



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**İSVİÇRE'DE YAŞAYAN ÜÇ FARKLI KUŞAKTAKİ TÜRK  
KÖKENLİ GÖÇMENLERİN KÜLTÜRLEŞME TUTUMUNUN  
YAŞAM DOYUMUNA VE PSİKOLOJİK SAĞLIK DURUMUNA  
ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

**Merve MUTLU**

**Tez Danışmanı**

**Doç. Dr. Eylem ÖZTEN**

**İSTANBUL-2021**

T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**İSVİÇRE'DE YAŞAYAN ÜÇ FARKLI KUŞAKTAKİ TÜRK  
KÖKENLİ GÖÇMENLERİN KÜLTÜRLEŞME TUTUMUNUN  
YAŞAM DOYUMUNA VE PSİKOLOJİK SAĞLIK DURUMUNA  
ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

**Merve MUTLU**

**194102136**

**Tez Danışmanı**

**Doç. Dr. Eylem ÖZTEN**

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “İsviçre’de Yaşayan Üç Farklı Kuşaktaki Türk Kökenli Göçmenlerin Kültürleşme Tutumunun Yaşam Doyumuna ve Psikolojik Sağlık Durumuna Etkisinin İncelenmesi” adlı çalışmamın, kendi tez çalışmam olduğunu, planlanmasından yazımına kadar hiçbir aşamasında etik dışı davranışımın olmadığını, tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi onurumla doğrularım.

.../.../2021

Merve MUTLU

## TEŞEKKÜR

Öğrencisi olmaktan mutluluk duyduğum ve yapmış olduğum bu çalışmada sonsuz anlayış ile bana yol gösteren çok değerli danışman hocam Doç. Dr. Eylem ÖZTEN'e teşekkürlerimi sunarım.

Eğitim hayatımın başlangıcından bu yana benden desteğini bir an olsun esirgemeyen, her an yanımda hissettiğim, bana her daim güvenen, varlıklarıyla güç veren sevgili annem Gülay İLHAN'a ve sevgili babam Hüseyin İLHAN'a minnettarım ve sonsuz teşekkür ederim.

Bana abla olma duygusunu yaşatan, bir an olsun sevgisini, desteğini eksik etmeyen çok değerli kardeşlerim Ömer Safa İLHAN'a ve Elif İLHAN'a teşekkür ederim.

Tanıdığım ilk günden beri bana güvenen ve benimle tüm zorluklara göğüs geren, özellikle tez süresi boyunca desteğini bir an olsun esirgemeyen sevgili ve çok değerli eşim Onur MUTLU'ya teşekkür ederim.

Bana destek olan tüm sevdiklerime ve araştırmaya katılan tüm katılımcılara teşekkürlerimi sunarım.

Merve MUTLU

## ÖZET

(MUTLU, Merve, Yüksek Lisans, İstanbul, 2021)

Geçmişten günümüze Avrupa’da yaşayan Türk kökenli göçmenlerin ortak deneyimi olan kültürleşme; psikolojik ve sosyokültürel adaptasyonun önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Bu araştırma, İsviçre’de yaşayan ve üç kuşaktan oluşan Türk kökenli göçmenlerin kültürleşmeye yönelik tutumları ve tercih edilen tutumların yaşam doyumuna ve psikolojik sağlık durumuna etkisinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini İsviçre’nin Aargau kantonunda yaşayan 146 gönüllü Türk kökenli göçmen oluşturmaktadır. Veriler Sosyo-Demografik Bilgi Formu, Kültürleşme Tutumu Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Belirti Tarama Testi (SCL90-R) ile elde edilmiştir. Veriler Pearson Korelasyon Analizi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), T-Testi, Kruskal-Wallis Testi ve Regresyon Analizi ile incelenmiştir. Araştırma sonucunda, İsviçre’de yaşayan üç farklı kuşaktaki Türk kökenli göçmenlerin kültürleşme tutumunun yaşam doyumuna ve psikolojik sağlık durumuna etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Türk göçmenlerin ağırlıklı olarak Ayrılma tutumunu tercih ettiği, üç kuşakta miras kültürünü koruduğu ve devam ettirdiği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrılma tutumundan sonra en çok tercih edilen tutumun Bütünleşme olduğu, bunu Marjinalleşmenin takip ettiği ve en az tercih edilen tutumun Asimilasyon olduğu görülmüştür. Regresyon ve korelasyon analizi sonucunda, Ayrılma tutumunun yaşam doyumunu yordadığı ( $F(1,144) = 9,939; p < 0,01$ ) ve aralarında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ( $p < 0,05$ ). Asimilasyonun ( $F(1,144) = 6,913; p < 0,01$ ) ve Marjinalleşme tutumunun ( $F(1,144) = 5,292; p < 0,01$ ) Obsesif-Kompulsif belirtisini yordadığı ve aralarında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ). Ayrıca kadınların psikolojik belirti düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Belirti Tarama Testine göre, katılımcıların genel anlamda normal psikolojik belirti düzeyine sahip olduğu ve Yaşam Doyumu Ölçeğinden yüksek puan aldıkları sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Türk Göçmenler, İsviçre, Kültürleşme Tutumu, Yaşam Doyumu, Psikolojik Sağlık.

## **ABSTRACT**

(MUTLU, Merve, Master's Degree, İstanbul, 2021)

### **INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF ACCULTURATION ATTITUDE ON LIFE SATISFACTION AND PSYCHOLOGICAL HEALTH STATUS IN THREE DIFFERENT GENERATIONS OF TURKISH IMMIGRANTS LIVING IN SWITZERLAND**

Acculturation, which is the common experience of Turkish immigrants living in Europe from past to present; constitutes an important part of psychological and sociocultural adaptation. This research investigates the attitudes of acculturation and the effect of preferred attitudes on their life satisfaction and psychological health of Turkish immigrants from three different generations living in Switzerland. The sample of the study consists of 146 volunteer Turkish immigrants living in the Aargau canton of Switzerland. Data were obtained by Socio-Demographic Information Form, Acculturation Attitude Scale, Life Satisfaction Scale, and Symptom Check List (SCL90-R). The data were analyzed by Pearson Correlation Analysis, One Way Analysis of Variance (ANOVA), T-Test, Kruskal-Wallis Test, and Regression Analysis. As a result of the research, it was determined that the acculturation attitude of Turkish immigrants from three different generations living in Switzerland has an effect on their life satisfaction and psychological health. It has been concluded that Turkish immigrants predominantly prefer the Separation attitude, preserve and maintain the heritage culture by three generations. It was seen that Integration is the most preferred attitude after the Separation attitude and Marginalization followed it. Assimilation was the least preferred attitude. As a result of the regression and correlation analysis, it was seen that Separation attitude predicted life satisfaction ( $F(1,144) = 9.939; p < 0.01$ ) and there was a positive significant relationship between them ( $p < 0.05$ ). It was found that Assimilation ( $F(1,144) = 6.913; p < 0.01$ ) and Marginalization attitude ( $F(1,144) = 5.292; p < 0.01$ ) predicted the Obsessive-Compulsive symptom and there was a positive significant relationship between them ( $p < 0.05$ ). In addition, it was found that the psychological symptom levels of women were higher than men. According to the Symptom Check List, it was concluded that the participants generally had normal psychological symptom levels and got high scores from the Life Satisfaction Scale.

**Keywords:** Turkish Immigrants, Switzerland, Acculturation Attitude, Life Satisfaction, Psychological Health.

# İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ.....	iii
TEŞEKKÜR.....	ii
ÖZET .....	iii
ABSTRACT.....	iv
ŞEKİLLER LİSTESİ .....	vii
TABLolar LİSTESİ.....	viii
KISALTMALAR.....	xii
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Cümlesi.....	2
1.2. Hipotezler.....	3
1.3. Sınırlılıklar .....	3
1.4. Sayılılar .....	4
1.5. Tanımlar .....	4
1.5.1. Göç.....	4
1.5.2. Kültürleşme.....	5
1.5.3. Yaşam Doyumu .....	5
1.5.4. Psikolojik Sağlık .....	5
1.6. Araştırmanın Amacı Ve Önemi .....	5
2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	7
2.1. Göç .....	7
2.1.1. Göç Türleri.....	8
2.1.2. Göçmen ve Mülteci Kavramları .....	8
2.1.3. Avrupa'daki Türk Kökenli Göçmenler .....	9
2.1.4. İsviçre'deki Türk Kökenli Göçmenler .....	10
2.1.5. Göç Sürecinin ve Göçmen Olmanın Birey Üzerindeki Etkileri .....	11
2.2. Kültürleşme .....	13
2.2.1. Kültürleşme Modelleri.....	15
2.2.2. Kültürleşme ve Kültürleşme Tutumunun Göçmen Üzerindeki Etkileri ...	19
2.3. Yaşam Doyumu.....	22

2.3.1. Göçmenlerin Yaşam Doyumunu Etkileyen Unsurlar .....	24
3. YÖNTEM.....	27
3.1. Evren Ve Örneklem.....	27
3.2. Araştırma Modeli .....	27
3.3. Verilerin Toplanması .....	27
3.4. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları.....	27
3.5. Araştırmanın Analizi.....	29
4. BULGULAR .....	30
4.1. Kullanılan Ölçeklere Ait Güvenirlik Analizleri.....	30
4.2. Tanımlayıcı Analizler.....	32
4.2.1. Demografik Özelliklere Ait Tanımlayıcı Analizler .....	32
4.2.2. Ölçeklere Ait Tanımlayıcı Analizler.....	36
4.3. Kültürleşme Tutumu, Yaşam Doyumu Ve Belirti Tarama Testi Sosyodemografik Fark Analizleri .....	40
4.4. Korelasyon Analizi.....	63
4.5. Regresyon Analizi Sonuçları.....	68
5. TARTIŞMA.....	71
6. SONUÇ VE ÖNERİLER .....	80
KAYNAKÇA.....	82
EKLER.....	91
EK 1. Sosyodemografik Bilgi Formu.....	91
EK 2. Kültürleşme Tutumları Ölçeği .....	92
EK 3. SCL 90-R .....	94
EK 4. Yaşam Doyumu Ölçeği.....	99
EK 5. Etik Kurulu Belgesi .....	100
EK 6. Özgeçmiş .....	101

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1: Kültürleşme modeli şeması..... 18



## TABLolar LİSTESİ

<b>Tablo 4.1:</b> Güvenirlik katsayısı aralıkları .....	30
<b>Tablo 4.2:</b> KTÖ, SCL90-R ve YDÖ güvenirlik analizi sonuçları .....	31
<b>Tablo 4.3:</b> Katılımcıların cinsiyet dağılımı .....	32
<b>Tablo 4.4:</b> Katılımcıların kuşak/yaş dağılımı.....	32
<b>Tablo 4.5:</b> Katılımcıların eğitim durumu dağılımı.....	33
<b>Tablo 4.6:</b> Katılımcıların medeni durumu dağılımı .....	33
<b>Tablo 4.7:</b> Katılımcıların çalışma durumu dağılımı.....	34
<b>Tablo 4.8:</b> Katılımcıların aylık gelir durumu dağılımı.....	34
<b>Tablo 4.9:</b> Katılımcıların doğum yeri dağılımı .....	35
<b>Tablo 4.10:</b> Katılımcıların kendini tanımlama biçimine yönelik dağılımı .....	35
<b>Tablo 4.11:</b> Katılımcıların kültürleşme tutumu ortalamaları .....	36
<b>Tablo 4.12:</b> Katılımcıların belirti tarama testi (SCL90-R) ve alt ölçeği ortalamaları....	37
<b>Tablo 4.13:</b> Katılımcıların belirti tarama testi ve alt ölçek düzeyleri .....	38
<b>Tablo 4.14:</b> Katılımcıların YDÖ ortalama puanı .....	39
<b>Tablo 4.15:</b> Kuşak değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi .....	40

<b>Tablo 4.16:</b> Kuşak değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı) .....	41
<b>Tablo 4.17:</b> Cinsiyet değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi .....	43
<b>Tablo 4.18:</b> Cinsiyet değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı) .....	44
<b>Tablo 4.19:</b> Doğum yeri değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi .....	46
<b>Tablo 4.20:</b> Doğum yeri değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı) .....	47
<b>Tablo 4.21:</b> Medeni durum değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi .....	49
<b>Tablo 4.22:</b> Medeni durum değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı) .....	50
<b>Tablo 4.23:</b> Eğitim durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi .....	52

<b>Tablo 4.24:</b> Eğitim durumu göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı) .....	53
<b>Tablo 4.25:</b> Çalışma durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi.....	55
<b>Tablo 4.26:</b> Çalışma durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı).....	56
<b>Tablo 4.27:</b> Aylık gelir durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi .....	57
<b>Tablo 4.28:</b> Aylık gelir durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı)....	58
<b>Tablo 4.29:</b> Aylık gelir durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı)....	59
<b>Tablo 4.30:</b> Katılımcıların kendini tanımlama değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi.....	60
<b>Tablo 4.31:</b> Katılımcıların kendini tanımlama değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı) .....	61

<b>Tablo 4.32:</b> Pearson korelasyon katsayısı aralıkları .....	63
<b>Tablo 4.33:</b> KTÖ boyutları pearson korelasyonları .....	64
<b>Tablo 4.34:</b> Kültürleşme tutumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi ..	65
<b>Tablo4.35:</b> Kültürleşme tutumu ile SCL90-R korelasyon analizi .....	66
<b>Tablo 4.36:</b> SCL90-R ile YDÖ korelasyon analizi .....	67
<b>Tablo 4.37:</b> Kültürleşme tutumlarının yaşam doyumunu yordamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları .....	68
<b>Tablo 4.38:</b> Kültürleşme tutumunun, SCL90 alt ölçeklerini yordamasına ilişkin regresyon analizi sonucu.....	69
<b>Tablo 4.39:</b> Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi .....	70

## KISALTMALAR

IOM: Uluslararası Göç Örgütü

KTÖ: Kültürleşme Tutumu Ölçeği

SCL90-R: Belirti Tarama Testi

YDÖ: Yaşam Doyumu Ölçeği

B: Regresyon yükü

n: Veri (kişi) sayısı

p: Anlamlılık düzeyi

r: Korelasyon katsayısı

R<sup>2</sup>: Determinasyon katsayısı

Sh: Standart hata

SS: Standart Sapma

t: İki ortalama arasındaki farkın manidarlığı

$\bar{x}$ : Aritmetik ortalama

# 1. GİRİŞ

İnsanlar çeşitli nedenlerle göç etmektedir. Bir ülkeden diğerine geçme kararı ister gönüllü olarak daha iyi bir yaşam arayışı ile motive edilmiş olsun, ister afet, savaş, sürgün vb. durumların itici gücünden kaynaklı, zorunlu yapılmış olsun, yeni insanlara, norm ve geleneklere maruz kalmak kaçınılmazdır. Birbirinden farklı coğrafyalardan gelen, farklı geçmişlere sahip insanlar, bir araya gelip temas kurmaktadır. Kültürleşme olarak adlandırılan bu etkileşim ve değişim hali beraberinde olumlu ve olumsuz birçok duruma neden olmaktadır. Özellikle göçmenlerin kültürel kimliğini, psikolojik sağlığını, yaşamdan alınan doyumunu ve benzeri birçok yapıyı etkilemektedir (Akıncı ve diğerleri, 2015; Berry, 2005; Morawa ve Erim, 2014; Sam ve Berry, 2010).

Göç ve göçmenlere yönelik yapılan araştırmalarda psikoloji biliminin rolü oldukça önemlidir (Berry, 2001). Göç'ün psikologların da ilgisini çeken ve incelemelerine yol açan bir konu olması (Şahin, 1999) ve bu bağlamda psikoloji alanında yapılmış birçok çalışma göç sürecini ve göçmenleri anlamaya yönelik katkı sağlamıştır. Özellikle 1960'lı yılların başında başlayan ve işçi açığına bağlı olarak Avrupa ülkelerine göç eden göçmenler (Ratna, 1985) birçok çalışmada ele alınmıştır.

Türklerin Avrupa'ya büyük kitleler halinde ilk göçü, ikinci dünya savaşı sonrası, özellikle Almanya'nın vermiş olduğu kayıplar neticesinde ve iş gücünde meydana gelen açıklar sebebiyle "misafir işçi" talep etmesiyle gerçekleşmiştir. Almanya'nın ardından diğer Avrupa ülkeleri de zamanla Türk göçmenleri "misafir işçi" olarak kabul etmiştir. Ekonomik anlamda belirli bir birikme ulaştıktan sonra, yurtlarına dönme umuduyla Avrupa'ya göç eden Türk göçmenler, buldukları bölgeye kalıcı olarak yerleşmiştir. Farklı bir ifade ile göç nedeni olan misafir işçilik, zamanla aile birleşimine dönmüştür ve geçicilik düşüncesi yerini kalıcılığa bırakmıştır (Erdoğan, 2015; Kırmızı, 2016; Şahin, 2010).

Kalıcılık uzun vadede uyum sağlamayı gerektirir. Kalıcı olarak Avrupa ülkelerine yerleşen Türk göçmenler, farklı bir topluma, kültüre, sosyal hayata, eğitime, yabancı bir dile kısacası bir kültürün içinde barındırdığı tüm norm ve değerlere uyum sağlama çabası içinde olmuştur ve bu durum halen devam etmektedir. O zamandan günümüze Türk kökenli göçmenler büyük yol kat etmişlerdir. Nitekim işçilikten işverenliğe,

yabancılıktan ülke vatandaşlığına geçmişlerdir. Sadece göç geçmişi olanlar değil aynı zamanda Avrupa’da doğup büyüyen göçmenler de uyum sağlama çabası içindedir. Duygu, değer, tutum, eğitim, kültür, ekonomik durum ve benzeri yapılar kuşaklar boyunca aktarılsa da farklılıklar söz konusudur (Esenlikci ve Engin, 2019; Genel, 2014).

İsviçre’nin de iş gücüne bağlı göçü kabul etmesi, Türk göçmenlerin özellikle 1960’lı yılların ortasında İsviçre’ye yönelmesine sebep olmuştur. Ardından diğer Avrupa ülkelerinde olduğu gibi göç nedeni aile birleşimi ve farklı sebeplerden kaynaklanmıştır ve Türk göçmenler ülkelere dönmekten vazgeçmiştir (Haab ve diğerleri, 2010). Bununla birlikte, İsviçre’deki Türklerin sayısı zamanla artış göstermiştir. Resmi verilere göre 1960’lı yıllarda İsviçre’de bulunan Türk göçmenlerin sayısı 645 civarında iken (Çetintaş, 2011) günümüz 2020 yılında bu sayı 130.000’ e yükselmiştir (T.C. Bern Büyükelçiliği, 2019)

Literatür kapsamında Avrupa ülkelerinde yaşayan Türk kökenli göçmenlerle ilgili birçok çalışma olmasına rağmen, İsviçre’deki Türk kökenli göçmenlerle yapılan çalışmalar sınırlı sayıdadır. Göçmenlerle ilgili yapılan birçok çalışmada göçün kültüre uyuma etkisi, kültürleşme, yaşam doyumu, psikopatoloji gibi konular incelenmiştir ancak İsviçre’de yaşayan Türkiye kökenli göçmenlerle ilgili ve üç farklı kuşak arasındaki kültürleşme tutumu, yaşam doyumu ve psikolojik sağlık durumu konularının bir arada daha önce çalışılmamış olması yürütecek olduğum tez çalışması açısından araştırılması faydalı ve önemli bir konudur.

Bu araştırma, İsviçre’nin Aargau kantonunda yaşayan, göç geçmişi olan ve olmayan, farklı kuşaktaki Türk kökenli göçmenleri ile yapılmıştır. Türk göçmenlerin hangi tutumları benimsedikleri (Berry’nin kültürleşme tutumu modeli çerçevesinde), benimsenen tutumlarda kuşaklararası farklılığın olup olmadığı ve buna bağlı olarak psikolojik sağlık durumu ve yaşam doyumuna etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

## **1.1. Problem Cümlesi**

Araştırmanın problem cümlesini İsviçre’de yaşayan Türk kökenli göçmenlerin benimsedikleri kültürleşme tutumlarının yaşam doyumuna ve psikolojik sağlık durumuna etkisinin olup olmadığı, etkisi var ise ne düzeyde olduğu sorusu oluşturmaktadır.

## 1.2. Hipotezler

1. Kültürleşme tutumu ve yaşam doyumunu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
2. Kültürleşme tutumu ve psikolojik sağlık durumu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
3. Psikolojik sağlık durumu ile yaşam doyumunu arasında anlamlı bir ilişki vardır.
4. Kültürleşme tutumunun yaşam doyumuna etkisi vardır.
5. Kültürleşme tutumunun psikolojik sağlık durumuna etkisi vardır.
6. İsviçre’de yaşayan Türk kökenli göçmenlerin kültürleşme tutumları kuŐaklara göre farklılık göstermektedir.
7. İsviçre’de yaşayan Türk kökenli göçmenlerin kültürleşme tutumları ile sosyodemografik değişkenler arasında anlamlı bir farklılık vardır.
8. İsviçre’de yaşayan Türk kökenli göçmenlerin yaşam doyumunu ile sosyodemografik değişkenler arasında anlamlı bir farklılık vardır.
9. İsviçre’de yaşayan Türk kökenli göçmenlerin psikolojik sağlık durumu ile sosyodemografik değişkenler arasında anlamlı bir farklılık vardır.

## 1.3. Sınırlılıklar

1. Araştırma İsviçre’nin Aargau kantonunda yaşayan ve kökeni Türk olan 146 kişinin verileri ile sınırlıdır.
2. Araştırmaya katılan bireylerin sosyodemografik bilgilerine ilişkin veriler, araştırmada kullanılan Sosyodemografik Bilgi Formunda yer alan sorular ile

sınırlıdır.

3. Araştırmaya katılan bireylerin kültürleşme tutumlarına yönelik verileri, Kültürleşme Tutumu Ölçeğinin soruları ve ölçtüğü veriler ile kısıtlıdır.
4. Araştırmaya katılan bireylerin psikolojik sağlık durumuna ilişkin verileri, Belirti Tarama Testinin ölçtüğü sorular ile kısıtlıdır.
5. Araştırmaya katılan bireylerin yaşam doyumuna ilişkin verileri, Yaşam Doyumu Ölçeğinin ölçtüğü sorular ile sınırlıdır.

#### **1.4. Sayıtlar**

1. Araştırmaya katılan tüm katılımcıların test maddelerini içtenlikle ve objektif olarak cevapladıkları kabul edilmektedir.
2. Araştırma örnekleminin evreni gerekli sınırlar içerisinde temsil ettiği varsayılmıştır.
3. Kullanılan ölçme araçlarının ölçmek istediği özellikleri ölçebilir nitelikte oldukları varsayılmıştır.

#### **1.5. Tanımlar**

##### **1.5.1. Göç**

Göç, bir yerden başka bir yere yapılan geçiş sürecidir. Değişimin kaçınılmaz olduğu, uyum ve uyumsuzluğu da içinde barındıran bir hareket halidir (Kılınç, 2019).

### **1.5.2. Kültürleşme**

İki veya daha fazla grubun birbiri ile etkileşimini içeren hem ana akım kültür hem de azınlık kültür bireylerini etkisi altına alan ancak göçmenler üzerinde çok daha fazla etki yarattığı bilinen karşılıklı değişim (psikolojik ve kültürel) sürecidir (Berry, 2001).

### **1.5.3. Yaşam Doyumu**

Yaşam doyumu, bireyin yaşamdan beklentileri (sahip olmak istedikleri) ve halihazırda sahip olduklarını karşılaştırması ile elde ettiği sonuçtur (Neugarten ve diğerleri, 1961).

### **1.5.4. Psikolojik Sağlık**

Bireyin hiç beklemediği bir durumla karşılaşması halinde, duyguları ve beraberinde verdiği olumlu/olumsuz yanıtları ve karşılaştığı durumla başa çıkmak için geliştirdiği yöntemler ile hem duruma hem de çevresine sağladığı uyum yeteneğidir (Sabuncu ve diğerleri, 1996).

## **1.6. Araştırmanın Amacı Ve Önemi**

Araştırmanın amacı, İsviçre’de yaşayan Türk kökenli göçmen bireylerin hangi kültürleşme tutumunu (Berry’nin kültürleşme modeli çerçevesinde) benimsedikleri ve benimsenen tutumun yaşam doyumuna ve psikolojik sağlık durumuna ne düzeyde etkisinin olduğu ve üç kuşak arasında farklılığın olup olmadığı incelenmesi amaçlanmaktadır.

Literatür kapsamında göç ve göçmenler ile ilgili yapılan birçok çalışma olmasına rağmen özellikle İsviçre’deki Türk kökenli göçmenler ile ilgili yapılan araştırmaların sınırlı sayıda olduğu görülmektedir. Göçmenlerle ilgili yapılan birçok çalışmada göçün kültüre uyuma etkisi, kültürleşme, yaşam doyumu, psikopatoloji gibi konular incelenmiştir ancak İsviçre’de yaşayan Türkiye kökenli göçmenlerle ilgili ve üç farklı kuşak arasındaki kültürleşme tutumu, yaşam doyumu ve psikolojik sağlık durumu

konularının bir arada daha önce çalışılmamış olması yürütecek olduğum tez çalışması açısından araştırılması faydalı ve önemli bir konudur. İsviçre’de ikamet eden Türk kökenli göçmenleri daha iyi anlamaya yönelik katkı sağlamak ve bu bağlamda literatüre katkıda bulunmak hedeflenmektedir. Bireylere kültüre duyarlı bir şekilde daha verimli profesyonel hizmet sağlanabilmesi açısından yapılacak olan bu çalışmanın önem taşıdığı düşünülmektedir.



## 2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

### 2.1. Göç

Göç; insanlık tarihi bakımından oldukça eskiye dayanan ve günümüzde de aratarak devam eden karmaşık bir süreçtir. Göç olgusu özellikle günümüz küresel politikanın önem arz eden konuları içerisinde yer almaktadır. Bilindiği üzere, uluslararası göçte, dünya çapında sürekli bir artış gözlemlenmektedir. Uluslararası Göç Örgütü'nün (IOM, 2020) Dünya Göç Raporuna göre dünya da herhangi bir nedenle göç eden insan sayısının 272 Milyona yükseldiği belirtilmektedir. Bu denli artış gösteren, dinamik ve karmaşık olan göç olgusu, literatür kapsamında farklı ifadeler ile tanımlanmaktadır.

Türk dil kurumuna göre göç “Ekonomik, toplumsal, siyasi sebeplerle bireyin veya toplulukların bir ülkeden başka bir ülkeye, bir yerleşim yerinden başka yerleşim yerine gitme işi, taşınma, hicret ve muhaceret” olarak tanımlanmaktadır (“TDK Sözlüğü”, 2019).

Göç, bir yerden başka bir yere yapılan geçiş sürecidir. Değişimin kaçınılmaz olduğu, uyum ve uyumsuzluğu da içinde barındıran bir hareket halidir (Kılınç, 2019).

Göç, coğrafi anlamda bir mekân değişikliği olmakla birlikte, kuşaklar boyunca etkisini hissettiren, sosyal ve psikolojik anlamda etkileyen, göçmenlerin bütün hayatını farklılaştıran hem mekânsal hem de insani ilişkileri yeniden şekillendiren bir süreçtir (Karataş, Adıgüzel ve Ünal, 2018: 23).

Göç olgusu, bir kişinin veya kitle halindeki insanların, süre, yapı ve neden farketmeksizin uluslararası bir sınır geçme veya devlet içinde yer değiştirmesi durumu olarak da ifade edilmektedir. Bu hareket, zorla yerinden edilmiş kişiler (mülteciler) ile ekonomik ve aile birleşimi gibi çeşitli nedenlerden dolayı yer değiştiren göçmenlerin dahil olduğu belirtilmektedir (IOM, 2016).

Göçün öznesi konumunda olan insanın, göç etme niteliklerinin zamanla değişime uğradığı bilinmektedir. Geçmişte coğrafi şartlar, iklim koşulları, açlık, kıtlık ve savaş gibi nedenler yerini kültürel, siyasi, eğitim ve özellikle sanayileşme ve ekonomi gibi nedenlere bırakmıştır (Akıncı ve diğerleri, 2015). Bu bağlamda, göç olgusunun toplumun

yapısıyla yakından ilişkili bir konu olduğu ve çeşitli nedenlerden kaynakladığı anlaşılmaktadır.

### **2.1.1. Göç Türleri**

Bilindiğı üzere göçün tek bir nedeni yoktur ve göç hareketinin amacı kişiden kişiye farklılık göstermektedir. Göç amacının farklılaşması, göç türlerinin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Göç türlerini genel anlamda zorunlu ve gönüllü göç, iç ve dış göç şeklinde tanımlamak mümkündür.

