

İSTANBUL BİLGİ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ PROGRAMLAR ENSTİTÜSÜ
TRAVMA VE AFET ÇALIŞMALARI UYGULAMALI RUH SAĞLIĞI
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

SURİYELİ MÜLTECİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE TRAVMA
SONRASI BÜYÜME İLE MANEVİ BAŞA ÇIKMA ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

İNAS BEKDAŞ

119705011

Prof. Dr. Işık KARAKAYA

İSTANBUL

2021

**SURİYELİ MÜLTECİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE TRAVMA
SONRASI BÜYÜME İLE MANEVİ BAŞA ÇIKMA ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**A STUDY OF THE RELATIONSHIP BETWEEN POST-TRAUMA
GROWTH AND SPIRITUAL COPING IN SYRIAN REFUGEE
UNIVERSITY STUDENTS**

İnas BEKDAŞ

119705011

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Işık Karakaya

İstanbul Bilgi Üniversitesi

(İmza)

Jüri Üyesi: Prof. Dr. Ahmet Tamer AKER

İstanbul Bilgi Üniversitesi

(İmza)

Jüri Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Neslihan ARICI ÖZCAN

İstanbul Medeniyet Üniversitesi

(İmza)

Tezin Onaylandığı Tarih: 20.12.2021

Toplam Sayfa Sayısı: 152

Anahtar Kelimeler (Türkçe)

- 1) Travma
- 2) Travma Sonrası Büyüme
- 3) Manevi Başa Çıkma
- 4) Suriyeli Mülteci Öğrenciler
- 5) Mülteci

Anahtar Kelimeler (İngilizce)

- 1) Trauma
- 2) Post Traumatic Growth
- 3) Spiritual Coping
- 4) Syrian University Students
- 5) Refugee

TEŞEKKÜR

İlk önce insana kalemle yazmayı öğreten ve sonsuz nimetlerle bizi onurlandıran Allah’a hamd ederim. Tez yolculuğumda desteğini esirgemeyen, bana yol gösteren, beni sabırla dinleyen, sakin sesiyle ve güler yüzüyle motive eden hocam Prof. Dr. Işık KARAKAYA’ya teşekkürlerimi sunuyorum.

Şu an bu kelimeleri yazmama vesile olan, değerli zamanımı bana ayıran, Türkçe dilini sevmemi sağlayan hocam Raife RAHMANİ’e tüm destekleri için teşekkür ederim. Tez çalışmamda beni destekleyen, sabır ve anlayışla dinleyen ve çok yardımcı olan Sümeyra TORUN, Tuğba ÖZ ve Amine Hümeysra BULDUR hocalarıma minnet ve şükran borçluyum. Ayrıca manevi desteklerini esirgemeyen iş arkadaşlarım, Büşra İŞCAN KUZUCU, Büşra YAZICI, Fatma MUHAMMED, Gülhan TOY, Hediye Çelik, Kevser ERDEM ÇETİN, Melek Merve ERKİLİNÇ, Meral KAVAK, Ragad BİTAR, Zehra GÖKDEMİR, Zeynep ARSLAN ve Zübeyde AHMAD’a müteşekkirim. İlaveten bu yolda ilerlemek için kendi deneyimleriyle beni destekleyen, endişelendiğimde sakinleştiren ve yol gösteren sevgili arkadaşlarım Danya VAHUD ve Dalia VAHUD’a teşekkür ederim.

Bana her zaman inanan, koşulsuz sevgi ve destekleri için kardeşlerim Raniya, Randa, Hanadi ve Anas ALFAKER’e, varlıklarından mutluluk duyduğum yeğenlerim Hassan, Sidra ve Şam ALBAYDA’a, uzak olsa bile duaları ile hep yanımda olan biricik annem İbtisam KARKAR’a ve kıymetli babam Muhammed ALFAKER’e teşekkürlerimi sunarım.

Bu zor süreçte tüm sabır ve hoşgörüyle yanımda duran, varlığıyla mutlu eden, güveni ve sevgi ile motive eden, her türlü maddi ve manevi desteği ile beni cesaretlendiren ve yolumu aydınlatan arkadaşım, canım eşim Ahmad BEKDAŞ’a ve bu yolda bana eşlik eden gözlerimin nuru ve hayatımı güzelleştiren çocuklarım Mahmud ve Muhammed BEKDAŞ’a sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Son olarak bu çalışmayı, Suriye Savaşı’nda kaybettiğim çok sevdiğim iki abim Ahmad ve Mahir ALFAKKER’in aziz hatırasına armağan etmek istiyorum.

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	iii
İÇİNDEKİLER.....	iv
KISALTMALAR.....	viii
TABLO LİSTESİ	ix
ABSTRACT	xi
ÖZET	xii
GİRİŞ.....	1
BİRİNCİ BÖLÜM.....	4
1.1. Suriye Devrimi Tarihi ve Nedenleri.....	4
1.2. Göçmen, Mülteci ve Sığınmacı Kavramları.....	6
1.3. Göçün Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkisi.....	8
1.4. Göçün Üniversite Öğrencileri Üzerindeki Etkisi.....	13
İKİNCİ BÖLÜM	17
2.1. Travma	17
2.2. Travma Sonrası Stres Bozukluğu	18
2.3. Travma Sonrası Büyüme (TSB).....	22
2.3.1. Travma Sonrası Büyüme Boyutları.....	24
2.3.1.1. Kendilik Algısında Yaşanan Değişim	24
2.3.1.2. Kişilerarası İlişkilerde Yaşanan Değişim	25
2.3.1.3. Yaşam Anlamında Yaşanan Değişim.....	26

2.3.2. Travma Sonrası Büyüme ile İlişkili Modeller.....	27
2.3.2.1. Schaefer ve Moss'un (1998) Yaşam Krizleri ve Büyüme Kavramsal Modeli	28
2.3.2.2. Tedeschi ve Calhoun'un (2004) İşlevsel- Betimsel Modeli	29
2.3.2.3. Joseph ve Linley'in Organizmik Değerlendirme Modeli	30
2.3.2.4. Park'ın Anlam Oluşturma Modeli.....	31
2.3.3. Travma Sonrası Büyüme ile İlişkili Değişkenler	32
2.3.4. Mültecilerde Travma Sonrası Büyüme	34
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	36
3.1. Manevi Başa Çıkma	36
3.2. Manevi Başa Çıkma Stratejileri.....	41
3.3. Mültecilerde Manevi Başa Çıkma.....	45
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	48
4.1. Araştırmanın Amacı.....	48
4.2. Araştırmanın Önemi	48
4.3. Araştırmanın Hipotezleri.....	49
4.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	49
5.1. Araştırmanın Modeli.....	50
5.2. Araştırmanın Örneklemi	50
5.3. Araştırmanın Veri Toplama Araçları	50
5.3.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu.....	51

5.3.2. Olayların Etkisi Ölçeği (IES-R) Arapça Versiyonu	51
5.3.3. Travma Sonrası Büyüme Ölçeği (PTGI) Arapça Versiyonu.....	52
5.3.4. Manevi Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği (SCS) Arapça Versiyonu.....	52
5.4. İşlem.....	53
5.5. Araştırmanın Veri Analizi.....	54
ALTINCI BÖLÜM.....	55
Araştırma Bulguları.....	55
6.1. Sosyo-Demografik Bulgular	55
6.2. Olayların Etkisi Ölçeği, Travma Sonrası Büyüme ve Manevi Başa Çıkma Ölçeği Bulguları	59
6.3. Değişkenlerin Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular.....	60
6.4. Olayların Etkisi Ölçeği, Travma Sonrası Büyüme ve Manevi Başa Çıkma Alt Boyutları Değişkenlerinin Arasındaki İlişkiler.....	71
YEDİNCİ BÖLÜM	74
7.1. Tartışma ve Sonuç	74
7.2. Çalışmanın Kısıtlılıkları ve Önerileri.....	81
KAYNAKÇA	84
EKLER.....	129
EK-1 Bilgilendirme Onam Formu	129
EK-2 Sosyo-Demografik Bilgi Formu	130
EK-3 Olayların Etkisi Ölçeği	132

EK-4 Olayların Etkisi Ölçeği Arapça Versiyonu	134
EK-5 Travma Sonrası Büyüme Ölçeği	136
EK-6 Travma Sonrası Büyüme Ölçeği Arapça Versiyonu.....	137
EK-7 Manevi Başa Çıkma Ölçeği İngilizce Versiyonu	139
EK-8 Etik Kurul Değerlendirme Sonucu	140



KISALTMALAR

AİHM	Avrupa İnsan Hakları Mahkemesi
APA	American Psychiatric Association- Amerikan Psikiyatri Derneği
BMMYK	Birleşmiş Milletler Mülteciler Yüksek Komiserliği
ÇEV	Çeviri
DSM	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders – Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı
IOM	International Organization for Migration
SPSS	Statistic Packets For Social Sciences
TSB	Travma Sonrası Büyüme
TSSB	Travma Sonrası Stres Bozukluğu
UNHCR	United Nations High Commissioner For Refugees – Birleşmiş Milletler Mülteci Yüksek Komiserliği

TABLO LİSTESİ

Tablo 6.1.1: Katılımcıların Yaş Dağılımına Göre Betimsel Bilgiler.....	56
Tablo 6.1.2: Katılımcıların Sosyo-Demografik ve Kişisel Bilgilerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	57
Tablo 6.1.3: Katılımcıların Savaşta Kaldıkları Süre Dağılımı.....	59
Tablo 6.1.4: Çalışma Durumu ve Cinsiyet Ki-Kare Analizi Sonuçları.....	60
Tablo 6.2.1: Katılımcıların Olayların Etkisi Ölçeği, Travma Sonrası Büyüme Ölçeği ve Manevi Başa Çıkma Ölçeği Alt Boyutlarında Aldıkları Puanların Dağılımı.....	61
Tablo 6.3.1: Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine Göre Travma Sonrası Büyüme, Manevi Başa Çıkma ve Olayların Etkisi Puanlarının Karşılaştırması.....	62
Tablo 6.3.2: Örneklemin Travma Sonrası Büyüme, Manevi Başa Çıkma ve Olayların Etkisi Puanlarının Medeni Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	63
Tablo 6.3.3: Katılımcıların Travma Sonrası Büyüme, Manevi Başa Çıkma ve Olayların Etkisi Puanlarının Çocuk Sahibi Olma Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	64
Tablo 6.3.4: Katılımcıların Travma Sonrası Büyüme, Manevi Başa Çıkma ve Olayların Etkisi Puanlarının Psikolojik Rahatsızlığı Olma Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	65
Tablo 6.3.5: Katılımcıların Travma Sonrası Büyüme, Manevi Başa Çıkma ve Olayların Etkisi Puanlarının Savaşta Yakın Kaybı Değişkenine göre Karşılaştırılması.....	66

Tablo 6.3.6: Travma Sonrası Büyüme Düzeyinin, Eğitim, Savaşta Kalma Süresi, Türkçe Dil Düzeyi ve Kendilik Değerlendirmesi Durumu Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması.....	68
Tablo 6.3.7: Manevi Başa Çıkma Düzeyinin, Eğitim, Savaşta Kalma Süresi, Türkçe Dil Düzeyi ve Kendilik Değerlendirmesi Durumu Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması.....	70
Tablo 6.3.8: Olayların Etkisi Düzeyinin, Eğitim, Savaşta Kalma Süresi, Türkçe Dil Düzeyi ve Kendilik Değerlendirmesi Durumu Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması.....	71
Tablo 6.4.1: Katılımcıların Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Travma Sonrası Büyüme ile Manevi Başa Çıkma Alt Boyutların Düzeyleri Arasındaki İlişki.....	73
Tablo 6.4.2: Katılımcıların Kullandıkları Manevi Başa Çıkma Alt Ölçekleri ile Travma sonrası Büyüme Puanlarını Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları.....	74
Tablo 6.4.3: Olayların Etkisinin Travma Sonrası Büyüme Üzerindeki Etkisinin Regresyon Analizi Bulguları.....	74

ABSTRACT

This study was conducted to examine the relationship between post-traumatic growth, symptoms of post-traumatic stress and spiritual coping in refugee university students who migrated to Turkey due to the war in Syria. In our cross-sectional study, the Arabic versions of the Sociodemographic Information Form, the Impact of Events Scale (IES-R), the Post-Traumatic Growth Scale (TSB), and the Spiritual Coping Scale (SCS) were applied online as data collection tools. The age of the participants was limited between 18-25 and 299 students were reached. The sample group consisted of 165 (55.2%) women and 134 (44.8%) men. As a result of the research, a statistically significant positive correlation was found with post-traumatic growth, spiritual coping and post-traumatic stress symptoms. There was no significant relationship between spiritual coping and post-traumatic stress symptoms. In addition, a statistically significant positive correlation was found between the sub-dimensions of spiritual coping, religious and non-religious spiritual coping, and post-traumatic growth. It has been observed that post-traumatic stress symptoms have 5% predictive power of post-traumatic growth. In addition, non-religious spiritual coping was found to have a 19% predictive power of post-traumatic growth, while religious spiritual coping was found to have a 5% predictive power of post-traumatic growth.

Keywords: Refugee, University Students, Post-Traumatic Growth, Spiritual Coping, Post-Traumatic Stress Symptoms

ÖZET

Bu çalışma, Suriye’de yaşanan savaş dolayısıyla Türkiye’ye göç eden mülteci üniversite öğrencilerinde travma sonrası büyüme, travma sonrası stres belirtileri ile manevi başa çıkma arasındaki ilişki incelemek amacıyla yapılmıştır. Kesitsel tipteki araştırmamızda, veri toplama aracı olarak Sosyodemografik Bilgi Formu, Olayların etkisi Ölçeği (IES-R), Travma Sonrası Büyüme Ölçeği (TSB) ve Manevi Başa Çıkma Ölçeği (SCS)’in Arapça versiyonları çevrimiçi ortamda uygulanmıştır. Katılımcıların yaşı 18-25 ile arasında sınırlandırılmış olup 299 öğrenciye ulaşılmıştır. Örneklemenin grubu 165 (%55,2)’i kadın ve 134 (%44,8)’ü erkekten oluşmaktadır. Araştırma sonucunda travma sonrası büyüme, manevi başa çıkma ve travma sonrası stres belirtileri arasında istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Manevi başa çıkma ile travma sonrası stres belirtileri arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Ayrıca manevi başa çıkmanın alt boyutları dini ve dini olmayan manevi başa çıkma ile travma sonrası büyüme arasında istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Travma sonrası stres belirtilerinin, travma sonrası büyümeyi %5 yordama gücüne sahip olduğu gözlemlenmiştir. Dini olmayan manevi başa çıkma, travma sonrası büyümeyi %19 yordama gücüne sahip olduğu bulunmuşken dini olan manevi başa çıkma travma sonrası büyümeyi %5 yordama gücüne sahip olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Mülteci, Üniversite Öğrencileri, Travma Sonrası Büyüme, Manevi Başa Çıkma, Travma Sonrası Stres Belirtileri

GİRİŞ

Son yıllarda dünya genelinde ve özellikle Suriye’de yaşanan travmatik olaylar gün geçtikçe artış göstermektedir. Travma, kişinin doğrudan yaşadığı/tanık olduğu ya da yakınlarının başına geldiğini öğrendiği, birdenbire ve beklenmedik bir şekilde ortaya çıkan, kişide dehşet, kaygı ve panik yaratan, kişinin günlük yaşantısını ve anlamlandırma süreçlerini alt üst eden yaşantılar olarak tanımlanmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği [APB], 2013). Bununla birlikte bu insanlar bir şekilde hayatlarını sürdürmeye ve zorluklarla başa çıkmaya çalışmaktadırlar. Travma ve afetler konusunu ele alan çoğu çalışmada travmatik olayların olumsuz yanlarından ve insanlar üzerine bıraktığı fiziksel, zihinsel veya ağır ruhsal zararlardan bahsedilmektedir. Tedeschi ve Calhoun’a göre ağır ve zorlayıcı yaşam şartları altında yaşayan ve mücadele eden insanlarda “travma sonrası büyüme” yaşanabilmektedir (İnci, 2013).

Travma sonrası büyüme (TSB), kişinin yaşamında olumlu davranışsal, duygusal ve bilişsel alanda meydana gelen değişiklikler olarak tanımlanmaktadır (Özpolat ve Kanat, 2016). Travma sonrası büyüme kavramının, yaşanan travmatik olaydan sonra kişinin hayata karşı daha istekli olma, diğer kişiler ile daha yakın hissetme ve ilişkilerini genişletme, kendi hayatındaki yeni imkanları değerlendirip farkında olma gibi farklı alanlarda gelişim gösterdiği durumları kapsadığı belirtilmektedir (Akcan, 2018).

Tedeschi ve ark.(1998) kişinin yaşadığı travmatik olayı açıklamak için deprem metaforunu kullanmıştır. Depremi bir binayı yıktığı gibi travmanın da kişinin bilişsel şemalarını, dünyaya ve kendine dair inançlarını şiddetle sarstığını ve yıktığını söylemiştir. Bu mücadeleden sonra travma sonrası büyüme (TSB) oluşabilmektedir. TSB’nin oluşmasını etkileyen önemli faktörler vardır. Bunlar bireysel, çevresel ve yaşanan travmatik olay ile ilgili faktörleri içermekle birlikte travmatik olay sonrasında kullanılan başa çıkma tarzları da travma sonrası büyümeyi önemli ölçüde etkilemektedir (Şimşir, 2017). Savaş yaşayan mülteci Suriyelilerde başa çıkma tarzlarından en çok kullanılan manevi başa çıkma tarzının,

ağır olaylar yaşadıklarına dair olumlu değerlendirme yapmalarını sağladığı ifade edilmektedir (Şimşir, 2017).

