı ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 207-222.
- SIYEZ, D. M. (2008). Adolescent Self-Esteem, Problem Behaviors, and Perceived Social Support in Turkey. *Social Behavior and Personality*, 36, 973-984.
- SORIAS, E. O. (1988). Sosyal Destek Kavramı, *Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 27(1), 353-357.
- ŞİMŞİR, Z. (2017). Savaş Travma Sonrası Büyüme, Değerler ve Algılanan Sosyal Destek Arasındaki Yordayıcı İlişkiler. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- ŞİMŞİR, Z., BOYNUEĞRİ, S. B. & DİLMAÇ, B. (2017). Religion and Spirituality in the Life of Individuals with Paraplegia: Spiritual Journey From Trauma to Spiritual Development. *Spiritual Psychology and Counseling*, 2, 89-110.
- TARHAN, N. (2011). *Güzel İnsan Modeli: Ailede, Toplumda, Siyasette Değerler Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- TATAR, A., Saltukoğlu, G. (2010). CES-Depresyon Ölçeği'nin Doğrulayıcı Faktör Analizi ve Madde Cevap Kuramı Kullanımı ile Türkçe'ye

- Uyarlanması ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 20 (3), 213-227.
- TERZİ, Ş. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3/29, 1-11.
- ULUÇ, G., Ankaralıgil, N. (2008). Duygusal Zeka ve Öteki'yi Anlamak: Doğu-Batı Üzerine Bir Çalışma. *Duygusal Zeka Ve İletişim, II. Uluslar arası Sempozyum*, İzmir.
- UYGUR, A. E. (2016). *Değerler Sisteminin (Dini Başaçıkma, Affedicilik ve Emmons Şükür Ölçekleri Açısından) Anksiyete Duyarlılığı Üzerindeki Yordayıcı Etkisi: Metakognisyonların Aracı Rolü*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- WALLACE, K. A, BISCONTI, T. L. & BERGEMAN, C. S. (2001). Mediatonal Efect of Hardiness on Social Support and Optimal Outcomes in Later Life. *Basic and Applied Social Psychology*, 23(4), 267-279.
- YALÇIN, İ. (2011). Social Support and Optimism as Predictors of Life Satisfaction of College Students. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 33(2), 79-87.
- YALÇIN, İ. (2014). İyi Oluş ve Sosyal Destek Arasındaki İlişkiler: Türkiye’de Yapılmış Çalışmaların Meta Analizi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 4(25), 1-12
- YAPAREL, R. (1987). *Yirmi-Kırk Yaşlar Arası Kişilerde Dini Hayat ile Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- YAVUZ, Ş. (2009). Öteki” ile “Beriki” Arasındaki Salınımında Dinlerde Birlikte ve Beraber Yaşamanın Teolojik ve Pratik İmkânı. *Milel ve Nihal*, 6(2), 31-50.
- YILDIRIM, İ. (1997). Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Geliştirilmesi, Güvenirliği ve Geçerliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 81-87.
- YILDIRIMALP, S., İSLAMOĞLU, E. & İYEM, C. (2017). Suriyeli Sığınmacıların Toplumsal Kabul ve Uyum Sürecine İlişkin Bir Araştırma. *Bilgi*, 35, 107-126.
- ZEVALSİZ, S., GÜNDAĞ, E. (2017), Yabancı Uyruklu Öğrencilerin Sosyo-Kültürel Entegrasyonu (Karabük Üniversitesi Örneği). *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(5), 3168-3192.
- ZHANG, J., GOODSON, P. (2011). Predictors of International Students' Psychosocial Adjustment to Life in the United States: A Systematic

Review. *International Journal of Intercultural Relations*, 35(2), 139-162.