Daha iyi yaşam koşulları içerisinde (ekonomik, eğitim vb.) yaşama arzusu ile gerçekleştirilen göç hareketi “gönüllü göç” olarak adlandırılmaktadır. Bireyin doğal afet, savaş, sürgün vb. durumlardan dolayı hayatta kalma mücadelesi vermesi ve bu mücadelenin beraberinde getirdiğı göç hareketine “zorunlu göç” denmektedir (Deniz, 2009: 5).

İnsanların çeşitli nedenlerle hem bireysel hem de kitlesel olarak gerçekleştirdiğı göç hareketi ister kısa süreli ister uzun süreli olsun iç göç ve dış göç biçiminde gerçekleşmektedir (Tekeli ve Erder, 1978: 17).

Uluslararası Göç Örgütü (IOM) ‘ne göre iç göç; insanların yeni bir ikametgaha sahip olmak amacıyla aynı ülkenin bir bölgesinden farklı bir bölgesine göç etmeleri olarak tanımlanmaktadır. Ülke içindeki nüfusun yer değiştirme durumu, geçici veya sürekli olmakla birlikte bir bölgeden başka bir bölgeye, bir şehirden bir diğerine gerçekleşmektedir. Dış göç ise kişilerin ikamet ettikleri ülkeden farklı bir ülkeye geçici veya kalıcı olarak yerleşmeleri anlamına gelmektedir. Ayrıca uluslararası bir sınır geçme olarak da tanımlanmaktadır (IOM, 2016).

### **2.1.2. Göçmen ve Mülteci Kavramları**

Göç hareketi bireysel veya toplu bir şekilde gerçekleştirilebilmektedir. Göçün öznesi konumunda olan insan, göçün nedenine bağlı olarak göçmen ve mülteci olarak iki farklı şekilde adlandırılmaktadır. Mülteci olarak adlandırılan birey veya topluluk, tehdit unsuru oluşturan durumlar karşısında zorunlu olarak göç edip, sığınma talebinde

bulduktan sonra statüleri resmi olarak tanınmış kişilere denmektedir. Bu durumun karşıtı olan ve gönüllü olarak göç eden kişilere ise göçmen olarak hitap edilmektedir.

Göçmenlerde tehdit unsuru söz konusu değildir, gönüllülük esastır, arzu ve istekleri doğrultusunda göç etmektedirler. Bununla birlikte, göçmenlerin uluslararası hukuk tarafından korunduğu ve geldikleri ülke tarafından tanındıkları bilinmektedir. Yine istekleri doğrultusunda geri dönme hakkına sahip oldukları belirtilmektedir (Mc Connel, 2016).

Göçmenlerin yasalar doğrultusundaki hakları ülkelere göre farklılık göstermektedir. Farklı bir ifade ile her devlet kendi göçmen politikasını oluşturabilmektedir. Mülteciler 1951 Cenevre Sözleşmesi bağlamında değerlendirilir, korunurlar ve ülkeler bu sözleşmeye bağlı kalmak durumundadır (Kılınç, 2019).

Birbirinden farklı bu iki kavram (göçmen ve mülteci), aynı anlama gelmemekle birlikte hukuki anlamda da önemli farkları bulunmaktadır. Özellikle Birleşmiş Milletler Mülteci Örgütü bu iki unsurun aynı anlamda kullanılmaması gerektiği görüşündedir (Mc Connel, 2016).

### **2.1.3. Avrupa'daki Türk Kökenli Göçmenler**

Türklerin Avrupa'ya gerçekleştirdiği büyük kitleler halindeki ilk göç hareketinin çalışma amacıyla gerçekleştiği bilinmektedir. Özellikle 1960'lı yılların başında başlayan ve Avrupa'nın ikinci dünya savaşı sonrası işçi açığına bağlı olarak "misafir işçi" adı ile göçmen kabul etmesi Türklere yeni iş olanakları sağlamıştır. Bununla birlikte Avrupa'ya işçi göçü kabul eden ilk ülkenin Almanya olduğu belirtilmektedir ve günümüzde de en fazla Türk kökenli göçmen nüfusa sahip ülkenin Almanya olduğu bilinmektedir (Haab ve diğerleri, 2010).

Ekonomik kalkınmanın yavaş olduğu ülkelerde iş olanaklarının sınırlı kaldığı bilinmektedir. Bu sebepten dolayı göçmenler, yeni iş olanakları için, daha fazla istihdam olanağına sahip ülkelere göç etmektedir. İş bulup çalışmak üzere yapılan göç hareketi işçi göçü olarak tanımlanmaktadır (Şahin Kütük, 2015).

Almanya, Fransa, İsviçre gibi sanayileşmiş batılı ülkelere ilk göç dalgası; Türkiye, Portekiz, İspanya, Fas ve Güney İtalya gibi ülkelere olmuştur (Ratna, 1985). İlerleyen

zamanlarda diğerk Avrupa ÷lkeleri de misafir işçileri kabul etmiştir. 1973 yılında Batı Avrupa'daki Türk işçi sayısı 780.000'den fazla kişiye ulaşmıştır (Focus-Migration, 2006). Günümüzde, Avrupa'daki Türk işçi sayısının 1 milyon 39 bin 281'e yükseldiğı belirtilmektedir. Bununla birlikte, Batı Avrupa'da yaklaşık 5.5 milyon Türk vatandaşının ikamet ettiği bilinmektedir (T.C. Dışişleri Bakanlığı, 2020).

1960'tan bu yana Avrupa'da artan Türk nüfusun, başta sosyal uyum olmak üzere, sosyal dışlanma, ayrımcılık, dil, eğitim, kültür vb. sorunlar ile başetmek durumunda kaldıkları bilinmektedir (Esenlikci ve Engin, 2019).

Türk kökenli göçmenlerin, Avrupa'ya büyük gruplar halindeki ilk göç dalgasının çalışma amacı ile gerçekleştiğı, bunun yanı sıra ikinci ve üçüncü göç dalgasının özellikle aile birleşimi nedeni ile meydana geldiğı ifade edilmektedir (Böcker, 2000).

Ekonomik anlamda belirli bir birikime ulaştıktan sonra, ÷lkelerine geri dönme umuduyla göç eden Türk göçmenlerin, zamanla buldukları ÷lkeye kalıcı olarak yerleştikleri bilinmektedir. Avrupa'ya göç eden Türk göçmenlerin sadece küçük bir kesimi kendi ÷lkelerine dönmeyi tercih etmiştir (Martin,1991:13). Aile birleşimi politikasının, göçmenlerin göç ettikleri ÷lkelerde kalıcı olarak yerleşmelerinin en önemli nedeni olduğu vurgulanmaktadır. Ailelerini yanlarına alma fırsatı doğan Türk göçmenlerin geri dönme arzusuna rağmen buldukları ÷lkelerde kalıcı hale geldikleri ifade edilmektedir (Toksöz, 2006: 31).

#### **2.1.4. İsviçre'deki Türk Kökenli Göçmenler**

Göçmenler tarafından en çok tercih edilen on ÷lke arasında İsviçre'nin de yer aldığı gör÷lmektedir. Bununla birlikte, göçmenlerin tercih ettiği ÷lkelerin çekiciliğı, o ÷lkenin ekonomik ve sosyal durumuna bağlı olduğu belirtilmektedir (Şemşit, 2018).

1960 yılından önce farklı alanlardaki mühendislerin, profesyonellerin ve devlet bursu kapsamındaki öğrencilerin eğitim alma, karşılıklı bilgi ve tecrübe paylaşımı maksadıyla küçük kitleler halinde, İsviçre'ye gittikleri bilinmektedir.

Türk kökenli göçmenlerin İsviçre'ye yönelik büyük gruplar halindeki ilk göç dalgası 1960'lı yılların ortalarında gerçekleşmiştir. Almanya ve diğerk Avrupa ÷lkelerinde olduğu gibi Türk göçmenlerin İsviçre'ye yönelik ilk göç hareketi de çalışıp, birikim

yapmak arzusu ile olduğu bilinmektedir. Bahsi geçen ve İsviçre’ye yönelik olan iş gücü gc, 1980’li yıllara kadar devam etmiştir. Sonraki zaman diliminde oluşan gler; özellikle aile birleşimi, eğitim ve çeşitli nedenlere bağlı İsviçre’ye sığınma talebi ile gerçekleşmiştir (Haab ve diğerleri, 2010).

İsviçre’nin toplam nüfusu 8.632.703 milyon olarak belirlenmiştir. İsviçre’de 2020 yılı göçmen nüfus verileri ise 2.187.040 milyon olarak belirtilmektedir. Ayrıca diğer Avrupa ülkelerine kıyasla İsviçre, nüfusa oranla en fazla göçmen nüfusuna sahip ülkedir (“Bevölkerung”2020, 2020). Bunun yanı sıra, toplam Türk kökenli (İsviçre vatandaşı olan-olmayan) göçmenlerin nüfusu ise 130 bin civarında olduğu görülmektedir (T.C. Bern Büyükelçiliği, 2019). Bu sayıya, İsviçre’de doğan ve doğmayan, farklı bir deyişle g geçmişi olan ve olmayan, kökeni Türk olan tüm bireyler dahildir.

Çalışmamız İsviçre’nin kuzeyinde yer alan ve en yoğun nüfuslu bölgelerden biri olan Aargau kantonunda ikamet eden Türk kökenli göçmenler ile yapılmıştır. Ayrıca Zürih’ten sonra Aargau kantonu en fazla Türk nüfusuna sahip bölge konumundadır. Bununla birlikte, Türk kökenli göçmenlerin ağırlıklı olarak İsviçre’nin kuzeyinde yaşadığı belirtilmektedir (AargauerZeitung, 2017; Haab ve diğerleri, 2010).

### **2.1.5. G Sürecinin ve Göçmen Olmanın Birey zerindeki Etkileri**

İnsanın hayatını tümüyle kuşatan hem olumlu hem de olumsuz yönde etkisi altında alan pek çok geçiş süreci bulunmaktadır, bunlardan biri de g sürecidir. G olgusu toplumun yapısıyla yakından ilişkili bir konudur ve insana olan etkisi kaçınılmazdır.

İnsanların daha iyi yaşam koşulları içinde yaşayabilmeleri için gerçekleştirdikleri yer değiştirme faaliyeti olan g, kimileri için gönüllülük esasına dayanırken, kimileri için zorunluluktan dolayı gerçekleşmektedir. İnsanların çeşitli nedenlerle gerçekleştirdikleri göç hareketi sosyal bilimler başta olmak üzere, birçok bilim dalı açısından oldukça önemli bir olgudur. Bir yerden farklı bir yere gerçekleştirilen g hareketi her ne kadar coğrafi bir olgu olarak tanımlansa da insanlara olan etkileri göz ardı edilmemelidir (Cebeci, 2015). Özellikle bir bireyin psikolojik durumu başta olmak üzere, insana dair olan birçok durumu etkilemektedir. Aynı zamanda g, yeniden sosyalleşme, kültürleşme, gettolaşma, dışlama ve ayrımcılık, kltr şoku gibi sorunlara da neden

olmaktadır ve göçmenler bahsi geçen sorunlar ile baş etmek durumunda kalmaktadırlar (Karataş ve diğerleri, 2018: 24–25).

Bhugra (2004)'nın göç ve ruh sağlığı ile ilgili yaptığı çalışma da göçün ve göçmen olmanın ruh sağlığı ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Ayrıca göç ve ruh sağlığı ilişkisini; göç öncesi dönem, göç eylemi ve göç sonrası dönem olmak üzere üç evrede incelemiştir.

1. Göç Öncesi Dönem: Bireyin kişilik yapısı, göç etmeye motive eden veya sürükleyen nedenlerdir.
2. Göç Eylemi: Sosyal desteğin kaybolması ve yitirme korkusu, kopuşla veya ayrılıkla gelen yas ve göç sürecinin travmaya neden olmasıdır.
3. Göç Sonrası Dönem: Kültür şoku, algılanan ayrımcılık, maddi sıkıntı ve geride bıraktıklarına (aile, ev, dil, kültür) duyulan özlemdir.

Ülke sınırlarının dışına göç eden bir birey veya toplum kendi kültüründen farklı bir kültürle etkileşim kurup, uyum sağlamaya çalışmaktadır. Bu yeni süreçte göçmenler, bazı değerlerden ödün verirken kendi geleneklerini de devam ettirmektedirler ve bu doğrultu da sosyal bağlantılar kurmaktadır. Ev sahibi olan kültürün dilini öğrenme çabası içindedirler. Bu denli zorlu bir süreç olan göç olgusu aynı zamanda fırsatları da beraberinde getirmektedir. Göç geçmişi olan ve olmayan tüm göçmen bireyleri hem olumlu hem olumsuz birçok yönden etkilemektedir (Berry, 1997).

Göçmenlerin bu denli büyük zorluklar yaşaması (kültürel şok, stres vb.), psikopatoloji veya akıl sağlığı perspektifinden bakmayı gerektirmektedir. Kültürel bağlamdaki değişiklik, değişimin büyüklüğü, hızı veya farklı yönleri nedeniyle bireyler başa çıkma kapasitesini aşmaktadır. Bu durum depresyon, kaygı ve ciddi psikolojik rahatsızlıklara neden olmaktadır (Jayasuriya ve diğerleri, 1992).

Genel anlamda göçmenler en dezavantajlı grup üyeleri olarak görülmektedir. Bunun nedeni sürekli bir başa çıkma, uyum sağlama çabası içinde olmaları, algılanan ayrımcılığın yarattığı olumsuzluklar ile baş etmek durumunda kalmaları ve en önemlisi kendi kimliğini (kültürünü) kaybetmemek adına dengeyi sağlama çabası içinde olmalarıdır (Taşdemir, 2017).

## 2.2. Kültürleşme

Göç konusu ele alındığında özellikle göç ile ilişkilendirilen, önemli bir konu olan ve çalışmalarda da sıkça yer alan kavramın ‘Kültürleşme’ kavramı olduğu görülmektedir.

Kültürleşme, iki veya daha fazla grubun birbiri ile etkileşimini içeren hem ana akım kültür hem de azınlık kültür bireylerini etkisi altına alan ancak göçmenler üzerinde çok daha fazla etki yarattığı bilinen karşılıklı değişim sürecidir (Berry, 2001).

Kültürleşme, herhangi bir nedenle hareket halinde olan tüm insanları kapsamasının yanı sıra, ana akım toplumunu da içermektedir ancak ilgili çalışmaların özellikle göçmen ve mülteci gruplar ile yapıldığı bilinmektedir (Ward, 2006).

Karşılıklı değişim olarak adlandırılan kültürleşme kavramı, psikolojik süreci anlamak açısından büyük bir öneme sahiptir.

Farklı bir ifadeyle kültürleşme, farklı kültürel grupların karşılıklı etkileşimini barındıran hem kültürel hem de psikolojik değişim sürecidir (Berry, 2003, 2005).

Kültürleşme kavramını; kültürel zenginleşme, kültürel uyum ve kültürel etkileşim olarak üç farklı şekilde adlandırmak da mümkündür (Bilge Zafer, 2016).

Kültürleşme, iki farklı kültürel grubun etkileşime girmesi ile ortaya çıkan uyum süreci ve / veya bir bireyin ev sahibi kültürün norm ve değerlerini özümseme derecesi olarak tanımlanmaktadır (Lueck ve Wilson, 2011).

Kültürleşme beş basamaktan oluşmaktadır:

1. Kültürlerarası temasın (etkileşim) yaşanması
2. Yaşanılan deneyimin algılanması ve deneyimlere anlamlar yüklenmesi
3. Farklı baş etme mekanizmalarının kullanılması
4. Yaşanılan strese yönelik ilk tepkilerin oluşumu
5. Uyum sağlama sürecinin gerçekleşmesi (psikolojik-kültürel uyum)

Berry’e göre uyum süreci; topluma uyum sağlamanın yanı sıra, toplumdan uzaklaşma ve direnme şeklinde de olabilmektedir (Berry, 1997).

Berry ve Kim (1988)'e göre kültürleşmenin bir sonucu olarak başlıca dört değişiklik (fiziksel, biyolojik, kültürel, psikolojik) meydana gelmektedir. Yeni bir konut, yeni bir yaşam yeri ve artan nüfus yoğunluğu nedeni ile fiziksel değişiklikler yaşanmaktadır. Bununla birlikte, alışılmışın dışında farklı gıda ve beslenmeden kaynaklı biyolojik değişiklikler ve hastalıklar oluşmaktadır. Sosyal çevrenin farklılaşması, din, dil, değer farklılıklarının oluşması hem siyasi hem ekonomik kurumların değişmesi kültürel değişikliğe neden olmaktadır. Tüm bu değişikliklerin yanı sıra, bireylerin yeni bir ortama uyum sağlayabilmeleri açısından zihinsel sağlık kavramı oldukça önemlidir ve bu süreçte psikolojik değişiklikler meydana gelmektedir.

Kültürleşme sürecinde kişinin psikolojik sağlık durumundaki düşüşü özellikle kafa karışıklığı, anksiyete ve depresyon gibi belirtiler ile kendini göstermektedir. Ayrıca marjinalite ve yabancılaşma duyguları, artan psikosomatik belirti düzeyi ve kimlik karmaşası da bu süreci olumsuz yönde etkilemektedir (Berry ve diğerleri, 1987).

Farklı etnik kökenli gruplarla etkileşim halinde olan bireylerin psikolojik anlamda geçirdikleri değişiklikler kaçınılmazdır. Bu değişiklikleri belirlemek için, kültürleşme sürecine farklı şekillerde dahil olan bireyleri incelemek gerekmektedir. Bu değişiklikler konuşma, giyinme ve yeme şekilleri gibi basit davranış değişimlerinden; daha karmaşık veya sorunlu kültürleşme stresine kadar uzanmaktadır. Kültürleşme stresi veya kültürel uyum stresi, bireyin psikolojik sağlık durumunda meydana gelen değişiklik olmakla birlikte kendini belirsizlik duygusu, anksiyete (kaygı) ve depresyon gibi belirtilerle göstermektedir (Berry ve diğerleri, 1987).

Kültürel uyum stresi, kültürel temas halindeki bireylerin psikolojik sağlığı, somatik belirtileri ve sosyal durumu dahil olmak üzere kişilerin sağlık durumundaki olumsuz seyri olarak ifade edilmektedir (Berry ve diğerleri, 1987).

Stresi her zaman olumsuz bir deneyim ve kaçınılması gereken bir durum olarak görmek elbette doğru değildir. Bilindiği üzere optimal seviye de stres, motivasyon kaynağı görevi görmektedir. Bununla birlikte stresin makul düzeyde olması kişinin yeniliklerle daha rahat baş edebilmesini sağlamaktadır.

Stres faktörünün hiç olmaması kültürel grubun tepki eksikliği nedeniyle ortadan kaybolması anlamına gelmektedir. Bu durumun yanı sıra stres halinin maksimum

düzyeyde olması da költürleşmeye yönelik etkili yanıtları engellemektedir (Berry ve diğeryeri, 1987).

Költürleşmenin tüm tanımlarında, iki kavram temel alınmaktadır. Bunlar, temas ve değışimdir. Temas, ana akım költür grubunun temsilcileri ile azınlık költür bireyler arasındaki etkileşim anlamına gelmektedir. Değışim ise hem költür hem de psikolojik fenomenlerin değışimi anlamını taşımaktadır. Bununla birlikte, gelecek birkaç nesli, tüm sosyal yapı ve kurumları etkileyebilen bir kavram olarak ele alınmaktadır (Makarova, 2008).

### **2.2.1. Költürleşme Modelleri**

Költürleşmeye yönelik yapılan araştırmalarda, Tek boyutlu ve Çift boyutlu olmak üzere iki farklı költürleşme modeli karşımıza çıkmaktadır.

Bunlardan ilki Gordon'un 1964 yılında geliştirdiğı Tek Boyutlu Költürleşme Modelidir. Gordon'a göre, kişi ya kendi költürüne ait değıerlere, davranışlara ve tutumlara bağılılığını sürdürmektedir ya da kendi költürel özelliklerinden vazgeçip ana akım költürün tüm özelliklerini özümsemektedir. Gordon, uyum sağlamanın ancak asimilasyonla mümkün olduğı görüşünü benimsemektedir (Gordon, 1964). Asimilasyon, farklı etnik kökenli göçmenlerin yeni bir sosyal çevreye uyum sağlama sürecinde, öz költürel kimliklerinden vazgeçmeleri ve ana akımın normlarını benimsemeleri anlamına gelmektedir (Alba ve Nee, 2003).

Özetle Tek Boyutlu Költürleşme kuramı; költürün, dinin, dilin ve kimliğin tek olması gerektiğini belirtmektedir. Fakat Berry (1997)'e göre, böyle bir devletin varlığından söz etmek mümkün değildir. Gordon'un Tek Boyutlu Költürleşme Modeli, Bourhis ve arkadaşları (1997) tarafından da eleştirilmektedir. Bir bireyin sağlıklı bir költürleşme gerçekleştirebilmesi için etnik olan tüm özelliklerinden vazgeçmesi, doğru bir yaklaşım olarak görülmemektedir.

Alışageldikleri költürden ayrılan ve hiç bilmedikleri yabancı bir költürle karşılaşan farklı költürel altyapıya sahip insanlar, költürleşme sürecinde birbirinden farklı yol izlemektedirler. Temasa geçtiklerinde birbirinin dilini, davranışlarını, inanç ve hatta değıerlerini benimseyebildikleri gibi benimsemeyebilirler. Benimsenen stratejiler,

insanların nasıl bir tutum içerisinde olduklarını göstermektedir. Bu nokta da Berry'nin Kültürleşme Modeli ön plana çıkmaktadır.

John W. Berry, 1980 yılında Çift Boyutlu Kültürleşme Modelini geliştirmiştir. Gordon'un aksine kültürleşme sürecinin tek bir boyutla gerçekleşmeyeceğini; asimilasyonun kültürleşme yaklaşımlarından yalnızca bir tanesine karşılık geldiğini belirtmektedir (Berry, 1980).

Ayrıca Çift Boyutlu Modele göre, göçmenlerin veya azınlık grupların ana akım kültürü benimsemeleri kendi miras kültüründen vazgeçmeleri anlamına gelmemektedir (Berry, 2006).

John W. Berry geliştirdiği modeliyle hem farklı etnik kökenden oluşan kültür bireylerin hem de ana akım kültür bireylerin kültürel özelliklerini ve değerlerini sürdürebilecekleri bir kültürleşme yaklaşımı önermektedir (Berry, 2001).

Kültürleşme Kuramı, çok kültürlü ortamlarda etkileşim halinde bulunan grupların birbiriyle olan ilişkilerinin değerlendirilmesini amaçlayan bir yaklaşımdır.

Berry'nin Kültürleşme modeli kültürleşmeyi anlamak açısından daha geniş ve daha geçerli bir çerçeve oluşturmaktadır. Bununla birlikte bu model kültürleşme sürecindeki bireyin veya topluluğun psikolojik yapısını anlamayı da içermektedir. Kısacası Kültürleşme Modeli bu yönlü araştırmalar için geniş bir perspektif sunmaktadır (Ryder ve diğerleri, 2000).

Etkileşim halinde olan grupların bireysel üyelerinin yaşadıkları değişim psikolojik kültürleşme olarak adlandırılmaktadır (Graves, 1967). Psikolojik kültürleşme sürecinin bir unsuru olarak kültürleşen bireyler, kültürleşme esnasında diğer gruplarla karşılaşmaktadırlar. Bireyler ne düzeyde ilişki kurmayı ve gruplara dahil olmayı hedefliyorlar ise ona yönelik tutum sergiledikleri bilinmektedir. Bu tutumlar kavramsallaştırıldığında kültürleşme tutumları olarak adlandırılmaktadır (Berry ve diğerleri, 1989).

Berry (2001)'e göre Kültürlerarası temas halinde olan göçmenlerin kültürleşmeye yönelik tutumlarını iki farklı soruya verdikleri cevap belirlemektedir: "Ana akım kültürle temas kurmak benim için ne kadar önemli? ve Öz kültürümü devam ettirmek benim için

ne kadar önemli?”. Bahsi geçen bu iki soruya verilen cevaplar Kültürleşme Modelindeki yönelimleri ortaya çıkarmaktadır.

Berry (1980), modelini ilk geliştirdiğinde sekiz farklı kültürleşme tutumu oluşturduğu görülmektedir. Bahsi geçen sekiz tutum; Kültürleşme Tutumu ve Çok Kültürlü İdeoloji olmak üzere iki ayrı başlık altında belirtilmiştir. Kültürleşme Tutumu, farklı etnik kökenden oluşan gruplara; Çok Kültürlü İdeoloji ise ana akım kültüre hitap etmektedir.

Ana akımın kültürleşmeye yönelik tutumları:

1. Çok Kültürlülük
2. Erime Potası
3. Ayrışma
4. Dışlama

Kültürleşme Modeli göçmenlere yönelik dört farklı tutumdan bahsetmektedir:

1. Bütünleşme
2. Asimilasyon
3. Ayrılma
4. Marjinalleşme

**Bütünleşme:** Kendi kültürel mirasını korumayı ve aynı zamanda ana akım kültürün kimliğini de sürdürmeyi içermektedir.

**Asimilasyon:** Kültürel mirasından uzaklaşıp, ana akım kültürü özümseme anlamına gelmektedir.

**Ayrılma:** Ana akım kültürü reddetmeyi ve yalnızca öz kültürü korumayı ve sürdürmeyi içermektedir.

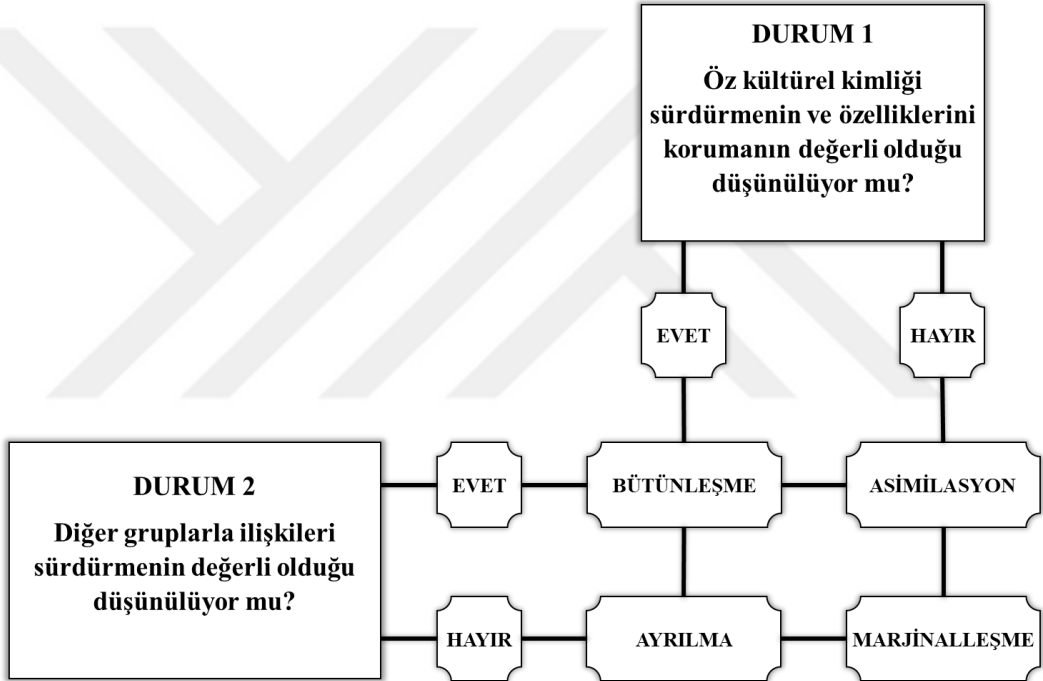
**Marjinalleşme:** Kişinin hem miras kültürden hem de ana akım kültürden uzaklaşması, kendini ayrı tutması anlamına gelmektedir (Berry, 2001, 2009; Berry ve Hou, 2016).

Göçmenler yeni bir topluma girdiklerinde kültürel kimlikleriyle ilgili belirli kararlar almak zorundadırlar. Örneğin göçmen bir birey miras kültürünün ne ölçüde korunması gerektiğine karar vermesi gerekmektedir. Bu nokta da iki temel soru ön plana çıkmaktadır:

1. Bir göçmen için özgün kültürel değerlerini korumak ve sürdürmek ne kadar önemlidir?
  2. Bir göçmen için yeni bir kültürün değerlerini kabul etmek ve özümsemek ne kadar önemlidir?
- (Berry, 2001).