2019 yılında Karakaya tarafından yapılan araştırmaya göre ruh sağlığı semptomları ile manevi başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olmakla birlikte, manevi başa çıkma ile ruh sağlığı arasındaki ilişkinin travma şiddeti ve maruziyet derecesine göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Travma şiddeti ve maruziyet derecesi arttıkça manevi başa çıkma ile ruh sağlığı arasındaki ilişkinin önemi artmaktadır. 2015 yılında Ndzebir tarafından yapılan araştırmaya göre, manevi başa çıkma stratejilerini kullanan mültecilerde, travma sonrası stres bozukluğu semptomlarının daha düşük olduğu görülmüştür. İşkence yaşayan mültecilerle çalışan sağlık profesyonellerinin görüşüne göre madde kötüye kullanımına karşı dinin önemli bir koruyucu faktör olduğu tespit edilmiştir (Plante ve Sharma, 2001). Din/manevi boyutun insan hayatında önemli bir faktör olduğu ve bu faktörün hayata daha iyi bir anlam verebilme, daha fazla sosyal destek alabilme, yaşanan zorlulukların kabul edebilme ve yapılandırılmış bir inanç sistemine sahip olabilmeyi sağladığını belirtilmiştir (Shaw, Joseph ve Linley, 2005). Mülteciler ile ilgili yapılan araştırmalara göre mültecilerin dindarlık düzeyleri arttıkça daha fazla işlevsel ve sorun odaklı başa çıkma stratejilerine yöneldikleri gözlemlenmiştir (Mustafa ve Çelik, 2019). Mültecilerde yapılan ibadetlerin artmasıyla birlikte daha yüksek düzeyde etkin ve işlevsel başa çıkma, yaşadıkları olumsuz olayları olumlu bir şekilde yeniden değerlendirip yorumlama, kabullenme ve duygusal sosyal destek kullandıkları ortaya koyulmuştur (Mustafa ve Çelik, 2019). Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada üç yıl içinde ağır olumsuz olaylar yaşayan öğrencilerin travma sonrası büyüme ile manevi inancın önemli derecede ilişkili olduğu görülmüştür (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Bu bilgilerden yola çıkarak günümüzde travmatik olaylar arttıkça insanları ayakta tutan ve daha iyi olmalarını sağlayan faktörlere odaklanmakta ve incelenmekte fayda olduğu düşünülmektedir. Hem savaş hem de göç gibi travmatik olaylara maruz kalan mülteci üniversite öğrencilerinde, travma sonrası büyüme ve manevi başa çıkma arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu

nedenle bu çalışmanın gerek ulusal kaynaklara gerekse uluslararası kaynaklara faydalı olacağı düşünölmektedir.



BİRİNCİ BÖLÜM

1.1. Suriye Devrimi Tarihi ve Nedenleri

Suriye krizi 2011 yılında başlamakla, günümüzde küresel güvenliği tehdit eden en ciddi krizlerden biridir, bunun nedeni ise bölgesel ve uluslararası müdahalelerin boyutu ve bu tarafların kendi çıkarlarının çatışması ve iç içe geçmesi, bu da siyasi bir çözüm bulmakta zorlamasına ve çatışmaların devam etmesine neden olmuştur (Marzouk ve Maraasi, 2018). Suriye’deki olaylar Arap baharı hareketinde özellikle Tunus ve Mısır ülkelerinde ortaya çıkan devrim olaylardan etkilenerek başlayıp ateşlenmiştir. Arap baharı hareketinde tüm ülkelerin tezahüratın sloganı; ‘halk rejimi devirmek istiyor’ olmuştur (Belil, Raymah, Hadwa ve Katie, 2016). Arap baharı hareketinin başlaması Suriye buhranında önemli bir sebebi gibi görünse de altta yatan daha derin ve dile getirilemeyen temel sebepler de vardır. Bu sebeplerden; halkın siyasi haklarının olmayışı, hükümdarın tanrılaştırılması, kötüleşen ekonomik koşullar, aşırı yoksulluğun yayılması, Baas Partisi ’nin din ve dindar insanlara karşı düşmanca bir tavıra sahip olması, Esed Rejimi’nin Suriye halkının haysiyetini yok etmeye çalışması, adaletsizlik ve eşitsizlik, Güvenlik Güçlerinin zalim, acımasız tutumu ve halkı ezmeyi çalışması, vatandaşların özgürlüklerini bastırılması, düşüncelerini ifade etme özgürlüğünden yoksun bırakılması ve Suriye halkının sürekli korku ve güvensizlik içinde yaşanması ve bununla birlikte devrimin ortaya çıkmasının en önemli sebeplerinden birisi de sosyal medya kullanımının gelişmesi ve yayılmasıdır (Marzouk ve Maraasi, 2018). Bu yolla insanlar diğer Arap baharı ülkelerinde olan bitenlerden haberdar olup cesaretli ve teşvikli olmuş ve Esad Rejimin karşısında yer alan insanlar her yerden iletişim kurabilmiş, ortak bir plan yapabilmiş ve aynı anda birlikte hareket edebilmiştir. Dolayısıyla Suriye Devriminde sosyal medyanın çok önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir (Marzouk ve Maraasi, 2018).

Baas Rejimine karşı çıkan halk hareketi, ilk başta barışçıl yürüyüşlerde reform talepleriyle başlamıştır. Ancak Beşşar Esed Rejim ’in güvenlik güçleri bu yürüyüşleri susturmak amacıyla silahlı şiddet ile karıştırdıktan sonra bu olaylar

savaş yolunu almış olup on binlerce insanların ölümüne, yüz binlerce insanın vatanını terk etmesine sebep olmuştur (Sandıklı ve Semin, 2012).

Suriye devriminden kaynaklanan mülteci krizinin, İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra yaşanan en büyük kriz olduğunu görülmektedir (Hamdan, 2017). Uluslararası örgütlerin bilgilerine göre 2011 yılında Suriye'de olaylar başladıktan kısa süre sonra en az 220 bin kişi hayatını kaybetmiş, Suriye nüfusu olan 22,85 milyon kişiden 12 milyon kişi yerinden edilmiş ve 4 milyon kişi de Suriye'den kaçarak başka ülkelere iltica etmiştir (Hamdan, 2017).

Birleşmiş Milletler mülteci yüksek Komiserliği'nin (BMMYK) bilgilerine göre Suriye'de savaşın başlamasından Mart 2018 yılına kadar ölenlerin sayısı 511.000'e ulaştığını ve dünya çapında Suriyeli mülteci sayısı 5,6 milyon, ülke içinde ise yerinden edilmiş insanların sayısı 6.6 milyon olduğu tahmin edilmektedir (Human Rights Watch, 2018).

UNICEF'e göre Ağustos 2019 yılına kadar Suriye içinde kalan Suriye'nin toplam nüfusu 18,4 milyon, ihtiyacı olan insanlar; 11,7 milyon, ihtiyacı olan çocuklar; 5 milyon, ulaşılması zor yerlerde insan sayısı; 1,1 milyon, çocuk sayısı ise 360.000 olup yerinden edilmiş insanların sayısı; 6,2 milyon, çocuk sayısı ise 2,6 milyon olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte Suriye'ye mülteci sahipliği yapan komşu ülkelerde toplam kayıtlı mülteci sayısı yaklaşık 5,6 milyon, kayıtlı mülteci çocuk sayısı ise 2,5 milyondan daha fazla olduğunu düşünülmektedir (UNICEF, 2019).

Suriye devrimi başladıktan 10 yıl sonra Suriyeli mülteci ve yerinden edilmiş insanlar için hayat tam anlamıyla daha zor ve dayanılmaz bir hale gelmiştir, özellikle Covid -19 salgının yıkıcı etkileri ve artan yoksulluk düzeyleriyle birlikte kendi ülkelerine ve evlerine dönmek umudu sönmeye başlamıştır (UNHCR, 2021). BMMYK'ın raporlarına göre 2021 yılına kadar Suriye içinde yardıma ihtiyaç sahibi insanların sayısı 13,4 milyon, yerinden edilmiş insanların sayısı 6,7 milyon, dünya çapında mülteci sayısı 6,6 milyondan 5.5 Suriye komşu ülkelere kaçtıkları gösterilmektedir (UNHCR, 2021).

Suriye’deki olayların neredeyse başından itibaren ülkeden ayrılan göçmenler ilk başta Türkiye olmak üzere civardaki komşu ülkelere göç etmeye başlamışlardır (Çakır, 2017). UNHCR’ın (BMMYK) bilgilerine göre 2021 yılına kadar Türkiye de göçmenlerin sayısı yaklaşık 3,7 milyon, Lübnan da 855,172 kişi, Ürdün de 666,692 kişi, Irak’ta 247,305 kişi, Mısır da ise 132,784 kişi olarak bulunmuştur (UNHCR, 2021).

1.2. Göçmen, Mülteci ve Sığınmacı Kavramları

Göç, insanoğlunun varoluşundan bu yana var olan kadim bir olgudur. Tarihsel olarak ister siyasi ister ekonomik ya da başka sebeplerle zorunlu göçler geniş çapta yayılmaya başlamıştır (Hamid ve Ahmed, 2021). Bununla birlikte günümüzde teknoloji, iletişim ve ulaşım alanlarında ortaya çıkan gelişmeler sayesinde göç eden insanların sayısı oldukça artmaya devam etmektedir (Özcan, 2017). Son dönemlerde yaşanan göçün sayılarına baktığımızda dünya tarihinde en korkutucu sayılar görülmektedir. Uluslararası Göç Örgütü bilgilerine göre savaşlar, siyasi ve ekonomik sebeplerin durmadan devam etmesi nedeniyle göç krizleri kesintisiz devam etmekle birlikte dünya da uluslararası göçmenlerin sayısı yaklaşık 272 milyon olarak tahmin edilmektedir (Uluslararası Göç Örgütü, 2020).

Özcan göç, coğrafi değişiklik, kişi göç ettiği yerde kaldığı süre, yeni toplumda etkileşimden kaynaklanan farklılıklar, isteklilik, kişinin göç etmesine neden olan sebepler gibi çok boyutlu bir olgu olduğunu söylenmesi gerektiğini ifade etmiştir (Özcan, 2017). Peterson göçün beş çeşidinin olduğunu dile getirmiştir. Bunlar: ilkel göç; çevresel sebeplerden kaynaklanan göç, zorunlu göç; devlet baskısıyla oluşan göç, yönetilmiş göç; kişilerin kendi kararlarıyla olan göç, kitlesel göç; bir bölgeden çok sayıda kişinin göç etmesi ve son olarak serbest göç; kişilerin kendi iradesiyle gerçekleşen göç olarak sınıflandırılmıştır (Özcan, 2017; Peterson, 1970).

Araştırmalara göre, göç biçimi ve göç eden insanların uluslararası hukuk tarafından tanınması ve bu bireylerin uluslararası korumadan faydalanıp faydalanamayacaklarına göre bu kişilere mülteci ya da göçmen sıfatı verilmektedir (Olçay, 2012).

Göçmen kavramı; literatüre baktığımızda uluslararası açıdan resmi ve evrensel olarak kabul edilmiş bir göçmen tanımı dünyada bulunmamaktadır. Göçmen, çoğunlukla sosyal ve ekonomik sebeplerle kendi ülkesini kendi iradesiyle terk ederek ekonomik refahı yükseltmek için veya sosyal hayatının şartlarını ve koşullarını geliştirmek ve iyileştirmek için daha moderne daha rahat bir ülkeye göç eden kişidir (İOM, n.d; Olcay, 2012).

UNHCR'e (2018) göre göçmen terimi; göç etmekte nedenleri, gönüllü olup olmaması, göç etiği şekli düzenli olup olmamasına dikkate almaksızın yabancı bir ülkede bir yıldan daha fazla yaşayan kişilere denmektedir. Ayrıca ekonomik nedenler ve/veya geçiminde maddi iyileştirmeler sağlamak için ülkesini terk edenlere de ekonomik göçmen tanımı verilmektedir (Huriyye, 2018).

Mülteci kavramına baktığımızda, kişinin kendi ülkesinde yaşadığı yerde güvensiz, hoşnutsuz bir ortamda bulunması, kendi ırkı, dini, belli bir gruba ait olması veya kendi siyasi fikirleri ve düşünceleri nedeniyle yaşayacağı muhtemel zarar, şiddet, saldırı, eziyet ve tehlikelerden kaçmak için mal varlıklarını bırakarak daha güvenli en yakın komşu ülkelere kaçarak uluslararası korunma istenen kişidir. Mülteciler kendi ülkelerinin korumasından faydalanmayacakları için canlarını korumak amacıyla zorlayıcı ve tehlikeli nedenlerden dolayı ani ve plansız bir şekilde yaşadıkları yerden kaçıp meşakkatli ve tehlikeli yollardan geçerek güvenli bir yere varmaya çabalamaktadırlar (UNHCR, 2017; Olcay, 2012).

1951 yılında yayınlanan mültecilerin hukuki statüsüne ilişkin sözleşmesine göre bir kişinin mülteci olarak tanınması için üç şartın yerine getirilmesi gerekir: kendi vatanının dışında olması, haklı bir zulüm korkusu var olması ve kendi ülkesinin korunmasından faydalanmamasıdır. (BMMKY, 2016).

Sığınmacı kavramı ise, kişinin zulüm veya ciddi tehlikelerden korunmak amacıyla yaşadığı ülkeyi terk ederek üçüncü bir ülkeye geçip orada sığınma talebini sunan kişiyi ifade etmektedir. Sığınma talebinde bulunduğu ülkenin kendi ve uluslararası hukuk kuralları göz önünde bulundurarak sığınma başvurusu değerlendirerek kararını vermektedir. Avrupa İnsan Hakları Mahkemesi'ne (AİHM) göre, Türkiye'ye Avrupalı olmayıp kanuni bir şekilde ülkeye giriş yapmayan ve

tutuklanan kişilerin sınır dışı edilmeleri halinde eziyet, zarar veya hayatlarını kaybedecek duruma düşeceklerse, Türkiye toprağında muvakkat oturmak üzere üçüncü ülkede sığınma taleplerini sonuçlandırana kadar geçici koruma statüsünde kalabilmeleri için gerekli yerlere başvuru yapmaları zorunlu olup onlara sığınmacı tanımı verilmektedir. (Başterzi, 2017; Ergüven ve Özturanlı, 2013; İOM, n.d.).

Göçmen, mülteci ve sığınmacı kavramlarını tartışmakla birlikte Türkiye’de Suriyelerin yasal statüsüne değinmenin önemli olduğu düşünülmektedir. Türkiye, hem 1951 Cenevre Sözleşmesine hem de 1967 yılında “Coğrafi sınırlama” ek Protokol’e taraf olduğu için mülteci statüsünü, sadece Avrupalı olan ve ırkı, milliyeti, dini ya da belirli bir mensubiyete ait olması ve kendi politika/ siyasi fikirleri nedeniyle zarar görme korkusuyla iltica talebi sunan kişilere vermektedir. Bundan yola çıkarak Suriye Devriminden sonra Türkiye’ye sığınan Suriyeli kişilere insani bir şekilde yaklaşarak “misafir” tanımı vermiştir (İhlamur-Öner, 2014). Ancak yasal olarak “misafir” ifadesi karşılığı bulunmadığı için bu kavramı kullanmaktan ülkede muhtemel yaşanacağı sorunlar ve riskler öngörülerek ve önlemek amacıyla Ekim 2011 tarihi itibarıyla İçişler bakanlığının 1994 yönetmeliğinin 10. Maddesi gereğince Suriyeli sığınmacılara “geçici koruma” kavramı kullanılmaya başlanmıştır (Pander, Efe ve Paskoy, 2015).

Suriye olaylarından kaynaklanan göç krizi sonucunda Türkiye’ye binlerce göç eden insanın kendi ülkelerinde insan dışı ve ölüm sonucu teşkil eden kötü muamelelerden korunmak amacıyla, sağlıklı ve güvenli bir yaşam sürdürmek için Türkiye, Suriyeli sığınmacıları geçici koruma statüsüne almış olup gerekli olan tüm ihtiyaçlarını sağlayarak bu insanlık dışı yaşanan krizde cömertçe davranarak ev sahipliğini yapmıştır (T.C. Göç İdaresi Genel Müdürlüğü, 2020).

1.3. Göçün Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkisi

Dünya genelinde, savaş veya şiddet sebebi ile zorunlu göç eden insanların sayısı yaklaşık 19 milyonu aşmaktadır. Ayrıca mülteci ya da yerinden edilen kişilerin genel nüfusa göre, travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), panik atak, somatik

semptomlar, yas ile ilgili bozukluklar, anksiyete bozukluğu ve depresyon gibi ruh sağlığı bozukluklarının oranının daha yüksek olduğu görülmektedir (Hameed, Sadıq ve Din, 2018; Schweitzer, Greenslade ve Kagee, 2007).

Göçten kaynaklanan en zorlayıcı sorunlar ise, kişilerin yaşadıkları ve bulundukları yeri terk etmekle kalmayıp yetiştikleri toplumun normları, gelenekselleri, inançları, kültürel değerleri, öğrendikleri prensipleri ve törelerini terk ederek göç ettikleri yere ait hissedememeleri ve yeni topluma uyum sağlamakta zorlandıkları görülmüştür (Kaya ve Hiçdurmaz, 2018; Solgun ve Durat, 2017; Tuzcu ve Bademli, 2014).

İsveç'teki Suriyeli mülteciler üzerine yapılan araştırmalara göre, mültecilerin bulunduğu ülkenin halk ruh sağlığına göre, genel sağlık ve özellikle ruh sağlığı açısından endişe verici derecede daha fazla sorun ve problemler gösterdikleri bildirilmiştir (Sengoelge ve ark., 2019). Göç öncesi ve göç sonrası iki aşamada olmak üzere mültecilerin durumuna ve göçün bıraktığı etkiye bakmak için yapılan başka bir çalışmada, 8 ile 16 yaş arasındaki 40 mülteci çocuktan oluşan bir örneklemede bakıldığında, aile içinde ciddi maddi sorunların olması, sağlıksız ve güvensiz bir sığınma statüsü deneyimine sahip olmasından dolayı depresyon ve TSSB'in oranı yüksek olduğu da bulunmuştur (Heptinstall, Sethna ve Taylor, 2004). Bununla birlikte göçün ruh sağlığına etkisini araştırırken, dikkati çeken başka önemli bir nokta da mültecilerin göçe nasıl bir anlam verdikleri ve bilişsel olarak bu süreci nasıl değerlendirdikleri ruh sağlığı açısından önemli bir faktör olduğu görülmektedir (Solgun ve Durat, 2017).