AN EXPERIMENTAL RESEARCH ON THE ROLE OF SOCIAL SUPPORT IN REDUCING THE TRAUMATIC EFFECTS OF IMMIGRATION

 Zeynep ÖZCAN^a

Extended Abstract

This study, based on a social adaptation project supported by the ministry, was carried out to reveal the contribution of social support through social interaction to the psycho-social adaptation of the refugee individual. As is known, forced migration is a life with traumatic effects that causes material and spiritual losses. This research is based on the assumption that the human being, created as a social being, needs support from his close and distant environment to overcome a traumatic experience such as migration. In the study, experimental method and 'pre-test/post-test control-group research design' has been used, and 15 students in the experimental and the control groups have been selected on the basis of volunteering among the refugee students from Syria, Iraq and Afghanistan –who continue their education in different departments of Karabük University and in different high schools of Karabük National Education Directorate in 2017-2018 academic year. In the study in which average age of the sample group is 18, the Rosenberg Self-Esteem Scale, the Ces-Depression Scale and the Cultural Adaptation Scale have been used in order to measure the effect of social support activities on psychosocial adaptation.

In this study, the Mann-Witney U Test which is used in less-subject researches to make comparisons in-group and inter-groups and Wilcoxon Signed-Rank Test were used. Mann-Witney U Test was used to determine whether the pre and posttest scores of the experimental and control groups were significantly different. The Wilcoxon Signed-Rank Test was used to determine whether the p and post-test scores of the two groups differed significantly in itself. SPSS 25 package program was used to analyze the data and Arabic and Persian interpreter support was provided when the scales

^a Asst. Prof., Karabük University Theology Faculty, zeycankan@hotmail.com

were filled.

Findings and Conclusion

According to the Mann-Witney U Test results depending on self-esteem score distributions of the experimental and control groups before and after the practice, there is no significant difference between pre-test scores of the group who participated in the social support and interaction activities ($p > .05$). However, it is seen that there is a difference in favor of the experimental group in the last test and this difference has reached the level of significance ($p < .05$). According to the Wilcoxon Signed-Rank Test results depending on the self-esteem scores of the experimental and control groups before and after the practice, there is a significant difference between average scores of both tests ($p < .05$), but it is seen that pre-test and post-test average scores of the control group cannot reach the same significance level ($p > .05$). According to the Mann-Witney U Test results depending on the distribution of depression scores of the experimental and control groups before and after the practice, there is a significant difference between average scores of the two groups on the depression scale according to both the pre-test and post-test results ($p < .05$). According to the Wilcoxon Signed-Rank Test results depending on the depression scores of the experimental and control groups before and after the practice, there is no significant difference between the average scores of the two tests ($p > .05$), but it is seen that the pre-test and post-test average scores of the control group have reached a significance level ($p > .05$). When the Mann-Witney U Test results depending on the distribution of cultural adaptation scores of the experimental and control groups before and after the practice have been examined there is seen a significant difference in favor of the control group in the pre-test ($p < .05$); in the last test, this tendency has disappeared even if it does not reach the statistical significance level ($p > .05$). When the Wilcoxon Signed-Rank Test results depending on the distribution of cultural adaptation scores of the experimental and control groups before and after the practice have been examined, it has been observed that there is no significant difference between the average scores of both tests ($p > .05$).

The quantitative findings obtained from this experimental study show that social support and interaction activities have an effect on increasing the psycho-social adaptation of the refugee individual. In this context, the following conclusions are obtained:

1- Social support and interaction activities have increased self-esteem of the refugee students in the experimental group. As a matter of fact, both in-group and inter-groups pre-test/ post-test results have showed that the self-esteem scores of the experimental group have increased significantly compared to the control group.

2- When the average scores of the sample obtained from the depression scale and the in-group and inter-groups test results have been taken into consideration, the significant difference in favor of the control group in the pre-test has turned out to be in favor of the experimental group. This result shows that the practice has significantly reduced the depression scores of the refugee students in the experimental group. This also means that the depressive tendencies of the control group have increased over time.

3- There is a significant difference in favor of the control group in the pre-test according to the Mann-Witney U Test results depending on the distributions of cultural adaptation scores of the experimental and control groups before and after the practice, but the superiority of the scores turned to be in favor of the experimental group in the post-test and in the Wilcoxon Signed-Rank Test.

As a result, it is thought that every kind of help, to be extended to individuals needing help in every aspect especially after a traumatic experience such as migration, will contribute to their mental and physical health, as well as providing cultural harmony and social peace.

Keywords: Psychology of Religion, Psycho-Social Adjustment, Trauma, Social Support, Refugee