Kültürleşme süreci içerisindeki göçmenler, bahsi geçen iki farklı soruya aynı anda odaklandıklarında ve verdikleri yanıtlar doğrultusunda kültürleşmeye yönelik dört farklı başa çıkma tutumu oluşmaktadır.

**Şekil 2.1:** Kültürleşme Modeli Şeması



**Şekil 2.1:** Kültürleşme modeli şeması (Berry ve Sam, 1997)

Bu iki soruya (Şekil 2.1) olumlu veya olumsuz (evet veya hayır) olmak üzere iki farklı şekilde cevap verilebilmektedir. Şekilde belirtilen ve evet-hayır yanıtları ile kesişen çizgiler, dört ayrı kültürleşme stratejilerini göstermektedir. Bahsi geçen dört farklı tutum, hangi grubun (baskın olan – baskın olmayan) ne şekilde değerlendirildiğine bağlı olarak ortaya çıkmaktadır. Bireyler baskın olmayan grubun yani öz kültürel kimliğini korumayı, sürdürmeyi istemediğinde ve baskın kültür ile etkileşiminin değerli olduğu düşünüldüğünde asimilasyon tutumu içinde oldukları anlaşılmaktadır. Bunun aksine,

bireyler öz kültürüne bağlı kalmayı ve değerli olduğunu düşünüyor fakat ana akım kültür bireyleri ile etkileşimden kaçınmak istiyor ise ayrılma tutumunu seçtiği anlamına gelmektedir. Birey hem öz kültürünü korumayı hem de diğer kültürel grup ile günlük yaşamda etkileşim halinde olmayı değerli olarak görüyor ise bütünleşme tutumunu benimsediği görülmektedir. Bunun yanı sıra bütünleştirici bir tutum içinde olan bireyler hem daha büyük bir sosyal ağın ayrılmaz bir parçası olmaktadır hem de belirli bir düzeyde öz kültürel kimliğini koruyup, sürdürmektedir. Son olarak, bireyler öz kültürüne yönelik ilgi kaybı hissediyor ve koruyup sürdürmenin değersiz olduğu düşüncesinde ve bununla birlikte başkalarıyla (ana akım kültür) olan ilişkisi, etkileşim hali değersiz (dışlama ve ayrımcılık algısı nedeniyle) bulunuyor ve yok diyebilecek kadar az ise marjinalleşme tutumunu seçtiği anlamına gelmektedir.

### **2.2.2. Kültürleşme ve Kültürleşme Tutumunun Göçmen Üzerindeki Etkileri**

Geçmişteki bir hipoteze göre, kültürleşmenin stresli bir süreç olduğu ve ruh sağlığını olumsuz yönde etkileyebileceği varsayılmıştır. Bu sürecin bireyi potansiyel olarak birbiriyle çelişen iki farklı kültürel kimliği müzakere etmeye zorlaması durumu, bu varsayımın nedeni olarak belirtilmiştir (Stonequist, 1935). Geçmişten günümüze yapılan birçok araştırma, bu varsayımı doğrular bir nitelik taşımaktadır.

Kültürleşme, birçok kültürü içinde barındırmaktadır ve belirli bir kültürün parçası olmayı isteme, uyum sağlama çabası ve beraberinde oluşan değişimler bireyin psikolojik sağlığını etkilemektedir (Berry, 2005).

Psikolojik sağlık, bireyin hiç beklemediği bir durumla karşılaşması halinde, duyguları ve beraberinde verdiği olumlu/olumsuz yanıtları ve karşılaştığı durumla başa çıkmak için geliştirdiği yöntemler ile hem duruma hem de çevresine sağladığı uyum yeteneğidir (Sabuncu ve diğerleri, 1996).

Yeni bir kültüre geçiş ve beraberindeki uyum sürecini gözlemleyen araştırmacılar, kültürleşme sürecindeki olumlu veya olumsuz psikolojik değişime vurgu yapmak amacıyla psikolojik kültürleşme veya psikolojik uyum kavramını kullanmıştır (Berry ve diğerleri, 2002).

Shen ve Takeuchi (2001), kültürleşme ve ruh sağlığı arasında olumsuz, olumlu ve eğrisel olmak üzere üç farklı yaklaşım önermektedir:

1. Olumsuz yaklaşım: Ev sahibi ve köken kültür arasında algılanan çatışma ve uyumsuzluk düzeyleri arasında denge kurulmaya çalışılır. Yüksek düzeyde kültürleşme süreci içinde olan ve dengeyi sağlamaya çalışan bireylerin sıkıntı seviyeleri yükselebilmektedir, bu da ruh sağlığında bozulmalara sebep olmaktadır.
2. Olumlu yaklaşım: Bu yaklaşıma göre kültürleşme, farklı çevreye başarılı bir uyum sağlama olarak kabul edilmektedir. Kültürleşme düzeyi ile ruh sağlığı arasında pozitif bir ilişki olduğunu belirtmektedir. Uyum sağlayan kişiler yüksek kültürlü bireyler olarak adlandırılır ve hem sosyal hem de mesleki anlamda işlevsel hale gelmektedir. Kültürleşmeye yönelik son yaklaşım eğrisel ilişkidir.
3. Eğrisel yaklaşım: Kültürleşme sürecinin ortasında kalan bireyler (kararsız kişiler), büyük bir baş etme mücadelesi vermektedir ve çatışma yaşamaktadır, nitekim bu kişiler psikolojik sorunlara karşı daha savunmasızdır.

Kültürleşme sürecinin beraberinde getirdiği olumsuz etkilerin yanı sıra olumlu etkileri de bulunmaktadır. Kültürleşme süreci, kültürel özellikleri ve toplumsal değerleri paylaşma ve öğrenmeyi sağlamaktadır. Bunun yanı sıra, zengin kültürel çeşitliliğe katkıda bulunmaktadır. Sağlıklı bir kültürleşme süreci, kültürlerarası iletişimi de güçlendirmektedir. Bu bağlamda psikolojik sağlığı, yaşamdan alınan doyumunu, iyi olma halini olumlu yönde etkilemektedir.

Londra da yaşayan İrlandalı göçmenler ile yapılan bir çalışma da bütünleşme tutumunu benimseyen göçmenlerin diğer tutumları (asimilasyon, ayrılma ve marjinalleşme) benimseyenlere göre, özellikle marjinalleşenlere kıyasla daha sağlıklı oldukları açıkça belirtilmiştir (Curran, 2003).

Berry (2005)'in çalışmasında, bütünleşme tutumunu benimseyip, deneyimlerini bu yönlü takip eden göçmenlerin, marjinalleşen bireylere göre stres yönetiminde daha başarılı oldukları ve içinde buldukları ortama daha iyi uyum sağladıkları saptanmıştır.

Ayrıca asimilasyon ve ayrılık tutumunu benimseyenlerin stres seviyelerinin orta düzeyde seyrettiği belirtilmiştir.

Almanya'daki Türk kökenli göçmenler ile yapılan bir çalışmada, benimsenen kültürleşme tutumlarının psikolojik sağlık üzerinde etkisi olduğu saptanmıştır. Bunun yanı sıra, özellikle bütünleşme tutumunu benimseyenlerin psikolojik sağlık durumlarının olumlu yönde olduğu belirtilmiştir (Morawa ve Erim, 2014).

Göçmen öğrenciler üzerinde yürütülen farklı bir çalışma da bütünleştirici tutum içinde olanların psikolojik olarak daha iyi uyum sağladıklarını, iyi olma halini olumlu yönde etkilediğini ve akademik başarılarının olumlu yönde seyrettiği bilinmektedir. Bununla birlikte ayrılma ve asimilasyon tutumunu benimseyenler nispeten iyi psikolojik iyi olma haline sahip bireyler olarak saptanırken, marjinalleşmiş kimlikler daha fazla olumsuz sonuçlarla ilişkilendirilmiştir (Vedder ve diğerleri, 2006).

Bir diğer çalışma da Koreli göçmenler ile yapılmıştır ve araştırmanın bulgularına göre, bütünleşme tutumu depresif belirti düzeyi ile negatif yönde ilişkiliyken, marjinalleşmenin depresif belirti düzeyi ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir (Kim, 2009).

Göçmenler ile yapılan farklı bir araştırma, kültürleşme ve depresif belirtilerin ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca gün içinde karşılaşılan ayrımcılığın bu süreci olumsuz yönde etkilediği vurgulanmıştır (Cobb ve diğerleri, 2017).

Bilindiği üzere, Almanya'daki en geniş göçmen grubunu Türk kökenli göçmenler oluşturmaktadır. Yapılan bir araştırma, Almanya da ikamet eden Türk kökenli göçmenlerin, ana akım kültürü (Alman toplumuna) benimseme konusunda ülkedeki diğer göçmen gruplara kıyasla daha fazla zorluk çektiği belirtilmiştir (Woellert ve diğerleri, 2009).

Uyum problemlerinin nedenleri arasında kültürel farklılık da yer almaktadır. İtalya da ikamet eden Türk kökenli göçmenler, kültürel farklılık nedeniyle çeşitli problemler yaşadıkları görülmüştür. Türk göçmenlerin İtalyanlar ile sınırlı düzeyde iletişim kurdukları, özellikle kendi kültür bireyleri (Türkler) ile ilişki kurmayı tercih ettikleri belirtilmiştir (Göker ve Meşe, 2011).

Göçmenlerin çevresinde kendi kültüründen oluşan kişilerin varlığı, sosyal ilişkileri arttırmasının yanı sıra, yabancılik duygusu ve yalnızlık hissini de azalttığı saptanmıştır (Norredam, 2015).

Hollanda da yaşayan Türk kökenli göçmenler ile yürütölen bir çalışmada, kendi kültürleri ile ana akım kültürünü özümseyen Türk göçmenlerin; umutsuzluk, depresyon ve intihar düşüncelerinin ciddi düzeyde az olduğu görölmüştür (Eylem ve diğeri, 2019).

Her iki kültürü benimseyen, yaşamlarında bütünleştirici tutumu sergileyen göçmenlerin ayrılma tutumu içerisinde olan göçmenlere göre daha yüksek yaşam doyumu düzeylerine sahip olduğu görölmektedir. Bununla birlikte, tamamen asimile olmuş, asimilasyon tutumunu benimseyenlerin oransal olarak düşük yaşam doyumu gösterdikleri belirtilmiştir. Ayrıca bu çalışmaya göre, göçmen bireylerin hem miras kültürünün özelliklerini muhafaza etmenin hem de ev sahibi kültürü benimsemenin psikolojik sağlığı olumlu yönde etkilemesinin yanı sıra, yaşam doyumunu da olumlu yönde etkilediği belirtilmektedir (Marsiglia ve diğeri, 2013).

### **2.3. Yaşam Doyumu**

İnsanoğlunun varoluşundan bu yana duyguların rolü oldukça önemlidir. Anlam arayışı içerisinde olan insan, içinde barındırdığı duyguları anlamlandırarak ve bunları farklı şekillerde dışa yansıtarak varoluşunu göstermektedir. Tüm bireylerin temelde ihtiyaç duyduğu ve eylemlerinin nihai güdüleyicisinin başında mutluluk gelmektedir. Farklı bir deyişle, insanın mutlu olması, yaşamdan doyum alması insanlığın motivasyon kaynağıdır ve nihai hedefidir.

Günlük konuşma dilinde mutluluk olarak adlandırdığımız ifade öznel iyi oluş kavramına karşılık gelmektedir ve yaşam doyumu ile yakından ilişkilidir. Öznel iyi oluş, duyuşsal ve bilişsel olmak üzere iki boyuttan oluşmaktadır. Duyuşsal boyutu, olumlu ve olumsuz duyguların yaşanma sıklığından oluşurken, bilişsel boyutunu ise yaşam doyumu kavramı oluşturmaktadır (Ed Diener, 2000; Pavot ve diğeri, 1991; Rask ve diğeri, 2002). Farklı bir ifade ile insan yaşamında yer alan hem duyuşsal hem de bilişsel değerlendirmelerin tümünü oluşturmaktadır. İnsanlar pozitif duyguları negatiflere kıyasla daha fazla yaşadığında, ilginç ve farklı faaliyetlerde bulduklarında, daha fazla zevk ve

az acı duyduklarında ve en önemlisi yaşamdan doyum aldıklarında öznel iyi olma halini de yüksek düzeyde yaşamaktadırlar (Diener, 2000). Bu nokta da öznel iyi oluşun bilişsel boyutunu oluşturan yaşam doyumunu kavramı oldukça önemlidir (Koydemir ve Schütz, 2014).

Neugarten ve arkadaşları (1961) tarafından geliştirilen yaşam doyumunu kavramı, bireyin yaşamdan beklentileri (sahip olmak istedikleri) ve halihazırda sahip olduklarının karşılaştırılması ile elde edilen sonuç olarak tanımlanmaktadır. Yaşam doyumunu, bir bireyin yaşamının tümüne yönelik doyumunu ve genel mutluluk düzeyini açıklamak amacıyla kullanılmaktadır (Veenhoven, 2015).

Bireyin arzuladıklarına sahip olması veya arzuladığı düzeyde yaşaması, kişiyi doyuma ulaştırmaktadır. Elde edilen ile elde edilmek istenenlerin değerlendirilmesi ise yaşam doyumunu açıklamaktadır (Dilmaç ve Ekşi, 2008). Bu değerlendirme arasındaki mesafe ne kadar az olursa, bireylerin yaşamdan duydukları memnuniyet düzeyi de o ölçüde artmaktadır (Onyishi ve diğerleri, 2013).

Yapılan araştırmalar, beklenti ve gereksinimlerin karşılanması halinde, bireyin yüksek yaşam doyumunu elde ettiğini göstermektedir. Aksi söz konusu olduğunda, yaşamdan alınan doyumun azaldığı görülmüştür (Oishi ve diğerleri, 1999).

Yaşam doyum düzeyinin yüksek olması bireyin etkinliklerden keyif alma oranını arttırdığını, aile ve sosyal çevresi ile olan etkileşimini olumlu yönde etkilediği bilinmektedir. Özellikle yaşam doyumunu düşük olan bireylerin daha çok depresif belirtiler gösterdikleri, anksiyete, stres, öfke, suçluluk duyma, utanma gibi olumsuz duygulara daha yatkın oldukları belirtilmiştir (Oishi ve diğerleri, 1999).

Paschali ve Tsitsas'a göre yaşam doyumunu, bir bireyin yaşam kalitesinin genel bir bilişsel değerlendirmesidir ve yaşam doyumuna yönelik bu değerlendirmenin, insanların yaşamlarının nasıl olduğu ile olması gerektiğine nasıl inandıklarına dayandığını belirtmektedir. Üniversite öğrencilerine yönelik yapılan çalışma da yüksek düzeyde anksiyetenin, yaşam doyumunu üzerinde olumsuz bir etkisi olduğu saptanmıştır. Farklı bir ifade ile bireyin anksiyete düzeyi yükseldikçe, yaşamdan aldığı doyum azalmaktadır. İki değişken arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (Paschali ve Tsitsas, 2010).

Yaşama yönelik bir amacı olan, hayatın anlamlı olduğunu düşünen, yaşam için belirli hedefleri olan ve bu hedeflere ulaşabilmek için kendine güven duyan, geçmiş deneyimlerinden kaçmayıp sorumluluğunu alabilen hem olumlu hem olumsuz yönleriyle kendini değerli hissedebilen insanlar yaşam doyumu yüksek bireyler olarak tanımlanmaktadır (Nahcivan ve diğerleri, 1999).

Bilindiği üzere, özellikle kolektivist kültürlerde aile, aidiyet, birlik olma kavramları oldukça önemlidir. Bireyler zor koşullar dahil olmak üzere, sosyal anlamda birbirlerini desteklemektedirler. Sosyal desteğin yaşamdan alınan doyumu olumlu yönde etkilediği belirtilmektedir (Diener, 2000).

Kişinin günlük yaşamda karşılaştığı engellemeler, yaşam olayları, gelir düzeyi, bireyin kişilik özellikleri, kendine özgü hedefleri ve özellikle kültüre yönelik sistemlerin bireyin yaşam doyumunu belirlediğini göstermektedir (Rask ve diğerleri, 2002).

Almanya'daki Türk Göçmenlerde Kültür ve Yaşam Doyumu konulu araştırma, ev sahibi kültürle özdeşimin (bütünleşme) yaşam doyumunu olumlu yönde etkilediğini ortaya koymaktadır. Ayrıca elde edilen bulgular, yaşam doyumu puanlarının sosyodemografik değişkenlere göre farklılık gösterdiğini belirtmektedir (Koydemir ve Schütz, 2014).

Bireylerin yaşamlarına yönelik duydukları memnuniyetin genel bir değerlendirmesi olan yaşam doyumu kavramı, göçmenlerin psikolojik uyumlarının ve kültürleşme süreçlerinin incelenmesi açısından önemli olduğu belirtilmektedir (Şeker ve Sirkeci, 2014).

### **2.3.1. Göçmenlerin Yaşam Doyumunu Etkileyen Unsurlar**

Göçmenlerin yaşam doyumunu olumsuz yönde etkileyen en önemli unsurun başında, ev sahibi gruptan algılanan ayrımcılık sorunu gelmektedir (Berry, 1997; Berry ve Sabatier, 2010; Taşdemir, 2017). Kültürleşme süreci, karmaşık göç psikolojisi ve ev sahibi toplumun göçmenlere yönelik ayrımcı tutumları göçmenlerin yaşam memnuniyeti ile ilişkilendirilmiştir. Farklı bir ifade ile göçmenlerin yaşam doyumunu, bahsi geçen durumlardan olumsuz yönde etkilenmektedir (Safi, 2010). Bununla birlikte, göçmenlerin yaşamdan doyum alma ve psikolojik anlamda iyi olma hali onların hem farklı kültür

grupları ile olan ilişkilerini algılayış biçimiyle hem de sosyal kimlikleriyle de yakından ilişkilidir (Badea ve diğerleri, 2011). Gelir seviyesi, medeni durum, cinsiyet, göç edilen ülkedeki ikamet süresi, sağlık durumu, iş-günlük faaliyetler, sosyal temas-aile gibi çeşitli özellikler de yaşam doyumunu etkilemektedir. Bunun yanı sıra, kültürleşme sürecindeki göçmen bireylerin benimsedikleri tutumlar, psikolojik anlamda iyi olma halini ve yaşamdan aldıkları doyumun düzeyini etkilediği belirtilmektedir (Berry ve Sabatier, 2010; Goel ve diğerleri, 2018: 5; Kapteyn ve diğerleri, 2009: 29).

Bilindiği üzere Berry'e göre en sağlıklı olanı, her iki kültürü de uzlaştıran bütünleşme stratejisini benimsemektir. Bu, göçmenlerin uyumunu, yaşam doyumunu ve psikolojik durumunu olumlu yönde etkileyen bir tutum olarak görülmektedir. Ayrıca ana akım kültürde olumlu çok kültürlü ideolojinin varlığı, nispeten düşük düzeyde ön yargı (ayrımcılık, ırkçılık), kültürel gruplar arasında olumlu karşılıklı paylaşımın olması durumunda, bütünleşme daha da mümkün hale gelmektedir (Berry, 1997).

Dünya çapında, 13 farklı ülke de ikamet eden göçmenler ile yapılan bir çalışma da bütünleştirici tutum ile yaşam doyumunu arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır (Berry ve diğerleri, 2006). Ayrıca toplamda 8000 örneklemin yer aldığı birbirinden farklı 80 araştırmanın bir meta-analiz çalışması da bu ilişkiyi destekler niteliktedir (Nguyen ve Benet-Martínez, 2013).

Farklı bir çalışmada, ev sahibi ülkede doğup büyüyen Türk kökenli bireylerin, göç edip gelenlere kıyasla anlamlı ölçüde daha iyi psikolojik uyum (yaşam doyumunu, benlik saygısı, psikolojik sağlık durumu) gösterdikleri saptanmıştır. Bununla birlikte, cinsiyetin de psikolojik uyumla ilişkili olduğu ve kadınların erkeklere göre daha kötü psikolojik uyum gösterdikleri belirtilmiştir. Ayrıca Türk kimliğini benimseme; daha yüksek benlik saygısı, yaşam doyumunu ve daha düşük ruh sağlığı probleminin önemli bir yordayıcısı iken, algılanan ayrımcılığın daha düşük yaşam doyumunu, benlik saygısı ve daha yüksek psikolojik problemlere neden olduğu görülmüştür. Bütünleşme tutumunda da yüksek psikolojik uyum saptanmıştır. Marjinalleşen bireyler ise çok daha düşük yaşam doyumunu, benlik saygısı ve yüksek düzeyde ruh sağlığı problemi göstermiştir (Virta ve diğerleri, 2004).

Ana akım grubun etnik grubu benimsemediği, etkili yanıtları engellediği (ayrımcılık) durumlara maruz kalan göçmenler ise her iki kültür ile bütünleşmek yerine kendi öz kültürüne daha da sıkı bağlanmaktadır. Göçmenler kendilerini korumaya alıp ve başa çıkma stratejisi olarak kendi öz kültürüyle özdeşim kurmaktadır. Var olan duruma uyum sağlamanın en iyi yollarından bir tanesi iç gruba (öz kültür) yönelmektir. Dezavantajlı grup üyeleri olarak adlandırılan göçmenler ihtiyaç duydukları aidiyet duygusunu ve psikolojik anlamda iyi olma halini bu şekilde geliştirebilmektedirler (Branscombe ve Ellemers, 1998). Almanya ve Hollanda da yaşayan Türk göçmenler ile yapılan bir çalışma, bu durumu destekler niteliktedir. Ayrımcılığa maruz kalanlar, miras kültürü ile pozitif yönde güçlü ilişkiler kurmayı tercih ederken, ulusal kültür grubu ile etkileşimini azalttığı saptanmıştır (Martinovic ve Verkuyten, 2012).

## 3. YÖNTEM

### 3.1. Evren Ve Örneklem

Araştırmanın evrenini İsviçre'nin Aargau Kantonunda yaşayan Türk kökenli göçmen bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise 18-65 yaş aralığında olan Aargau Kantonunda yaşamını devam ettiren ve rastgele seçilmiş 146 Türk kökenli bireylerden oluşmaktadır.

### 3.2. Araştırma Modeli

Bu çalışma, kesitsel tarama modeli, ilişkisel ve nicel araştırma yöntemine dayanmaktadır.

### 3.3. Verilerin Toplanması

Katılımcıları araştırma hakkında bilgilendiren Gönüllü Olur Formu, Sosyodemografik Bilgi Formu, Kültürleşme Tutumu Ölçeği, Belirti Tarama Testi (SCL90-R) ve Yaşam Doyumu Ölçeği araştırmacı tarafından bir ankette birleştirilmiştir. Veriler elden anket yöntemiyle elde edilmiştir.

### 3.4. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak anket kullanılmıştır. Anket 4 bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde katılımcıların sosyodemografik özelliklerine ilişkin sorular yer almaktadır. İkinci bölümde “Kültürleşme Tutumu Ölçeği” (KTÖ), üçüncü bölümde “Belirti Tarama Testi” (SCL90-R) ve dördüncü bölümde “Yaşam Doyumu Ölçeği” (YDÖ) yer almaktadır. Her örnekleme aynı testler uygulanarak elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) programı kullanılarak değerlendirilmiştir.

**Sosyodemografik Bilgi Formu:** Bu form literatür bilgileri göz önünde bulundurularak araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Sosyodemografik bilgi formunda

cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, çalışma durumu, aylık gelir düzeyi, doğum yeri ve kendilerini nereli hissettikleri ile ilgili sorulardan oluşmaktadır.

**Kültürleşme Tutumu Ölçeği (KTÖ):** Öğrencilerin kültürleşme tutumlarını belirlemek için Ataca ve Berry (2002) tarafından uyarlanan 44 maddelik Kültürleşme Tutum Ölçeği, Türkiye uyarlaması (Bektaş, 2004) 36 maddeye indirildiği formuyla kullanılmıştır. Bu ölçekte arkadaşlık, sosyal aktivite, yiyecek, özel gün (bayram vb.) kutlama, dil kullanımı, dekorasyon, gazete okurluğu, yaşam tarzı ve kültür olmak üzere dokuz alan bulunmaktadır. Her bir kültürleşme tutumu dokuz maddeden oluşan asimilasyon, ayrılma, marjinalleşme ve bütünleşme faktörlerinden oluşmaktadır. Ankete ilişkin 1, 2, 10, 11, 20, 19, 25, 31 ve 36 numaralı sorular asimilasyon stratejisinin, 4, 7, 12, 14, 21, 22, 24, 29 ve 33 numaralı sorular ayrılma stratejisini, 5, 8, 13, 16, 18, 23, 27, 32 ve 35'te marjinalleşme stratejisini ve 3, 6, 9, 15, 17, 26, 28, 30 ve 34'üncü sorular ise entegrasyon yani bütünleşme stratejisini ölçmektedir. Her bir tutumun ne oranda benimsendiği o tutuma ait dokuz maddeye verilen yanıtların toplam puanları üzerinden belirlenmektedir. (1) ile (5) arasında değişen likert tipi bir ölçektir. "Kesinlikle katılmıyorum" (1), Kesinlikle katılıyorum" (5) 'tir. Orijinal ölçekte her biri için belirlenen Cronbach alfa güvenilirlik katsayıları (Asimilasyon) tutumu için .83, (Ayrılık) tutumu için .89, (Bütünleşme) tutumu için .84 ve (Marjinalleşme) tutumu için .78 olarak bildirilmiştir. 36 maddelik değiştirilmiş versiyondaki Cronbach alfa güvenilirlik katsayıları ise (Asimilasyon) için .80, (Ayrılık) için .81, (Marjinalleşme) tutumu için .75 ve (Bütünleşme) tutumu için .76 olarak belirlenmiştir.

**Belirti Tarama Testi (SCL90-R):** Bireylerdeki psikolojik belirtilerin hangi düzeyde olduğunu ve bu belirtilerin hangi alanlara yayıldığını belirleyen bir ölçü aracı olan SCL-90R, (Derogatis ve diğerleri, 1976) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması (Kılıç, 1991) tarafından yapılmıştır ve 90 maddeden oluşan ölçek 10 alt testten meydana gelmektedir. Alt testler ise sırasıyla şu şekildedir; somatizasyon (SOM), obsesif-kompulsif (O-C), kişiler arası duyarlılık (INT), depresyon (DEP), kaygı (ANK), öfke-düşmanlık (HOS), fobik anksiyete (PHOB), paranoid düşünce (PAR), psikotizm (PSY) ve uyku bozuklukları, iştah bozuklukları ve suçluluk ile ilgili belirtileri yansıtır. Güvenirlik katsayıları alt ölçeklere göre sırasıyla; Somatizasyon (SOM). 82; Obsesif-Kompulsif (O-C). 84; Kişilerarası Duyarlılık (INT). 79; Depresyon

(DEP). 78; Kaygı (anksiyete-ANK). 73; Öfke-Düşmanlık (HOS). 79; Fobik Anksiyete (FHOB) .78; Paranoid Düşünce (PAR) .63; Psikotizim (PSY). 73; Ek Skala. 77 olarak belirlenmiştir. Ölçeği cevaplayan birey her soru için; (0) “Hiç”, (1) “Çok Az”, (2) “Orta Derecede”, (3) “Oldukça Fazla”, (4) “İleri Derecede” şeklinde işaretlemelerde bulunarak beş dereceli bir ölçme ifadesi vermektedir. 90 soruya verilen cevapların sonucu elde edilen puanların toplamı ile soru sayısına bölünmesi ile genel şiddet puanı belirlenmektedir. Puanın 0,00-1-50 arası olması normal düzey, 1,51-2,50 arası yüksek düzey ve 2,51-4,00 arası semptomların çok yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir.

**Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ):** Ed Diener ve diğerleri (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği, yaşam doyum düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Yaşam Doyum Ölçeği'nin Türkçe uyarlama çalışmaları Durak ve diğerleri (2010) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında ise üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmaya göre, ölçeğin iç tutarlılığı .81, toplam ölçek korelasyonu 0.55 – 0,69 arasında değiştiği saptanmıştır. 7'li likert tipi olan Yaşam Doyum Ölçeği “1- Kesinlikle Katılmıyorum, 7- Kesinlikle Katılıyorum” şeklinde işaretlenmektedir. Toplamda 5 ile 35 puan alınabilmektedir. Alınan yüksek puanlar yaşam doyumunun yüksekliğini vermektedir.