Bhugra 2004 yılında yaptığı çalışmada göç ile ruh sağlığı arasındaki ilişkinin göç öncesi, göç sırası ve göç sonrası kronolojik olarak 3 döneme ayırarak incelemiştir. Göç öncesi evresinde mültecinin kendi kişilik özellikleri, sosyal becerileri, sosyal ve ekonomik hayat seviyesi, göç etmekte gönüllü olup olmaması ve göç etmesine iten nedenler büyük ölçüde ruh sağlığını etkilemektedir (Acartürk, 2016). Savaş nedeniyle kaynaklanan göç öncesi dönemde, bireylerin şiddete ve teröre maruz kalması, sevdiklerinden ayrılması, uzak kalması veya onları kaybetmesi, cinsel saldırıya uğraması, yakın kişilerin ölümüne şahit olması, büyüdükleri ve yaşadıkları

evin yerle bir olmasına tanık olması ya da evlerinin üzerlerine yıkılması, tutuklanma ve hapishanenin içinde her türlü işkenceye maruz kalması gibi travmatik yaşantıları deneyimleyen kişilerde ağır derecede ve uzun vadede ruhsal sorunlara yol açmasında etkin bir rol oynamaktadır (Kılıç, Magruder ve Koryürek, 2016; Johnson ve Thompson, 2008).

Araştırmalara göre kendi ülkelerinden savaş nedeniyle göç eden ya da yerinden edilen bireylerin %35'inin işkenceye ve şiddete maruz kaldıkları belgelenmiştir. Ağır bir derecede eziyete ve şiddete maruz kalmak ve/veya tanık olmak diğer travmatik yaşantılara göre ruh sağlığı bozuklukları ve özellikle TSSB'yi yaşanmasında daha etkin bir rol oynadığı görülmüştür (Cambell, 2007; Steel ve ark, 2009). Savaş travmaları olan mülteciler üzerine yapılan başka bir çalışmaya göre erkekler kadınlara göre TSSB geliştirmeye daha yatkın olduklarını göstermiştir (Eytan ve ark, 2004). Ancak bazı araştırmalara göre kadınlar erkeklere göre TSSB geliştirmekte daha eğilimli olduklarını göstermiş olup bunun nedeninin ise kadınların taciz, tecavüz, eşi ve çocuklarını ani bir şekilde kaybetmesi, tek ebeveyn ve/veya dul olması gibi travmatik olaylara daha fazla maruz kaldıkları şeklinde açıklanmıştır (Mollica, Wyshak ve Lavelle, 1987).

Giacco, Laxhman ve Priebe (2018) tarafından farklı mülteci grupların üzerinde yapılan araştırmalara göre; ruh sağlığı bozuklukları oranları, mülteci grupların özellikleri, yaşadıkları ülkenin yaşam stili, geçmişteki sağlık problemleri, göç edince yerleştikleri ülkenin destekleyici ve kollayıcı olup olmaması gibi faktörlere göre değişiklik gösterebilmektedir.

Bireylerin kendi ülkelerinden kaçıp başka ülkelere (güvenli bölgeye) ulaşmaya çalışırken geçirdikleri sürecin çok meşakkatli, zor ve travmatize edici bir deneyim olduğu görülmüştür (Acar, 2020). Mülteciler göç sürecinde yürüyerek ya da güvenli şartları taşımayan kara ya da deniz ulaşım araçlarını ve yollarını kullanmak zorunda kalarak bir sürü taciz, tecavüz, fiziksel şiddet, insan kaçakçılığı ve ölüm tehlikesine maruz kalma durumuna düşebilmektedir (Giacco, Laxhman ve Priebe, 2018; Ndzebir, 2015). Bununla birlikte insan kaçakçılarının, ölüm, saldırı ve zulümden kurtulmak için göç eden insanların durumunu bir fırsata çevirerek fahiş

Ücretler almalarına rağmen mültecileri, insanlık dışı ve vahşı muamele göstererek güvenli olmayan, uzun ve riskli yollardan geçmek zorunda bırakılmaktadırlar (Mann ve Fazil, 2006; Ndzebir, 2015; zer, şirin ve Oppedal, 2013; Slonim-Nevo ve Regev, 2015)

Yunanistan'da ocuk ve ergen mültecilerin ruh sağlığını incelemek için yapılan bir araştırmada Eylül- Ekim 2015 döneminde Yunanistan'a ulaşmak için deniz yollarını kullanırken 70 ocuk denizde boğularak hayatını kaybetmiştir (Anagnostopoulos, 2016). Ayrıca zorunlu göç eden bireylerin çıktıkları belirsiz yolculukta her türlü fiziksel şiddet, taciz, tecavüz, bulaşıcı hastalıklar, sağlık hizmetlerinden yararlanamama, uzun süre yemeksiz ve susuz kalma, aşırı derecede endişe, dehşet ve korku veren olaylar ile karşı karşıya kaldıkları rapor edilmiştir (Chan, Young ve Sharif, 2016; İbrahim ve Hassan, 2017). Bu bilgilerin ışığında Suriyeli mültecilerin durumunu inceleyen başka bir araştırmaya göre ise, bahsi geçen mültecilerin %27'sinin g sürecinde şiddet ve zorlayıcı olaylara maruz kaldıklarını göstermiş olup bu olaylar nedeniyle mültecilerde anksiyete ve uyum sorunları geliştirdikleri belgelenmiştir (Arsenijevic ve ark, 2017). Bu konu ile ilgili yapılan diğer çalışmalara bakıldığında bireylerin olabildiğince güvenli yerlere ulaşmak için zorlayıcı, riskli ve uzun süreli bir kaçış sürecinden sonra kişilerde hem zihinsel hem de fiziksel açıdan olumsuz bir şekilde etkilendikleri görülmüştür (Kirmayer ve ark. 2011; Porter ve Haslam, 2005). G süreci sosyal ve ekonomik zorluluklarıyla birlikte stresli bir aşama ve olumsuz sonuçlara neden olmakla birlikte g süreci fiziksel olarak başlamadan önce zihinsel bir süreç olarak başlar ve bu sürecin neden olabileceği kötü, zorlayıcı ve tehlikeli sonuçlarını tahmin etmek ve beklemek bile mültecilerde ruhsal bozukluklara yol açabilmektedir (Hwang ve ark, 2007). Ayrıca yukarıdaki bahsi geçen g sürecinin olumsuz sonuçları, güvenli yerlere ulaşmakla bitmekle kalmayıp hem mülteciler hem de mültecilere ev sahipliği yapan ülkelerde çeşitli sosyal ve ekonomik sorunlar ve zorluklar ile tekrar karşı karşıya bırakılmaktadır (Bogic ve ark, 2012; Laban ve ark, 2005).

Yonsei (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre; Suriyeli mülteciler tehdit altındayken Avrupa ülkelerine geçmek için Akdeniz'i aşar aşmaz devletler ve halkları tarafından tehdit ve tehlike olarak görülmeye başlanmaktadır. Göç süreci yaşayan kişiler kadar göç ettikleri ülkenin yerel halkının da olumsuz olarak etkilendiği gözlemlenmiştir. Mültecilere ev sahipliği yapan ülkenin vatandaşlarının da zaman zaman göçmenlere dair zihinlerinde oluşan belirsizlikten dolayı kendilerini güvende hissedememe, ön yargılı olma, korku ve endişe hissetmeleri nedeniyle istemsiz olarak olumsuz bir tepki vererek mültecilerin yeni topluma uyum sürecini daha zorlaştırmış olup, daha fazla ruhsal ve psikolojik sorunlara yol açmakla birlikte toplumun temel yapısında mültecilerin yol açabileceği değişiklikler nedeniyle yerel halk tarafından bir tehdit olarak algılanabilmektedir (Aydın, 2017). Ayrıca mültecilerin göç ettikleri ülkede yaşadıkları ve günlük olarak deneyimledikleri ayrımcılığı ve önyargıları nedeniyle depresyon düzeyleri yüksek olduğu görülmüştür (Noh ve ark., 1999; Pernice ve Brook, 1996; Shtarzadeh, 2009).

Mülteciler göç ettikleri ülkelerde genellikle daha rahat, güvenli bir yerde yaşayacaklarını hayal etmektedirler. Ancak var olan gerçeklikle karşı karşıya kaldıktan sonra hayal kırıklığına uğrayıp onları bekleyen belirsizlik, gelecekte oluşabilecek olan sosyal sorunlar, yabancılaşma, ait hissedememe, ekonomik durumun verdiği gerginliği duyma, eski statülerini kaybetme, yeni bir iş bulamama ve en zorlayıcı olan dil probleminden dolayı istediklerini dile getiremememe ve ifade edememe durumundan kaynaklanan sürekli korku ve endişe halinde olup fiziksel, zihinsel ve ruhsal hastalıklara daha yüksek oranda maruz kaldıkları gözlemlenmiştir (Aydın, 2017; Hwang ve ark, 2007; Kirmayer ve ark, 2011). Bu konu ile ilgili yapılan diğer çalışmalara göre göçmenin yerleştiği ülkedeki statüsünün belli olması, yeni ortama uyum sağlaması ve iyi oluşu konusunda çok önemli bir faktör olduğu görülmektedir (Abdulrahim ve Airouch, 2014). Bu bilgilerin ışığında iltica talebi sonuçlanmayan ya da reddedilmiş olan sığınmacılarda, kaygı ve stres ile ilgili oluşabilen psikolojik bozuklukların oranı ve şiddeti daha yüksek olduğu rapor edilmiştir (Aragona ve ark., 2013). Sattarzadeh (2009) tarafından yapılan araştırmaya göre; çok uzun bir süre sığınmacı statüsünde

kalma psikiyatrik bozukluk prevalansı ile arasındaki ilişkiye bakıldığında pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur.

Özetle göç; kişinin kendi isteği ile olsun ya da olmasın, kısa veya uzun süreli olsa da zor ve karmaşık bir süreçtir. Bireylerin yeni kültüre uyum sağlamak, alışmak, hayatlarını yeniden yapılandırmak ve tekrardan sıfırdan başlamak çok zorlayıcı, yorucu ve meşakkatli bir deneyim olmakla birlikte fiziksel, zihinsel ve psikolojik olarak göçmenlerin hayatında olumsuz bir etki bırakabilmektedir.

1.4. Göçün Üniversite Öğrencileri Üzerindeki Etkisi

Göç sürecine tarihi açıdan baktığımızda; göçün hem toplumsal hem de bireysel olarak, ekonomik, sosyal, kültürel, psikoloji ve eğitim alanlarında birçok etki ve değişim yaratmıştır (Kaştan,2015; Koçoğlu, 2018). Göç, çok yönlü ve karışık boyutlarıyla birlikte mültecilerin eğitim hayatlarında değişik dönemlerde bir kesinti yaşamalarına neden olup mülteci aile üyelerinde geleceğe dair karamsar olma, depresyon, güven duygusu azalması ve çaresiz bir duruma düşmelerine yol açmıştır (Çopur ve Demirel, 2017). Seydi (2014) tarafından yapılan araştırmaya göre Suriye Devrimi'nin sonucu olarak ortaya çıkan göçün en çok etkilediği konulardan biri çocuk ve gençlerin eğitimi olduğu görülmüştür. İlaveten göç esnasında ve sonrasında ortaya çıkan psikolojik rahatsızlıklardan dolayı da mültecilerin eğitim hayatlarında akademik başarılarını olumsuz bir şekilde etkilemektedir (Kaştan, 2015).

Mülteciler üzerine yapılan araştırmalarda en çok ekonomik ve sosyal sorunları ele alınmışken, eğitim sorunlarına yönelik yapılan çalışmalara baktığımızda ise; yükseköğretim seviyesindeki mültecilerin, temel eğitim ve ortaöğretim seviyesindeki mültecilere göre eğitim sorunları üzerine değinilmediği görülmüştür (Watenpugh, Fricke ve King, 2014; World Education Service, 2015). Çopur ve Demirel (2017) tarafından yapılan araştırmaya göre bazı mülteciler göç sonrası ekonomik sorunlar yaşadıkları için eğitim hayatlarını belli süreler içinde durdurmalarına veya tamamen bırakmalarına neden olmuştur. Bununla birlikte

mültecilerin göç ettikleri ülkenin diline hâkim olmadıkları için eğitim hayatlarını devam ettirmelerinde en büyük engeli oluşturmuştur. Ayrıca bahsi geçen araştırmanın bir başka bulgusunda da mültecilerin göç etmiş oldukları ülkede kabul görülmedikleri için yeni topluma ve kültüre uyum sağlamak konusunda zorluklar yaşamaları sonucunda hem eğitim hem de günlük yaşantılarını olumsuz bir şekilde etkilediği aktarılmıştır. Ek olarak mültecilerin gittikleri ülkedeki eğitim hakkından yararlanmak için gerekli resmi işlemlere hâkim olamama, hangi eğitim merkezlerine başvuru yapacaklarını bilememe ve/veya eğitim geçmişlerini gösterebilecek belgelere sahip olamama gibi faktörlerden ötürü eğitim hayatlarının kesintiye uğramasına ya da bitmesine yol açmıştır (Çopur ve Demirel, 2017).

Sezgin ve Yolcu (2016) tarafından yapılan çalışmaya göre; mülteci gençlerin üniversite eğitimi sürecinde yeni çevreye uyum sağlamak, bir gruba ait olmak ve kariyer planlaması gibi birçok sorun ile karşı karşıya kalıp mücadele ettikleri görülmüştür. Aynı araştırmadan elde edilen bulgulara göre; Türkiye'ye zorunlu göç eden Suriyeli üniversite öğrencileri çoğunlukla yerel halk ile sıkıntı ve sorun yaşamamak adına daha az iletişim kurmayı tercih ettikleri görülmüştür (Sezgin ve Yolcu, 2016).

Bu konu ile alakalı yapılan başka bir çalışmada; yabancı uyruklu öğrenciler göç ettikleri ülkede yalnızlık, içine çekinme, uyum sağlayamama, iki kültür arasında kalıp çatışma yaşama, barınma sıkıntıları, psikolojik problemler, sağlık sorunları, sürekli stres halinde kalma, vatana özlem ve hasret duyguları ile birlikte ait hissedememe gibi birçok sorun yaşadıkları belirtilmiştir (Kıroğlu, Kesten ve Elma, 2010). Bununla birlikte bazı mülteci ailelerde üniversite eğitimi gören gençlerin hem okumak hem de ekonomik açıdan aileyi desteklemek ve geçindirmek zorunda kaldıkları için eğitim hayatlarının daha zor olduğu bildirilmiştir. Ayrıca dil konusunda yeterli seviyeye sahip olmadıkları için yerel öğrencilere göre not tutma ve ders çalışma konusunda daha fazla zamana ve çabaya ihtiyaç duymakla birlikte eş zamanlı çalışmaları gerektiği için eğitim ve öğrenim süreci daha meşakkatli ve psikolojik açıdan çok fazla yorucu ve yıpratıcı olduğu gözlemlenmiştir (Sezgin ve Yolcu, 2016). Türkiye'de Suriyeli üniversite öğrencilerinin durumlarını incelemek

için yapılan çalışmada, Suriyeli öğrenciler yerel öğrencilere fiziksel açıdan yakın olmalarına rağmen dil açısından yeterli seviyeye sahip olmadıkları hissine kapıldıkları için aralarında bilinçdışı bir şekilde daha fazla sosyal mesafe yaratıkları gözlemlenmiştir (Attar ve Küçükşen, 2019). Bununla birlikte mülteci öğrencilerin yaşamış olduğu bir başka sorun ise; derslerde hocaların grup halinde ödev verdiği zaman mülteci öğrencilerin hiçbir gruba dahil edilmedikleri ve yeterli Türkçe dil bilgisine sahip olmamalarına rağmen ödevi tek başına yapmak zorunda kaldıkları bilgisi edinilmiştir (Gültekin ve Ark, 2019).

İstanbul Üniversitesinde yabancı uyruklu öğrenciler üzerine yapılan başka bir araştırmaya göre öğrenciler üniversitede çalışan personeller ile iletişim konusunda zorluklar yaşandığını ve bazen ayrımcı tutumlara maruz kaldıklarını dile getirdiklerinde cevap olarak bunun sebebinin üniversite personelinin üstünde gerekenden çok daha fazla iş yükü olmasından dolayı kaynaklandığı açıklanmıştır (Atesok, Komusoglu ve Ozer, 2019). Ayrıca mülteci öğrenciler, dışlanmaya maruz kalmamak, burslarını kaybetmemek ve/veya ülkelerine geri gönderilmemek için haksızlığa uğradıklarında ya da yaşadıkları ayrımcılığa ve başka sorunlara karşı tepkisiz kalıp şikâyetle bulunmaktan kaçındıklarını dile getirmişlerdir (Gültekin ve ark., 2019).

Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler tarafından yapılan başka bir çalışmada ise; mülteci öğrencilerin bazı derslerin online alındığı için anlamakta ve öğrenmekte zorlandıklarını ifade edip özellikle hocaların hızlı konuştukları zaman anlamadıklarını ve yerel arkadaşlardan ders konusunda yardım istediklerinde, genellikle zamanları olmadığı ve meşgul olduklarını dile getirildiği rapor edilmiştir (Taşar, 2019). Yukarıda bahsi geçen aynı çalışmada yabancı uyruklu öğrencilerden üniversiteye ilk kayıtlarını yaptırmaya çalıştıkları zaman ulaşılmak ve temin etmekte mümkün olmayan belgeler istenildiği, hocaların bilgisayar ortamında bazı ödevler hazırlamaları istediklerinde yeterli materyalleri olmadığı, sınav süreleri yetmediği, yurttan yerel öğrencilerle aynı odada kaldıklarında iletişim sorunları yaşadıkları ve yeterli düzeyde ders çalışma ortamı sağlanmadığı gibi bir çok sorun yaşadıkları belgelenmiştir (Taşar, 2019). Mülteci yabancı öğrencilerin yaşadıkları

sorunlar ve zorluluklar sadece onları etkiliyor gözükmese de ev sahipliği yapan ülkenin de ekonomik, sosyal, kültürel, politika ve/ veya eğitim alanları gibi birçok sorun ile karşı karşıya kaldıkları için mültecilere yönelik olumsuz duygu beslenmesine yol açmıştır (Geçkil ve Alagöz, 2017; Kızmaz, 2018)).