### 3.5. Araştırmanın Analizi

Araştırmada toplanan verilerin istatistiksel analizi için SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 26.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıma uygun olup olmadığını belirlemek için normallik testi yapılmıştır. Çarpıklık ve Basıklık değerleri -2.0 ile +2.0 aralığında kabul edilmiştir (George ve Mallery, 2016). Normal dağılım göstermeyen veriler için non-parametrik testlerinden Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır.

Normal dağılıma uygun olan veriler için parametrik testlerden Independent Samples T-Testi ve ANOVA kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için Korelasyon Analizi yapılmıştır ve anlamlılık düzeyi  $p < 0.05$  düzeyinde değerlendirilmiştir. Bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin incelenmesi için Regresyon analizi kullanılmıştır.

## 4. BULGULAR

### 4.1. Kullanılan Ölçeklere Ait Güvenirlik Analizleri

Ölçeklerin ve alt boyutlarının iç tutarlılığını, güvenilirliğini hesaplamak için Cronbach's Alpha analizi yapılmıştır. Güvenirlik katsayısı 0 ile +1 arasında değişiklik göstermektedir. Güvenirlik katsayısının +1'e yakın değer alması, güvenilirliğin ve maddeler arası iç tutarlılığın yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Alpha katsayısının bulunabileceği aralıklar ve katsayılarına karşılık gelen açıklamalar Tablo 4.1'de verilmiştir.

**Tablo 4.1:** Güvenirlik katsayısı aralıkları

Ölçüt	Açıklama
$1 < \alpha \leq 0,90$	Yüksek Derece Güvenilir
$0,90 < \alpha \leq 0,60$	Oldukça Güvenilir
$0,60 < \alpha \leq 0,40$	Düşük Derecede Güvenilir
$0,40 < \alpha \leq 0,00$	Güvenilir Değil
<b>Tablo 4.1 Güvenirlik Katsayısı Aralıkları (Terzi, 2019)</b>	

Toplam 36 maddeden ve 4 alt boyuttan oluşan KTÖ, 90 maddeden ve 10 alt boyuttan oluşan SCL90-R testi ve 5 maddeden oluşan Yaşam Doyumu Ölçeğinin güvenilirlik analizi Tablo 4.2'de yer almaktadır.

**Tablo 4.2:** KTÖ, SCL90-R ve YDÖ güvenilirlik analizi sonuçları

	<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>Madde Sayısı</b>
<b>Kültürleşme Tutumu Ölçeği</b>	,733	36
Bütünleşme Tutumu	,807	9
Ayrılma Tutumu	,863	9
Asimilasyon Tutumu	,760	9
Marjinalleşme Tutumu	,725	9
<b>Belirti Tarama Testi</b>	,968	90
Somatizasyon	,823	12
Anksiyete	,813	10
Obsesif Kompulsif	,791	10
Depresyon	,863	13
Kişilerarası Duyarlılık	,829	9
Psikotizm	,739	10
Paranoid Düşünceler	,666	6
Öfke Düşmanlık	,728	6
Fobik Anksiyete	,654	7
Ek Skalalar	,655	7
<b>Yaşam Doyumu Ölçeği</b>	,833	5

Tablo 4.2 incelendiğinde belirti tarama testinin (Scl90-R) oldukça yüksek güvenilirliğe sahip olduğu ve alt boyutlarının da oldukça güvenilir olduğu görülmektedir. Yaşam doyumu ölçeği, kültürleşme tutumu ölçeği ve alt boyutlarının da oldukça güvenilir olduğu görülmektedir.

## 4.2. Tanımlayıcı Analizler

### 4.2.1. Demografik Özelliklere Ait Tanımlayıcı Analizler

**Tablo 4.3:** Katılımcıların cinsiyet dağılımı

Cinsiyet	n	%
Kadın	78	53,4
Erkek	68	46,6
<b>Toplam</b>	<b>146</b>	<b>100</b>

Tablo 4.3’de görüldüğü gibi araştırmaya katılanların %53,4’ü kadın, %46,6’sı erkektir. Katılımcıların kuşak ve yaşlarına ilişkin bilgiler Tablo 4.4’de verilmiştir.

**Tablo 4.4:** Katılımcıların kuşak/yaş dağılımı

Kuşak/Yaş	n	%
Birinci Kuşak (50-65 Yaş)	45	30,8
İkinci Kuşak (34-49 Yaş)	47	32,2
Üçüncü Kuşak (18-33 Yaş)	54	37,0
<b>Toplam</b>	<b>146</b>	<b>100</b>

Tablo 4.4 incelendiğinde; katılımcıların %30,8’i 50-65 yaş arasında birinci kuşak, %32,2’si 34-49 yaş arasında ikinci kuşak ve %37,0’ı 18-33 yaş arasında üçüncü kuşaktan olduğu görülmektedir. Katılımcıların eğitim durumlarına ilişkin bilgiler Tablo 4.5’de verilmiştir.

**Tablo 4.5:** Katılımcıların eğitim durumu dağılımı

<b>Eğitim Durumu</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
İlkokul	32	21,9
Ortaokul	25	17,1
Meslek Okulu	41	28,1
Lise	29	19,9
Üniversite ve Üzeri	19	13,0
<b>Toplam</b>	<b>146</b>	<b>100</b>

Tablo 4.5 incelendiğinde; katılımcıların %21,9'u ilkokul mezunu, %17,1'i ortaokul mezunu, %28,1'i meslek okulu mezunu, %19,9'u lise mezunu ve %13,0'ının üniversite ve üzeri mezunu olduğu görülmektedir. Katılımcıların medeni durumlarına ilişkin bilgiler Tablo 4.6'da verilmiştir.

**Tablo 4.6:** Katılımcıların medeni durumu dağılımı

<b>Medeni Durum</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Evli	103	70,5
Bekar	37	25,3
Boşanmış	5	3,4
Dul	1	0,7
<b>Toplam</b>	<b>146</b>	<b>100</b>

Tablo 4.6 incelendiğinde; katılımcıların %70,5'i evli, %25,3'ü bekar, %3,4'ü boşanmış ve %0,7'sinin dul olduğu görülmektedir. Katılımcıların çalışma durumlarına ilişkin bilgiler Tablo 4.7'de verilmiştir.

**Tablo 4.7:** Katılımcıların çalışma durumu dağılımı

<b>Çalışma Durumu</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Çalışıyor	89	61,0
Çalışmıyor	47	32,2
Emekli	10	6,8
<b>Toplam</b>	<b>146</b>	<b>100</b>

Tablo 4.7’de görüldüğü gibi katılımcıların %61,0’ı çalışıyor, %32,2’si çalışmıyor ve %6,8’i emeklidir. Katılımcıların aylık gelir durumlarına ilişkin bilgiler Tablo 4.8’de verilmiştir.

**Tablo 4.8:** Katılımcıların aylık gelir durumu dağılımı

<b>Aylık Gelir Durumu</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
2000Fr. ve altı	16	11,0
2001Fr.- 4000Fr.	19	13,0
4001Fr.- 6000Fr.	46	31,5
6001Fr.- 8000Fr.	15	10,3
8001Fr.- 10000Fr.	1	0,7
10000Fr. ve üzeri	2	1,4
<b>Toplam</b>	<b>99</b>	<b>67,8</b>

Tablo 4.8’de görüldüğü gibi katılımcıların %11,0’ı 2000Fr. ve altı, %13,0’ı 2001Fr.-4000Fr. arası, %31,5’i 4001Fr.-6000Fr. arası, %10,3’ü 6001Fr.-8000Fr. arası, %0,7’si 8001Fr.-10000Fr. arası ve %1,4’ü 10000Fr. ve üzeri gelir düzeyine sahiptir. Katılımcıların doğduğu yere ilişkin bilgiler Tablo 4.9’da verilmiştir.

**Tablo 4.9:** Katılımcıların doğum yeri dağılımı

<b>Doğum Yeri</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Türkiye	90	61,6
İsviçre	56	38,4
<b>Toplam</b>	<b>146</b>	<b>100,0</b>

Tablo 4.9’da görüldüğü gibi katılımcıların %61,6’sı Türkiye’de ve %38,4’ü İsviçre’de doğmuştur. Katılımcıların kendini nereli hissettiğine ilişkin bilgiler Tablo 4.10’da verilmiştir.

**Tablo 4.10:** Katılımcıların kendini tanımlama biçimine yönelik dağılımı

<b>Kendini Tanımlama Biçimi</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Türk	99	67,8
İsviçreli	2	1,4
Hem Türk Hem İsviçreli	45	30,8
<b>Toplam</b>	<b>146</b>	<b>100</b>

Tablo 4.10’da görüldüğü gibi katılımcıların %67,8’i Türk, %1,4’ü İsviçreli ve %30,8’i kendini hem Türk hem İsviçreli olarak tanımlamaktadır. Katılımcıların kültürleşme tutumu ortalamaları Tablo 4.11’de verilmiştir.

#### 4.2.2. Ölçeklere Ait Tanımlayıcı Analizler

**Tablo 4.11:** Katılımcıların kültürleşme tutumu ortalamaları

<b>Kültürleşme Tutumları</b>	<b>Min-Max</b>	<b>Ort.</b>
<b>Bütünleşme</b>	1,33-4,78	2,83
<b>Ayrılma</b>	1,00-5,00	3,74
<b>Asimilasyon</b>	1,00-3,11	1,88
<b>Marjinalleşme</b>	1,00-3,78	2,33

Tablo 4.11’de görüldüğü gibi katılımcıların Bütünleşme Tutumu minimum puanı 1,33, maksimum puanı 4,78 ve ortalaması 2,83’dir. Ayrılma Tutumu minimum puanı 1,00, maksimum puanı 5,00 ve ortalaması 3,74’dir. Asimilasyon Tutumu minimum puanı 1,00, maksimum puanı 3,11 ve ortalaması 1,88’dir. Marjinalleşme Tutumu minimum puanı 1,00, maksimum puanı 3,78 ve ortalaması 2,33’dir. Katılımcıların Belirti Tarama Testi (SCL90-R) ve alt ölçeği ortalamaları Tablo 4.12’de verilmiştir.

**Tablo 4.12:** Katılımcıların belirti tarama testi (SCL90-R) ve alt ölçeği ortalamaları

<b>SCL90-R</b>	<b>Min-Max</b>	<b>Ort.</b>
<b>Genel Semptom</b>	0,00-2,42	0,84
<b>Somatizasyon</b>	0,00-3,00	0,95
<b>Anksiyete</b>	0,00-2,70	0,66
<b>Obsesif-Kompulsif</b>	0,00-2,60	1,15
<b>Depresyon</b>	0,00-3,08	0,95
<b>Kişiler Arası Duyarlılık</b>	0,00-2,89	1,00
<b>Psikotizm</b>	0,00-1,90	0,52
<b>Paranoid Düşünce</b>	0,00-2,83	0,94
<b>Öfke Düşmanlık</b>	0,00-2,50	0,74
<b>Fobik Anksiyete</b>	0,00-1,86	0,37
<b>Ek Skala</b>	0,00-3,00	1,05

Tablo 4.12’de görüldüğü gibi katılımcıların Belirti Tarama Testi (SCL90-R) ve alt ölçeği Genel Semptom minimum puanı 0,00 maksimum puanı 2,42 ve ortalaması 0,84’dür. Somatizasyon minimum puanı 0,00 maksimum puanı 3,00 ve ortalaması 0,95’dir. Anksiyete minimum puanı 0,00 maksimum puanı 2,70 ve ortalaması 0,66’dır. Obsesif-Kompulsif minimum puanı 0,00 maksimum puanı 2,60 ve ortalaması 1,15’dir. Depresyon minimum puanı 0,00 maksimum puanı 3,08 ve ortalaması 0,95’dir. Kişiler Arası Duyarlılık minimum puanı 0,00 maksimum puanı 2,89 ve ortalaması 1,00’dür. Psikotizm minimum puanı 0,00 maksimum puanı 1,90 ve ortalaması 0,52’dir. Paranoid Düşünce minimum puanı 0,00 maksimum puanı 2,83 ve ortalaması 0,94’dür. Öfke Düşmanlık minimum puanı 0,00 maksimum puanı 2,50 ve ortalaması 0,74’dür. Fobik Anksiyete minimum puanı 0,00 maksimum puanı 1,86 ve ortalaması 0,37’dir. Ek Skala

minimum puanı 0,00 maksimum puanı 3,00 ve ortalaması 1,05'dir. Katılımcıların Belirti Tarama Testi ve alt ölçek düzeyleri Tablo 4.13'de verilmiştir.

**Tablo 4.13:** Katılımcıların belirti tarama testi ve alt ölçek düzeyleri

	<b>Araz Düzeyi</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Genel Semptom</b>	Normal	128	87,7
	Yüksek	18	12,3
	Çok Yüksek	-	-
<b>Somatizasyon</b>	Normal	115	78,8
	Yüksek	26	17,8
	Çok Yüksek	5	3,4
<b>Anksiyete</b>	Normal	136	93,2
	Yüksek	9	6,2
	Çok Yüksek	1	0,7
<b>Obsesif Kompulsif</b>	Normal	103	70,5
	Yüksek	41	28,1
	Çok Yüksek	2	1,4
<b>Depresyon</b>	Normal	116	79,5
	Yüksek	26	17,8
	Çok Yüksek	4	2,7
<b>Kişiler Arası Duyarlılık</b>	Normal	113	77,4
	Yüksek	30	20,5
	Çok Yüksek	3	2,1
<b>Psikotizm</b>	Normal	140	95,9
	Yüksek	6	4,1
	Çok Yüksek	-	-
<b>Paranoid Düşünce</b>	Normal	126	86,3
	Yüksek	18	12,3
	Çok Yüksek	2	1,4
<b>Öfke Düşmanlık</b>	Normal	133	91,1
	Yüksek	13	8,9
	Çok Yüksek	-	-
<b>Fobik Anksiyete</b>	Normal	145	99,3
	Yüksek	1	0,7
	Çok Yüksek	-	-
<b>Ek Skala</b>	Normal	113	77,4
	Yüksek	29	19,9
	Çok Yüksek	4	2,7
<b>Toplam</b>		<b>146</b>	<b>100</b>

Tablo 4.13’de görüldüğü gibi Belirti Trama Testi Genel Semptom araz düzeyinin %87,72’si normal ve %12,3’ü ise yüksektir. Somatizasyon araz düzeyinin %78,8’i normal, %17,8’i yüksek ve %3,4’ü çok yüksektir. Anksiyete araz düzeyinin %93,2’si normal, %6,2’si yüksek ve %0,7’si çok yüksektir. Obsesif-Kompulsif araz düzeyinin %70,5’i normal, %28,1’i yüksek ve %1,4’ü çok yüksektir. Depresyon araz düzeyinin %79,5’i normal, %17,8’i yüksek ve %2,7’si çok yüksektir. Kişiler Arası Duyarlılık araz düzeyinin %77,4’ü normal, %20,5’i yüksek ve %2,1’i çok yüksektir. Psikotizm araz düzeyinin %95,9’u normal ve %4,1’i yüksektir. Paranoid Düşünce araz düzeyinin %86,3’ü normal, %12,3’ü yüksek ve %1,4’ü çok yüksektir. Öfke Düşmanlık araz düzeyinin %91,1’i normal ve %8,9’u yüksek düzeydedir. Fobik Anksiyete araz düzeyinin %99,3’ü normal ve %0,7’si yüksektir. Ek Skala araz düzeyinin %77,4’ü normal, %19,9’u yüksek ve %2,7’si çok yüksektir. Katılımcıların YDÖ ortalama puanı Tablo 4.14’de verilmiştir.

**Tablo 4.14:** Katılımcıların YDÖ ortalama puanı

YDÖ	Min-Max	Ort. Puan
Yaşam Doyumu	8,00-35,00	24,73

Tablo 4.14’de görüldüğü gibi araştırmaya katılanların yaşam doyumu minimum puanı 8,00, maksimum puanı 35,00 ve ortalama puanı 24,73’dir.

#### 4.3. Kültürleşme Tutumu, Yaşam Doyumunu Ve Belirti Tarama Testi Sosyodemografik Fark Analizleri

**Tablo 4.15:** Kuşak değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi

	Kuşak	n	$\bar{x}$	SS	F	p	Fark
<b>Asimilasyon<sup>2</sup></b>	a:1.Kuşak	45	1,88	0,54	<b>7,26</b>	<b>,001*</b>	<b>b&lt;c</b>
	b:2.Kuşak	47	1,67	0,50			
	c:3.Kuşak	54	2,06	0,48			
<b>Bütünleşme<sup>2</sup></b>	a:1.Kuşak	45	2,82	0,74	2,10	,125	-
	b:2.Kuşak	47	2,67	0,75			
	c:3.Kuşak	54	2,98	0,78			
<b>Ayrılma<sup>2</sup></b>	a:1.Kuşak	45	3,57	0,94	<b>4,94</b>	<b>,008*</b>	<b>a&lt;b b&gt;c</b>
	b:2.Kuşak	47	4,04	0,69			
	c:3.Kuşak	54	3,62	0,76			
<b>Marjinalleşme<sup>2</sup></b>	a:1.Kuşak	45	2,36	0,56	1,27	,283	-
	b:2.Kuşak	47	2,21	0,63			
	c:3.Kuşak	54	2,41	0,70			
<b>Somatizasyon<sup>2</sup></b>	a:1.Kuşak	45	1,18	0,68	<b>4,16</b>	<b>,017*</b>	<b>a&gt;c</b>
	b:2.Kuşak	47	0,91	0,66			
	c:3.Kuşak	54	0,79	0,69			
<b>Anksiyete<sup>2</sup></b>	a:1.Kuşak	45	0,77	0,61	2,06	,130	-
	b:2.Kuşak	47	0,54	0,46			
	c:3.Kuşak	54	0,66	0,55			
<b>Obsesif Kompulsif<sup>2</sup></b>	a:1.Kuşak	45	1,26	0,65	1,85	,160	-
	b:2.Kuşak	47	1,01	0,55			
	c:3.Kuşak	54	1,18	0,67			
<b>Depresyon<sup>2</sup></b>	a:1.Kuşak	45	1,07	0,68	1,14	,321	-
	b:2.Kuşak	47	0,86	0,62			
	c:3.Kuşak	54	0,93	0,71			
<b>*p&lt;0,05</b>							

<sup>1</sup>: Kruskal-Wallis; <sup>2</sup>: One Way ANOVA

**Tablo 4.16:** Kuşak değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı)

	Kuşak	n	$\bar{x}$	SS	F	p	Fark
<b>Kişiler Arası Duyarlılık<sup>2</sup></b>	a:1.Kuşak	45	1,16	0,70	2,49	,086	-
	b:2.Kuşak	47	0,85	0,62			
	c:3.Kuşak	54	0,98	0,66			
<b>Psikotizm<sup>1</sup></b>	a:1.Kuşak	45	0,59	0,45	3,01	,052	-
	b:2.Kuşak	47	0,39	0,38			
	c:3.Kuşak	54	0,58	0,51			
<b>Paranoid Düşünce<sup>1</sup></b>	a:1.Kuşak	45	1,04	0,59	1,97	,143	-
	b:2.Kuşak	47	0,80	0,54			
	c:3.Kuşak	54	0,98	0,69			
<b>Öfke Düşmanlık<sup>2</sup></b>	a:1.Kuşak	45	0,81	0,61	1,28	,281	-
	b:2.Kuşak	47	0,63	0,50			
	c:3.Kuşak	54	0,78	0,59			
<b>Fobik Anksiyete<sup>2</sup></b>	a:1.Kuşak	45	0,53	0,45	<b>5,23</b>	<b>,006*</b>	<b>a&gt;b</b> <b>a&gt;c</b>
	b:2.Kuşak	47	0,31	0,38			
	c:3.Kuşak	54	0,30	0,35			
<b>Ek Skala<sup>1</sup></b>	a:1.Kuşak	45	1,23	0,66	2,79	,065	-
	b:2.Kuşak	47	0,93	0,61			
	c:3.Kuşak	54	1,01	0,63			
<b>Yaşam Doyumu<sup>2</sup></b>	a:1.Kuşak	45	4,88	1,39	0,13	,877	-
	b:2.Kuşak	47	4,92	1,21			
	c:3.Kuşak	54	5,01	1,32			
<b>*p&lt;0,05</b>							

<sup>1</sup>:Kruskal-Wallis; <sup>2</sup>: One Way ANOVA

Tablo 4.15 ve 4.16 incelendiğinde; araştırmaya katılanların kuşak değişkenine göre Kültürleşme Tutumu Ölçeği alt boyutları, Belirti Tarama Testi alt boyutları ve Yaşam Doyumu Ölçeği toplam puan ortalamaları arası fark normal dağılıma uyan değişkenlerde Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), normal dağılıma uyum göstermeyen değişkenler ise Kruskal-Wallis ile incelenmiştir.

Yapılan analiz sonucunda kuşak kategorilerine göre katılımcıların yaşam doyumunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. KTÖ'nden Asimilasyon tutumu (F=7,26; p<0,05) ve Ayrılma tutumu (F=4,94; p<0,05), SCL90-R Somatizasyon alt boyutu (F=4,16; p<0,05) ve Fobik Anksiyete alt boyutu (F=5,23; p<0,05) ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Farklılığın hangi

kategoriler arasında olduğunu saptamak için Post-Hoc Çoklu Karşılaştırma Analizi yapılmıştır.

Analiz sonucuna göre, Asimilasyon tutumunda ikinci kuşak ile üçüncü kuşak arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Üçüncü kuşağın Asimilasyon Tutumu ortalaması ( $\bar{x}=2,06$ ) ikinci kuşağın Asimilasyon ortalamasına göre ( $\bar{x}=1,67$ ) daha yüksektir. Ayrılma Tutumunda birinci kuşak ile ikinci kuşak, ikinci kuşak ile üçüncü kuşak arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Birinci kuşağın Ayrılma ortalaması ( $\bar{x}=3,57$ ) ikinci kuşağın Ayrılma ortalamasına göre ( $\bar{x}=4,04$ ) daha düşüktür. İkinci kuşağın Ayrılma Tutumu ortalaması ( $\bar{x}=4,04$ ) üçüncü kuşağın ortalamasından ( $\bar{x}=3,62$ ) daha yüksektir. Belirti tarama testi Somatizasyon alt ölçeğinde birinci kuşak ile üçüncü kuşak arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Birinci kuşağın Somatizasyon puan ortalaması ( $\bar{x}=1,18$ ) üçüncü kuşağın ortalamasından ( $\bar{x}=0,79$ ) daha yüksektir. Fobik Anksiyete alt ölçeğine göre birinci kuşağın hem ikinci kuşak hem de üçüncü kuşak ile arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Birinci kuşağın Fobik Anksiyete puan ortalaması ( $\bar{x}=0,45$ ) ikinci kuşağın ( $\bar{x}=0,38$ ) ve üçüncü kuşağın ( $\bar{x}=0,35$ ) ortalamasından daha yüksektir.

Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelendiği istatistiksel analiz sonucu Tablo 4.17 ve 4.18’de verilmiştir.

**Tablo 4.17:** Cinsiyet değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi

	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	SS	t	p	Fark
<b>Asimilasyon</b>	Kadın	78	1,88	0,54	0,12	,897	-
	Erkek	68	1,87	0,52			
<b>Bütünleşme</b>	Kadın	78	2,75	0,75	-1,41	,161	-
	Erkek	68	2,93	0,77			
<b>Ayrılma</b>	Kadın	78	3,75	0,82	0,12	,901	-
	Erkek	68	3,73	0,83			
<b>Marjinalleşme</b>	Kadın	78	2,28	0,63	-0,99	,321	-
	Erkek	68	2,39	0,65			
<b>Somatizasyon</b>	Kadın	78	1,06	0,73	<b>2,13</b>	<b>,035*</b>	<b>k&gt;e</b>
	Erkek	68	0,81	0,63			
<b>Anksiyete</b>	Kadın	78	0,74	0,57	<b>2,07</b>	<b>,040*</b>	<b>k&gt;e</b>
	Erkek	68	0,56	0,50			
<b>Obsesif Kompulsif</b>	Kadın	78	1,25	0,61	<b>2,01</b>	<b>,046*</b>	<b>k&gt;e</b>
	Erkek	68	1,04	0,64			
<b>Depresyon</b>	Kadın	78	1,08	0,67	<b>2,63</b>	<b>,009*</b>	<b>k&gt;e</b>
	Erkek	68	0,79	0,65			
<b>*p&lt;0,05</b>							

Independent Samples T-Test

**Tablo 4.18:** Cinsiyet değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı)

	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	SS	t	p	Fark
<b>Kişiler Arası Duyarlılık</b>	Kadın	78	1,13	0,65	<b>2,62</b>	<b>,010*</b>	<b>k&gt;e</b>
	Erkek	68	0,84	0,66			
<b>Psikotizm</b>	Kadın	78	0,51	0,45	-0,27	,078	-
	Erkek	68	0,53	0,47			
<b>Paranoid Düşünce</b>	Kadın	78	1,01	0,61	1,35	,177	-
	Erkek	68	0,87	0,63			
<b>Öfke Düşmanlık</b>	Kadın	78	0,73	0,58	-0,21	,833	-
	Erkek	68	0,75	0,56			
<b>Fobik Anksiyete</b>	Kadın	78	0,41	0,43	1,27	,206	-
	Erkek	68	0,33	0,37			
<b>Ek Skala</b>	Kadın	78	1,11	0,62	1,28	,200	-
	Erkek	68	0,98	0,66			
<b>Yaşam Doyumu</b>	Kadın	78	4,96	1,30	0,18	,853	-
	Erkek	68	4,92	1,31			
<b>*p&lt;0,05</b>							

Independent Samples T-Test

Tablo 4.17 ve 4.18 incelendiğinde; araştırmaya katılanların cinsiyet değişkenine göre Kültürleşme Tutumu Ölçeği alt boyutları, Belirti Tarama Testi alt boyutları ve Yaşam Doyumu Ölçeği toplam ortalamaları arası fark Bağımsız Örneklem T-Test ile analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda katılımcıların cinsiyet değişkenine göre kültürleşme tutumlarında ve yaşam doyumunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Somatizasyon, Anksiyete, Obsesif-Kompulsif, Depresyon ve Kişiler Arası Duyarlılık alt ölçekleğinde cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Somatizasyon alt ölçeğinde kadınların ortalaması ( $\bar{x}$ =1,06) erkeklerin ortalamasına göre ( $\bar{x}$ =0,81) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=2,13$ ;  $p<0,05$ ). Anksiyete alt ölçeğinde kadınların ortalaması ( $\bar{x}$ =0,74) erkeklerin ortalamasından ( $\bar{x}$ =0,56) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir

farklılık vardır ( $t=2,07$ ;  $p<0,05$ ). Obsesif-Kompulsif alt ölçeğinde kadınların ortalaması ( $\bar{x}=1,25$ ) erkeklerin ortalamasından ( $\bar{x}=1,04$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=2,01$ ;  $p<0,05$ ). Depresyon alt ölçeğinde kadınların ortalaması ( $\bar{x}=1,08$ ) erkeklerin ortalamasına göre ( $\bar{x}=0,79$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=2,63$ ;  $p<0,05$ ). Kişiler Arası Duyarlılık alt ölçeğinde kadınların ortalaması ( $\bar{x}=1,13$ ) erkeklerin ortalamasından ( $\bar{x}=0,84$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=2,62$ ;  $p<0,05$ ).

Katılımcıların doğum yeri değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelendiği istatistiksel analiz sonucu Tablo 4.19 ve 4.20’de verilmiştir.

**Tablo 4.19:** Doğum yeri değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi

	<b>Doğum Yeri</b>	<b>n</b>	$\bar{x}$	<b>SS</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>Fark</b>
<b>Asimilasyon</b>	Türkiye	90	1,78	0,51	<b>-2,86</b>	<b>,005*</b>	<b>İ&gt;T</b>
	İsviçre	56	2,03	0,52			
<b>Bütünleşme</b>	Türkiye	90	2,70	0,73	<b>-2,58</b>	<b>,011*</b>	<b>İ&gt;T</b>
	İsviçre	56	3,03	0,78			
<b>Ayrılma</b>	Türkiye	90	3,71	0,86	-0,44	,654	-
	İsviçre	56	3,78	0,76			
<b>Marjinalleşme</b>	Türkiye	90	2,26	0,56	-1,81	,071	-
	İsviçre	56	2,46	0,74			
<b>Somatizasyon</b>	Türkiye	90	1,08	0,67	<b>2,92</b>	<b>,004*</b>	<b>İ&lt;T</b>
	İsviçre	56	0,74	0,68			
<b>Anksiyete</b>	Türkiye	90	0,68	0,57	0,57	,568	-
	İsviçre	56	0,62	0,51			
<b>Obsesif Kompulsif</b>	Türkiye	90	1,16	0,60	0,04	,966	-
	İsviçre	56	1,15	0,68			
<b>Depresyon</b>	Türkiye	90	0,98	0,62	0,65	,516	-
	İsviçre	56	0,90	0,76			
<b>*p&lt;0,05</b>							

Independent Samples T-Test

**Tablo 4.20:** Doğum yeri değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı)

	Doğum Yeri	n	$\bar{x}$	SS	t	p	Fark																																																																												
<b>Kişiler Arası Duyarlılık</b>	Türkiye	90	1,03	0,64	0,89	,370	-																																																																												
	İsviçre	56	0,93	0,71				<b>Psikotizm</b>	Türkiye	90	0,50	0,43	-0,73	,465	-	İsviçre	56	0,56	0,51	<b>Paranoid Düşünce</b>	Türkiye	90	0,90	0,55	-0,92	,358	-	İsviçre	56	1,00	0,73	<b>Öfke Düşmanlık</b>	Türkiye	90	0,73	0,58	-0,35	,724	-	İsviçre	56	0,76	0,55	<b>Fobik Anksiyete</b>	Türkiye	90	0,43	0,44	<b>2,05</b>	<b>,042*</b>	<b>İ&lt;T</b>	İsviçre	56	0,29	0,33	<b>Ek Skala</b>	Türkiye	90	1,10	0,60	1,10	,270	-	İsviçre	56	0,97	0,71	<b>Yaşam Doyumu</b>	Türkiye	90	4,82	1,31	-1,45	,148	-	İsviçre	56	5,14	1,26	<b>*p&lt;0,05</b>			
<b>Psikotizm</b>	Türkiye	90	0,50	0,43	-0,73	,465	-																																																																												
	İsviçre	56	0,56	0,51				<b>Paranoid Düşünce</b>	Türkiye	90	0,90	0,55	-0,92	,358	-	İsviçre	56	1,00	0,73	<b>Öfke Düşmanlık</b>	Türkiye	90	0,73	0,58	-0,35	,724	-	İsviçre	56	0,76	0,55	<b>Fobik Anksiyete</b>	Türkiye	90	0,43	0,44	<b>2,05</b>	<b>,042*</b>	<b>İ&lt;T</b>	İsviçre	56	0,29	0,33	<b>Ek Skala</b>	Türkiye	90	1,10	0,60	1,10	,270	-	İsviçre	56	0,97	0,71	<b>Yaşam Doyumu</b>	Türkiye	90	4,82	1,31	-1,45	,148	-	İsviçre	56	5,14	1,26	<b>*p&lt;0,05</b>															
<b>Paranoid Düşünce</b>	Türkiye	90	0,90	0,55	-0,92	,358	-																																																																												
	İsviçre	56	1,00	0,73				<b>Öfke Düşmanlık</b>	Türkiye	90	0,73	0,58	-0,35	,724	-	İsviçre	56	0,76	0,55	<b>Fobik Anksiyete</b>	Türkiye	90	0,43	0,44	<b>2,05</b>	<b>,042*</b>	<b>İ&lt;T</b>	İsviçre	56	0,29	0,33	<b>Ek Skala</b>	Türkiye	90	1,10	0,60	1,10	,270	-	İsviçre	56	0,97	0,71	<b>Yaşam Doyumu</b>	Türkiye	90	4,82	1,31	-1,45	,148	-	İsviçre	56	5,14	1,26	<b>*p&lt;0,05</b>																											
<b>Öfke Düşmanlık</b>	Türkiye	90	0,73	0,58	-0,35	,724	-																																																																												
	İsviçre	56	0,76	0,55				<b>Fobik Anksiyete</b>	Türkiye	90	0,43	0,44	<b>2,05</b>	<b>,042*</b>	<b>İ&lt;T</b>	İsviçre	56	0,29	0,33	<b>Ek Skala</b>	Türkiye	90	1,10	0,60	1,10	,270	-	İsviçre	56	0,97	0,71	<b>Yaşam Doyumu</b>	Türkiye	90	4,82	1,31	-1,45	,148	-	İsviçre	56	5,14	1,26	<b>*p&lt;0,05</b>																																							
<b>Fobik Anksiyete</b>	Türkiye	90	0,43	0,44	<b>2,05</b>	<b>,042*</b>	<b>İ&lt;T</b>																																																																												
	İsviçre	56	0,29	0,33				<b>Ek Skala</b>	Türkiye	90	1,10	0,60	1,10	,270	-	İsviçre	56	0,97	0,71	<b>Yaşam Doyumu</b>	Türkiye	90	4,82	1,31	-1,45	,148	-	İsviçre	56	5,14	1,26	<b>*p&lt;0,05</b>																																																			
<b>Ek Skala</b>	Türkiye	90	1,10	0,60	1,10	,270	-																																																																												
	İsviçre	56	0,97	0,71				<b>Yaşam Doyumu</b>	Türkiye	90	4,82	1,31	-1,45	,148	-	İsviçre	56	5,14	1,26	<b>*p&lt;0,05</b>																																																															
<b>Yaşam Doyumu</b>	Türkiye	90	4,82	1,31	-1,45	,148	-																																																																												
	İsviçre	56	5,14	1,26																																																																															
<b>*p&lt;0,05</b>																																																																																			

Independent Samples T-Test

Tablo 4.19 ve 4.20 incelendiğinde; araştırmaya katılanların doğum yeri değişkenine göre Kültürleşme Tutumu Ölçeği alt boyutları, Belirti Tarama Testi alt boyutları ve Yaşam Doyumu Ölçeği toplam ortalamaları arası fark Bağımsız Örneklem T-Test ile analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda katılımcıların doğum yeri değişkenine göre yaşam doyumunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Doğum yeri değişkenine göre KTÖ'nde Asimilasyon ile Bütünleşme alt boyutunda ve belirti tarama testinde ise Somatizasyon ile Fobik Anksiyete alt ölçeklerinde anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Doğum yeri İsviçre olan katılımcıların Asimilasyon Tutumu ortalaması ( $\bar{x}=2,03$ ) doğum yeri Türkiye olan katılımcıların Asimilasyon ortalamasına göre ( $\bar{x}=1,78$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=-2,86$ ;  $p<0,05$ ). Doğum yeri İsviçre olan katılımcıların Bütünleşme Tutumu ortalaması ( $\bar{x}=3,03$ )

doğum yeri Türkiye olan katılımcıların Bütünleşme ortalamasına göre ( $\bar{x}=2,70$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=-2,58$ ;  $p<0,05$ ). Doğum yeri Türkiye olan katılımcıların Somatizasyon alt ölçeği ortalaması ( $\bar{x}=1,08$ ) doğum yeri İsviçre olan katılımcıların Somatizasyon alt ölçeği ortalamasından ( $\bar{x}=0,74$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=2,92$ ;  $p<0,05$ ). Doğum yeri Türkiye olan katılımcıların Fobik Anksiyete alt ölçeği ortalaması ( $\bar{x}=0,43$ ) doğum yeri İsviçre olan katılımcıların Fobik Anksiyete alt ölçeği ortalamasından ( $\bar{x}=0,29$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=2,05$ ;  $p<0,05$ ).

Katılımcıların medeni durum değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelendiği istatistiksel analiz sonucu Tablo 4.21 ve 4.22’de verilmiştir.

**Tablo 4.21:** Medeni durum değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi

	<b>Medeni Durum</b>	<b>n</b>	$\bar{x}$	<b>SS</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>Fark</b>
<b>Asimilasyon</b>	Evli	103	1,76	0,50	<b>-4,04</b>	<b>,000*</b>	<b>b&gt;e</b>
	Bekar	37	2,15	0,46			
<b>Bütünleşme</b>	Evli	103	2,67	0,72	<b>-3,75</b>	<b>,000*</b>	<b>b&gt;e</b>
	Bekar	37	3,20	0,73			
<b>Ayrılma</b>	Evli	103	3,83	0,81	1,79	,075	-
	Bekar	37	3,55	0,78			
<b>Marjinalleşme</b>	Evli	103	2,24	0,55	<b>-2,66</b>	<b>,009*</b>	<b>b&gt;e</b>
	Bekar	37	2,55	0,76			
<b>Somatizasyon</b>	Evli	103	1,00	0,68	1,84	,067	-
	Bekar	37	0,75	0,72			
<b>Anksiyete</b>	Evli	103	0,64	0,56	-0,25	,796	-
	Bekar	37	0,67	0,54			
<b>Obsesif Kompulsif</b>	Evli	103	1,10	0,63	-1,08	,281	-
	Bekar	37	1,24	0,64			
<b>Depresyon</b>	Evli	103	0,93	0,64	0,15	,875	-
	Bekar	37	0,91	0,71			
<b>*p&lt;0,05</b>							

Independent Samples T-Test

**Tablo 4.22:** Medeni durum değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı)

	<b>Medeni Durum</b>	<b>n</b>	$\bar{x}$	<b>SS</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>Fark</b>
<b>Kişiler Arası Duyarlılık</b>	Evli	103	0,98	0,66	-0,37	,706	-
	Bekar	37	1,03	0,68			
<b>Psikotizm</b>	Evli	103	0,49	0,44	-1,41	,159	-
	Bekar	37	0,61	0,48			
<b>Paranoid Düşünce</b>	Evli	103	0,91	0,58	-0,75	,452	-
	Bekar	37	1,00	0,68			
<b>Öfke Düşmanlık</b>	Evli	103	0,70	0,57	-1,02	,307	-
	Bekar	37	0,81	0,57			
<b>Fobik Anksiyete</b>	Evli	103	0,40	0,42	1,41	,159	-
	Bekar	37	0,29	0,33			
<b>Ek Skala</b>	Evli	103	1,04	0,61	0,41	,682	-
	Bekar	37	0,99	0,66			
<b>Yaşam Doyumu</b>	Evli	103	5,00	1,28	-0,37	,759	-
	Bekar	37	5,07	1,29			
<b>*p&lt;0,05</b>							

Tablo 4.21 ve 4.22 incelendiğinde; araştırmaya katılanların medeni durum değişkenine göre Kültürleşme Tutumu Ölçeği alt boyutları, Belirti Tarama Testi alt boyutları ve Yaşam Doyumu Ölçeği toplam ortalamaları arası fark Bağımsız Örneklem T-Test ile analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda katılımcıların medeni durum değişkenine göre belirti tarama testi alt ölçekleri ve yaşam doyumunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Medeni Durum değişkenine göre KTÖ'nde Asimilasyon, Bütünleşme ve Marjinalleşme Tutumu alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bekar olanların Asimilasyon Tutumu ortalaması ( $\bar{x}=2,15$ ) evli olanların Asimilasyon ortalamasından ( $\bar{x}=1,76$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=-4,04$ ;  $p<0,05$ ). Bekar olanların Bütünleşme Tutumu ortalaması ( $\bar{x}=3,20$ ) evli olanların Bütünleşme ortalamasından ( $\bar{x}=2,67$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=-3,75$ ;  $p<0,05$ ). Bekar olanların Marjinalleşme Tutumu ortalaması

( $\bar{x}=2,55$ ) evli olanların Marjinalleşme ortalamasından ( $\bar{x}=2,24$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=-2,66$ ;  $p<0,05$ ).

Katılımcıların eğitim durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelendiği istatistiksel analiz sonucu Tablo 4.23 ve 4.24’de verilmiştir.



**Tablo 4.23:** Eğitim durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi

	<b>Eğitim Durumu</b>	<b>n</b>	$\bar{x}$	<b>SS</b>	<b>F</b>	<b>p</b>	<b>Fark</b>
<b>Asimilasyon<sup>2</sup></b>	İlkokul	32	1,66	0,46	<b>2,96</b>	<b>,022*</b>	<b>i&lt;m</b>
	Ortaokul	25	1,85	0,53			
	Meslek Okulu	41	2,05	0,54			
	Lise	29	1,82	0,57			
	Üniversite ve Üzeri	19	2,01	0,41			
<b>Bütünleşme<sup>2</sup></b>	İlkokul	32	2,52	0,67	2,32	,060	-
	Ortaokul	25	2,73	0,92			
	Meslek Okulu	41	2,97	0,75			
	Lise	29	2,91	0,77			
	Üniversite ve Üzeri	19	3,05	0,57			
<b>Ayrılma<sup>2</sup></b>	İlkokul	32	3,81	0,95	0,24	,911	-
	Ortaokul	25	3,69	0,92			
	Meslek Okulu	41	3,80	0,68			
	Lise	29	3,70	0,86			
	Üniversite ve Üzeri	19	3,61	0,73			
<b>Marjinalleşme<sup>2</sup></b>	İlkokul	32	2,05	0,51	2,54	,042	-
	Ortaokul	25	2,27	0,60			
	Meslek Okulu	41	2,45	0,74			
	Lise	29	2,47	0,57			
	Üniversite ve Üzeri	19	2,43	0,65			
<b>Somatizasyon<sup>2</sup></b>	İlkokul	32	1,25	0,68	<b>3,44</b>	<b>,010*</b>	<b>i&gt;ü</b>
	Ortaokul	25	0,98	0,73			
	Meslek Okulu	41	0,80	0,62			
	Lise	29	1,02	0,67			
	Üniversite ve Üzeri	19	0,59	0,67			
<b>Anksiyete<sup>2</sup></b>	İlkokul	32	0,71	0,53	0,67	,613	-
	Ortaokul	25	0,62	0,64			
	Meslek Okulu	41	0,65	0,49			
	Lise	29	0,75	0,50			
	Üniversite ve Üzeri	19	0,51	0,61			
<b>Obsesif<sup>2</sup> Kompulsif</b>	İlkokul	32	1,19	0,53	2,40	,053	-
	Ortaokul	25	1,06	0,76			
	Meslek Okulu	41	1,26	0,65			
	Lise	29	1,28	0,52			
	Üniversite ve Üzeri	19	0,79	0,64			
<b>Depresyon<sup>2</sup></b>	İlkokul	32	1,22	0,58	2,02	,094	-
	Ortaokul	25	1,00	0,88			
	Meslek Okulu	41	0,93	0,60			
	Lise	29	1,11	0,58			
	Üniversite ve Üzeri	19	0,57	0,73			
*p<0.05							

<sup>1</sup>:Kruskal Wallis <sup>2</sup>:One Way (ANOVA)

**Tablo 4.24:** Eğitim durumu göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı)

	Eğitim Durumu	n	$\bar{x}$	SS	F	p	Fark
<b>Kişiler Arası<sup>2</sup> Duyarlılık</b>	İlkokul	32	1,22	0,65	<b>3,23</b>	<b>,014*</b>	<b>i&gt;ü</b>
	Ortaokul	25	1,00	0,75			
	Meslek Okulu	41	0,93	0,64			
	Lise	29	1,11	0,62			
	Üniversite ve Üzeri	19	0,57	0,56			
<b>Psikotizm<sup>2</sup></b>	İlkokul	32	0,55	0,45	0,34	,849	-
	Ortaokul	25	0,50	0,52			
	Meslek Okulu	41	0,56	0,47			
	Lise	29	0,54	0,38			
	Üniversite ve Üzeri	19	0,42	0,51			
<b>Paranoid<sup>2</sup> Düşünce</b>	İlkokul	32	1,02	0,59	2,41	,052	-
	Ortaokul	25	0,91	0,71			
	Meslek Okulu	41	1,04	0,65			
	Lise	29	1,00	0,54			
	Üniversite ve Üzeri	19	0,55	0,50			
<b>Öfke<sup>2</sup> Düşmanlık</b>	İlkokul	32	0,79	0,67	2,30	,062	-
	Ortaokul	25	0,52	0,47			
	Meslek Okulu	41	0,83	0,57			
	Lise	29	0,89	0,50			
	Üniversite ve Üzeri	19	0,56	0,51			
<b>Fobik<sup>1</sup> Anksiyete</b>	İlkokul	32	0,51	0,49	2,59	,039	-
	Ortaokul	25	0,39	0,33			
	Meslek Okulu	41	0,26	0,30			
	Lise	29	0,45	0,45			
	Üniversite ve Üzeri	19	0,24	0,38			
<b>Ek Skala<sup>2</sup></b>	İlkokul	32	1,17	0,65	2,06	,089	-
	Ortaokul	25	1,13	0,69			
	Meslek Okulu	41	0,98	0,63			
	Lise	29	1,17	0,54			
	Üniversite ve Üzeri	19	0,72	0,67			
<b>Yaşam<sup>2</sup> Doyumu</b>	İlkokul	32	4,61	1,46	1,15	,334	-
	Ortaokul	25	4,89	1,20			
	Meslek Okulu	41	5,22	1,16			
	Lise	29	4,83	1,38			
	Üniversite ve Üzeri	19	5,13	1,30			
<b>*p&lt;0,05</b>							

<sup>1</sup>:Kruskal-Wallis; <sup>2</sup>: One Way ANOVA

Tablo 4.23 ve 4.24 incelendiğinde; araştırmaya katılanların eğitim durumu değişkenine göre Kültürleşme Tutumu Ölçeği alt boyutları, Belirti Tarama Testi alt boyutları ve Yaşam Doymu Ölçeği toplam puan ortalamaları arası fark normal dağılıma

uyan değişkenlerde Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), normal dağılıma uyum göstermeyen değişkenler ise Kruskal-Wallis ile incelenmiştir.

Yapılan analiz sonucunda eğitim durumu kategorilerine göre katılımcıların yaşam doyumunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. KTÖ Asimilasyon tutumu ( $F=2,96$ ;  $p<0,05$ ), Belirti Tarama Testi Somatizasyon alt ölçeği ( $F=3,44$ ;  $p<0,05$ ) ve Kişiler Arası Duyarlılık alt ölçeğinde ( $F=3,23$ ;  $p<0,05$ ) anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Farklılığın hangi kategoriler arasında olduğunu saptamak için Post-Hoc Çoklu Karşılaştırma Analizi yapılmıştır. Analiz sonucuna göre, İlkokul mezunu olanların Asimilasyon tutumu ortalaması ( $\bar{x}=1,66$ ) meslek okulu mezunu olanların Asimilasyon tutumu ortalamasından ( $\bar{x}=2,05$ ) daha düşüktür. İlkokul mezunu olanların hem Somatizasyon alt ölçeği ortalaması ( $\bar{x}=1,25$ ) hem de Kişiler Arası Duyarlılık alt ölçeği ortalaması ( $\bar{x}=1,22$ ) Üniversite ve Üzeri mezunu olanların Somatizasyon ortalamasından ( $\bar{x}=0,80$ ) ve Kişiler Arası Duyarlılık ortalamasından ( $\bar{x}=0,57$ ) daha yüksektir.

Katılımcıların çalışma durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumunu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelendiği istatistiksel analiz sonucu Tablo 4.25 ve 4.26'da verilmiştir.

**Tablo 4.25:** Çalışma durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi

	<b>Çalışma Durumu</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{x}</math></b>	<b>SS</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>Asimilasyon</b>	Çalışıyor	89	1,86	0,52	0,21	,808
	Çalışmıyor	47	1,89	0,56		
	Emekli	10	1,97	0,52		
<b>Bütünleşme</b>	Çalışıyor	89	2,86	0,80	0,21	,810
	Çalışmıyor	47	2,81	0,74		
	Emekli	10	2,70	0,46		
<b>Ayrılma</b>	Çalışıyor	89	3,74	0,88	0,57	,562
	Çalışmıyor	47	3,79	0,71		
	Emekli	10	3,48	0,81		
<b>Marjinalleşme</b>	Çalışıyor	89	2,36	0,67	0,23	,795
	Çalışmıyor	47	2,31	0,62		
	Emekli	10	2,23	0,47		
<b>Somatizasyon</b>	Çalışıyor	89	0,88	0,62	1,10	,335
	Çalışmıyor	47	1,01	0,83		
	Emekli	10	1,18	0,61		
<b>Anksiyete</b>	Çalışıyor	89	0,64	0,51	0,35	,699
	Çalışmıyor	47	0,71	0,65		
	Emekli	10	0,57	0,38		
<b>Obsesif Kompulsif</b>	Çalışıyor	89	1,14	0,62	0,18	,831
	Çalışmıyor	47	1,16	0,65		
	Emekli	10	1,27	0,68		
<b>Depresyon</b>	Çalışıyor	89	0,90	0,61	0,59	,553
	Çalışmıyor	47	1,03	0,78		
	Emekli	10	1,01	0,70		
<b>*p&lt;0,05</b>						

One Way ANOVA

**Tablo 4.26:** Çalışma durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı)

	<b>Çalışma Durumu</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{x}</math></b>	<b>SS</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>Kişiler Arası Duyarlılık</b>	Çalışıyor	89	0,96	0,64	0,52	,595
	Çalışmıyor	47	1,08	0,71		
	Emekli	10	0,95	0,73		
<b>Psikotizm</b>	Çalışıyor	89	0,54	0,46	0,29	,746
	Çalışmıyor	47	0,48	0,46		
	Emekli	10	0,52	0,50		
<b>Paranoid Düşünce</b>	Çalışıyor	89	0,99	0,65	0,87	,419
	Çalışmıyor	47	0,89	0,60		
	Emekli	10	0,75	0,48		
<b>Öfke Düşmanlık</b>	Çalışıyor	89	0,77	0,56	0,37	,691
	Çalışmıyor	47	0,69	0,59		
	Emekli	10	0,71	0,53		
<b>Fobik Anksiyete</b>	Çalışıyor	89	0,35	0,39	0,44	,644
	Çalışmıyor	47	0,42	0,45		
	Emekli	10	0,32	0,20		
<b>Ek Skala</b>	Çalışıyor	89	1,03	0,60	1,06	,347
	Çalışmıyor	47	1,03	0,68		
	Emekli	10	1,34	0,77		
<b>Yaşam Doyumu</b>	Çalışıyor	89	4,94	1,22	0,39	,674
	Çalışmıyor	47	5,02	1,45		
	Emekli	10	4,62	1,39		
<b>*p&lt;0,05</b>						

One Way ANOVA

Tablo 4.25 ve 4.26 incelendiğinde; araştırmaya katılanların çalışma durumu değişkenine göre Kültürleşme Tutumu Ölçeği alt boyutları, Belirti Tarama Testi alt boyutları ve Yaşam Doyumu Ölçeği ortalamaları arası fark Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda çalışma durumu kategorilerine göre katılımcıların KTÖ alt boyutları, SCL90-R alt ölçekleri ve YDÖ ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Katılımcıların aylık gelir durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelendiği istatistiksel analiz sonucu Tablo 4.27, 4.28 ve 4.29’da verilmiştir.

**Tablo 4.27:** Aylık gelir durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi

	Aylık Gelir Durumu	n	$\bar{x}$	F	p
<b>Asimilasyon<sup>2</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	1,89	0,61	,719
	2001Fr.-4000Fr.	19	1,91		
	40001Fr.-6000Fr.	46	1,91		
	60001Fr.-8000Fr.	15	1,73		
	8001Fr.-10000Fr.	1	1,11		
	10000Fr.ve üzeri	2	2,05		
<b>Bütünleşme<sup>2</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	2,72	1,40	,217
	2001Fr.-4000Fr.	19	2,59		
	40001Fr.-6000Fr.	46	3,04		
	60001Fr.-8000Fr.	15	2,68		
	8001Fr.-10000Fr.	1	1,88		
	10000Fr.ve üzeri	2	3,22		
<b>Ayrılma<sup>2</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	3,75	0,61	,716
	2001Fr.-4000Fr.	19	3,51		
	40001Fr.-6000Fr.	46	3,69		
	60001Fr.-8000Fr.	15	3,97		
	8001Fr.-10000Fr.	1	4,44		
	10000Fr.ve üzeri	2	3,61		
<b>Marjinalleşme<sup>2</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	2,27	1,33	,246
	2001Fr.-4000Fr.	19	2,19		
	40001Fr.-6000Fr.	46	2,52		
	60001Fr.-8000Fr.	15	2,22		
	8001Fr.-10000Fr.	1	1,55		
	10000Fr.ve üzeri	2	1,88		
<b>Yaşam Doyumu<sup>2</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	4,93	0,45	,841
	2001Fr.-4000Fr.	19	4,54		
	40001Fr.-6000Fr.	46	4,93		
	60001Fr.-8000Fr.	15	5,25		
	8001Fr.-10000Fr.	1	5,00		
	10000Fr.ve üzeri	2	4,90		
*p<0,05					

<sup>1</sup>:Kruskal-Wallis; <sup>2</sup>: One Way ANOVA

**Tablo 4.28:** Aylık gelir durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı)

	<b>Aylık Gelir Durumu</b>	<b>n</b>	$\bar{x}$	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>Somatizasyon<sup>2</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	1,25	1,07	,379
	2001Fr.-4000Fr.	19	0,92		
	40001Fr.-6000Fr.	46	0,86		
	60001Fr.-8000Fr.	15	0,83		
	8001Fr.-10000Fr.	1	0,16		
	10000Fr.ve üzeri	2	0,54		
<b>Anksiyete<sup>2</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	0,92	1,23	,292
	2001Fr.-4000Fr.	19	0,65		
	40001Fr.-6000Fr.	46	0,54		
	60001Fr.-8000Fr.	15	0,62		
	8001Fr.-10000Fr.	1	0,10		
	10000Fr.ve üzeri	2	0,75		
<b>Obsesif-Kompulsif<sup>2</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	1,36	1,38	,226
	2001Fr.-4000Fr.	19	1,27		
	40001Fr.-6000Fr.	46	1,14		
	60001Fr.-8000Fr.	15	0,97		
	8001Fr.-10000Fr.	1	0,70		
	10000Fr.ve üzeri	2	0,25		
<b>Depresyon<sup>1</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	1,16	1,23	,293
	2001Fr.-4000Fr.	19	1,11		
	40001Fr.-6000Fr.	46	0,82		
	60001Fr.-8000Fr.	15	0,74		
	8001Fr.-10000Fr.	1	0,53		
	10000Fr.ve üzeri	2	0,53		
<b>Kişiler Arası Duyarlılık<sup>2</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	1,06	0,92	,480
	2001Fr.-4000Fr.	19	1,08		
	40001Fr.-6000Fr.	46	0,93		
	60001Fr.-8000Fr.	15	0,91		
	8001Fr.-10000Fr.	1	0,11		
	10000Fr.ve üzeri	2	0,33		
*p<0,05					

<sup>1</sup>:Kruskal-Wallis; <sup>2</sup>: One Way ANOVA

**Tablo 4.29:** Aylık gelir durumu değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı)

	Aylık Gelir Durumu	n	$\bar{x}$	F	p
<b>Psikotizm<sup>2</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	0,68	0,60	,728
	2001Fr.-4000Fr.	19	0,50		
	40001Fr.-6000Fr.	46	0,52		
	60001Fr.-8000Fr.	15	0,55		
	8001Fr.-10000Fr.	1	0,00		
	10000Fr.ve üzeri	2	0,50		
<b>Paranoid Düşünce<sup>2</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	1,01	0,54	,776
	2001Fr.-4000Fr.	19	0,95		
	40001Fr.-6000Fr.	46	0,98		
	60001Fr.-8000Fr.	15	1,00		
	8001Fr.-10000Fr.	1	0,16		
	10000Fr.ve üzeri	2	0,50		
<b>Öfke Düşmanlık<sup>2</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	0,57	0,89	,501
	2001Fr.-4000Fr.	19	0,89		
	40001Fr.-6000Fr.	46	0,82		
	60001Fr.-8000Fr.	15	0,75		
	8001Fr.-10000Fr.	1	0,16		
	10000Fr.ve üzeri	2	0,50		
<b>Fobik Anksiyete<sup>1</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	0,43	0,57	,746
	2001Fr.-4000Fr.	19	0,39		
	40001Fr.-6000Fr.	46	0,30		
	60001Fr.-8000Fr.	15	0,40		
	8001Fr.-10000Fr.	1	0,00		
	10000Fr.ve üzeri	2	0,35		
<b>Ek Skala<sup>2</sup></b>	2000Fr. ve altı	16	1,19	1,59	,152
	2001Fr.-4000Fr.	19	1,25		
	40001Fr.-6000Fr.	46	0,94		
	60001Fr.-8000Fr.	15	1,19		
	8001Fr.-10000Fr.	1	0,14		
	10000Fr.ve üzeri	2	0,28		
*p<0,05					

<sup>1</sup>:Kruskal-Wallis; <sup>2</sup>: One Way ANOVA

Tablo 4.27, 4.28 ve 4.29 incelendiğinde; araştırmaya katılanların aylık gelir durumu değişkenine göre Kültürleşme Tutumu Ölçeği alt boyutları, Belirti Tarama Testi alt boyutları ve Yaşam Doyumu Ölçeği toplam puan ortalamaları arası fark normal dağılıma uyan değişkenlerde Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), normal dağılıma uyum göstermeyen değişkenler ise Kruskal-Wallis ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda aylık gelir durumu kategorilerine göre katılımcıların KTÖ alt boyutları,

SCL90-R alt ölçekleri ve YDÖ ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Katılımcıların kendini tanımlama değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelendiği istatistiksel analiz sonucu Tablo 4.30 ve 4.31’de verilmiştir.