Son olarak Suriyeli mülteci öğrenciler yaşadıkları sorunlara rağmen umutlarını kesmeyip yükseköğretime ulaşmak, amaçlarını ve hedeflerini gerçekleştirmek için karşılaştıkları tüm zorlulukların üstesinden gelmek için işbirliği halinde olup resmi olmayan kendileri geliştirdikleri sosyal medya siteleri ve çevrimiçi gruplar kurarak kendi deneyimlerini ve tecrübelerini paylaşarak yeni başvuru yapan diğer öğrencilere destek olup onlara sağlıklı bir geleceğe yol açarak becerikliliğini ve kararlılığını ortaya koymaktadır (Ateşok, Komusoglu ve Ozer, 2019).

İKİNCİ BÖLÜM

2.1. Travma

Travma kelimesi “sakatlık” anlamını taşıyıp kökeni kadim Yunanca dilinden gelen bir sözcüktür (Ford ve ark, 2015). Travma Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM-V)-TR tanımına göre, kişi tarafından ölümle ya da ciddi bir yaralanmayla sonlanacağını düşündüğü bir olay veya olaylar yaşanması, cinsel bir saldırıya maruz kalınması, bu olayların başka bir kişinin başına geldiğinde tanık olunması veya herhangi bir yakınının başına geldiği taktirde duyulması veya öğrenilmesi durumunda kullanılmaktadır (APA, 2013). Bireyin ruhsal ve bedensel varlığını tahdit eden, hayatın doğal akışını bozan, korku, dehşet ve çaresizlik duygularına sebep olan ve yaşanan herhangi bir olay için travma kavramı kullanılmaktadır (Türksoy, 2003).

Tarihe baktığımızda 19. Yüzyıl boyunca, psikanalitik literatür haricinde “travma” kelimesinin psikolojik bir anlamının olmadığı çoğunlukla açık bir yara veya derinin yüzeyinde ağır bir yırtılma anlamına geldiği bilinmektedir (Jones ve Simon, 2007).

Yapılan araştırmalara göre dünya genelinde bireylerin %70’inden fazlası hayatlarında bir dönemde travmatik bir olay yaşarken, diğerleri ise %31’i dört veya dörtten daha fazla travmatize edici bir olay yaşadığını belirtilmiştir (Shalev, Liberzon ve Marmar, 2017). Ayrıca yapılan diğer epidemiyolojik çalışmalara baktığımızda erkekler kadınlara göre daha fazla travmatik olaylara maruz kaldığını belirtmekle birlikte erkeklerin %60’ın kadınların ise %51’in yaşamlarında en az bir defa travmatik bir olay yaşadığı görülmüştür (Serinçay ve ark., 2021).

İnsanlar travmayı, ağır hastalıklar, kazalar, savaşlar, tecavüz veya cinsel saldırı, sevilen birinin ölümü, doğal felaketler gibi birçok olaylara maruz kalarak deneyimleyebilmektedirler. Ancak bahsi geçen olaylara maruz kalan her kişi aynı seviyede etkilenmeyip gösterdiği tepkilerde farklılıklar görülebilmektedir (Hasse, 2002). Travma, yaşanan olayların şiddeti, süresi ve niteliğine göre akut, kronik ve

kompleks olmak üzere üç farklı türü bulunmaktadır (Allen, 2016). Bir olayı travmatik hale getiren faktörler deneyimlenen olayın bilgi işlemede kesintiye uğramasına neden olup birlikte sosyal, bilişsel ve duygusal açıdan olumsuz bir süreci etkinleştirilmesidir (Sar ve Oztürk, 2008). Araştırmalara göre kişilerin ağır stresli olayları deneyimledikleri esnada ağır bir şekilde çaresizlik, korku ve dehşet hissettikleri için olayı anlamlandırma, ilişki kurma, kavrama becerilerinin ciddi bir şekilde olumsuz etkilenip zarara uğradığı bilinmektedir (Herman, 1992).

Bireylerce ağır olaylara maruz kalındığında ve kötü tecrübeler yaşandığında dünyaya karşı güven duygusu sarsılıp tekrar inşa etmek için zorluklarla karşılaşır depresyon, duygu durum, anksiyete, panik bozukluk, Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) veya psikosomatik bozukluklar gibi çeşitli psikolojik bozukluklara yol açabilmektedir (Johnson ve Thompson, 2008).

2.2. Travma Sonrası Stres Bozukluğu

Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB), kişinin olağan dışında bir olaya maruz kaldıktan sonra, en az bir ay olmak üzere, korku, çaresizlik, dehşete düşmekle birlikte yaşadığı travmatik olayı zihninde sürekli bir şekilde tekrarlama, maruz kaldığı olayın hatırlatabilecek tüm tetikleyicilerden ve uyaranlardan kaçınma, aşırı bir şekilde uyarılmışlık halinde olma, rahatsız edici kabuslar görme ve istenmediği halde travmatik olay ile ilgili anılar hatırlamakla kalmayıp toplumsal, mesleki ve yaşamın diğer alanlarında ciddi bir şekilde işlev kaybına neden olan bir ruh sağlığı bozukluğudur (Bolu, Erdem ve Öznur, 2014; Brunello ve ark, 2001; Yehuda, 2002).

TSSB semptomları, bir ay dan daha kısa sürerse Akut Stres Bozukluğu, üç aydan kısa sürerse Akut Travma Sonrası Stres Bozukluğu, üç ay dan daha uzun sürerse Kronik Travma Sonrası Stres Bozukluğu, ancak travmatik olay dan en az altı ay sonra başlamışsa Gecikmeli Başlangıçlı Travma Sonrası Stres Bozukluğu olarak tanımlanmaktadır (Bolu, Erdem ve Öznur, 2014; İzci ve Ünveren, 2007).

Özgen ve Aydın (1999) tarafından yapılan çalışmaya göre yaşanan travmatik olayın ciddiyeti, süresi ve kişinin travmaya yatkınlığına göre TSSB'yi geliştirmekte değişiklik gösterebilmektedir. Travmatik olayı yaşadıktan sonra, bireysel

faktörlerin TSSB'nin oluşmasında etkili olmakla birlikte travmatik olayın öznel anlamı da kişilerinde TSSB gelişmesinde büyük rol oynamaktadır (akcan, 2018). TSSB'nin, genç yetişkin olma, bekar olma, eşini kaybetmiş veya boşanmış olma, sosyal destekten mahrum olma gibi özelliklere sahip olanlarda daha sık görüldüğü gözlemlenmiştir (Özgen ve Aydın, 1999). Travma Sonrası Stres Bozukluğu gelişiminde bireyin yaşı, önceki tecrübeleri ve yaşam stili etkili bir rol oynamakla birlikte travmatik olaydan sonraki yaşam durumu; sosyal destek almak ve/veya güvenli ortamda yaşamak gibi etkili olduğu bilinmektedir (Brinkmann, Kimil ve Erichsen, 2017). Gilbar, Weinberg ve Gil (2012) tarafından yapılan araştırmaya göre kişilerde TSSB oluşmasında ve gelişmesinde kadın veya erkek cinsiyet farkının durumu etkilediği belgelenmiştir. Aynı konu ile ilgili yapılan başka çalışmalara bakıldığında, kadınların erkeklere göre TSSB'yi geliştirmekte oranları yüksek olmanın yanında kadınlarda TSSB'nin kronik bir hale dönüşmesin olanağı daha fazla olduğu görülmüştür (Galovski ve Lyons, 2004; Haden ve ark., 2007). Kadınların yaşadıkları travmatik olayların fiziksel ya da cinsel saldırıda yoğunlaşırken erkeklerin travmatik deneyimlerinin trafik kazalarında yoğunlaştığı görülmekle birlikte erkeklerin ve kadınların trafik kazalarından etkilenme oranı eşit olduğu tespit edilmiştir (Berslau ve ark., 1991).

Bilen ve Kıran (2020) tarafından Suriyeli mülteciler üzerine yapılan araştırmaya göre Travma Sonrası Stres Bozukluğu geliştirmiş olanlarda yaşam doyumu ve kalitesi düşük olmakla birlikte sosyal, mesleki işlevselliği ve hayat refahının da bozulduğu görülmüştür. Özen ve Cerit (2018) tarafından savaş nedeniyle Türkiye'ye göç eden ve insani yardım kuruluşlarında çalışan Suriyeli mülteciler üzerine yapılan araştırmaya göre savaş sonrası işkenceye daha fazla maruz kalındığı ve Travmatik olayların sayısı arttığı zaman TSSB oranının da arttığının sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal araştırmacılar üzerine yapılan başka bir araştırmada, Travmatik deneyimi olan bireylerle birebir çalışan 282 sosyal çalışmacıların %15,2'sinin TSSB geliştirdiği görülmüştür (Birde, 2007).

Madde kullanım bozuklukları ve TSSB ile arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya göre travma yaşanan ve TSSB geliştiren kişilerde nikotin bağımlılığı ve

madde kullanımı riskinin travma yaşamayan diğer insanlara göre daha fazla artış olduğu belirtilmiştir (Breslau ve ark., 2003). Doğal felaketlere maruz kalan ve TSSB geliştiren kişilerde depresyon riskinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Örnek olarak New York şehrinde Dünya Ticaret Merkezinde gerçekleşen saldırı üzerine yapılan araştırmaya göre TSSB geliştiren bireylerde depresyon oranı %49 iken TSSB geliştirmeyen bireylerde depresyon oranı ise %6,5 olduğu gözlemlenmiştir (Galea ve ark., 2002). Kulka ve arkadaşları (1990) tarafından risk altındaki gruplar üzerine yapılan çalışmaya baktığımızda, bu gruptaki kişilerin yaşam boyu TSSB yaygınlığı toplumdaki diğer kişilere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Savaş mülteciler ile ilgili yapılan çalışmalara göre, savaş nedeniyle yaşanan ağır olaylar ve maruz kalınan zulüm neticesinde mültecilerde TSSB riski oldukça yüksek olduğu tespit edilmiştir (Kartal ve Kiropoulos, 2016; Norris, Aroian ve Nickerson, 2011; Slonim-Nevo ve Regev, 2016). Aynı zamanda mültecilerce göç etmeden önce yaşanan travmatik olaylar TSSB'yi geliştirmekte doğrudan etki göstermekle birlikte göç sonrası süreçte yaşanan ve maruz kalınan stresörlere karşı hassasiyeti ve etkilenme derecesi dolaylı bir şekilde etki bıraktığı bilinmektedir (Aragona ve ark., 2011; Schweitzer ve ark., 2006). Ayrıca iltica talebinde bulunan kişilerin başvuruları sonuçlanana dek yaşanan gecikmeler ve karmaşık prosedürler ile mücadele etmek, göç etikleri yerde yaşadıkları zorluklar; çalışma izni alamamak, sosyal açıdan düşük statüye sahip olmak, aile fertleri için endişelenme, sosyal, eğitim ve sağlık hizmetlerine ulaşmakta sıkıntı yaşamak gibi travma sonrası stres bozukluğu oluşması ve gelişmesinde önemli rol oynamaktadır (Argona ve ark., 2013; Chen ve ark., 2017; Kira, Amer ve Wrobel, 2014; Schweitzer, Greenslade ve Kagee, 2007). Batı ülkelerine mülteci eden kişilerde yerel halka göre travma sonrası stres bozukluğu geliştirme oranı 10 kat daha yüksek olduğu rapor edilmiştir (Khan, 2014). Aynı grup ile ilgili yapılan başka bir araştırmada, Orta Doğuda ortaya çıkan çatışmadan göç eden mülteciler ağır travma yaşamalarına rağmen TSSB yaygınlığı beklenildiği kadar yüksek olmadığı görülmüştür (Shoeb, Weinstein ve Mollica, 2007).

Vietnam Savaşı'na katılan askerler üzerinde yapılan çalışmalara göre, TSSB haricinde majör depresyon, anksiyete bozuklukları ve madde kullanımı bozuklukları gibi ruhsal bozuklukları da geliştirdikleri görülmüştür (Breslau ve ark., 1991; Kessler ve ark., 1995). Vietnam savaşına katılan Amerikalı askerler üzerine yapılan başka bir araştırmaya göre, araştırma anında TSSB oranı %15,2 iken, aynı askerlerin yaşam boyu TSSB yaygınlığı ise %30,9 bulunmuştur (Kulka ve ark., 1990). Hoge ve arkadaşları (2004) tarafından yapılan başka bir araştırmanın bulgularına göre, Irak ülkesinde Körfez Savaşı'na katılan Amerikalı askerlerin ülkelerine döndükten sonra TSSB'yi ölçüldüğünde oran %12 bulunmuşken, Hoge ve Castro (2006) tarafından bahsi geçen aynı grubun ülkelerine döndükten bir yıl sonra TSSB'nin yaygınlığına bakıldığında %16 olduğu görülmüştür. Dünya çapında geçmişten günümüze kadar ortaya çıkan savaşlardan sadece askerler değil sivil halk da etkilenmiştir. Literatüre göre, 1994 yılında Rwanda da çıkan iç savaştan sonra yapılan araştırmada soykırıma uğrayan kişilerde TSSB sıklığı %25, tutuklanan kişilerde ise %22 olarak belgelenmiştir (Rieder ve Elbert, 2013). Aynı konu ile ilgili yapılan diğer araştırmalara göre, insan eliyle yapılan travmalara maruz kalan kişilerde, doğal afetlere maruz kalan kişilere göre TSSB sıklığı daha yüksek olduğunu gösteren sonuçlara ulaşılmıştır (Havenaar ve ark., 1997). TSSB ile ilgili başka çalışmalar incelendiğinde, savaş travması dışında, sevilen birini ani bir şekilde kaybetmesi ve insan eli ile gerçekleşen ağır bir olaya şahit olması durumlarında da TSSB riski yüksek olduğu tespit edilmiştir (Carmassi ve ark., 2014). İlaveten ciddi psikiyatrik hastalık geçmişine sahip kişiler üzerine yapılan çalışmalara göre bu kişilerde yaşam boyu TSSB yaygınlığı %29-43 arasında değiştiği gözlemlenmiştir (Kessler ve ark., 1995; Mueser ve ark., 1998; O'Hare ve Sherre, 2009). Ayrıca TSSB'nin yaygınlığı, majör depresyon (%58) ve bipolar bozukluk (%40) kişilerde daha sık görülürken; Şizoaffektif bozukluklar (%37) ve Şizofreni bozuklukta (%28) daha düşük sıklıkla görüldüğü rapor edilmiştir (Mueser ve ark., 1998). Bununla birlikte daha önce travmaya maruz kalma ile TSSB olmanın riski arasındaki ilişkiyi inceleyen bazı çalışmalara göre, önceden travmaya maruz kalan kişiler ile maruz kalmayanlara göre TSSB sıklığı daha düşük olduğunun

göstermiş olup bunun nedeni ise daha önce benzer bir travmaya maruz kalan bireylerde bir hazırlıklı olma durumu olduğu açıklanmıştır (Dougall ve ark., 2000).

Son olarak literatürü araştırırken öğreniyoruz ki, deneyimlenen travmatik, stresli ve ağır olayların sonucu hep olumsuz olarak değil, aynı zamanda travma ile mücadele etmek kişisel gelişim için değerli bir fırsat olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Berger ve Weiss, 2003).

2.3. Travma Sonrası Büyüme (TSB)

Travma, insan hayatının normal akışını bozan, stresli olaylara karşı kullandıkları başa çıkma mekanizmalarını devre dışı bırakan (Yüksel, 2000) davranış sistemini alt üst eden bir yaşantıdır (Herman, 2015). Ancak bireylerce her zaman travmatik bir olay deneyimledikten sonra psikopatolojik belirtileri göstermeyip travmatik olayı yaşadktan belli bir süre sonra kişide duygusal, bilişsel ve davranışsal açıdan bir gelişme olabileceği bilinmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 1995; Calhoun ve Tedeschi, 1998; Yılmaz, 2006; Karancı ve Erkam, 2007).

Calhoun ve Tedeschi'ye (2004) göre bireylerin maruz kaldıkları travmatik olaylara farklı bir bakış açısı ile bakabilirlerse ve yaşadıkları bu ağır olaya yeni bir anlam verebilirlerse, bu deneyimden daha güçlü bir hale gelebileceklerini düşünülmüş olup oluşan bu olumlu duruma travma sonrası büyüme denmektedir. Alanyazına baktığımızda travmatik deneyimlerden sonra oluşan olumlu değişimler sürecine birtakım kavramlar bulunmaktadır. "Pozitif yeniden yorumlama" (Scheier, Weintraub ve Carver, 1986). "Pozitif psikolojik değişimler" (yalom ve lieberman, 1991), "pozitif ilizyonlar" (Taylor ve Brown, 1988), "algılanan yararlar" (Calhoun ve Tedeschi, 1991; Tennen ve ark., 1992), "gelişim" (O'Leary ve Ickovics, 1995), "Zorluklardan güç almak" (McCrae, 1984) ve "stresle ilgili büyüme" (Park, Cohen ve Murch, 1996). Ancak Tedeschi ve Calhoun tarafından travma sonrası büyüme kavramı oluşan olumlu değişimlerin temeli öteki kavramlara göre daha kapsayıcı bir kavram olduğu için tercih edildiği açıklanmıştır (Tedeschi ve Calhoun, 2004).