**Tablo 4.30:** Katılımcıların kendini tanımlama değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi

	<b>Kendini Tanımlama Biçimi</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{x}</math></b>	<b>SS</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>Fark</b>
<b>Asimilasyon</b>	Türk	99	1,68	0,46	<b>-7,31</b>	<b>,000*</b>	<b>1&lt;2</b>
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	2,28	0,42			
<b>Bütünleşme</b>	Türk	99	2,55	0,65	<b>-8,02</b>	<b>,000*</b>	<b>1&lt;2</b>
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	3,46	0,57			
<b>Ayrılma</b>	Türk	99	3,94	0,79	<b>4,50</b>	<b>,000*</b>	<b>1&gt;2</b>
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	3,31	0,72			
<b>Marjinalleşme</b>	Türk	99	2,20	0,55	<b>-3,75</b>	<b>,000*</b>	<b>1&lt;2</b>
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	2,62	0,71			
<b>Somatizasyon</b>	Türk	99	0,98	0,67	0,81	,419	-
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	0,87	0,75			
<b>Anksiyete</b>	Türk	99	0,61	0,49	-1,51	,132	-
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	0,76	0,65			
<b>Obsesif Kompulsif</b>	Türk	99	1,10	0,61	-1,50	,134	-
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	1,27	0,67			
<b>Depresyon</b>	Türk	99	0,93	0,62	-0,32	,743	-
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	0,97	0,77			
<b>*p&lt;0,05</b>							

**Tablo 4.31:** Katılımcıların kendini tanımlama değişkenine göre kültürleşme tutumları, yaşam doyumu ve belirti tarama testi alt boyutları arasındaki farkın incelenmesi (üst tablo devamı)

	<b>Kendini Tanımlama Biçimi</b>	<b>n</b>	$\bar{x}$	<b>SS</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>Fark</b>
<b>Kişiler Arası Duyarlılık</b>	Türk	99	1,01	0,65	0,25	,801	-
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	0,98	0,72			
<b>Psikotizm</b>	Türk	99	0,46	0,39	<b>-2,18</b>	<b>,031*</b>	<b>1&lt;2</b>
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	0,64	0,57			
<b>Paranoid Düşünce</b>	Türk	99	0,87	0,55	-1,93	,055	-
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	1,08	0,71			
<b>Öfke Düşmanlık</b>	Türk	99	0,71	0,56	-0,86	,391	-
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	0,80	0,58			
<b>Fobik Anksiyete</b>	Türk	99	0,40	0,42	0,92	,358	-
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	0,33	0,37			
<b>Ek Skala</b>	Türk	99	1,06	0,60	0,18	,852	-
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	1,04	0,74			
<b>Yaşam Doymu</b>	Türk	99	4,89	1,36	-0,80	,423	-
	Hem Türk Hem İsviçreli	45	5,08	1,17			
<b>*p&lt;0,05</b>							

Tablo 4.30 ve 4.31 incelendiğinde; araştırmaya katılanların kendini tanımlama biçimi değişkenine göre Kültürleşme Tutumu Ölçeği alt boyutları, Belirti Tarama Testi alt boyutları ve Yaşam Doymu Ölçeği toplam ortalamaları arası fark Bağımsız Örneklem T-Test ile analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda katılımcıların kendilerini tanımlama biçimi değişkenine göre yaşam doyumunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Kültürleşme Tutumu Ölçeği Asimilasyon, Bütünleşme, Ayrılma ve

Marjinalleşme Tutumu alt boyutunda ve Belirti Tarama Testi Psicotizm alt ölçeğinde anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Kendisini hem Türk hem İsviçreli olarak tanımlayanların Psicotizm alt ölçeği ortalaması ( $\bar{x}=0,64$ ) kendisini Türk olarak tanımlayanlara göre Psicotizm ortalaması ( $\bar{x}=0,46$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=-2,18$ ;  $p<0,05$ ). Kendisini hem Türk hem İsviçreli olarak tanımlayanların Asimilasyon Tutumu ortalaması ( $\bar{x}=2,28$ ) kendisini Türk olarak tanımlayanların Asimilasyon ortalamasından ( $\bar{x}=1,68$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=-7,31$ ;  $p<0,05$ ). Kendisini hem Türk hem İsviçreli olarak tanımlayanların Bütünleşme Tutumu ortalaması ( $\bar{x}=3,46$ ) kendisini Türk olarak tanımlayanların Bütünleşme ortalamasından ( $\bar{x}=2,55$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=-8,02$ ;  $p<0,05$ ). Kendisini hem Türk hem İsviçreli olarak tanımlayanların Marjinalleşme Tutumu ortalaması ( $\bar{x}=2,62$ ) kendisini Türk olarak tanımlayanların Marjinalleşme ortalamasından ( $\bar{x}=2,20$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=-3,75$ ;  $p<0,05$ ). Kendisini Türk olarak tanımlayanların Ayrılma Tutumu ortalaması ( $\bar{x}=3,94$ ) kendisini hem Türk hem İsviçreli olarak tanımlayanların Ayrılma ortalamasından ( $\bar{x}=3,31$ ) daha yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ( $t=4,50$ ;  $p<0,05$ ).

#### 4.4. Korelasyon Analizi

İki değişken arasında ilişkinin olup olmadığını belirlemek ve ilişkinin varlığı söz konusu ise bu ilişkinin yönü ve düzeyini göstermek amacıyla korelasyon analizi uygulanmıştır. İlişkinin varlığı  $p < 0.05$ 'e göre kabul edilmiştir. İlişkinin düzeyi r değerine (pearson korelasyon katsayısı) göre belirlenmiştir. Ayrıca r değerinin bulunabileceği aralıklar ve katsayılarına karşılık gelen açıklamalar Tablo 4.35'de verilmiştir.

**Tablo 4.32:** Pearson korelasyon katsayısı aralıkları

Ölçüt	Açıklama
<0.16	Çok Zayıf İlişki
0.16-0.29	Zayıf İlişki
0.30-0.49	Düşük İlişki
0.50-0.69	Orta Seviyede İlişki
0.70-0.89	Güçlü İlişki
0.90-1.00	Çok Güçlü İlişki

**Tablo 4.32:** Pearson Korelasyon Katsayısı Aralıkları (Terzi, 2019)

Araştırmada KTÖ boyutları arasındaki ilişki, KTÖ ile YDÖ, KTÖ ile SCL90R ve SCL90R ile YDÖ arasındaki ilişkiyi belirlemek, ilişki var ise yönünü ve düzeyinin incelenmesi için pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. KTÖ boyutları arasındaki ilişkinin analiz sonucu Tablo 4.33 'de verilmiştir.

**Tablo 4.33:** KTÖ boyutları pearson korelasyonları

KTÖ Boyutlar		Bütünleşme	Ayrılma	Asimilasyon	Marjinalleşme
<b>Bütünleşme</b>	r	1	-,397**	,654**	,589**
	p		,000*	,000*	,000*
<b>Ayrılma</b>	r	-,397**	1	-,609**	-,383**
	p	,000*		,000*	,000*
<b>Asimilasyon</b>	r	,654**	-,609**	1	-,480**
	p	,000*	,000*		,000*
<b>Marjinalleşme</b>	r	,589**	-,383**	-,480**	1
	p	,000*	,000*	,000*	
<b>*p&lt;0,05;**korelasyon katsayısı (r)</b>					

Katılımcıların KTÖ boyutları arasındaki ilişkinin olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda, Tablo 4.33’de görüldüğü gibi; Bütünleşme ve Ayrılma arasında negatif, anlamlı ve düşük düzeyde ( $r = -,397$ ;  $p < 0,05$ ), Bütünleşme ve Asimilasyon arasında pozitif, anlamlı ve orta düzeyde ( $r = ,654$ ;  $p < 0,05$ ), Bütünleşme ve Marjinalleşme arasında pozitif, anlamlı ve orta düzeyde ( $r = ,589$ ;  $p < 0,05$ ), Ayrılma ve Asimilasyon arasında negatif, anlamlı ve orta düzeyde ( $r = -,609$ ;  $p < 0,05$ ), Ayrılma ve Marjinalleşme arasında negatif, anlamlı ve düşük düzeyde ( $r = -,383$ ;  $p < 0,05$ ), Asimilasyon ve Marjinalleşme arasında negatif, anlamlı ve düşük düzeyde ( $r = -,480$ ;  $p < 0,05$ ) bir ilişki tespit edilmiştir. Kültürleşme Tutumu ile Yaşam Doyumu korelasyon analizi sonucu tablo 4.34’de verilmiştir.

**Tablo 4.34:** Kültürleşme tutumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi

KTÖ Boyutlar		Yaşam Doyumu
<b>Bütünleşme</b>	r	,153
	p	,066
<b>Ayrılma</b>	r	,254**
	p	,002*
<b>Asimilasyon</b>	r	,025
	p	,765
<b>Marjinalleşme</b>	r	,088
	p	,289
<b>*p&lt;0,05;** korelasyon katsayısı (r)</b>		

Tablo 4.34 incelendiğinde; KTÖ boyutlarından olan Bütünleşme, Asimilasyon ve Marjinalleşme tutumu ile yaşam doyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur. Ayrılma tutumu ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki ( $r = ,254$ ;  $p < 0,05$ ) olduğu görülmektedir.  $H_1$ : Kültürleşme tutumu ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır. Kültürleşme Tutumu ile Belirti Tarama Testi korelasyon analizi sonucu Tablo 4.35'te verilmiştir.

**Tablo4.35:** Kültürleşme tutumu ile SCL90-R korelasyon analizi

		<b>Bütünleşme</b>	<b>Ayrılma</b>	<b>Asimilasyon</b>	<b>Marjinalleşme</b>
<b>Somatizasyon</b>	<i>r</i>	-,042	,085	-,024	-,030
	<i>p</i>	,616	,306	,775	,720
<b>Anksiyete</b>	<i>r</i>	,043	,042	,068	,033
	<i>p</i>	,604	,617	,417	,690
<b>Obsesif Kompulsif</b>	<i>r</i>	,148	-,153	,214**	,187**
	<i>p</i>	,075	,066	,009*	,024*
<b>Depresyon</b>	<i>r</i>	,058	,005	,062	,105
	<i>p</i>	,490	,957	,459	,208
<b>Kişiler Arası Duyarlılık</b>	<i>r</i>	,009	,036	-,022	,028
	<i>p</i>	,912	,666	,793	,734
<b>Psikotizm</b>	<i>r</i>	,112	-,035	,119	,054
	<i>p</i>	,179	,674	,152	,520
<b>Paranoid Düşünce</b>	<i>r</i>	,121	,012	,144	,073
	<i>p</i>	,147	,888	,083	,384
<b>Öfke Düşmanlık</b>	<i>r</i>	,124	,031	,104	,096
	<i>p</i>	,137	,714	,213	,251
<b>Fobik Anksiyete</b>	<i>r</i>	-,023	,100	,029	-,064
	<i>p</i>	,782	,231	,728	,445
<b>Ek Skala</b>	<i>r</i>	,022	,023	-,001	,098
	<i>p</i>	,796	,780	,993	,241
<b>*p&lt;0,05;** korelasyon katsayısı (r)</b>					

Tablo 4.35 incelendiğinde; Asimilasyon tutumu ile Obsesif-Kompulsif belirti arasında istatistiksel olarak pozitif yönde ve anlamlı ( $r= ,214$ ;  $p<0,05$ ) bir ilişki olduğu görülmektedir. Marjinalleşme tutumu ile Obsesif-Kompulsif belirti arasında istatistiksel olarak pozitif yönde ve anlamlı ( $r=,187$ ;  $p<0,05$ ) bir ilişki olduğu saptanmıştır.  $H_1$ : Kültürleşme tutumu ile psikolojik sağlık durumu arasında anlamlı bir ilişki vardır. Scl90-R ile YDÖ korelasyon analizi sonucu tablo 4.36'da verilmiştir.

**Tablo 4.36:** SCL90-R ile YDÖ korelasyon analizi

<b>Psikolojik Belirtiler</b>		<b>Yaşam Doymumu</b>
<b>Somatizasyon</b>	<i>r</i> <i>p</i>	-,275** ,001*
<b>Anksiyete</b>	<i>r</i> <i>p</i>	-,298** ,000*
<b>Obsesif Kompulsif</b>	<i>r</i> <i>p</i>	-,220** ,008*
<b>Depresyon</b>	<i>r</i> <i>p</i>	-,353** ,000*
<b>Kişiler Arası Duyarlılık</b>	<i>r</i> <i>p</i>	-,175** ,035*
<b>Psikotizm</b>	<i>r</i> <i>p</i>	-,258** ,002*
<b>Paranoid Düşünce</b>	<i>r</i> <i>p</i>	-,217** ,008*
<b>Öfke Düşmanlık</b>	<i>r</i> <i>p</i>	-,180** ,029*
<b>Fobik Anksiyete</b>	<i>r</i> <i>p</i>	-,181** ,028*
<b>Ek Skala</b>	<i>r</i> <i>p</i>	-,283** ,001*
<b>*p&lt;0,05;** korelasyon katsayısı (r)</b>		

Tablo 4.36 incelendiğinde; yaşam doymumu ile Somatizasyon alt boyutu arasında ( $r=-,275$ ;  $p<0,05$ ), Anksiyete alt boyutu arasında ( $r=-,298$ ;  $p<0,05$ ), Obsesif-Kompulsif alt boyutu arasında ( $r=-,220$ ;  $p<0,05$ ), Depresyon alt boyutu arasında ( $r=-,353$ ;  $p<0,05$ ), Kişiler Arası Duyarlılık alt boyutu arasında ( $r=-,175$ ;  $p<0,05$ ), Psikotizm alt boyutu arasında ( $r=-,258$ ;  $p<0,05$ ), Paranoid Düşünce alt boyutu arasında ( $r=-,217$ ;  $p<0,05$ ), Öfke Düşmanlık alt boyutu arasında ( $r=-,180$ ;  $p<0,05$ ), Fobik Anksiyete alt boyutu arasında ( $r=-,181$ ;  $p<0,05$ ), ve Ek Skala (uyku bozuklukları, iştah bozuklukları ve suçluluk

belirtileri) alt boyutu arasında ( $r=-,283$ ;  $p<0,05$ ) istatistiksel olarak negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre belirti tarama testi puanları azaldıkça, yaşam doyumu puanı artmaktadır.  $H_1$ :Psikolojik sağlık durumu ile yaşam doyumu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

#### 4.5. Regresyon Analizi Sonuçları

Kültürleşme tutumunun (Bütünleşme, Ayrılma, Asimilasyon, Marjinalleşme) yaşam doyumuna etkisinin olup olmadığı, etkisi var ise bu etkiyi ne düzeyde açıkladığı Basit Doğrusal Regresyon Analizi ile incelenmiştir. Kültürleşme tutumlarının yaşam doyumu üzerindeki yordayıcılığını bulmak için yapılan regresyon analizi sonucu Tablo 4.37’de verilmiştir.

**Tablo 4.37:** Kültürleşme tutumlarının yaşam doyumunu yordamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişkenler	B	sh	Beta	t	p	F	R <sup>2</sup>	R
Sabit	4,213	,411	-	10,256	-	,000	-	,153
Bütünleşme	,254	,140	,153	1,853	0,66	3,434	0,23	
Sabit	3,445	,488	-	7,059	,000	-	-	,254
Ayrılma	,402	,127	,254	3,153	<b>,002*</b>	9,939**	,065	
Sabit	4,833	,400	-	12,086	,000	-	-	,025
Asimilasyon	,061	,204	,025	,300	,765	,090	,001	
Sabit	4,529	,408	-	11,088	,000	-	-	,088
Marjinalleşme	,179	,168	,088	1,064	,289	1,133	,008	-
<b>*p&lt;0,05; **p&lt;0,01</b>								

Tablo 4.37’de ayrılma değişkeninin anlamlılık düzeyi  $p<0.05$  olması kurulan regresyon modelinin anlamlı olduğunu göstermektedir. İlişkinin yordanmasına yönelik yapılan regresyon analizi sonucuna göre; ayrılma tutumunun yaşam doyumuna istatistiksel olarak pozitif yönde ve anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir ( $F(1,144)=9,939$ ;  $p<0,01$ ). Modelin açıklama gücü olarak ifade edilen  $R^2$  değeri: ,065 olarak

hesaplanmıştır ( $R=,254$ ;  $R^2=,065$ ;  $p<0,05$ ). Ayrılma tutumu, yaşam doyumunun %6,5'lik kısmını açıklamaktadır. İstatistiksel olarak ayrılma tutumundaki 1 birimlik artış, yaşam doyumunu 0,402 birim arttırmaktadır.

Kültürleşme tutumlarının belirti tarama testi (Scl90) alt boyutları üzerindeki yordayıcılığını bulmak için yapılan regresyon analizi sonucuna göre anlamlı olan değişkenler Tablo 4.38'de verilmiştir.

**Tablo 4.38:** Kültürleşme tutumunun, SCL90 alt ölçeklerini yordamasına ilişkin regresyon analizi sonucu

Bağımsız Değişkenler	B	sh	Beta	t	p	F	R <sup>2</sup>	R
Sabit	4,833	,400	-	3,546	,001	-	-	,214
Asimilasyon	,256	,097	,214	2,629	<b>,009*</b>	6,913**	,046	
Sabit	,726	,197	-	3,696	,000	-	-	,187
Marjinalleşme	,185	,081	,187	2,279	<b>,024*</b>	5,192**	,035	-
<b>*p&lt;0,05;**p&lt;0,01</b>								

Tablo 4.38' de anlamlılık düzeyi  $p<0,05$  olması kurulan regresyon modelinin anlamlı olduğunu göstermektedir. İlişkinin yordanmasına yönelik yapılan regresyon analizi sonucuna göre; kültürleşme ölçeği boyutlarından asimilasyon tutumunun, Obsesif-Kompulsif alt testine istatistiksel olarak pozitif yönde ve anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir ( $F(1,144) = 6,913$ ;  $p<0,01$ ). Modelin açıklama gücü olarak ifade edilen  $R^2$  değeri: ,046 olarak hesaplanmıştır ( $R=,214$ ;  $R^2=,046$ ;  $p<0,05$ ). Asimilasyon tutumu Obsesif-Kompulsif değişkeninin %4,6'lık kısmını açıklamaktadır. İstatistiksel olarak asimilasyon tutumundaki 1 birimlik artış, Obsesif-Kompulsif değişkenini 0,256 birim arttırmaktadır.

Kültürleşme ölçeği boyutlarından marjinalleşme tutumunun da Obsesif-Kompulsif alt testine istatistiksel olarak pozitif yönde ve anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir ( $F(1,144) = 5,192$ ;  $p<0,01$ ). Modelin açıklama gücü olarak ifade edilen  $R^2$  değeri: ,035 olarak hesaplanmıştır ( $R=,187$ ;  $R^2=,035$ ;  $p<0,05$ ). Marjinalleşme tutumu

Obsesif-Kompulsif değişkeninin %3,5'lik kısmını açıklamaktadır. İstatistiksel olarak marjinalleşme tutumundaki 1 birimlik artış, Obsesif-Kompulsif değişkenini 0,185 birim arttırmaktadır.

Kültürleşme tutumu ve ScI90-R değişkenini kullanarak yaşam doyumunu yordamak amacıyla birçok değişkenli doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Çoklu doğrusal regresyon analiz sonuçları tablo 4.39'da verilmiştir.

**Tablo 4.39:** Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Bağımsız Değişkenler	B	sh	Beta	t	p	F	R <sup>2</sup>	R
Sabit	2,487	,766	-	3,248	,001	-	-	-
KTÖ	1,184	,281	,318	4,214	<b>,000*</b>	17,126**	,182	,440
ScI90-R	-868	,194	-,338	-4,476	<b>,000*</b>	17,126**	,182	,440
<b>*p&lt;0,05;**p&lt;0,01</b>								

Tablo 4.39 incelendiğinde yapılan analiz sonucunun anlamlı bir regresyon modeli olduğu ( $F(2,143)=17,126, p<0,01$ ) ve bağımlı değişkendeki (yaşam doyumunu) varyansın %18,2'sini ( $R^2_{\text{adjusted}} = 0,182$ ) bağımsız değişkenler (kültürleşme tutumu ve scI90r) tarafından açıkladığı saptanmıştır. Buna göre, kültürleşme tutumu yaşam doyumunu olumlu ve anlamlı olarak yordamaktadır,  $\beta = .318, t(143) = 4,214, p<0,01$ . ScI90R değişkeni yaşam doyumunu negatif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır,  $\beta = .318, t(143) = -4,476, p<0,01$ .

## 5. TARTIŞMA

İsviçre’de yaşayan üç farklı kuşaktaki Türk kökenli göçmenlerin Kültürleşme tutumunun yaşam doyumuna ve psikolojik sağlık durumuna etkisinin incelenmesi amacıyla yapılan araştırmanın bulguları literatür çerçevesinde tartışılmıştır.

Araştırmamıza İsviçre’nin Aargau kantonunda yaşayan ve üç farklı kuşaktan oluşan, 78 kadın ve 68 erkek olmak üzere toplamda 146 kişi katılmıştır. Yaş aralığı 18-65 olan katılımcıların kültürleşme tutumlarının yaşam doyumuna ve psikolojik sağlık durumuna etkisinin araştırılmasının yanı sıra kültürleşme tutumunun demografik değişkenlerle; yaşam doyumunun demografik değişkenlerle ve psikolojik sağlık durumunun demografik değişkenlerle arasında fark olup olmadığı incelenmiştir.

Katılımcıların Kültürleşme tutumları kuşak değişkenine göre incelenmiştir ve üç kuşak arasında anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Asimilasyon tutumunda üçüncü kuşak ile ikinci kuşak arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Üçüncü kuşak ikinci kuşağa göre Asimilasyon tutumunu daha fazla tercih etmiştir. Birinci ve üçüncü kuşağın Asimilasyon ortalaması birbirine oldukça yakındır ve aralarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Birinci ve üçüncü kuşağın arasında farklılığın çıkmamasının nedeninin; birinci kuşağın uzun yıllardan beri İsviçre’de yaşıyor olması ve üçüncü kuşağın büyük bir çoğunluğunun İsviçre’de doğması ve ana akım kültüre erken yaşta maruz kalması olduğu düşünülmektedir. Bir ülkede daha uzun süre yaşama veya erken yaşta o kültüre maruz kalma Asimilasyona daha da yaklaştırmaktadır (Berry ve Hou, 2016). Ayrılma tutumunda ise ikinci kuşak ile hem birinci hem de üçüncü kuşak arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir. İkinci kuşak hem birinci hem de üçüncü kuşağa göre Ayrılma tutumunu (Türk kültürünü) daha fazla benimsemiştir. Üç kuşağın kültürleşme stratejilerine bakıldığında, üç kuşakta da en fazla tercih edilen tutumun Ayrılma olduğu görülmektedir. Araştırmamıza katılan Türk göçmenlerin miras kültürlerini üç kuşak boyunca korudukları ve devam ettirdikleri görülmüştür. Deventer Hollanda’da yaşayan Türk göçmenleri ile yapılan araştırmada, Türklerin topluma dahil olmasının engellenmek istenmesi ve ev sahibi kültürün göçmenlere halen daha göçmen işçi gözüyle bakması ve en önemlisi Türklerin ayrımcılığa maruz kalması öz kültüre bağlılığı arttırdığı belirtilmiştir. Ayrıca Hollanda’da yaşayan Türk göçmenlerin de öz kültürlerini üç kuşak boyunca koruduğu ve devam ettirdikleri gözlemlenmiştir (Güzey ve diğerleri, 2014).

Katılımcıların Kültürleşme tutumları doğum yeri değişkenine göre incelenmiştir ve anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. İsviçre’de doğan Türk göçmenler, Türkiye’de doğanlara göre hem Asimilasyon tutumunu hem de Bütünleşme tutumunu daha fazla tercih ettiği görülmüştür. Almanya’da yaşayan Türk göçmenler ile yapılan bir araştırmada, Almanya’da doğan Türk göçmenlerin Türkiye’de doğanlara göre ana akımın kültürünü benimseme düzeyinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Morawa ve Erim, 2014).

Katılımcıların Kültürleşme tutumları kendini tanımlama değişkenine göre incelenmiştir ve anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Kendisini hem Türk hem İsviçreli olarak tanımlayan Türk kökenli göçmenlerin Asimilasyon, Bütünleşme ve Marjinalleşme tutumları kendini Türk olarak tanımlayanlara göre daha fazla tercih edildiği görülmüştür. Kendisini Türk olarak tanımlayan Türk kökenli göçmenlerin, kendisini hem Türk hem İsviçreli olarak tanımlayanlara göre Ayrılma tutumunu daha fazla tercih ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan korelasyon analizinde Ayrılma tutumu; Bütünleşme ( $r = -,397$ ;  $p < 0,05$ ), Asimilasyon ( $r = -,609$ ;  $p < 0,05$ ) ve Marjinalleşme tutumu ( $r = -,383$ ;  $p < 0,05$ ) ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur.

Katılımcıların Kültürleşme tutumları cinsiyet değişkenine göre incelenmiştir ve anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu çalışmaya göre Kültürleşme tutumu cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Bektaş ve arkadaşları (2009) Amerika’daki Türkler ile yaptıkları araştırmada ve Morawa ve Erim (2014)’in Almanya’daki Türk göçmenlerle gerçekleştirdikleri çalışmada da Kültürleşme tutumu cinsiyete göre farklılık göstermemektedir. Almanya’da yaşayan Çin kökenli göçmen bireyler ile yapılan bir çalışmada, Bütünleşme yöneliminin kadınlar da daha fazla görüldüğü, erkeklerin ise Ayrılma tutumunu daha fazla tercih ettiği belirtilmiştir (Yu ve Wang, 2011).

Katılımcıların Kültürleşme tutumları gelir durumu değişkenine göre incelenmiştir ve anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Gelir durumuna göre anlamlı bir fark saptanmaması durumu, örneklemin gelir dağılımının orta gelir düzeyinde yığılmasıyla ve yüksek gelir durumuna sahip örneklemin oldukça az olmasıyla açıklanabilir. Berry ve Hou, (2016) çalışmasında daha düşük gelir seviyesi bildiren göçmenlerin en çok tercih ettikleri tutumun Marjinalleşme olduğunu belirtmiştir. Farklı bir araştırma da yüksek gelir seviyesine sahip Türk göçmenlerin Asimilasyon ve Bütünleşmeyi tercih ederken, daha

düşük gelir seviyesi bildirenlerin Ayrılma tutumunu daha fazla tercih ettiği görülmüştür (Ataca ve Berry, 2002).

Katılımcıların Kültürleşme tutumları eğitim durumu değişkenine göre incelenmiştir ve anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Meslek okulu mezunu olanlar ilkökul mezunu olanlara göre Asimilasyon tutumunu daha fazla tercih etmiştir. Bu çalışma da meslek okulu mezunları İsviçre’de doğanlardan oluşurken İlkokul mezunu olanlar ise Türkiye’de doğanlardan oluşmaktadır. Çalışmamızda da bahsedildiği üzere, İsviçre’de doğanların Asimilasyonu daha fazla tercih ettiği görülmüştür. Ataca ve Berry (2002)’nin ve Şeker (2006)’nın yaptığı çalışmada da yüksek eğitim durumu bildiren göçmenlerin düşük eğitim durumu bildirenlere göre, Asimilasyonu daha fazla tercih ettiği saptanmıştır. Ayrıca Avrupa’nın 11 farklı şehrinde yaşayan Türk göçmenler ile yapılan bir çalışmada düşük eğitim düzeyine sahip ve ayrımcılığa maruz kalan göçmenlerin, ev sahibi kültürden uzaklaştığı ve Ayrılma tutumunu daha fazla tercih ettiği belirtilmiştir (Groenewold, de Valk ve van Ginneken, 2014).