Travma sonrası büyüme, travmatik yaşantıları deneyimledikten sonra bireyde bilişsel, duygusal ve davranışsal alanlarda ortaya çıkan olumlu değişimlerdir

(Tedeschi ve Calhoun, 1996). Travma sonrası büyüme kavramı literatür de yeni bir kavram olmasına rağmen acı olaylar yaşandıktan sonra ortaya çıkabilecek olumlu değişimleri, çok eski den felsefe, edebiyat ve din tarafından dile getirilen bir konudur (Dürü, 2006; Linley ve Joseph, 2004; Werdell ve Wicks, 2012). İlaveten dini kaynaklara döndüğümüzde, insanların acı çekerek ve hayatla mücadele ederek bilgeliğe ve gerçeğe ulaşmakla birlikte tanrıya daha yakın olabileceklerine dair araştırmalar bulunmaktadır (Tedeschi ve Calhoun, 1995). Fakat travmatik bir yaşantıya maruz kalanlarda kesinlikle travma sonrası büyüme olacağı anlamına gelmez. Travma sonrası büyüme oluşması için travmatik olay dışında başka etkili faktörler de olması gerektiği düşünülmektedir (İnci ve Boztepe, 2013; Tedeschi ve Calhoun, 1998).

Yapılan çalışmalara göre bazı durumlarda bireyin deneyimlediği travmatik olay/olayların etkisiyle krizden sonra geçmişteki durumundan hem psikolojik hem de kişisel açıdan daha iyi ve gelişmiş hale gelebileceği düşünülmektedir (Zoellner ve Maercker, 2006). Ayrıca kriz sonrasında bireyde ortaya çıkan olgunlaşma, krizin doğrudan bir sonucu olmayıp, kişinin bu ağır olay ile mücadele etmesinin ve kendi başa çıkma stratejilerini kullanmasının ortaya çıkarttığı bir sonuçtur (Joseph ve Linley, 2004; Tedeschi, Park ve Calhoun., 1998). Fakat Tedeschi ve arkadaşları (1998) tarafından travma sonrası büyüme hem bir süreç hem de bir sonuç olduğu öne sürülmüştür. Bu süreçte de deprem metaforu kullanarak TSB'yi açıklamaya çalışılmıştır. Nasıl bir bina deprem nedeniyle yıkıldığında, tekrar inşa etmek için gelecekte ön görülebilecek doğal afetlerden korumak için daha önce de bina da dikkat edilmeyen ve yapılan hatalar telafi ederek, değişiklikler yaparak daha sağlam bir bina inşa edip herhangi bir soruna karşı acil kaçış planları hazırlanmaktadır. Bu tıpkı bireylerin yaşadıkları stresli olaydan sonra elde ettikleri kazanımları, yaşayabilecekleri sonraki ağır olaylara karşı daha sağlıklı ve güçlü bir duruşa sahip olup daha işlevsel başa çıkma mekanizmalarını kullanmalarını sağlayacaktır.

Varoluşçu ve Hümanistik yaklaşımı destekleyen kişiler; travma sonrası büyüme konusunda büyük katkı sağlamış olup kişinin gelişmesi için hayatta travmaya maruz kalmayı ve acı çekmeyi bir fırsat olarak değerlendirmesine dair vurgu

yapmışlardır (Tedeschi ve Calhoun, 1995; Tedeschi ve ark., 1998). Bu düşünce de Nietzsche'nin "Beni öldürmeyen acı, beni daha güçlü kılar" sözünü destekler niteliktedir. (Colville ve Cream, 2009; Dok, 1996). Bu konu ile ilgili Varoluşçu ünlü psikologlardan Victor Frankl'ın büyük bir emeği geçtiği bilinmektedir. Frankl'ın Alman toplama kampındaki yaşadığı açlık, işkence ve ölümle karşı karşıya kaldığı anda bile bir insan olarak hayattan anlam çıkartabileceği ve bir güce sahip olabileceğine dair tüm dünyaya mesaj bırakmıştır (Adamczyk, 2005). Frankl'ın maruz kaldığı kamptaki travmatik ve ağır deneyimden sonra iki hafta içinde "İnsan Anlam Arayışı" kitabını yazmıştır. Bu kitapta sevgi, mutluluk ve sevinç gibi olumlu duyguların bir anlamı olduğu gibi acının da bir anlamı olduğunu ortaya koyup insanların zorlu yaşantılardan bile bir anlam bulabileceğini ve yaşadıkları acıyı bir zafere dönüştürebilecek güce sahip olduğuna dair vurgu yapmıştır (Frankl, 2019).

2.3.1. Travma Sonrası Büyüme Boyutları

Araştırmalara göre travma sonrası büyümeyi bireylerde meydana gelen değişiklikler farklı alanlarda yaşanmaktadır. Yaşama daha fazla değer verilmesi, yakın sosyal ilişkiler geliştirilmesi, kişi tarafından kendi gücünün daha çok farkında olunması, hayattaki yeni imkânların farkına varılması ve ruhsal açıdan da gelişim yaşanması şeklinde beş alanda görülmektedir. (İnci ve Boztepe, 2013; Tedeschi ve Calhoun, 2004). Kişiler bu alanların birinde ya da birkaçında veya hepsinde gelişim ve olumlu değişim gösterebilirler (Tedeschi ve Calhoun, 2004). Bununla birlikte travma sonrası büyüme görüldüğü beş faktörü kapsayan üç temel alan olduğu öne sürülmüştür. Bu alanlar ise kendilik algısında yaşanan değişim, kişilerarası ilişkilerde yaşanan değişim ve yaşam anlamında yaşanan değişim olarak bildirilmiştir (Calhoun ve tedeschi, 2006).

2.3.1.1. Kendilik Algısında Yaşanan Değişim

Bireyin kendilik algısında yaşadığı olumlu değişimler kişisel dayanaklığı ve yeni imkanlardaki olumlu değişimi kapsamaktadır. Kişilerin stresli olaylar sonrasında

dünyaya karşı güven duygusunda bir sarsılma yaşarlar ve dünya onlar için artık tehlikeli bir yer olmaya başlar (Janoff- Bulman, 2010). Araştırmalara göre bireylerde oluşan travma sonrası büyüme çelişkili bir şekilde bir yandan kendi güçlerinin farkına vararak daha güçlü hissederken diğer yandan da kendilerini daha kırılgan ve münkesir olarak görebilirler (Tedeschi, Park ve Calhoun, 1998; Tedeschi ve Calhoun, 2004). Bundan yola çıkarak bireylerin bu alanda yaşadıkları değişimi, düşündüklerinden daha fazla kırılgan olmakla beraber hayal ettiklerinden de daha fazla güçlü olduklarının da farkına varırlar (Calhoun ve Tedeschi, 2014). Fakat bu süreçte bireyler tarafından yaşanan olumlu değişim nedeniyle sosyal desteğe ihtiyaç duymadıkları anlamına gelmez, bireyin kendi kırılganlığının farkında olduğunda sosyal destek talebinde bulunabilir (Tedeschi, Park ve Calhoun, 1998).

Kişiler travmatik olaylar yaşadktan sonra hayata karşı varsayımlarını değiştirmenin bir sonucu olarak, dünya güvenli olmayan bir yer düşüncesiyle kişinin yaşamda zorlu, stresli ve ağır şeylerin olabileceği düşüncesini sağlamaktadır. Bu düşünceye dayanarak bireylerin gelecekte olabileceği zorlu olaylara karşı psikolojik açıdan kendisini hazır hisseder (Tedeschi, Park ve Calhoun, 1998). Ağır bir şekilde stresli olaylara maruz kalan kişi, zannettiği en zorlu durumda bile hayatta kaldığı için sonraki yaşamda olası travmatik durumlarda da başa çıkabileceği inancına varıp kişisel gücünde bir artış olduğunu hissetmesini sağlar (Calhoun ve Tedeschi, 2014).

Bu alanda yaşanan olumlu değişimin diğer tarafı da bireyin yaşamda daha önce dikkat etmediği yeni fırsatları, ilgi duyduğu alanlar ve yeni faaliyetler keşfederek ve yeni kazanımlar elde ederek öz güveni arttırarak hayatında yeni bir yol deneyimlemeye başlayabilmektedir (Calhoun ve Tedeschi, 2006).

2.3.1.2. Kişilerarası İlişkilerde Yaşanan Değişim

Zorlu yaşantının ardından bireyde görülen olumlu değişimlerden diğer boyutu da kişilerarası ilişkilerde ortaya çıkan değişimdir (Calhoun ve Tedeschi, 2006).

Bireylerin travmatik yaşantılardan sonra deneyimledikleri ağır, stresli olayları ve hissettikleri acı duyguları diğer insanlarla paylaşma ve onlara anlatma ihtiyacı olmaktadır. Bireylerin yoğun duygularını paylaşarak eskiye göre kendilerini daha açmış olmakla beraber zorlayıcı olaylar ile başa çıkabilmek için kullandıkları yollardan biri olmaktadır (Tedeschi ve Calhoun, 1996).

Bu süreç içinde travmatik olayları yaşayan kişilerin hem aileleri hem de arkadaşları tarafından destek alarak kendilerini açma davranışı geliştirme konusunda ilerleme sağlanmaktadır (Calhoun ve Tedeschi, 2006). Bununla birlikte kişinin travmatik olayları yaşadktan sonra ne kadar kırılgan olduğunu fark edip kabul ederek hissettiği yoğun duyguları açığa çıkarmasına ve kendisine sunulan yardımı kabul etmesini sağlamış olup kendini açma davranışını geliştirmesine yol açmaktadır (Calhoun ve Tedeschi, 2006). Bundan yola çıkarak birey tarafından geçmişte görmezden gelinen sosyal ilişkiler, travmatik ve stresli deneyimlerin ardından kişilerarası ilişkilerine önem vererek hem onlardan destek alarak hem de ihtiyacı olanlara destek vererek iyileşme göstermektedirler (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Bununla birlikte travmatik olaylarla mücadele eden bireylerin diğer insanlarla ilişki kurdukları zaman daha samimi, yakın, şefkatli, merhametli ve empati kurabileceklerine dair araştırmalar bulunmaktadır (Tedeschi ve Calhoun, 2004).

2.3.1.3. Yaşam Anlamında Yaşanan Değişim

Travma sonrası büyüme sürecinde bireyin yaşadığı diğer olumlu boyutu ise yaşam felsefesinde yaşanan değişimdir (Tedeschi, Park ve Calhoun, 1998). Yaşanan travmatik olayın etkisiyle kişinin yaşamın anlamı ve önemi, hayattan beklentisi, kendi varlığının değerine dair düşünceleri bir değişime uğramaktadır (Tedeschi, Park ve Calhoun, 1998). Ağır olayların ardından sağ kalan insanlara göre; hayat sanki bir armağan olarak onlara tekrar verildiğini düşünerek yaşama daha fazla önem ve özen göstermeye başlayıp hayatta neyin önemli olduğu neye daha öncelik verilmesi gerektiğine dair kazandıkları farkındalıkla sosyal yakın ilişkilerine öncelik vermelerine ve daha fazla vakit ayırmalarına yol açıp hayatlarını

kolaylaştıracak pek çok değişim yaşamaya başlayabileceklerine dair araştırmalar mevcuttur (Tedeschi ve Calhoun, 1998).

Travma sonrası büyüme sürecinde bireyin, en çok değişimi “maneviyat ve din” alanlarında olduğu ileri sürülmüştür (Calhoun ve Tedeschi, 2006). Birçok kişi tarafından travma deneyimlendikten sonra yaşanan ağır şeyleri anlamak ve maruz kalınan stresli olaylarla başa çıkabilmek için maneviyat ve dini ritüelleri kullanarak ayakta durmaya çalışılmaktadır (Tedeschi, Park ve Calhoun, 1998). Pargament ve arkadaşları (1990) tarafından yapılan araştırmaya göre bireyin kendisinden daha yüce bir güç olmasına inanmasının ve dini inancının güçlenmesinin bir sonucu olarak kişi hayattan bir anlam bulmasına ve yaşama daha değer vermesine neden olmaktadır.

Yaşam anlamında yaşanan diğer olumlu tarafı da bilgeliğe ulaşmaktır. Travma sonrası büyüme sürecinde, hayatın değerini bilebilme, sağlıklı sosyal ilişkilere özen gösterebilme, yaşamda önceliklerini bilebilme, hayatta olası zorlu olaylarla işlevsel başa çıkma yollarını kullanabilme ve manevi duygularını geliştirebilme, kişilerin bilgeliğine ulaştığının bir işareti olduğu görülmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Bununla beraber travma olaylarından kurtulabilen kişilerin hayata bakış açısının olumlu anlamda değiştiği, hayattan zevk alabilme, her günün her anının onların için daha önemli ve değerli olduğunu bilme ve en önemlisi kendi varoluşunun da daha fakında olup kendine değer verebilme gibi yaşam felsefesinde yaşanan olumlu değişimlerdir (Tedeschi ve Calhoun, 1996).

2.3.2.Travma Sonrası Büyüme ile İlişkili Modeller

Literatür incelendiğinde travma sonrası büyümeyi açıklayan ve betimleyen birkaç kuram ve model geliştirildiği görülmektedir. Bu kuramlardan ise; Organizmik Değerlendirme Yaklaşımı (Joseph ve Linley, 2006), Yaşam Krizleri ve Büyümenin Kavramsal Modeli (Schaefer ve Moss’un, 1998), İşlevsel Betimsel Model (Tedeschi ve Calhoun, 2004) ve Duygusal- Bilişsel İşleme Modeli (Joseph, Murphy ve Regel, 2012). Bununla birlikte travmanın ardından ortaya çıkan olumlu değişimi

bir süreç, sonuç ya da bir başa çıkma mekanizması olarak değerlendirilen çeşitli kuramlar literatür de yer almaktadır (Zoellner ve Maercker, 2006). Bu çalışmada yukarda bahsi geçen dört kuramı açıklanacaktır.

2.3.2.1. Schaefer ve Moss'un (1998) Yaşam Krizleri ve Büyüme Kavramsal Modeli

"Yaşam krizleri ve büyümenin kavramsal modeli, Schaefer ve Moss (1998) tarafından geliştirilmiştir. Bu modele göre; kişisel ve çevresel özellikler, travma ve travma sonrası yaşamın şeklini yüksek derecede etkilediği belirtilmiştir. Bununla beraber stresli olaya bağlı bilişsel değerlendirme ve başa çıkma stratejilerini şekillendirerek travma sonrası büyüme oluşumunda etkili bir rol oynadığı öne sürülmüştür. Kişisel faktörler, kişinin sosyografik özellikleri, öz güven seviyesi, öz kontrolü, motivasyon düzeyi, sağlık durumu, dayanıklılık seviyesi ve kişinin geçmişte deneyimlediği zorlu olayları kapsamaktadır. Çevresel faktörler ise, kişinin aile ve sosyal çevresi ile ilişkileri, sosyal destek kaynakları, ekonomik seviyesi ve toplumun kültürel özelliklerini kapsamaktadır. İlaveten travma sonrası büyümenin gelişimini etkileyen başka bir faktör ise travmatik olayın özellikleri; olayın şiddeti, süresi, zamanlaması ve bireysel veya toplumsal olarak etkilenildiğini ele almaktadır (O'Leary ve ark., 1998; Schaefer ve Moss, 1998).

Bu modele göre travmatik yaşantıların ardından kişinin üç alanda olumlu değişim yaşayabileceğine dair vurgu yapmıştır. Bu alanlar ise, kişinin kişisel kaynakların artması (daha girişimci olma, empati kurabilme becerisi gelişmesi), sosyal kaynakların artması (yeni sosyal destek ağlarının oluşması, yakın çevredeki var olan ilişkilerin güçlenmesi), ve başa çıkma becerilerinin gelişmesi (çözüm odaklı olma, düşünme becerilerinde gelişme, yardım isteyebilme ve yardım verebilme) olarak öne sürülmüştür (O'Leary ve ark., 1998; Schaefer ve Moss, 1998).

2.3.2.2. Tedeschi ve Calhoun'un (2004) İşlevsel- Betimsel Modeli

Literatür incelendiğinde travma sonrası büyüme ile ilgili geliştirilen kuramlar ve modellere bakıldığında İşlevsel- Betimsel modelin en çok üzerinde durulan bir kuram olduğu görülmektedir. İşlevsel- Betimsel model Tedeschi ve Calhoun tarafından ilk defa 1995 yılında geliştirilmiş olup 2004 yılında revize edilmiştir. Bu modelde yazarlara göre travma sonrası büyümenin gelişebilmesi için travmatik deneyimin kişinin bilişsel şemalarını sarsacak kadar büyük olmakla kalmayıp, bu olaydan sonra gelen sürecin akışı ve bireyin kişilik özelliklerinin de etkili bir rol oynadığı belirtilmiştir (Tedeschi ve Calhoun, 2004). Fakat travma sonrası büyüme gelişebilmesi için travmatik olayın bitmesi ve yarattığı yoğun duyguları bir derecede hafiflemesi gerekmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 1998). Ancak ağır yaşantılar ile karşı karşıya kalan bireyin hissettiği yoğun duyguları azaltması için stresini yönetebilmesi gerekmektedir. Travma sonrası büyüme ortaya çıkmasında önemli rol oynayan ve katkı sağlayan bilişsel işlemenin gerçekleşmesi için bireyin stres yönetmesi gerekmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 2004).

Bu modele göre travma sonrası büyüme hem bir süreç hem de bir sonuç olarak görülmektedir. Bu kapsamda travmatik olayın ardından bilişsel sürecin dışında ortaya çıkan aşırı bilişsel ve duyuşsal uyarılmanın bir sonucu olarak ağır olayla başa çıkma ile başlayan bir süreç olarak görülmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 1998). Yazarlara göre travmatik olayı, bireyde sismik bir etki yaratarak bireyin temel varsayımları yıkılıp dünyaya dair var olan şemaları sarsılmaktadır. Travma sonrasındaki süreçte yıkılan temel varsayımlar ve inançlar tekrar inşa edilerek kişinin travma sonrası büyüme geliştirmesine yol açmaktadır (Cann ve ark., 2011). Temel varsayımlarda yaşanan sarsılmaların nedeniyle bireyin tekrar tekrar ruminatif düşünceler üretmesine yol açmaktadır. Ruminasyon, bireyin deneyimlediği travmatik olayı sürekli bir şekilde düşünmesi ve hatta gün içinde yaşamını sürdürmeye çalışırken bu düşüncelerin baskısından kurtulamamasıdır. Ruminasyon bir yandan stresle başa çıkabilmek için olumluyken bir yandan da pişmanlık duygusunu besleyen olumsuz bir tarafı da olabilmektedir (Calhoun ve

Tedeschi, 1998). Araştırmacılara göre ruminasyon travma sonrası büyümenin merkezinde bir davranıştır (Tedeschi ve Calhoun, 1998). Bu modele göre bireyin kişilik özellikleri, travmatik yaşantının türü ve sosyal çevresinde görülen işlevsel desteğin sonucu olarak meydana gelen olumlu değişimin sürecinin sonunda travmatik olayın öncesindeki var olan eski amaçlar, inançlar ve davranışlar işlevselliğini kayıp eder ve kişi yeni amaçlar ve davranışlar oluştururken travmatik olay öncesi ve sonrasını kapsayacak yeni bir hikaye oluşturma çabalamaya çalıştığı esnada travma sonrası büyüme gelişmeye başlamaktadır (Tedeschi ve Calhoun, 1998)

2.3.2.3. Joseph ve Linley'in Organizmik Değerlendirme Modeli

Joseph ve Linley (2006) tarafından, Organizmik Değerlendirme Modeli, Rogers'ın birey merkezli yaklaşımına dayandırarak pozitif psikoloji yaklaşımını bütünleştirerek yeni bir teori ileri sürmüştür. Bu yaklaşımda insan doğuştan kendisi için iyi olanı bilme yeteneğini ve büyümeye eğilimli olduğunu savunmuştur.

Organizmik değerlendirme kuramına göre insanın sosyal çevreden temel ihtiyaçları karşılandığında travma sonrası büyümenin gelişmesine yol açmaktadır (Joseph ve Linley, 2006). Bu modele göre travma sonrası büyümeyi betimleyen dört aşama olduğunu savunmuştur (Joseph ve Linley, 2006). Bu aşamaların ilki, tamamlama eğilimidir; bireylerin travmatik olayla karşılaştıktan sonra temel inançları sarsıldığı için travmatik olaya ile ilgili ortaya çıkan ve eski bilgileri ile çelişen yeni bilgilerini anlamlandırmaya ve yapılandırmaya yönelik yapılan bilişsel ve duygusal işlemenin ifade eden bir boyuttur. İkinci aşama ise, özümseme ya da uyma; stresli olaya bağlı bilgiler ve daha önce var olan şemalarını, ortaya çıkan yeni varsayımlara göre değiştirerek uyum sağlamaya çalışmaktadır. Üçüncü aşama, birey önem boyutunda bir anlamlandırma sürecinden geçmektedir. Birey yaşanan travmatik deneyimi ile ilgili yeni ortaya çıkan bilgiler olumsuz bir şekilde bir anlam verirse, kişide psikopatolojik sorunlar yaşanmaya başlar ve hayatını sürdürmekte zorlaştıracak olumsuz varsayımlara sahip olur. Fakat travmatik olay ile ilgili çıkan yeni bilgiler olumlu bir şekilde değerlendirilirse bireyde pozitif bir etki oluşturarak travma

sonrası büyümenin gelişimine yol açmaktadır (Joseph ve Linley, 2005). Dördüncü aşamaya baktığımızda, bu boyut iyi oluş ile öznel iyi oluşu kapsamaktadır. (Joseph ve Linley, 2006). Araştırmacılara göre travma sonrası büyüme ortaya çıkması için bireyin iyi oluşu çok önemli olduğu vurgulanmıştır (Joseph ve Linley, 2006).

2.3.2.4. Park'ın Anlam Oluşturma Modeli

Park (2006) tarafından geliştiren Anlam Oluşturma Kuramı, Frankl'ın geleceğe dair anlamın önemi üzerine yaptığı teorik çalışmalarına dayanarak ortaya koymuştur. Frankl'ın tarafından yapılan çalışmalara göre bireyin hayatta anlam bulması ve diğer insanların hayatlarına değer vermesi yaşamın esas motivasyon kaynağını oluşturmakla birlikte travma ve stresli olaylar ile mücadele edebilmek için önemli ve gerekli güçler olduğu ileri sürülmüştür (Frankl, 2004). Anlam Oluşturma Modelinde araştırmacıya göre birey stresli bir olaydan dolayı büyüme geliştirme travmatik olaydan sonra büyüme geliştirmesinden daha anlamlı bularak travma sonrası büyüme kavramını kullanmak yerine “stresle ilgili büyüme” kavramını kullanmayı tercih etmiştir (Park ve ark., 2009). Park'a (2006) göre anlam oluşturma süreci, bireyin farkındalık seviyesi düşük olduğu bilinçdışı oluşmuşsa bile bilinçli başa çıkma süreci de kapsamaktadır. Bu süreç içinde, bireyin olaya bağlı fikirlerinin ve anlamlandırma işlemi, gün içinde faaliyetleri esnasında, olay neden ortaya çıktığını sorgulaması ile birlikte kendini diğer kişilerle karşılaştırma davranışı da içermektedir (Park ve ark., 2009).

Yazar büyümenin anlam oluşturma aşamasında ortaya çıktığını anlamış, stresli yaşantıdan sonra anlamlılığı araştırmaya çalışmıştır. Bu modele göre, anlam bireyin bütün amaçlarının, inançlarının veya stresli olayı yeniden değerlendirme sürecinde de bulunan bir kavramdır (Park, 2006). Anlam oluşturma süreci, stresli olaya maruz kalan kişinin dünyaya bağlı varsayımları ile stresli olaya dair durumsal inancın çatışmasıyla birlikte ortaya çıkmaktadır. Kişinin bu çatışma dolayısıyla hissettiği yoğun duyguyu azaltması için yeni bir anlam oluşturmaktadır. Fakat büyümenin gelişip meydana gelmesi için oluşan anlamın olumlu olması gerekmektedir (Wardell ve Wicks, 2012).

2.3.3. Travma Sonrası Büyüme ile İlişkili Değişkenler

Travmatik olayı deneyimleyen herkes tarafından travma sonrası büyüme geliştirileceği anlamına gelmemektedir. Ancak travma sonrası büyüme ortaya çıkması için ve bireyde görülmesi için, travmatik olayın şiddeti, kişinin demografik değişkenler, sosyal destek düzeyi, baş etme stilleri, kişilik özellikleri, travma sonrası stres belirtilerinin düzeyi ve bireyin duygularını dışa vurma yeteneği gibi etkileyen birçok faktör bulunmaktadır (Tedeschi ve Calhoun, 1996; Linley ve Joseph, 2004; Frazier, Conlon ve Glaser, 2001). Aynı konu ile ilgili yapılan meta analiz çalışmasında, iyimserlik, sosyal destek ve başa çıkma stillerinin travma sonrası büyüme gelişmesinde olumlu bir şekilde etkilediğini görülmüştür (Parti ve Pietrantonio, 2009). Bahsi geçen aynı araştırmaya göre başa çıkma mekanizmalarından olan dini başa çıkma ve olumlu anlamlandırma mekanizması travma sonrası büyümenin ortaya çıkmasında en etkili rolü oynadığı bulunmuştur. Zorlu yaşam olayları ile karşılaşan insanlar üzerine yapılan bir çalışmada, kişilerin yarısının hayattaki maruz kaldıkları ağır olayları ile dini başa çıkma yollarını kullanmalarının bir sonucu olarak psikolojik açıdan dayanaklılık olduğu gözlemlenmiştir (Eryücel, 2013). Bununla beraber kolektivistik başa çıkma stilleri ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmaya göre bireyler ağır olaylara maruz kaldıktan sonra kolektivistik başa çıkma stratejilerini kullandıkça travma sonrası büyümenin ortaya çıkmasında olumlu bir etki yarattığı belirtilmiştir (Çimen, 2020). Diğer çalışmalara göre, travmatik olaylarla mücadele etmek için birden fazla başa çıkma stili kullanmış olanlarda travma sonrası büyümenin ortaya çıkmasında olumlu bir şekilde etkilediği görülmüştür (Shakespeare-Finch, Smith ve Obst, 2002). Erten ve Kocakaya (2020) tarafından travma sonrası büyüme üzerine yapılan başka bir çalışmada, travma insanların hayatlarında ağır bir stres kaynağı olmakla birlikte bu olaydan sonra sağlıklı başa çıkma stratejilerini kullanamadıklarında ve yeteri kadar sosyal desteğe ulaşamadıklarında olumsuz birtakım etkiler yaşadıklarında dahi travma olayının öncesine göre hayatlarında olumlu bir değişim olabileceği savunmuştur.

Bununla beraber sosyal desteğin, travma sonrası büyüme ile orta seviyede ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Parti ve Pietrantonio, 2009). Ancak Tedeschi ve Calhoun (2004) tarafından yapılan başka bir çalışmada sosyal destek faktörü, bireyin travma sonrası büyüme geliştirmesinde önemli olup sosyal destek ne kadar güçlü olursa bireyin travmayı daha hızlı bir şekilde atlatabileceğini savunmuştur. İlâveten travmatik olaylara maruz kaldıktan sonra aile desteği gören kişilerde olumlu düşünme ve umutlu olma gibi özelliklerin geliştiği gözlemlenmiştir (Abriado- Lanza, Guier ve Coln, 1998; Ayaltı ve Bayraktar, 2017; Çimen, 2020). Bununla birlikte travmatik yaşantılardan sonra birey sosyal ağı geniş olması, iş hayatını sürdürmeye çalışması ve sürekli topluluk içinde bulunması ruhsal sorunlarını azaltmakta ve travma sonrası büyümeyi geliştirmekte önemli bir rol oynadığı belgelenmiştir (Bolat, Bolat ve Taştan, 2020). Tel (2017) tarafından travma olaylarına maruz kalan üniversite öğrencilerinin üzerinde yapılan araştırmaya göre, travma sonrası büyüme geliştirmiş öğrencilerde varsayım şemalarında, insanlar ile ilişkilerinde ve kendileri ile ilgili inançlarında olumlu bir değişim olduğu görülmüştür.

Çimen (2020) tarafından aynı konu ilgili ile yapılan araştırmaya göre kadınlarda erkeklere göre daha fazla travma sonrası büyüme geliştiği görülmektedir. Bununla beraber bahsi geçen aynı çalışmanın bulgularına göre yaş faktörü ile travma sonrası büyüme arasında bir ilişki görülmediği bulunmuştur (Çimen, 2020). Ancak Woolloff (2014) tarafından yapılan başka bir çalışmada, bireylerin yaşı ve daha önce deneyimledikleri, travma sonrası büyümeyi etkileyen bir faktör olarak görülmektedir.

Çoklu travmatik olaylara maruz kalan bireylerde daha fazla travma sonrası büyüme geliştiğini rapor eden bazı çalışmalar ortaya konmuştur (Shigemoto ve Poyrazli, 2013). Bu bağlamda savaş ve göç deneyimi geçiren kişilerde çoklu travmatik olaylara maruz kaldıklarına ve travma sonrası büyüme geliştirdiklerine dair yapılan birkaç çalışma mevcuttur (Mollica ve ark., 1998; Steel ve ark., 2009). Ayrıca Webster ve Deng (2015) tarafından yapılan başka bir çalışmada bireyde travma sonrası büyüme gelişmesi için çoklu travmatik deneyimler tek başına yeterli

olmadığı ileri sürülmüştür. Yapılan başka araştırmalara göre de birey bağımsız ve eş zamanlı olarak hem travma sonrası büyüme belirtileri hem de travma sonrası stres belirtilerini gösterebilmektedir (Solomon ve Dekel, 2007; Sleijpen ve ark., 2016). Fakat başka çalışmalarda travma sonrası büyüme ile travma sonrası stresin negatif bir ilişki olduğu görülmüştür (Frazier, Conlon ve Glaser, 2001; Arredondo ve Caparros, 2021). Kosovalı mülteciler üzerinde yapılan bir çalışmada, mültecilerin yaşadıkları travmatik olaylarıyla mücadele etmek için kullandıkları başa çıkma stili, deneyimlenen travmatik olayın düzeyi ve travma sonrası stres bozukluğu belirtilerini kontrol ettikten sonra travma sonrası büyümeyi mühim derecede zorladığı görülmüştür (Ai ve ark., 2007).

2.3.4. Mültecilerde Travma Sonrası Büyüme

Literatürde göç deneyimin ardından ortaya çıkan travma sonrası büyüme ile ilgili çok az çalışma mevcuttur (Berger ve Weiss, 2003). Suriyeli mültecilerin bir sürü zorluklarla karşı karşıya kalıp çoklu travmatik yaşantılara maruz kaldıktan sonra psikolojik açıdan olumlu bir değişim yaşadıklarına dair birkaç araştırma yapılmıştır (Bhat ve Rangaiah, 2015; Rizkalla ve Segal, 2018; Taher ve Allan, 2019).

Suriyeli mültecilerde travma sonrası büyüme üzerine yapılan bir çalışmada bireylerde kendileri ile ilgili inançlarında, yaşama verdikleri anlamda ve sosyal ilişkilerde olumlu bir gelişim yaşandığı rapor edilmiştir (Şimşir, Dilmaç ve Kazan, 2018). Hollanda’da mülteciler üzerine yapılan bir çalışmada mültecilerde travma sonrası büyüme ile algılanan sosyal destek, iyimserlik, travmatik olaylar ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi değerlendirerek travma sonrası büyüme ve sosyal destek arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu belgelenmiştir (Sleijpen ve ark., 2016). Kroo ve Nagy (2011) tarafından Somalili mülteciler üzerine yapılan başka bir çalışmanın sonuncuna göre umut, dindarlık, dini başa çıkma ve sosyal destek gibi faktörler travma sonrası büyüme ile arasındaki ilişkinin mühim derecede olumlu olduğu belirtilmiştir. Hatay’da mülteci kampında yaşayan Suriyeli mültecilerde travma sonrası büyüme ile travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkiyi incelenen bir araştırmanın bulgularına göre travma sonrası stres bozukluğu olan mültecilerde

travma sonrası büyüme yaygınlığı, travma sonrası stres bozukluğu geliştirmeyenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür (Cengiz, Ergün ve Çakıcı, 2019).

Acar (2020) tarafından Suriyeli mültecilerde travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası büyüme ile ilişkili değişkenlerini inceleyen diğer bir çalışmanın bulgularına göre bireylerin yaşı ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkinin negatif olduğu, mültecilerin şiddet olaylarına maruz kaldıkça daha fazla travma sonrası büyüme geliştirdikleri, bireylerde travma sonrası stres belirtileri ile travma sonrası büyümenin olumlu bir ilişki olduğu, mülteciler sorun odaklı başa çıkma stratejilerini kullanma ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkinin orta seviyede anlamlı olduğu ve bireylerin olumsuz başa çıkma stratejisi kullandıkça düşük düzeyde sosyal ilişkilerde büyümenin de arttığı belgelenmiştir. Suriyeli mülteciler üzerine yapılan başka bir araştırmada, Suriyeli mültecilerde başa çıkma stilleri, dindarlık ile travma sonrası büyüme incelenmiştir. Bu araştırmaya göre Suriyeli mülteciler orta seviyede travma sonrası büyüme geliştirdikleri, baş etme stratejisi şekli ile dindarlığın travma sonrası büyüme ile anlamlı bir ilişkisi bulunmuştur (Ersahin, 2020).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3.1. Manevi Başa Çıkma

İnsanoğlu dünya geçmişinden beri, sel, deprem, ı, savaş, hastalık, ölüm gibi birçok felaketle mücadele ederek üstünden gelmeye ve başa çıkmaya çabalamaktadır (Abanoz, 2020). Başa çıkma, kişinin yaşadığı stres yaratan olayları ve durumları yönetmek için hem bilişsel hem de davranışsal çabalarını ifade etmektedir (Folkman ve ark., 1986). Ağragün ve arkadaşlarına (2005) göre başa çıkma, kişinin kendisi için stres ya da tehlike oluşturan durumlara ve olaylara karşı direnç göstermesi ve bu durumlarda hayatta kalabilmesi ve dayanabilmesi için ortaya çıkardığı bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkilerin tümü olarak tanımlanmıştır.

İnsanlar hayatta yaşadıkları her türlü stresli olaylara karşı sorun odaklı ya da duygu odaklı başa çıkma stratejilerini kullanmaktadırlar (Folkman ve ark., 1986). Yapılan araştırmalara göre problem odaklı başa çıkma; plan geliştirme, yeniden yapılandırma, soğukkanlı, rasyonel, kasıtlı çabalar içerirken duygu odaklı başa çıkma mesafe koyma, açığa vurmak, kendini kontrol etme, sosyal destek aramayı, sorumluluk kabul etme ve bilişsel yapılandırma içerdiği belirtilmiştir (Folkman ve ark., 1986). Ancak Moos ve Billings (1982) başa çıkmayı, değerlendirme, sorun ve duygu odaklı üç yöntem olmak üzere sınıflandırmıştır. Değerlendirme odaklı stillin, zor durumların anlaşılması ve belirli bir şekilde oturtulmasına hedeflendiği şeklinde tanımlanmıştır. Bu aşamada stres nedeni bulunup probleme yönelik bakış açısı değiştirilmektedir. Sorun odaklı stilde ise, problemin sonuçları ele alınarak hakikati kabul ederek sıkıntıyı normalleştirmeye çalışmaktadır. Ancak duygu odaklı stillinde birey sıkıntı yaşadktan sonra duygularını yönetmeyi ve muvazenesi korumayı çabalamaktadır. Ayrıca kişinin herhangi bir başa çıkma yöntemi kullandığında kendi kültürünün özelliklerini göz önünde bulundurarak yaşadığı sıkıntıyı değerlendirmektedir (Lazarus ve Folkman, 1984).