Katılımcıların Kültürleşme tutumları medeni durumu değişkenine göre incelenmiştir ve anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışma da bekar olan Türk göçmenler evli olanlara göre Asimilasyon, Bütünleşme ve Marjinalleşmeyi daha fazla tercih etmiştir. Şeker (2006)’in gerçekleştirdiği araştırma bu çalışmayı destekler niteliktedir ve bekarların, evli olanlara göre Asimilasyon ve Marjinalleşme stratejilerini daha fazla tercih ettiği görülmüştür. Berry ve Hou (2016) çalışmasında da bekar olanların evli olanlara göre, Marjinalleşme tutumunu daha fazla tercih ettiği saptanmıştır. Amer ve Hovey (2007)’in Amerika’da yaşayan Arap kökenli göçmenler ile yaptıkları çalışmada etnik kültüre yönelimin evli bireylerde daha fazla olduğu görülmüştür.

Katılımcıların yaşam doyumu çalışma da yer alan sosyodemografik değişkenlere göre incelenmiştir ve anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bu araştırmaya katılan üç kuşak Türk göçmenlerin büyük çoğunluğunun yaşam doyumu ölçeğinden yüksek puan aldıkları saptanmıştır. Berry ve Hou (2016) çalışmasında düşük gelir durumuna sahip olanların, çalışmayanların ve erkeklerin daha düşük yaşam doyumu bildirdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Almanya’da yaşayan yerli Almanlar ve 24 farklı etnik kökenli göçmenler ile yapılan kültürleşme çalışmasında, çalışanların yaşam doyumu puanlarının çalışmayanlara göre daha yüksek olduğu ve ev sahibi toplumun göçmenlere kıyasla yaşamdan daha fazla doyum aldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Göçmenlerin yaşam

standartları (özellikle ekonomik açıdan) menşe ülkelerine kıyasla çok daha iyi durumda olsa da yaşamdan doyum alamamaları olasıdır. Nitekim göçmenlerin karşılaştıkları ayrımcılık, kendilerini ait hissedememe, yalnız hissetme, aşağılık kompleksi içinde olma, kültürleşmeyi stresli bir süreç olarak yaşamalarına neden olabilmektedir ve bu durum yaşamdan alınan doyumunu azaltabilmektedir (Mahmud ve Schölmerich, 2011). Bahsedildiği üzere bu araştırmada yer alan Türk göçmenlerin çoğunun öz kültürlerini yaşamayı tercih ettikleri ve yaşamdan doyum aldıkları saptanmıştır. Bilindiği üzere Türk kültüründe milli değerler, aile, birlik olma, sosyal destek ve benzeri durumlar önem arz etmektedir. İsviçre'deki Türk göçmenlerin öz kültürlerini kuşaktan kuşağa sürdürmeleri bu durumu desteklemektedir. Aynı kültürü paylaşanlar ile dostluk kurmaları, ortak duygularını birlik olup paylaşmaları, Türk kültürünü yansıtan davet, programların düzenlenmesi göçmenlerin aidiyet duygusunu güçlendireceği ve bu doğrultuda yaşamdan doyum alabilecekleri düşünülmektedir.

Katılımcıların psikolojik sağlık durumları kuşak değişkenine göre incelenmiştir ve anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Birinci kuşağın Somatizasyon belirti düzeyinin üçüncü kuşağa göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte birinci kuşağın Fobik Anksiyete belirti düzeyinin hem ikinci kuşak hem de üçüncü kuşağa göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Morawa ve Erim (2014)'in Almanya'da yaşayan Türk göçmenler ile yaptıkları araştırmada birinci kuşak göçmenlerin ikinci kuşağa göre daha yüksek psikolojik belirti düzeyi gösterdiği belirtilmiştir.

Katılımcıların psikolojik sağlık durumları cinsiyet değişkenine göre incelenmiştir ve anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Çalışmamızın sonucuna göre kadınların Somatizasyon, Anksiyete, Obsesif-Kompulsif, Depresyon ve Kişiler Arası Duyarlılık belirtisinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu saptanmıştır. 23 Avrupa ülkesi ile yapılan bir çalışmada, kadınların erkeklere kıyasla depresyon ölçeğinden daha yüksek puan aldıkları ve İsviçre'de yaşayan göçmenlerin depresyon düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Missinne ve Bracke, 2012) . Belirtildiği üzere bu araştırmada da kadınların erkeklere göre depresyon puanları daha yüksek bulunmuştur. İsviçre'deki Türk göçmenlerin depresyon alt ölçeği genel ortalama puanı incelendiğinde, depresif belirtilerinin normal düzeyde olduğu saptanmıştır. Cindik-Herbrüggen ve arkadaşları (2020)'nin Almanya'da yaşayan Türk göçmenler ile yaptıkları araştırmada da kadınların psikolojik belirti düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Kanada'da

yaşayan Türk göçmenler ile yapılan farklı bir araştırmada da kadınların psikolojik belirti düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu durumun Türk kültürü ile alakalı olarak geleneksel kadın rolleri, kadının kültürel toplumdaki yeri ve duyguları açıklama biçimlerinin erkeklere göre farklılık göstermesinden kaynaklanabileceği ile açıklanmıştır (Ataca ve Berry, 2002).

Katılımcıların psikolojik sağlık durumları doğum yeri değişkenine göre incelenmiştir ve anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Türkiye’de doğan Türk göçmenlerin Somatizasyon belirti düzeyinin İsviçre’de doğan Türk göçmenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bununla birlikte psikolojik sağlık durumu kendini tanımlama değişkenine göre incelenmiştir ve anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Kendisini hem Türk hem İsviçreli olarak tanımlayanların Psicotizm belirti düzeyinin kendisini Türk olarak tanımlayanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların psikolojik sağlık durumları eğitim durumu değişkenine göre incelenmiştir ve anlamlı bir farklılığın olduğu saptanmıştır. İlkokul mezunlarının hem Somatizasyon hem de Kişiler Arası Duyarlılık belirtisinin üniversite mezunlarına göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Morawa ve Erim (2014)’in çalışmasında da düşük eğitim durumuna sahip Türk göçmenlerin psikolojik belirti düzeylerinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Katılımcıların psikolojik sağlık durumları medeni durumu değişkenine göre incelenmiştir ve anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Psikolojik sağlık ile medeni durum arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu ve evli olmanın psikolojik sağlığı olumlu yönde etkilediği ifade edilmiştir (Spiker, 2014). Kanada’daki göçmenler ile yapılan bir çalışmada psikolojik sağlığın medeni duruma göre farklılık gösterdiği ve evlilerin, evli olmayanlara göre daha iyi psikolojik sağlık durumu bildirdikleri belirtilmiştir (Berry ve Hou, 2016).

Kanada’da 7000 göçmen ile yapılan bir çalışmada, Ayrılma ve Bütünleşme stratejisini benimseyenlerin psikolojik sağlık durumlarının Asimilasyon ve Marjinalleşmeyi seçenlere kıyasla daha iyi olduğu ve araştırmaya katılan göçmenlerin genelinin hem yüksek yaşam doyumu hem de yüksek psikolojik sağlık durumuna sahip oldukları ifade edilmiştir (Berry ve Hou, 2016). Amerika’da yaşayan Koreliler ile yapılan

kültürleşme çalışmasında, Marjinalleşme tutumunun psikolojik belirtilerle pozitif yönde bir ilişkisinin olduğu belirtilmiştir (Kim, 2009). Hollanda’da yaşayan Türk göçmenler ile yapılan bir çalışmada Ana akım kültür (asimilasyon) ile yüksek düzeyde kültürleşmenin psikolojik problemler ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Hünler, 2007). Hollanda’da yaşayan Türk göçmenler ile yapılan farklı bir çalışmada, Ayrılma ve Marjinalleşme tutumunu tercih edenlerin psikolojik sağlık açısından riskli grubu oluşturduğu belirtilmiştir (Ünlü Ince ve diğerleri, 2014). Bizim çalışmamızda Bütünleşme ve Ayrılma tutumunun psikolojik sağlık durumu ile anlamlı bir ilişkisinin olmadığı, Asimilasyon ve Marjinalleşme Tutumunun psikolojik sağlık durumu ile pozitif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Belirti tarama testinin (Scl90-R) Obsesif-Kompulsif alt boyutu ile Asimilasyon ve Marjinalleşme Tutumları pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Asimilasyon ve Marjinalleşme tutumlarının Obsesif-Kompulsif alt boyutu üzerindeki etkisi incelendiğinde; Asimilasyon tutumunun Obsesif-Kompulsif belirtisinin %4,6’lık kısmını açıkladığı ve Marjinalleşme tutumunun ise Obsesif-Kompulsif belirtisinin %3,5’lik kısmını açıkladığı saptanmıştır. Bu durumda Asimilasyon ve Marjinalleşme Tutumunu benimseme oranı yükseldikçe Obsesif-Kompulsif belirti düzeyi de artış göstermektedir. Kültürleşme tutumunun psikolojik sağlık üzerinde etkisinin olduğu görülmüştür. Berry’e göre, Asimilasyonda bireyin etnik gruba geçip geçemeyeceği ve bir üyesi olarak kabul edilip edilmeyeceği konusunda bariz kısıtlamalar söz konusudur. İnsanların aksanları, giyim ve fiziksel görünümü gibi özellikleri mevcut grubu işaret etmeli ve grup üyeleri için kabul edilebilir olmalıdır. Bununla birlikte bireyin asimile olma arzusunun engellenmesi ve kısıtlanması kültürel strese, psikolojik problemlere neden olabilmektedir (Berry, 2017). Bilindiği üzere Türk kültürü daha kolektivistken, İsviçre kültürü daha bireysel bir yaklaşıma sahiptir ve iki kültürde birbirinden oldukça farklıdır. Asimilasyona yönelen birey kültür farklılığından dolayı çatışma yaşayabilir, uyum sorunu, tam olma, ana akıma benzeme ve çevresi tarafından onaylanma arzusu ve Berry’nin de belirttiği üzere Asimilasyon yaklaşımında bariz kısıtlamaların olması bireyi zorlayabilir, karmaşık düşünce ve davranışlara neden olabilir.

On üç farklı ülke de ikamet eden göçmenler ile yapılan bir çalışma da bütünleştirici tutum ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır (Berry ve diğerleri, 2006). (Berry ve Hou, 2016) araştırma sonucuna göre, Bütünleşme ve Asimilasyon Tutumunu tercih edenlerin yaşam doyumları Ayrılma ve Marjinalleşme tutumunu tercih eden göçmenlere göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Norveç ve İsveç'te yaşayan Türk göçmenler ile yapılan çalışmada Türk kimliğini benimseme; daha yüksek benlik saygısı, yaşam doyumu ve daha düşük ruh sağlığı probleminin önemli bir yordayıcısı iken, algılanan ayrımcılığın daha düşük yaşam doyumu, benlik saygısı ve daha yüksek psikolojik problemlere neden olduğu belirtilmiştir (Virta ve diğerleri, 2004). Bu çalışmada Kültürleşme tutumunun yaşam doyumu üzerindeki ilişkisi-etkisi incelendiğinde çıkan sonuçlara göre, Ayrılma tutumu ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Etki düzeyi incelendiğinde Ayrılma tutumunun yaşam doyumunu etkilediği ve %4,6'lık kısmını açıkladığı saptanmıştır. Türk kökenli göçmenlerin miras kültürünü benimseme düzeyi arttıkça yaşam doyumu da artmaktadır. Kültürleşme tutumunun yaşam doyumu üzerinde etkisinin olduğu yorumu yapılabilir. Ayrıca Kültürleşme tutumu ile psikolojik sağlık durumunun birlikte ele alınıp yaşam doyumu üzerindeki yordayıcılığı incelendiğinde ise yaşam doyumunun %18,2'lik kısmını açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmamıza katılan, İsviçre'de yaşayan üç farklı kuşaktaki Türk kökenli göçmenlerin geneli incelendiğinde; psikolojik sağlıklarının iyi olduğu ve yaşam doyumu puanlarının yüksek olduğu yani yaşamdan doyum aldıkları saptanmıştır. Göçmenlerin daha geniş toplumda, yaşamda yer edinme arzusu olduğu bilinmektedir (Nguyen ve Benet-Martínez, 2013). Türklerin birbirine bağlılığı, kültürel değerlerin ortak paylaşımı ve benzer etkileşim hali göçmenlerin yalnızlık ve yabancılaşma duygusunu azaltmanın yanı sıra aidiyet duygusunu güçlendirmektedir ve bu durum yaşam doyumlarını olumlu yönde etkileyebilir.

Kültürleşme tutumlarına yönelik yapılan araştırmalar incelendiğinde, göçmenlerin en çok tercih ettikleri tutumun Bütünleşme olduğunu belirten çalışmalar bulunsada (Berry ve diğerleri, 2002; Güler, 2019) özellikle Türk göçmenlerin miras kültürünü korumayı tercih ettiği ve Ayrılma tutumunu benimsediklerini belirten çalışmalar da literatürde yer almaktadır. Berry ve arkadaşları (2006)'nın çalışmasında Türk kökenli göçmenlerin diğer göçmenlere kıyasla öz kültürlerine (Ayrılma tutumu) daha fazla yöneldikleri belirtilmiştir. İtalya'da yaşayan Türk göçmenler ile yapılan bir çalışmada Türklerin büyük bir çoğunluğunun kültür farkı nedeniyle ana akım kültüre uyum sağlayamadıkları, kendi kültürünü benimsemeyi (Ayrılma tutumu) tercih ettikleri ve bu doğrultuda yaşamlarını sürdürmeye devam ettirdikleri tespit edilmiştir (Göker ve Meşe, 2011). Kanada 'da yaşayan 200 evli Türk göçmen üzerinde yapılan çalışmada, en çok tercih edilen tutumun Ayrılma olduğu belirtilmiştir (Ataca ve Berry, 2002). Bu çalışmada İsviçre'de yaşayan Türk kökenli göçmenlerin en çok Ayrılma tutumunu

benimsedikleri, farklı bir ifade ile büyük çoğunluğunun Türk kültürünü tercih ettikleri ve devam ettirdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Ayrılma tutumundan sonra en çok tercih edilen tutumun Bütünleşme tutumu olduğu, bunu Marjinalleşmenin takip ettiği ve en az tercih edilen tutumun Asimilasyon olduğu görülmüştür. Türk göçmenlerin köken kültürleriyle güçlü bağlarının olduğu bilinmektedir (Klok ve diğerleri, 2017). Kültürleşmeye bağlı değişim sürecinde tepkisel değişim de söz konusudur ve göçmen bireyler veya gruplar ana akımı, dış kültürel etkileri, ana akım ile kültürel etkileşimi, kültürel farklılıkları reddedip daha geleneksel bir yaklaşım biçimine, kendi kültürlerine yönelebilmektedir (Berry, 2017). Bu durumda psikolojik ve sosyokültürel adaptasyondan söz edilebilir. Psikolojik adaptasyon; iyi olma hali, yaşamdan alınan doyum ve iyi psikolojik sağlık ile ilişkili iken, sosyokültürel uyum ise bireylerin kültürlerarası ortamda günlük yaşamlarını yönetmedeki sosyal yeterliliğini ifade etmektedir (Ward, 2001). Tercih edilen kültürleşme tutumları, sosyo-kültürel adaptasyonu etkileyen en önemli unsurlar arasında yer almaktadır (Maydell-Stevens ve diğerleri, 2007). Ayrılma tutumu iyi psikolojik adaptasyonla ilişkilidir ancak sosyokültürel adaptasyon ile ilişkili değildir (Sam, 2009). Bizim çalışmamızda en fazla tercih edilen tutumun Ayrılma olduğu, Türk kökenli göçmenlerin öz kültürlerini devam ettirdikleri ve üç kuşakında miras kültürünü koruduğu görülmüştür. Türk göçmenlerin büyük çoğunluğunun yaşamdan doyum aldığı ve psikolojik sağlıklarının iyi düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Araştırmamızın sonucuna göre, Türk kültürünü benimseme düzeyi arttıkça, yaşam doyumunun da bu doğrultuda artış gösterdiği görülmüştür. Araştırma sonucunun bu yönde çıkması Türk kültürünün kolektivist bir yapıda olması, aile birliği, aidiyet ve kültürel değer bağlılığına önem verilmesinden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmanın sonucuna göre İsviçre’de yaşayan Türk kökenli göçmenlerin büyük çoğunluğunun iyi psikolojik adaptasyona sahip olduğu ancak sosyokültürel anlamda uyum problemi yaşadığı gözlemlenmektedir. Günümüz Avrupa’daki entegrasyon politikalarının Asimilasyon eğilimli olduğu bilinmektedir (Kaya, 2016) bu durumun özellikle kolektivist kültüre bağlı göçmenlerin sosyokültürel adaptasyonunu belirgin düzeyde zorladığı görülmektedir. Bütünleşme ve Ayrılma tutumu daha kolektivistken, Asimilasyon daha bireyci bir yaklaşıma sahiptir. Bütünleşme (entegrasyon) stratejisi hem daha iyi psikolojik adaptasyon hem de daha iyi sosyokültürel adaptasyon ile ilişkilendirilmiştir ancak ana akımın ön yargısız olması ve çok kültürlü ideolojinin varlığını kabul etmesi gibi belirli ön koşulların sağlanması ile mümkün hale gelmektedir (Berry, 2017). Avustralya,

Hollanda, Fransa ve Almanya'daki Türk göçmenler ile yapılan karşılaştırmalı bir araştırmada; Avustralya'nın Avrupa ülkelerine kıyasla çok kültürlü yaklaşıma daha açık olduğu, asimilasyon baskısının daha az olduğu, Türk göçmenlerin büyük bir kısmının bütünleşmeyi tercih ettiği ve daha iyi uyum sağladıkları belirtilmiştir (Yağmur ve van de Vijver, 2012). Kantonal bağlamda göçmenlerin İsviçre'ye bağlılığı ile ilgili yapılan bir araştırmada (Bennour ve Manatschal, 2019) İsviçre'de ayrımcılığa maruz kalan göçmenlerin son iki yılda önemli derecede daha düşük ulusal kimlik seviyeleri bildirdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Nitekim Avrupa'nın göçmenler ve sığınmacılar hakkındaki yaklaşımı oldukça olumsuzdur (Crowley ve Hickman, 2008), bu durumun kültürleşme sürecinde önemli rol oynadığı ve çok kültürlülüğe engel olduğu düşünülmektedir.



## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada İsviçre'nin Aargau kantonunda yaşayan üç farklı kuşaktan oluşan Türk kökenli göçmenlerin, kültürleşme tutumları ve tercih edilen tutumların yaşam doyumuna ve psikolojik sağlık durumuna etkisi incelenmiştir. Bunun için 146 katılımcıya ulaşılmıştır. Araştırma sonucuna göre, İsviçre'de yaşayan üç farklı kuşaktaki Türk kökenli göçmenlerin kültürleşme tutumunun yaşam doyumuna ve psikolojik sağlık durumuna etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Yapılan kuşaklararası karşılaştırmada üçüncü kuşağın ikinci kuşağa kıyasla Asimilasyon yöneliminin daha yüksek olduğu, ikinci kuşağın ise hem birinci hem de üçüncü kuşağa göre Ayrılma tutumunu daha çok tercih ettiği görülmüştür. Birinci kuşağın Somatizasyon belirti düzeyinin üçüncü kuşağa göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte birinci kuşağın Fobik Anksiyete belirti düzeyinin hem ikinci kuşak hem de üçüncü kuşağa göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyet değişkeninde de anlamlı bir fark tespit edilmiştir ve kadınların; Somatizasyon, Anksiyete, Obsesif-Kompulsif, Depresyon ve Kişiler Arası Duyarlılık belirtisinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Türk göçmenlerin ağırlıklı olarak Ayrılma tutumunu tercih ettiği, üç kuşağında miras kültürünü koruduğu ve devam ettirdiği sonucuna ulaşılmıştır. Miras kültüre yüksek düzeyde yönelimin, yaşam doyumunu arttırdığı gözlemlenmiştir. Ayrıca en az yönelim Asimilasyon ve Marjinalleşmeye olmuştur ve Obsesif-Kompulsif belirti ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Asimilasyonun Obsesif-Kompulsif belirtisinin %4,6'lık kısmını açıkladığı, Marjinalleşmenin ise %3,5'lik kısmını açıkladığı saptanmıştır. SCL90-R sonucuna göre, katılımcıların genel anlamda normal psikolojik belirti düzeyine sahip olduğu ve YDÖ'nden yüksek puan aldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada yer alan Türk kökenli göçmenlerin iyi psikolojik adaptasyona sahip olduğu ancak sosyokültürel anlamda uyum problemi yaşadığı gözlemlenmektedir.

Literatürde yer alan kültürleşme çalışmalarında, göçmenler tarafından algılanan ayrımcılığın ruh sağlığını ve kültürleşme yönelimini olumsuz yönde etkilediği ile ilgili araştırmalara rastlanmaktadır. Göçmenlerin bütünleşmek yerine ayrılmayı tercih etmesinin en önemli nedenlerinden biri olan algılanan ayrımcılığa vurgu yapılmaktadır (Berry, 2017). Ayrımcılığa maruz kalan göçmenler miras kültürü ile pozitif yönde güçlü ilişkiler kurmayı tercih ederken, ulusal kültür grubu ile etkileşimini azaltmaktadır (Martinovic ve Verkuyten, 2012) ve ihtiyaç duydukları aidiyet duygusunu ve psikolojik

anlamda iyi olma halini bu şekilde geliştirebilmektedirler (Branscombe ve Ellemers, 1998). Ayrıca ev sahibi kültürü benimseyememe durumunda (ayrımcılık) yüksek kendilik değerinin ruh sağlığına yönelik koruyucu etkisinin olduğu belirtilmektedir (Hünler, 2007).

İleride kültürleşmeye yönelik yapılacak olan araştırmalarda algılanan ayrımcılığın detaylı incelenmesi, göçmenlerin sosyokültürel anlamda yaşadığı adaptasyon probleminin nedenini daha iyi anlamaya yardımcı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca kendilik değerinin de incelenmesi göçmenlerin psikolojik adaptasyonu hakkında ayrıntılı bilgi sağlayabilir.

Bu çalışma Aargau kantonunda yaşayan 146 Türk kökenli göçmenler ile sınırlıdır. Örneklemenin evreni daha iyi temsil edebilmesi açısından örneklem büyüklüğünün artırılması önemlidir. Ayrıca farklı kantonlarda çalışmaya dahil edilebilir ve karşılaştırmalı araştırmalar yapılabilir.

Nicel araştırmaların yanı sıra nitel araştırmaların yapılması, göçmenler ile yapılan görüşmelerinde araştırmaya dahil edilmesinin önemli olacağı düşünülmektedir. Bu tür araştırmalar; göçmenlerin ev sahibi kültüre yönelik tercihleri, tutumları, deneyimleri ve bakışaçıları hakkında araştırmacılara daha samimi ve ayrıntılı bilgi sağlayabilir.

Kültürleşme çalışmalarının sadece Türk göçmenleri değil, tüm göçmen grupları daha iyi anlamaya yönelik katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu anlamda göçmenlere ruh sağlığı hizmeti veren uzmanların kültürleşme sürecinden ve etkilerinden haberdar edilmesi, ruh sağlığı hizmetlerinin sunumunu iyileştirmek adına önemli olduğu ve faydalı olacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

- Aargauer Zeitung. (2017). Türken in der Schweiz – Zahlen und Fakten zur Diaspora vom Bosphorus. *Aargauer Zeitung*. <https://www.aargauerzeitung.ch/schweiz/tuerken-in-der-schweiz-zahlen-und-fakten-zur-diaspora-vom-bosporus-131116220> adresinden erişildi.
- Akıncı, B., Nergiz, A. ve Gedik, E. (2015). Uyum Süreci Üzerine Bir Değerlendirme: Göç ve Toplumsal Kabul. *Göç Araştırmaları Dergisi*, 1(2), 58–83.
- Alba, R. ve Nee, V. (2003). Coming to America. *Remaking the American Mainstream: Assimilation and Contemporary Immigration* (ss. 65–66). Cambridge, MA:Harvard University Press.
- Amer, M. M. ve Hovey, J. D. (2007). Socio-demographic Differences in Acculturation and Mental Health for a Sample of 2nd Generation/Early Immigrant Arab Americans. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 9, 335–347.
- Ataca, B. ve Berry, J. W. (2002). Psychological, sociocultural, and marital adaptation of Turkish immigrant couples in Canada. *International Journal of Psychology*, 37(1), 13–26.
- Badea, C., Jetten, J., Iyer, A. ve Er-rafiy, A. (2011). Negotiating dual identities: The impact of group-based rejection on identification and acculturation. *European Journal of Social Psychology*, 41, 586–595.
- Bektaş, D. Y. (2004). *Psychological Adaptation and Acculturation of The Turkish Students in the United States*.
- Bektaş, Y., Demir, A. ve Bowden, R. (2009). Psychological adaptation of Turkish students at U.S. campuses. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 31(2), 130–143.
- Bennour, S. ve Manatschal, A. (2019). *Immigrants' Feelings of Attachment to Switzerland: Does the Cantonal Context Matter?* (I. Steiner ve P. Wanner, Ed.). Migrants and Expats: The Swiss Migration and Mobility Nexus. IMISCOE Research Series. Springer, Cham.
- Berry, J. W. (1980). Acculturation as varieties of adaptation. A. Padilla (Ed.), *Acculturation: Theory, models and Some New Findings* içinde (ss. 9–25).
- Berry, J. W. ve Kim, U. (1988). Acculturation and mental health. P. R. Dasen, J. W. Berry ve N. Sartorius (Ed.), *Health and Cross-Cultural Psychology: Toward Applications* (ss. 207–236). Sage Publications, Inc.
- Berry, J. W., Kim, U., Minde, T. ve Mok, D. (1987). Comparative Studies of Acculturative Stress. *International Migration*, 21(3), 491–511.
- Berry, J. W., Kim, U., Power, S., Young, M. ve Bujaki, M. (1989). Acculturation Attitudes in Plural Societies. *Applied Psychology*, 38(2), 185–206.

- Berry, J.W. (2006). *Stress perspectives on acculturation. The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology* (Sam, David.). Cambridge University Press.
- Berry, John W. (1997). Lead Article - Immigration, Acculturation, and Adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46(1), 5–68.
- Berry, John W. (2001). A Psychology of Immigration. *Journal of Social Issues*, 57(3), 615–631.
- Berry, John W. (2003). Conceptual Approaches to Acculturation. K. M. Chun, P. B. Organista ve G. Marin (Ed.), *Acculturation: Advances in theory, measurement, and applied research*, (ss. 17–37). American Psychological Association.
- Berry, John W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29, 697–712.
- Berry, John W. (2009). Living together in culturally-plural societies: Understanding and managing acculturation and multiculturalism. *Perspectives on Human Development, Family, and Culture*, 227–240.
- Berry, John W. (2017). Theories and models of Acculturation. *The Oxford Handbook of Acculturation and Health*, 1–24.
- Berry, John W. ve Hou, F. (2016). Immigrant Acculturation and Wellbeing in Canada. *Canadian Psychology*, 57(4), 254–264.
- Berry, John W., Phinney, J. S., Sam, D. L. ve Vedder, P. (2006). Immigrant youth: Acculturation, identity and adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 55(3), 303–332.
- Berry, John W. ve Sabatier, C. (2010). Acculturation, discrimination, and adaptation among second generation immigrant youth in Montreal and Paris. *International Journal of Intercultural Relations*, 34(3), 191–207.
- Berry, John W. ve Sam, D. L. (1997). *Acculturation and Adaptation*. (John W. Berry, M. H. Segall ve C. Kağıtçıbaşı, Ed.). Boston: Cross-Cultural Psychology, Social Behavior and Applications.
- Berry, John W, Poortinga, Y. H., Segall, M. H. ve Dasen, P. R. (2002). *Cross-cultural psychology: Research and applications* (2nd ed.).
- Bevölkerung Bundesamt für Statistik. (2020,23Temmuz). <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung.html> adresinden erişildi.
- Bhugra, D. (2004). Migration and mental health. *Acta Psychiatr Scand*, 243–258.
- Bilge Zafer, A. (2016). Göç Çalışmalar İçin Bir Anahtar Olarak “Kültürleşme” Kavramı. *Uludağ Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 30, 75–92.

- Böcker, A. G. M. (2000). *Paving the Way to a Better Future: Turks in the Netherlands*. (H. Vermeulen ve R. Penninx, Ed.). Amsterdam : Het Spinhuis.
- Bourhis, R. Y., Moïse, L. C., Perreault, S. ve Senécal, S. (1997). Towards an interactive acculturation model: A social psychological approach. *International Journal of Psychology*, 32(6), 369–386.
- Branscombe, N. R. ve Ellemers, N. (1998). Coping with group-based discrimination: Individualistic versus group-level strategies. *The Tarrget's Perspective*, 243–266.
- Cebeci, M. (2015). Sosyolojik Açıdan Göç ve Göçmenlerin Sosyal Kültürel Entegrasyonları: Kavramsal Bir Çalışma. *Disiplinlerarası Göç ve Göç Politikaları Sempozyumu* (ss. 135–157). İstanbul: İstanbul Zaim Üniversitesi Yayını.
- Çetintaş, İ. (2011). Avrupa'da yaşayan Türk göçmenlerin sosyo-kültürel ve dini sorunları hakkında analitik bir değerlendirme: İsviçre örneği. *İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17, 58–87.
- Cindik-Herbrüggen, E., Demirkol, R. ve Müller, J. (2020). Does Gender Matter? An Analysis of Turkish Immigrants' Symptom Scores ( SCL-90-R ): A Case Study of Neuro-Psychiatric Center in Riem , Munich.
- Cobb, C. L., Xie, D., Meca, A. ve Schwartz, S. J. (2017). Acculturation, discrimination, and depression among unauthorized latinos/as in the United States. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 23(2), 258–268.
- Crowley, H. ve Hickman, M. J. (2008). Migration, postindustrialism and the globalized nation state: Social capital and social cohesion re-examined. *Ethnic and Racial Studies*, 31(7), 1222–1244.
- Curran, M. J. (2003). Across the water the acculturation and health of Irish people in London. *Trinity College, and Allen Library*.
- Deniz, O. (2009). *Uluslararası Göçler ve Türkiye'ye Yansımaları. Sığınmacılar, Mülteciler ve Yasadışı Göçmenler*. Çantay Yayınları.
- Derogatis, L. R., Rickels, K. ve Rock, A. F. (1976). The SCL 90 and the MMPI: A step in the validation of a new self report scale. *British Journal of Psychiatry*, 128(3), 280–289.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75.
- Dilmaç, B. ve Ekşi, H. (2008). Meslek yüksek okullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumları ve benlik saygılarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 279–289.
- Durak, M., Senol-Durak, E. ve Gencoz, T. (2010). Psychometric Properties of the Satisfaction with Life

- Scale among Turkish University Students, Correctional Officers, and Elderly Adults. *Social Indicators Research*, 99(3), 413–429.
- Erdoğan, M. M. (2015). Avrupa ' da Türkiye Kökenli Göçmenler ve ' Euro-Turks- Barometre ' Araştırmaları. *Göç Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 108–148.
- Esenlikci, A. C. ve Engin, M. A. (2019). 1960'dan Günümüze Avrupa Birliği Ülkelerinde Yaşayan Türk Göçmenlerin Sorunları. *Hak İş Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 20, 59–77.
- Eylem, O., Dalğar, İ., İnce, B. Ü., Tok, F., van Straten, A., de Wit, L., Bhui, K. (2019). Acculturation and suicidal ideation among Turkish migrants in the Netherlands. *Psychiatry Research*, 275, 71–77.
- Focus-Migration. (2006). Länderprofil Türkei. *Hamburgisches Welt Wirtschafts Institut*. [http://focus-migration.hwwi.de/typo3\\_upload/groups/3/focus\\_Migration\\_Publikationen/Laenderprofile/LP\\_05\\_Tuerkei.pdf](http://focus-migration.hwwi.de/typo3_upload/groups/3/focus_Migration_Publikationen/Laenderprofile/LP_05_Tuerkei.pdf) adresinden erişildi.
- Genel, M. G. (2014). Almanya'ya giden ilk Türk İşçi GöçününTürk Basınındaki İzdüşümü Sirkeci Garından Munchen Hauptbahnhof'a. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 8(3), 301–338.
- George, D. ve Mallery, M. (2016). Descriptive Statistics. *IBM SPSS Statistics 23 Step by Step : A Simple Guide and Reference* içinde . Pearson.
- Goel, V., Rosella, L. C., Fu, L. ve Alberga, A. (2018). The Relationship Between Life Satisfaction and Healthcare Utilization: A Longitudinal Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 55(2), 142–150.
- Göker, G. ve Meşe, G. (2011). Türk Göçmenlerin İtalyanlara Bakış Açısı; Bir Kültürlerarası İletişim Araştırması. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 65–82.
- Gordon, M. M. (1964). The Nature of Assimilation. *Assimilation in American Life: The Role of Race, Religion and National Origins* içinde . Oxford University Press.
- Graves, T. D. (1967). Psychological Acculturation in a Tri-Ethnic Community. *Southwestern Journal of Anthropology*, 23, 337–350.
- Groenewold, G., de Valk, H. A. G. ve van Ginneken, J. (2014). Acculturation Preferences of the Turkish Second Generation in 11 European Cities. *Urban Studies*, 51(10), 2125–2142.
- Güler, A. (2019). Acculturation Process of Turkish Immigrants in the United States. *Pamukkale University Journal of Social Sciences Institute*, 1–13.
- Güzey, Ö., Gültekin, N., Kırsaçlıoğlu, O., Aksoy, E. ve Ataç, E. (2014). Acculturation Process of the immigrant Turks Living in Deventer, The Netherlands. *54th Congress of the European Regional Science Association: "Regional development & globalisation: Best practices"*, 26-29 August 2014, St. Petersburg, Russia içinde . European Regional Science Association (ERSA).

- Haab, K., Bolzman, C., Kugler, A. ve Yilmaz, Ö. (2010). Diaspora und Migrantengemeinschaften aus der Türkei in der Schweiz. *Bundesamt für Migration BFM*. <https://edudoc.ch/record/49989> adresinden erişildi.
- Hünler, O. S. (2007). *Factors Related to Psychological Problems and Life Satisfaction of Newcomer Turkish Immigrants in the Netherlands*. Middle East Technical University.
- IOM. (2016). *Göç Terimleri Sözlüğü*. (R. Perruchoud ve J. Redpath-Cross, Ed.) *Uluslararası Göç Örgütü (IOM)*.
- IOM. (2020). *Word Migration Report*. (M. McAuliffe ve B. Khadria, Ed.) *Word Migration Report 2020*. Geneva: International Organization for Migration.
- Jayasuriya, L., Sang, D. ve Fielding, A. (1992). *Ethnicity, immigration and mental illness : a critical review of Australian research*.
- Kapteyn, A., Smith, J. P. ve van Soest, A. (2009). Life Satisfaction. E Diener, D. Kahneman ve J. Helliwell (Ed.), *International Differences in Wellbeing* (ss. 70–104). Oxford University Press.
- Karataş, K., Adıgüzel, Y. ve Ünal, A. Z. (2018). *Göç Travması*. (M. Baloğlu ve E. Göv, Ed.).
- Kaya, B. (2016). Türkiyeli Göçmenlerin İsviçre’de Eğitim Durumu. *Türkiyeli Göçmenlerin Göç Alan Ülkelerde Eğitim Durumu ve Toplumsal Koşulları* (ss. 42–68). PoliTeknik Gazetesi.
- Kim, E. (2009). Multidimensional acculturation attitudes and depressive symptoms in Korean Americans. *Issues in Mental Health Nursing*, 30(2), 98–103.
- Kılıç, M. (1991). Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R)’nin Geçerlilik ve Güvenirliliği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1(2), 45–52.
- Kılınç, U. (2019). *İnsan Hakları ve Mülteci Hukuku Işığında Göç ve Yerel Yönetimler*. (İ. Şen ve G. Tuçaltan, Ed.). Ankara: Reslog Yayınları.
- Kırmızı, B. (2016). Göçmen Türklerin Almanya’da Yaşadığı Sorunların Dünü ve Bugünü. *Littera Turca Journal of Turkish Language and Literature*, 2(3), 145–156.
- Klok, J., Tilburg, V., G., T., Suanet, B., Fokkema, T. ve Huisman, M. (2017). National and transnational belonging among Turkish and Moroccan older migrants in the Netherlands: protective against loneliness? *European Journal of Ageing*, 14, 341–351.
- Koydemir, S. ve Schütz, A. (2014). Almanya ’daki Türk Göçmenlerde Yaşam Doyumu : Kültürel Kimlik ve Benlik Kurgularının Rolü 1 Life Satisfaction among Turkish Migrants in Germany : Role of Cultural Identity and Self-Construals. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(42), 208–220.
- Lueck, K. ve Wilson, M. (2011). Acculturative stress in Latino Immigrants: The impact of social, socio-

- psychological and migration-related factors. *International Journal of Intercultural Relations*, 35, 186–195.
- Mahmud, S. H. ve Schölmerich, A. (2011). Acculturation and Life Satisfaction: Immigrants in Germany. *Psychology Research*, 1(4), 278–286.
- Makarova, E. (2008). *Akkulturation und kulturelle Identität*. Bern: Haupt Verlag.
- Marsiglia, F. F., Booth, J. M., Baldwin, A. ve Ayers, S. (2013). Acculturation and Life Satisfaction Among Immigrant Mexican Adults. *Advances in Social Work*, 14(1), 49–64.
- Martin, P. L. (1991). *The Unfinished Story: Turkish Labour Migration to Western Europe with Special Reference to the Federal Republic of Germany*. Geneva: International Labour Organisation.
- Martinovic, B. ve Verkuyten, M. (2012). Host National and Religious Identification Among Turkish Muslims in Western Europe: The role of ingroup norms, perceived discrimination and value incompatibility. *European Journal of Social Psychology*, 42(7), 893–903.
- Maydell-Stevens, E., Masggoret, A.-M. ve Ward, T. (2007). Problems of psychological and sociocultural adaptation among Russian speaking immigrants in New Zealand. *Social Policy Journal of New Zealand*, 30, 178–198.
- Mc Connel, A. (2016). Refugee or Migrant? Word choice matters. *UNHCR*. [https://www.unhcr.org/cy/wp-content/uploads/sites/41/2018/02/UNHCR\\_Refugee\\_or\\_Migrant\\_EN.pdf](https://www.unhcr.org/cy/wp-content/uploads/sites/41/2018/02/UNHCR_Refugee_or_Migrant_EN.pdf) adresinden erişildi.
- Missinne, S. ve Bracke, P. (2012). Depressive symptoms among immigrants and ethnic minorities: A population based study in 23 European countries. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 47(1), 97–109.
- Morawa, E. ve Erim, Y. (2014). Acculturation and Depressive Symptoms Among Turkish Immigrants in Germany. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 11(9), 9503–9521.
- Nahcivan, N.Ö. Demirezen, E. ve Erdoğan, S. (1999). Birinci basamakta Yaşlılarda Depresyon ile İlişkili Faktörler. 35. *Ulusal Psikiyatri Kongresi* içinde . Trabzon.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J. ve Tobin, S. S. (1961). The Measurement of Life Satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16(2), 134–143.
- Nguyen, A. M. T. D. ve Benet-Martínez, V. (2013). Biculturalism and Adjustment: A Meta-Analysis. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 44(1), 122–159.
- Norredam, M. (2015). Migration and health: exploring the role of migrant status through register-based studies. *Danish medical journal*, 62(4), B5068.
- Oishi, S., Diener, E., Suh, E. ve Lucas, R. E. (1999). Value as a Moderator in Subjective Well-Being. *Journal of Personality*, 67(1), 157–184.

- Onyishi, I. E., Okongwu, O. E. ve Ugwu, F. O. (2013). Personality and social support as predictors of life satisfaction of nigerian prisons officers. *European Scientific Journal*, 8, 110–125.
- Paschali, A. ve Tsitsas, G. (2010). Stress and life satisfaction among university students-a pilot study. *Annals of General Psychiatry*, 9(S1).
- Pavot, W., Diener, E., Colvin, C. R. ve Sandvik, E. (1991). Further Validation of the Satisfaction With Life Scale; Evidence for the Cross-Method Convergence of Well-Being Measures. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 149–161.
- Rask, K., Åstedt-Kurki, P. ve Laippala, P. (2002). Adolescent subjective well-being and realized values. *Journal of Advanced Nursing*, 38(3), 254–263.
- Ratna, L. (1985). Race, Culture, and Mental Disorder. By Philip H. Rack London: Tavistock. 1982. Pp 305. *British Journal of Psychiatry*, 146(2), 219–219.
- Ryder, A. G., Alden, L. E. ve Paulhus, D. L. (2000). Is acculturation unidimensional or bidimensional? A head-to-head comparison in the prediction of personality, self-identity, and adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(1), 49–65.
- Sabuncu, N., Babadağ, K., Taşocak, G. ve Atabek, T. (1996). *Hemşirelik Esasları*. (H. Seçim, Ed.). T.C. Anadolu Üniversitesi Yayınları No: 496, Açıköğretim Fakültesi Yayınları No: 225.
- Safi, M. (2010). Immigrants' Life Satisfaction in Europe: Between Assimilation and Discrimination. *European Sociological Review*, 26(2), 159–176.
- Şahin, B. (2010). Almanya'daki Türk Göçmenlerin Sosyal Entegrasyonunun Kuşaklar arası Karşılaştırılması, Kültürleşme. *Bilig : Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi*, (55), 103–134.
- Şahin, C. (1999). *Yurt Dışı Yaşantısı Geçiren ve Geçirmeyen Anadolu Lisesi Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeyleri*. Gazi Üniversitesi.
- Şahin Kütük, B. (2015). Türkiye'den Batı Avrupa'ya İşçi Göçünün Sosyolojik Çalışmalara Yansımaları. *Istanbul Journal of Sociological Studies*, (52), 609–654.
- Sam, D. L. (2009). Variation in immigrant youth adaptation: Role of society of settlement, acculturation profiles and ethnicity.
- Sam, David L. ve Berry, J. W. (2010). Acculturation: When Individuals and Groups of Different Cultural Backgrounds Meet. *Perspectives on Psychological Science*, 5(4), 472–481.
- Şeker, B. D. ve Sirkeci, İ. (2014). Birleşik Krallık'daki Türkiye Kökenli Kadınlarda Yaşam Doyumu: Kimlik, Kültürleşme ve Ayrımcılık. *Türk Psikoloji Yazıları*, 17(34), 69–81.
- Şeker, D. (2006). Kente göç etmiş bir örneklemede kültüre uyum (kültürlenme) süreçleri. *İnsan Bilimleri Dergisi*, 3(2).

- Şemşit, S. (2018). Avrupa Birliği Politikaları Bağlamında Uluslararası Göç Olgusu ve Türleri: Kavramsal Bakış. *Yönetim ve Ekonomi: Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 25(1), 269–289.
- Shen, B. J. ve Takeuchi, D. T. (2001). A structural model of acculturation and mental health status among Chinese Americans. *American Journal of Community Psychology*, 29(3), 387–418.
- Spiker, R. L. (2014). Mental Health and Marital Status. W. C. Cockerham, R. Dingwall ve S. R. Quah (Ed.), *The Wiley Blackwell Encyclopedia of Health, Illness, Behavior, and Society* içinde (First.). John Wiley & Sons.
- Stonequist, E. V. (1935). The American. *Journal of Sociology*, 41(3), 1–12.
- T.C. Bern Büyükelçiliği. (2019). Türkiye-İsviçre İlişkileri. <http://bern.be.mfa.gov.tr/Mission/ShowInfoNote/353968> adresinden erişildi.
- T.C. Dışişleri Bakanlığı. (2020). Yurtdışında Yaşayan Türk Vatandaşları. [http://www.mfa.gov.tr/yurtdisinda-yasayan-turkler\\_.tr.mfa](http://www.mfa.gov.tr/yurtdisinda-yasayan-turkler_.tr.mfa) adresinden erişildi.
- Taşdemir, N. (2017). Göçmenler Arasında Algılanan Ayrımcılık, Psikolojik İyi Olma Hali ve Sosyal Kimlikler İlişkisinin Değerlendirilmesi. *Sinop Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(7), 47–70.
- TDK Sözlüğü. (2019). <https://sozluk.gov.tr/?kelime=> adresinden erişildi.
- Tekeli, İ. ve Erder, L. (1978). *Yerleşme Yapısının Uyum Süreci Olarak İç Göçler*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
- Terzi, Y. (2019). SPSS İle İstatistiksel Veri Analizi. Samsun.
- Toksöz, G. (2006). *Uluslararası Emek Göçü*. İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Ünlü Ince, B., Fassaert, T., de Wit, M. A. S., Cuijpers, P., Smit, J., Ruwaard, J. ve Riper, H. (2014). The relationship between acculturation strategies and depressive and anxiety disorders in Turkish migrants in the Netherlands. *BMC Psychiatry*, 14(1), 1–11.
- Vedder, P., Vijver, van de, F.J.R. ve Liebkind, K. (2006). Predicting Immigrant Youths' Adaptation Across Countries and Ethnocultural Groups. J. W. Berry, J. S. Phinney, D. L. Sam ve P. Vedder (Ed.), *Immigrant Youth in Cultural Transition: Acculturation, Identity, and Adaptation Across National Contexts* (ss. 143–165). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Veenhoven, R. (2015). Social conditions for human happiness: A review of research. *International Journal of Psychology*, 50(5), 379–391.
- Virta, E., Sam, D. L. ve Westin, C. (2004). Adolescents with Turkish Background in Norway and Sweden: A comparative study of their psychological adaptation. *Scandinavian Journal of Psychology*, 45(1), 15–25.

- Ward, C. (2001). The A,B,Cs of acculturation. D. Matsumoto (Ed.), *The handbook of culture and psychology* (ss. 411–445). Oxford University Press.
- Ward, C. (2006). Acculturation, identity and adaptation in dual heritage adolescents. *International Journal of Intercultural Relations*, 30(2), 243–259.
- Woellert, F., Kröhnert, S., Sippel, L. ve Klingholz, R. (2009). *Ungenutzte Potenziale: Zur Lage der Integration in Deutschland. Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung* (C. 91). Berlin.
- Yağmur, K. ve van de Vijver, F. J. R. (2012). Acculturation and Language Orientations of Turkish Immigrants in Australia, France, Germany, and the Netherlands. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 43(7), 1110–1130.
- Yu, W. ve Wang, S. (2011). An Investigation into the Acculturation Strategies Of Chinese Students in Germany. *Intercultural Communication Studies*, 20(2), 190–210.

## EKLER

### EK 1. Sosyodemografik Bilgi Formu

1. Cinsiyet:  Kadın  Erkek
2. Yaş: .....
3. Medeni Durum:  Evli  Bekar  Boşanmış  Dul
4. Eğitim Durumu:
  - İlkokul (Primarschule)
  - Ortaokul (Bezirksschule, Sekundarschule, Realschule)
  - Meslekokulu (Berufsschule)
  - Lise (Kantonschule)
  - Üniversite (Bachelor) ve Üzeri
5. Çalışıyor musunuz?  Evet  Hayır
6. Aylık Gelir Düzeyiniz:
  - 2000Fr. ve altı
  - 2001Fr.-4000Fr.
  - 4001Fr.-6000Fr.
  - 6001Fr.-8000Fr.
  - 8001Fr.-10000Fr.
  - 10000Fr. ve üstü
7. Doğum Yeriniz:  Türkiye  İsviçre
8. Kendinizi nereli hissedersiniz?  Türk  İsviçreli  Hem Türk hem İsviçreli

## EK 2. Kültürleşme Tutumları  lçeği

AŞağıdaki ifadeler, İsviçre'deki hayatınızda karŐılaŐtıđınız deđiŐik durumlarda nasıl d Ő nd đünüzle ilgilidir. Bazı ifadeler Türk kültürü, bazıları İsviçre kültürü, bazıları ise hem Türk hem İsviçre kültürleri hakkındadır. Diğer ifadelerde ise bir k lt r seğimi yoktur. Lütfen bu konulardaki kiŐisel tercihlerinizi belirtiniz.

		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Ne Ne Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Türk bayramlarından çok İsviçre'nin bayramlarını kutlamayı tercih ederim.					
2	Türkler'den çok İsvirelilerle biraraya gelip vakit geçirmeyi tercih ederim.					
3	Hem İsviçre hem Türk bayramlarını kutlamayı tercih ederim.					
4	İsviçreliler'den çok Türkler'le biraraya gelip vakit geçirmeyi tercih ederim.					
5	"Bayram" bana birŐey ifade etmiyor.					
6	Hem İsvirelilerle hem Türklerle biraraya gelip vakit geçirmeyi tercih ederim.					
7	İsviçre bayramlarından çok Türk bayramlarını kutlamayı tercih ederim.					
8	Kimlerle bir araya gelip vakit geirdiğime aldırمام.					
9	Hem Türk hem İsviçre kültürünü benimsemeyi tercih ederim.					
10	Evde Türk yemeklerinden çok İsviçre yemekleri yemeyi tercih ederim.					
11	Evimde Türkler'e özgü süslemelerden çok İsviçrelilere özgü süslemelerin olmasını tercih ederim.					
12	Yakın arkadaşlarımmın İsviçreliler'den çok Türk olmasını tercih ederim.					
13	Evde ne çeŐit yemek yediğime aldırırŐ etmem.					
14	İsviçre kültüründen çok Türk kültürünü benimsemeyi tercih ederim.					
15	Hem Türk hem İsviçreli gibi yaşamaktan hoŐlandđımı söyleyebilirim.					

16	Ne tür gazete okuduğuma aldırış etmem.					
17	Yakın arkadaşlarımla hem İsviçreli hem Türk olmasını tercih ederim.					

		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Ne Katılıyorum Ne	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
18	Çoğu zaman ne şekilde yaşayacağıma aldırış etmem.					
19	Türk kültüründen çok İsviçre kültürünü benimsemeyi tercih ederim.					
20	Evde Türkçe'den çok Almanca konuşmayı tercih ederim.					
21	İsviçre gazetelerinden çok Türk gazetelerini okumayı tercih ederim.					
22	Evimde İsviçrelilere özgü süslemelerden çok Türklere özgü süslemelerin olmasını tercih ederim					
23	Hangi kültürü benimsediğime aldırış etmem.					
24	İsviçreliler'den çok bir Türk gibi yaşamaktan hoşlandığımı söyleyebilirim					
25	Türk gazetelerinden çok İsviçre gazetelerini okumayı tercih ederim.					
26	Evde hem İsviçre hem Türk yemekleri yemeyi tercih ederim.					
27	Evi süsleme gibi önemsiz şeylerle kafamı yormam.					
28	Evde hem Almanca hem Türkçe konuşmayı tercih ederim.					
29	Evde İsviçre yemeklerinden çok Türk yemekleri yemeyi tercih ederim.					
30	Hem İsviçre hem Türk gazetelerini okumayı tercih ederim.					
31	Türk'ten çok bir İsviçreli gibi yaşamaktan hoşlandığımı söyleyebilirim.					
32	Yakın arkadaşlarımla kimler olduğuna aldırış etmem.					
33	Evde Almanca'dan çok Türkçe konuşmayı tercih ederim.					
34	Evimde hem İsviçrelilere hem Türklere özgü süslemelerin olmasını tercih ederim.					

35	Çoğu zaman duygu ve düşüncelerimi nasıl dile getirdiğime aldırış etmem.					
36	Yakın arkadaşlarımla Türk'ten çok İsviçreli olmasını tercih ederim.					

### EK 3. SCL 90-R

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

Tanımlama:

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

Örnek : ...3... Bel ağrısı

	1. Baş ağrısı
	2. Sinirlilik ya da içinin titremesi
	3. Zihinden atamadığınız yineleyici (tekrarlayıcı) hoş gitmeyen düşünceler
	4. Baygınlık ya da baş dönmesi
	5. Cinsel arzu ve ilginin kaybı
	6. Başkaları tarafından eleştirilme duygusu
	7. Herhangi bir kimsenin düşüncelerinizi kontrol edebileceği fikri
	8. Sorunlarınızdan pek çoğu için başkalarının suçlanması gerektiği fikri
	9. Olayları anımsamada (hatırlamada) güçlülük
	10. Dikkatsizlik veya sakarlıkla ilgili düşünceler

	11. Kolayca gücenme, rahatsız olma hissi
	12. Göğüs veya kalp bölgesinde ağrılar
	13. Caddelerde veya açık alanlarda korku hissi
	14. Enerjinizde azalma veya yavaşlama hali
	15. Yaşamınızın sona ermesi düşünceleri

	16. Başka kişilerin duymadıkları sesleri duyma
	17. Titreme
	18. Çoğu kişiye güvenilmemesi gerektiği hissi
	19. İştah azalması
	20. Kolayca ağlama
	21. Karşı cinsten kişilerle ilgili utangaçlık ve rahatsızlık hissi
	22. Tuzağa düşürülmüş veya tuzağa yakalanmış olma hissi
	23. Bir neden olmaksızın aniden korkuya kapılma
	24. Kontrol edilemeyen öfke patlamaları
	25. Evden dışarı yalnız çıkma korkusu
	26. Olanlar için kendini suçlama
	27. Belin alt kısmında ağrılar
	28. İşlerin yapılmasında erteleme duygusu
	29. Yalnızlık hissi
	30. Karamsarlık hissi
	31. Her şey için çok fazla endişe duyma
	32. Her şeye karşı ilgisizlik hali
	33. Korku hissi

	34. Duyularınızın kolayca incitilebilmesi hali
	35. Diğer insanların sizin düşündüklerinizi bilmesi hissi
	36. Başkalarının sizi anlamadığı veya hissedemeyeceği duygusu
	37. Başkalarının sizi sevmediği ya da dostça olmayan davranışlar gösterdiği hissi
	38. İşlerin doğru yapıldığından emin olabilmek için çok yavaş yapmak
	39. Kalbin çok hızlı çarpması
	40. Bulantı veya midede rahatsızlık hissi
	41. Kendini başkalarından aşağı görme
	42. Adale (kas) ağrıları
	43. Başkalarının sizi gözlediği veya hakkınızda konuştuğu hissi
	44. Uykuya dalmada güçlük
	45. Yaptığımız işleri bir ya da birkaç kez kontrol etme
	46. Karar vermede güçlük
	47. Otobüs, tren, metro gibi araçlarla yolculuk etme korkusu
	48. Nefes almada güçlük
	49. Soğuk veya sıcak basması
	50. Sizi korkutan belirli uğraş, yer veya nesnelere kaçınma durumu
	51. Hiç bir şey düşünmeme hali
	52. Bedeninizin bazı kısımlarında uyuşma, karıncalanma olması
	53. Boğazınıza bir yumru tıkanmış hissi
	54. Gelecek konusunda ümitsizlik
	55. Düşüncelerinizi bir konuya yoğunlaştırmada güçlülük
	56. Bedeninizin çeşitli kısımlarında zayıflık hissi
	57. Gerginlik veya coşku hissi

58. Kol ve bacaklarda ağırlık hissi
59. Ölüm ya da ölme düşünceleri
60. Aşırı yemek yeme
61. İnsanlar size batığı veya hakkınızda konuştuğu zaman rahatsızlık duyma
62. Size ait olmayan düşüncelere sahip olma
63. Bir başkasına vurmak, zarar vermek, yaralamak dürtülerinin olması
64. Sabahın erken saatlerinde uyanma
65. Yıkınma, sayma, dokunma gibi bazı hareketleri yenileme hali

66. Uykuda huzursuzluk, rahat uyuyamama
67. Bazı şeyleri kırıp dökme isteği
68. Başkalarının paylaşıp kabul etmediği inanç ve düşüncelerin olması
69. Başkalarının yanında kendini çok sıkışık hissetme
70. Çarşı, sinema gibi kalabalık yerlerde rahatsızlık hissi
71. Her şeyin bir yük gibi görünmesi
72. Dehşet ve panik nöbetleri
73. Toplum içinde yer içerken huzursuzluk hissi
74. Sık sık tartışmaya girme
75. Yalnız bırakıldığınızda sinirlilik hali
76. Başkalarının sizi başarılarınız için yeterince takdir etmediği duygusu
77. Başkalarıyla birlikte olunan durumlarda bile yalnızlık hissetme
78. Yerinizde durmayacak ölçüde rahatsızlık duyma/hissetme
79. Değersizlik duygusu
80. Size kötü bir şey olacakmış duygusu/hissi

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

#### EK 4. Yaşam Doyumu Ölçeği

Aşağıdaki ifadelere katılıp katılmadığınızı görüşünüzü yansıtan rakamı maddenin başındaki boşluğa işaretleyerek belirtiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Sizin durumunuzu yansıttığını düşündüğünüz rakam bizim için en doğru yanıttır. Lütfen, açık ve dürüst şekilde yanıtlayınız.

		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılmamaya Meyilliyim	Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum	Katılmaya Meyilliyim	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Pek çok açıdan ideale yakın bir yaşamım var	1	2	3	4	5	6	7
2	Yaşam koşullarım mükemmeldir	1	2	3	4	5	6	7
3	Yaşamım beni tatmin ediyor	1	2	3	4	5	6	7
4	Şimdiye kadar, yaşamda istediğim önemli şeyleri elde ettim	1	2	3	4	5	6	7
5	Hayatımı bir daha yaşama şansım olsaydı, hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim	1	2	3	4	5	6	7