Araştırmalara göre kişisel farklılıkların, kişinin baş etme aşamasındaki zihinsel süreçleri ve stres nedeni arasındaki ilişkinin önemli olduğu ileri sürülmüştür (Schaefer ve Gorsuch, 1993). Ancak daha önemli olan kişinin stresli durumundan sonra hayatına sağlıklı bir şekilde dönebilmesi ve uyum sağlayabilmesidir. Yani bireyin deneyimlediği olayı, sahip olduğu baş etme stili ya da çevresel özelliklerin ötesinde hayattaki muvazenesi ve ahengini muhafaza etmesinin önemli olduğu bilinmektedir (Major ve ark., 1998). İnsanların sahip olduğu dini görüşleri ve inançları yaşadıkları stresli deneyimlerle başa çıkabilmek için önemli bir rol oynamaktadır. Bireyler bu görüşler ve inançlar doğrultusunda dünyaya ve hayata daha olumlu bir şekilde bakabilmeleri ve değerlendirmelerine yol açıp spiritüel ve manevi iyi oluş durumunu da göstermektedir (Uğurluoğlu ve Erdem, 2019).

Maneviyat Arapça kökenli bir kelime olup Türk Dil Kurumu tarafından iki şekilde tanımlanmıştır. İlk verilen anlam; “maddi olmayan, manevi şeyler”, ikinci verilen anlam ise “yürek gücü, moral” olmuştur (TDK, 2019). İngilizce sözlüklerde ise maneviyat/spirituality kelimesi iki anlam taşıdığını görülmüştür. Birinci anlam “derin fikirler, duygular veya hisler ile ilişkili şeyler”, ikinci olarak taşıdığı anlam ise “kilise ya da din ile ilişkili şeyler” olduğu açıklanmıştır (Oxford Dictionary, 2010). Maneviyat kavramını araştıran öncülerden Jung’a göre (2014) bütün insan sorunlarının maneviyatla ilişkili olduğu ve manevi canlanma olmadan kurtulma ve iyileşmenin mümkün olmadığı savunulmuştur.

Maneviyat terimi, bireyde yaşama anlam katan ve insan içinde kuvvet yaratan tabii bir tutkudur ve bireyin hayatındaki üstünlüğünün deneysel bir müşirdir (Haghighat ve ark., 2018). Maneviyat kavramı, bireylerin kendi farkındalıklarına vararak, kendilerini anlayıp diğer bireylerle karşılaştırmalarını, empati yapmaları ve kendilerine dair olan saygı ve sevgi duygusunu devam ettirmelerini sağlayıp zorluklar ile mücadele etmek ve baş etmekte güç, huzur, umut ve sakinlik duygusu vermekle beraber insanların yaşayabilecekleri hastalıkları önlemekte, çektikleri acıyı azaltmakta ve yaşadıkları olumsuz ve ağır olayları kabul edip başa çıkabilmelerinde önemli bir rol oynamaktadır (Gumus, Baran ve Zengin, 2014).

Maneviyat ve din ile ilgili yapılan araştırmalara göre, maneviyat dini içine alan ancak dinle sınırlı olmayan, hayatın anlamı ve hedefini sorgulayan bir kavram olarak tanımlanmakla birlikte içinde hastalıklar, sağlık, günah ve diğer kişilere karşı var olması gereken sorumlulukları da kapsamaktadır (Gumus, Baran ve Zengin, 2014). Yapılan diğer çalışmalara göre de maneviyat, kişinin kaygısını azaltmasını, hayatını olumlu bir şekilde sürdürmesini, daha iyi ve üst bir makama yükselmesini, daha güçlü ve barışık halde olmasını sağlayarak sağlık hayatına olumlu bir etki bıraktığı düşünülmektedir (Yılmaz ve Okay, 2009).

Maneviyat kavramı ve din kavramı tarih boyunca aynı anlam olarak kullanıldığı görülmekle beraber son zamanlarda iki kavram arasındaki farklılıkların üstünde durulmaya başlanmıştır (Ekşi ve Kaya, 2016). Ancak bu iki kavramı birleştirme veya ayırtırmaya çabalansa da alanyazında bu iki kavramın sıklıkla birbirinin yerine kullanıldığına rastlanmaktadır (Rio ve White, 2016). Bu iki kavram arasında esas farktan bahsedecek olursak, iman eden insanlarda dindarlığın, inançlı insanlarda ise maneviyatın daha üstün olduğu gözlemlenmiştir (Köse ve Aytan, 2012). Bireylerin manevi yaşamında en mühim unsur olan dinin, problemleri azaltması ve çözülmesinde etkin bir rol oynamakla birlikte psikolojik açıdan dengeyi sağlamakta etkin olan rolünün de göz ardı edilemez olduğu bildirilmiştir (Cebeci, 2010).

Spirituality /maneviyat kavramı ile dini inançlar ile çok karıştırılan bir kavram olmakla beraber ve ortak yönleri var olmasına rağmen aralarında farklılıklar mevcuttur (Uğurluoğlu ve Erdem, 2019). Maneviyatın dinin merkezi ve mühim bir görevi olduğu için beraberce meydana gelebilmektedir (Kimter, 2013). Ayrıca araştırmacılara göre inanç ile dini inançların özellikle Müslüman ve Hristiyan topluluklarınca bağdaştırıldığı için manevi başa çıkma kavramı dini inançlarla sınırlandırıldığı görülmüştür (Yılmaz ve Okay, 2009). Bu çalışmada, maneviyatın dini kapsadığı görüşü benimsenip, maneviyat kavramı kullanılacaktır.

Maneviyat ve din kavramı, psikanalitik yaklaşım tarafından bir psikopatoloji olarak değerlendirip dışlanmıştır. Psikolojik alanda hem dini hem felsefi konular

görmezden gelindiği için ve psikoloji alanı kendisi de katı ve esnek olmayan bir bilim olarak kurulmaya hedeflendiği için uzun süre hem maneviyat hem dini konular araştırılmamıştır. Bununla beraber psikolojinin öncülerinden olan Freud ve Skinner tarafından din ve maneviyat konuları değersizleştirilip önemli olmadığına dair vurgu yapmalarından dolayı uzun süre bu konular incelenmemiştir. Ancak din ve maneviyat ile ilgili yaratılmış eski görüşler doğu psikolojisi ve pozitif psikoloji yaklaşımlarla olumlu bir değişime uğramış ve bu konuları psikolojik alanda önemli olduğunun farkına varılıp üstüne durulmaya başlanmıştır (Ekşi, Takmaz ve Kardaş, 2015; Köse, 2000).

Rieg, Mason ve Prteson (2006) tarafından yapılan çalışmaya göre maneviyat, bütün bireylerin yaşamlarında çok mühim ve vazgeçilmez bir unsurdur. Yapılan diğer araştırmalara göre de manevi yanı güçlü bireylerde manevi yanı zayıf bireylere göre psikoloji açısından daha iyi durumda olup yaşadıkları problemlere daha hızlı bir şekilde adapte olabildikleri gözlemlenmiştir (Koenig, 2012). İnsanın manevi yanını destekleyen esas anlamda bir terapidir ve insan manevi deneyimine ne kadar önem verirse o kadar maruz kaldığı stresörlerden kurtulabilmektedir (Altıntaş, 2018). Batı da din ve maneviyat üzerine yapılan çalışımlara göre maneviyat ve dindarlığı yüksek olan bireylerde hayat netliği, hastalıkları yenme veya hastalıklar ile yaşama kabiliyeti konusunda daha pozitif olduğu belirtilmiştir (Ayten ve ark., 2012). Bununla beraber kiliseler ve dini gruplara düzenli bir şekilde katılmaya özen gösteren kişilerin anksiyate, depresyon ve başka hastalılarla baş etmede daha muvaffak oldukları görülmüştür (Ayten ve ark., 2012). Ayrıca bireyin olumsuz ve stresli durumlarda çaresiz ve aciz hissettiğinde yüce bir Tanrı'ya sığınmaya, iltica etmeye ve ondan destek almaya çabaladığında kendisi daha sabırlı, güçlü ve metanetli olabilmektedir (Ayten ve ark., 2012).

Koenig (2012) tarafından maneviyatın psikolojik sağlığı, bedensel sağlığı, sağlık davranışları ve neticeleri ile ilişkisini inceleyen çok sayıda çalışmalara bakıldığında, maneviyat birçok bireyin hayatında temel bir parça olmakla birlikte bireyin hüviyetinin kökenini oluşturduğu ve yaşama hedef ve mana kattığı

görülmüştür. Plumb (2011) tarafından maneviyatın terapötik çalışmalara dahil edildiğinde ortaya çıkan sonuçları görmek için yapılan araştırmaya göre; danışanlarda maneviyat ve din faktörü, sağlık, huzur ve yaşam doyumu oranlarında arttırmakla beraber olumsuz davranışlar, intihar düşünceleri, madde kullanımı ve bağımlılığın yaygınlığı ve sıklığı azaltma konusunda etkin bir faktör olarak görüldüğü belirtilmiştir. İlâveten manevi itikat ve uygulamaların bireyin psikolojik ve bedensel sağlığını iyileştirmekte olumlu bir etki yaratmakla birlikte sosyal destek, karar alma ve başa çıkma becerilerinin daha güçlü olmasında da mühim bir rol oynamaktadır (Plumb, 2011).

Din olgusunun, insanların yaşadıkları sorunlar ve problemlerle başa çıkma kabiliyetlerinde ve yaşam refahı konusunda önemli ve etkili bir role sahip olduğuna dair birçok çalışma mevcuttur (Alorani ve Alradaydeh, 2017; Ayten ve ark., 2012; Uysal ve ark., 2017). Çok sayıda dini iyi oluş ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde, dini iyi oluş, yaşam memnuniyeti ve olumlu ruh hali ile arasındaki ilişkinin pozitif olduğu görülmektedir (Erdoğan, 2014). Bununla beraber dini iyi oluş, madde bağımlılığı, alkol kullanımı, intihar düşünceleri ve intihar girişimleri konusunda kuvvetli bir koruyucu değişken olarak rapor edilmiştir (Plante ve Sharma, 2001). Ayrıca dini iyi oluş ile ruh sağlığı iyi oluş arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmada, dinin insanın yaşamını olumlu bir şekilde destekleyen affediciliği artıran, suçluluk duygusunu hissetmesine neden olabilecek davranışlardan uzaklaştıran bir faktör olmakla beraber duygular üzerine de olumlu bir şekilde etkili olduğu düşünülmektedir (Plante ve Sharma, 2001).

Dini başa çıkma yöntemi, kutsalı temel alan bir metottur. Din insanların davranışlarına yol gösteren, yaşadıkları olayları doğru yönde değerlendirmelerine izin veren, maruz kaldıkları zorluklarda bir sığınak olan, yaşamlarını sağlıklı ve dengeli bir şekilde sürdürmelerine neden olup hayatlarındaki önemli bir unsurdur (Paloutzian ve Park, 2013). Dini başa çıkma, kişilerin ağır stresli olaylara maruz kaldıklarında, kişisel ve sosyal olanakları tükenip bittiğinde yöneldikleri yararlı bir stratejidir (Paloutzian ve Park, 2013). İlâveten bireyler sağlık sorunları

yaşadıklarında ve ağır acı çektiklerinde olumlu dini başa çıkma stratejileri kullanarak karşılaştıkları sorunları dayanabilir duruma getirip, bedensel ağrıları hafifletip, fiziksel ve ruhsal direnci artırarak iyileşme sürecini hızlandırabileceği gözlemlenmiştir (Aytan ve Sağır, 2014; ÇuŖta, 2014). Kanser hastaları ile ilgili yapılan araştırmalara göre kanser hastalığı sürecinde hastalar en çok manevi ve dini etkinlikleri başa çıkma stili olarak kullandıklarında benlik saygısını koruma, duygusal dengeyi sağlama, umutlu olma ve yaşanan bu zor sürece uyum sağlama ve anlam verme gibi birçok olumlu etkisi olduğu bulunmuştur (Jenkins ve Pargament, 1995; Johnson ve Spilka, 1991). Aile şiddetten kurtulan Afrikalı Amerikalıların da maneviyat ve dinin rolü üzerine yapılan çalışmada, yüksek içsel dindarlık seviyesine sahip olan ve istismara maruz kalan kadınların düşük içsel dindarlık seviyesine sahip olanlara göre daha az derecede TSSB belirtileri gösterdiklerini belgelenmiştir (Watlington ve Murphy, 2006).

Ayrıca kişilerin din veya manevi başa çıkma sürecinde kullandıkları stratejiler, onlara ait olan değerler, inançlar, alışkanlıklar ve kişilik özelliklerinin önemli ve etkili bir role sahip olduğu bulunmuştur (Ennis, 2011).

3.2. Manevi Başa Çıkma Stratejileri

Bireylerin yaşam boyunca maruz kaldıkları ağır olaylar, stresli durumlar veya travmatik deneyimler ile mücadele etmek ve bu olayların neden olduğu içsel ve dışsal güçlüğü hafifletip üstesinden gelmek için gösterdikleri bilişsel ve davranışsal çabaları başa çıkma olarak tanımlanmıştır (Şentepe, 2009).

İnsanların stresli yaşam deneyimlerine maruz kaldıklarında ayakta kalabilmek için ve dayanaklı olabilmek için kullandıkları dini başa çıkmanın etkili bir yöntem olduğu bulunmuştur (Uysal ve ark., 2017). Din veya maneviyat, bireylerin hayatlarında özellikle zorlu yaşam tecrübelerinde önemli bir kaynak olduğu görülmüştür (Eason, 2017). Ayrıca psikologlarca psikoterapi sürecinde danışanların maneviyatın ve dindarlığın bir başa çıkma olarak sıklıkla kullandıklarını ve yaşadıkları sorunlarını giderme ve azaltma konusunda yararlı bir

yöntem olduğu belirtilmiştir (King ve Crowther, 2004). Bazı bireyler özellikle stresör faktörler ile karşılaştıklarında, dine yönelerek, ibadetlerini yaparak, dini veya manevi ritüelleri artırarak, Allah'a dua edip sığınmakla beraber din hocalarına danışarak maruz kaldıkları sıkıntılara çözüm bulmakta ve rahatlamakta fayda gördükleri bilinmektedir (Amer ve ark., 2008).

Bireylerce olumsuz duygular, korku veya kaybetme duygusu deneyimledikleri zaman dine ve maneviyata yönelip dini/ manevi başa çıkma stratejileri geliştirebilmektedirler (İslambey, 2014). Ano ve Vasconcelles (2005) tarafından yapılan çalışmada, stresli durumlarda manevi başa çıkma, bireylerin ruh sağlığı üzerine etkilerini daha iyi bir şekilde anlayabilmek için manevi başa çıkma mekanizmaları olumlu ve olumsuz olarak analiz edilmesi gerektiğine vurgu yapılmıştır. Pargament ve arkadaşları (1998) tarafından yapılan araştırmaya göre din/ manevi başa çıkmanın hem olumlu hem de olumsuz olabileceğine dair vurgu yapılmıştır. Olumlu dini /manevi başa çıkma, insanların tecrübe ettikleri sorunlar ve sıkıntıların üstesinden gelebilmek için yardımcı olup Allah ile güvenli, rahat ve tatmin edici bir bağ kurması ile alakalıdır. Ancak olumsuz din/manevi başa çıkma, ağır, stresli ve olumsuz olaylardan Allah'ın sorumlu olduğu düşünülüp güvensiz ve tatmin edici olmayan bir bağ kurması ile alakalıdır (Pargament ve ark., 1998). Olumsuz din/ manevi başa çıkma stilline sahip olanlar için dünyanın adil olmadığı, insanların davranışlarından sorumlu olmadığı ve Allah ile ilgili olumsuz düşünce eğiliminde olabilmektedirler (Lerner, 1980). Bununla beraber yapılan başka araştırmalara göre dünya adil bir yer inancına sahip olanların olmayanlara göre daha fazla dine yöneldiklerini, daha otoriter ve daha içsel kontrol odağına sahip olduklarına dair sonuçlara ulaşılmıştır (Rubin ve Peplau, 1975). Ayrıca dindarlık ile doğaüstü güçler ve hurafeler arasındaki ilişkiyi inceleyen çok sayıda çalışma mevcuttur. Dindar bireyler tarafından mantık dışı batıl inançlar, olağanüstü güçler ve akıl almaz belirli olgularda dini/ manevi başa çıkmayı bir sığınak olarak görüp olaylara anlam verebilmek için kullanmaktadır. Bununla beraber manevi başa çıkma, insanları hurafelere inanmaktan alıkoyabilmektedir (İslambey, 2014). Din, etkin bir savunma mekanizması olup, başa çıkma sürecinin her aşamasında farklı

koşullarda ve şartlarda faal ve dinamik biçimde anlam verebilme, anlamı sürdürebilme ve tahvil edebilme için yararlı bir kaynak olduğu görülmüştür (Ai, Peterson ve Huang, 2003). İlaveten olumlu dini başa çıkma mekanizması kullanan bireylerin benlik saygısı, yaşam memnuniyeti, yaşam niteliği, sıhhat ve iyi oluş gibi birçok ruhsal uyum faktörleri ile pozitif yönde acizlik, anksiyete, depresyon, çaresizlik ve algılanan stres ile negatif yönde olduğu belgelenmiştir (Ano ve Vasconcelles, 2005; Eason, 2017). Bununla beraber aynı konu ile ilgili yapılan diğer çalışmalara göre olumlu din/manevi başa çıkma ruhsal dayanıklılık ile arasındaki ilişkinin olumlu olduğu rapor edilmiştir (Uysal ve ark., 2017). Ancak olumsuz dini/manevi başa çıkma yöntemi kullanan bireylerin bedensel, sıhhat ve psikoloji üzerine negatif bir şekilde etkili olmakla beraber bazı durumlarda olumlu bir gelişim, manevi gelişim ya da stres kaynaklı bir gelişim gibi pozitif bir etki bırakabilmektedir (Pargament, Magyar-Russell ve Murray-Swank, 2005).

Kaçırılan erkelerin genel ve manevi başa çıkma stratejilerini inceleyen bir çalışmada, katılımcılar zor ve stresli durumlarda olduklarında en çok Tanrı'ya dua ederek kendilerini güvende hissedebileceklerini ifade etmekle beraber dua sayesinde, yaşamlarında umut, sükûnet, problemlerden kurtulma ve ilahi destek ile her şeyin üstesinden gelebileceğine inandıkları açıklanmıştır (Hodge, 2021). Çocuklarını kaybeden ebeveynler üzerine yapılan çalışmada, yas tutan ebeveynler yaşadıkları zor süreçle başa çıkabilmek için dua, dini ritüelleri ve kutsal metni okuma gibi stratejiler kullandıkları belirtilmiştir (Hawthorne, Youngblut ve Brooten, 2018). Yaslı Güney Afrikalı ebeveynler üzerine yapılan başka bir çalışmada çocuklarını kaybeden anne babalar Tanrı'ya dua ederek, çocuklarının ölümü Tanrı'nın kurduğu planının bir parçası olarak kabul ederek ve cennette çocukları ile tekrar kavuşacaklarına inanarak yaşadıkları acı ile başa çıkmaya çalıştıklarını ifade etmişlerdir (Hunt ve Greeff, 2012). Yaslı Yunanlı ebeveynler üzerine yapılan başka bir çalışmada anne ve babalar ölen çocuklarını cennette Tanrıya yakın olduklarını, daha önce ölen akrabaları tarafından çocuklarının cennette gözetildiğini ve korunduğunu ve onlar ile tekrar kavuşacaklarına inanarak kederleri ile baş etmeye çalıştıklarını dile getirmişlerdir (Bellali ve Papadatou,

2006). Fakat Bakker ve Paris (2013) tarafından yaslı ebeveynlerin de manevi başa çıkma üzerine yapılan çalışmada, katılımcıların çocuklarını kaybettikten sonra dini inançlarının sarsılıp parçalandığını ve Tanrı'ya öfke hissedip yaşadıkları acının bir ihanet ve/veya ceza olarak algıladıkları belirtilmiştir. Gana'da Liberyalı mülteciler üzerine yapılan çalışmada, mültecilerin maruz kaldıkları zor durumlar ile başa çıkabilmek için ağırlıklı olarak dua ve Tanrı'ya inanmak başta olmak üzere manevi başa çıkma stratejileri kullandıkları görülmüştür (Dako-Gyeke ve Adu, 2017).

Abanoz (2020) tarafından yapılan, dini başa çıkma konulu olan araştırmalar hakkında bir değerlendirme başlığına sahip olan çalışmaya göre dini başa çıkma dünya çapında evrensel bir strateji olsa da dinler yerel ve kültürel farklılık gösterdiği için dini başa çıkma eylemleri ve davranışları da farklılık gösterebilmektedir. Dindar bireylerin hem günlük hayatında hem de zorlu yaşantılarında duaya yönelerek, sadaka vererek, namaz kılarak, oruç tutarak, ortak ibadet ve dini faaliyetlere katılarak Tanrı'yla ilişkilerini kuvvetlendirip güven duygusu beslenmektedir (Alorani ve Alradaydeh, 2017). Bahsi geçen konu ile ilgili yapılan çalışmaya göre ibadet ritüellerini yapmak, insanların ruhsal iyi oluşu artıran ve destekleyen dini başa çıkma stratejilerinden olduğu görülmüştür (Plante ve Sharma, 2001). Yapılan başka bir çalışmada, stresli ve ağır zamanlarda dua etmek gibi dini ritüellerin psikolojik dayanıklılığı desteklediği tespit edilmiştir (Uysal ve ark., 2017). Bununla beraber başka çalışmada ibadetlerini yapmak için bazı dini gruplara ve topluluklara daha fazla katılmaya özen gösteren kişilerin depresyon ile baş edebildikleri belirtilmiştir (Ennis, 2011). İlaveten farklı kültüre sahip 610 öğrenci üzerine yapılan araştırmada dini topluluklara düzenli bir şekilde katılan bireylerde aidiyet hissetme, olayları olumlu bir şekilde değerlendirme, benlik saygısını besleme, kişisel gelişim sağlama ve yaşamın anlamını bulma gibi olumlu gelişmeler sağlayarak bireyin duygularını kontrol etmekte ve psikolojik dayanıklılığı desteklemekte yararlı bir başa çıkma mekanizması olarak görülmektedir (Corry ve ark., 2013).

Ai, Peterson ve Huang (2003) tarafından yapılan araştırmaya göre stresli ve zorlu hayat yaşantılarında manevi başa çıkma stratejilerinin, ağırlıklı olarak kadınlar, hasta olanlar, etnik azınlıklar, sosyo-ekonomik ve eğitim seviyesi düşük olanlar gibi gruplar tarafından çok fazla kullanıldığı belirtilmiştir.

3.3. Mültecilerde Manevi Başa Çıkma

Doğal afetler, ekonomik nedenler, siyasi baskı ya da savaş gibi sebeplerden dolayı bireyler göç etmek zorunda kalabilmektedir. Bireyler göç ettikten sonra ister istemez kendi hayatlarında sosyal, kültürel ve ekonomik açıdan değişim yaşayabilmektedir (Koparan, 2019). Göç öncesinde, göç sürecinde ve sonrasında yaşanan olumsuz tecrübeler ile başa çıkabilmekte yardımcı olabilecek olan maneviyatın çok önemli bir role sahip olduğu gözlemlenmiştir (Özcan, 2019).

Özcan (2019) tarafından mülteci öğrenciler üzerine yaptığı çalışmaya göre manevi ve dini inançlar ve itikatlar sayesinde travma mağduru mülteci bireyler tarafından yaşanan olumsuz deneyimlere anlam bularak bilişsel açıdan tatmin edici bir hale gelebilmekle birlikte imanın getirdiği teslimiyet duygusu sayesinde yaşanan olayları kabul edip hem travma ile başa çıkabilmekte hem de travma sonrası büyüme sürecinde önemli katkı sağlamaktadır. Aynı çalışmaya göre insan gücünü aşan ve çaresiz duruma düşüren olaylar yaşandığında yaşama tekrar uyum gösterebilmek için din faktörünün kolaylaştırıcı bir role sahip olduğu görülmektedir. Bireyin zor zamanlarında Tanrı ile iyi ve olumlu bir ilişki içinde olduğunda, şükretmek, sabırlı olmak, dua etmek ve Tanrı'ya sığınmak gibi olumlu dini başa çıkma eylemlerine yönelmenin psikolojik ve beden sağlığı açısından mühim derecede olumlu etkisi olduğu düşünülmektedir.

Suriyeli mülteci öğrencilerde sınav kaygısı ile dini başa çıkma arasındaki ilişkinin incelenmesi ile ilgili yapılan bir araştırmanın bulgularına göre, mülteci öğrencilerin sınav kaygıları arttıkça yararlı ve pozitif dini başa çıkma seviyeleri arttığı tespit edilmiştir. Aynı araştırmanın başka bir bulgusu da kız mülteci öğrencilerin erkek mülteci öğrencilere göre daha fazla dini başa çıkmaya yöneldikleri

gözlemlenmiştir. Bununla beraber erkek mülteci öğrencilerin kız mülteci öğrencilere göre olumsuz dini başa çıkma ortalamasının daha yüksek olduğu belirtilmiştir. İlâveten mülteci öğrencilerde dini başa çıkma seviyesi ile yaş arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. 15-18 yaş arasındaki mülteci öğrencilerde pozitif dini başa çıkma seviyesi ile 11-14 yaş arasındaki mülteci öğrencilere göre daha anlamlı bir şekilde yüksek çıkmıştır (Koparan, 2019).

Ulu ve Çelik (2019) tarafından Suriyeli mültecilerin kullandıkları başa çıkma yöntemleri ile dindarlıkları arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan araştırmaya göre mültecilerin dindarlık seviyesi arttıkça daha fonksiyonel ve problem odaklı başa çıkma stratejilerine yöneldikleri gözlemlenmiştir. Ayrıca din, Suriyeli mültecilerin davranışları ve düşüncelerine çok etkili (Ulu ve Çelik, 2019) olmakla beraber bireylerin yaşanan zorlukları anlamlandırmak, olumlu değerlendirmek ve daha dirençli olabilmek için oldukça mühim bir kaynaktır (Özcan, 2019). Dini başa çıkma kullanan mültecilerin dünya bir sınav yeri olması, maruz kaldıkları problemlerin gerçek olmadığı ve dünya yaşantısının geçici olduğu için karşılaştıkları sorunların devam edemeyeceğini düşünerek daha sabırlı ve metanetli olabilmektedirler (Ulu ve Çelik, 2019). Suriyeli mülteciler ile Kuran-ı Kerim arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya göre, mültecilerin sıkıntılı ve ağır olaylarla başa çıkmada, dine yöneldikleri ve sığındıkları bilinmekle birlikte bahsi geçen kişilerin Kur'an'ı okuduklarında manevi ve ruhani açıdan daha huzurlu oldukları bilinmektedir (Açıkalın, 2017). İlâveten mültecileri korku durumlarına düştüklerinde savaş zamanları gibi daha fazla Kur'an okudukları bilinmektedir (Açıkalın, 2017). Ruhsal bozukluklar yaşayan mültecilerin psikiyatriste gitmekte fayda olacağını bilmekle birlikte sıkıntı yaşadıklarında ilk önce Kur'an veya İncil gibi kutsal kitapları okuyarak kendilerini rahatlattıkları gözlemlenmiştir (Selwa-Younan ve ark., 2014).

Çoğu mülteciler de ev sahibi ülkedeki genel halka göre bakıldığında, maneviyatın bariz bir şekilde önemli bir faktör olduğu görülmüştür. Birçoğu maneviyatın mültecilerin geldikleri ülke kültürü dokusunun önemli bir parçası olarak

sayılmaktadır (Eltaiba, 2014). Suriyeli mültecilerin göç etikleri ülkede yeni kültüre aidiyet hissini besleyebilmeleri ve yeni kültürde diğer fertler ile sosyalleşebilmelerini kolaylaştırma konusunda din faktörünün çok etkili olduğu belirtilmiştir (Sağır, 2019). Ayrıca çoğu mültecilerin hâlihazırda yaşadıkları farklı sorunlar nedeniyle profesyonel kimselere ulaşmakta ve yardım istemekte güçlükler yaşadıkları için (Raghallaigh, 2011) maneviyat mültecilerin hayatlarında temel ve önemli bir rol oynamaktadır (Worland ve Vaddhanaphuti, 2013). Aynı konu ile ilgili Afrika mülteciler üzerine yapılan araştırmada, mültecilerin travmadan dolayı ortaya çıkan psikolojik bozuklukların üstesinden gelmek için ve daha sağlıklı ve dirençli bir şekilde mücadele etmek için dini başa çıkmanın bir mekanizma olarak kullandıkları belirtilmiştir (Adedoyin ve ark., 2016). Aynı çalışmaya göre dindarlık, Afrikalı mültecilerin değer sisteminin merkezinde yer almakla birlikte Afrikalı mültecilerin stresli deneyimlerden sonra yaşanan olumsuz etkileri azaltması için ve hem fiziksel hem de zihinsel açıdan iyileştirmek ve sağlıklı kalabilmek için maneviyatı kullandıkları gözlemlenmiştir (Adedoyin ve ark., 2016). Aynı konu ile ilgili diğer çalışmalara göre dini başa çıkma, Afrikalı mültecilerin zihinsel ve bedensel hastalıklar ile mücadele edebilmeye, ayrımcılığa, işsizliğe, dışlanmaya ve kültürleşmeye dayanabilmeleri ve direnebilmeleri için önemli bir beceri olduğu rapor edilmiştir (Gladden, 2013; Leaman ve Gee, 2012; Nwadiora, 1996).

Ai, Peterson ve Huang (2013) tarafından yapılan çalışmaya göre dindar ve eğitilmiş mülteci bireylerin daha fazla olumlu dini başa çıkma mekanizmasını kullandıkları için geleceğe dair daha olumlu ve daha iyimser düşüncelere sahip olduğu görülmüştür. Bundan yola çıkarak mülteciler ile psikoterapilerde din ve maneviyat bir kaynak olarak kullanıldığında psikolojik dayanıklılığı artırmakta ve geliştirmekte yararlı bir yöntem olacağı düşünülmektedir (Wrobel ve Paterson, 2014).

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada “Suriyeli Mülteci Üniversite Öğrencilerinde Travma Sonrası Büyüme ile Manevi Başa Çıkma Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” konusu araştırılacaktır. Türkiye üniversitelerinde okuyan Suriyeli mülteci öğrenciler tarafından çevrimiçi ortamında doldurulan ölçeklerden edinilen bulgular ile araştırmanın sonuçlandırılması amaçlanmaktadır.

Türkiye üniversitelerinde okuyan Suriyeli mülteci üniversite öğrencilerinin yaşadıkları ağır stresli savaş deneyimlerine ve göç sürecinde ve sonrasında maruz kaldıkları travmatik yaşantılara rağmen eğitim hayatlarına devam etmekte ısrarlı olup mücadele etmeye devam etmektedirler. Bundan yola çıkarak bu araştırma Suriyeli mülteci üniversite öğrencilerinin yaşadıkları zorluklarından sonra travma sonrası büyüme gelişmesinde manevi başa çıkmanın etkisinin araştırılması amaçlanmıştır. Araştırmanın alt amaçları aşağıdadır;

1. Suriyeli mülteci üniversite öğrencilerinde TSSB sıklığı nedir?
2. Suriyeli mülteci üniversite öğrencilerinin travma sonrası büyüme oranı nedir?
3. Suriyeli mülteci üniversite öğrencileri hayatlarında ne ölçüde manevi başa çıkma stratejilerini kullanmaktadır?
4. Suriyeli mülteci üniversite öğrencileri en çok hangi manevi başa çıkma stratejilerini kullanmaktadır?
5. Suriyeli mülteci üniversite öğrencilerinde travma sonrası büyüme ile manevi başa çıkma arasında nasıl bir ilişki vardır?

4.2. Araştırmanın Önemi

Suriyeli mülteci üniversite öğrencilerin Türkiye’ye göç etikten sonra yeni hayatlarını sıfırdan inşa etmelerinde ve ayakta durmalarında etkili rol oynayan ve yarar sağlayan faktörler üzerine durmakta ve odaklanmakta faydalı olacağını

düşünülmektedir. Ayrıca ağır yaşantılara maruz kalan Suriyeli mülteci üniversite öğrencilerinde travma sonrası büyüme ve manevi başa çıkma arasındaki ilişkiyi doğrudan araştıran bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bundan dolayı bu araştırmanın hem ulusal hem de uluslararası kaynaklara bir katkıda bulunacağı düşünülmüştür.

4.3. Araştırmanın Hipotezleri

1. Suriyeli mülteci üniversite öğrencilerinde travma sonrası büyüme ile manevi başa çıkma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki mevcuttur.
2. Suriyeli mülteci üniversite öğrencilerinde Travma Sonrası Stres Bozukluğu ile Travma Sonrası Büyüme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.
3. Suriyeli mülteci üniversite öğrencilerinde travma sonrası stres bozukluğu ile manevi başa çıkma arasında negatif yönde ilişkilidir.

4.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmakta olup aşağıda sıralanmıştır;

1. Çalışmanın verileri araştırmayı yapan araştırmacı tarafından geliştirilen Sosyo- demografik bilgi formu ve çalışmada uygulanan ölçme araçlarına verilen yanıtlar ile sınırlıdır.
2. Araştırma, dünya çapında ortaya çıkan COVID- 19 pandemi sebebiyle çevrimiçi ortamında yürütülmesi ile sınırlıdır.
3. Araştırma, Türkiye üniversitelerinde okuyan (18- 25) yaş arasındaki Suriyeli mülteci öğrenciler ile sınırlıdır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

5.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, savaş ve göç travmasına maruz kalan Suriyeli üniversite öğrencilerinde travma sonrası büyüme ile manevi başa çıkma arasındaki ilişkiyi incelemek için gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmaya dahil edilen katılımcılar 18-25 yaşları arasındaki öğrenciler ile sınırlandırılmış olup kesitsel araştırma yöntemi kullanılmıştır.

5.2. Araştırmanın Örneklemi

Yapılan çalışmanın örneklemini, Türkiye’de çeşitli üniversitelerde okuyan 18-25 yaşları arasındaki Suriyeli öğrencilerden oluşmaktadır. Çalışmaya 320 kişi gönüllü olarak katılmıştır. Ancak 21 kişi araştırmanın kriterlerine uygun olmadıklarından dolayı çıkartılmıştır. Bu çalışmada katılımcıların 165’i (%55,2) kadın ve 134’ü (%44,8) erkektir.

Örneklem grubunun oluşturan katılımcıların tanımlayıcı bilgileri Tablo 6.1.2’de yer almaktadır.

5.3. Araştırmanın Veri Toplama Araçları

Araştırmada 4 farklı veri toplama aracı kullanılmıştır. Sosyo-Demografik Formu, Olayların Etkisi Ölçeği (IES-R), Travma Sonrası Büyüme Ölçeği (PTGI) ve Manevi Başa Çıkma Ölçeği (SCS). Katılımcıların tarafından çevrimiçi ortamında, araştırmacının hazırladığı onam formu okuyup onayladıktan sonra ölçekleri doldurulmuştur. Ayrıca çalışmaya katılım gösteren öğrencilerin ana dili Arapça olduğu için veri toplama araçlarının Arapça versiyonu kullanılmıştır.

5.3.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan Sosyo- Demografik bilgi formu 15 sorudan oluşmaktadır. Yaş, cinsiyet, medeni durumu, çocuğu olup olmaması, kiminle yaşadığı, eğitim düzeyi, Türkçe dili seviyesi, savaşta geçirilen süre, sağlık durumu, savaş sırasında bir yakın kaybı olup olmadığı, Türkiye'ye giriş yılı, Türkiye'de çalışma durumu, maddi durumu, psikolojik destek alma ve savaştan sonra kendini nasıl değerlendirdiği gibi durumları içermektedir. Sosyo- demografik formu Ek-1'de verilmiştir.

5.3.2. Olayların Etkisi Ölçeği (IES-R) Arapça Versiyonu

Olayların Etkisi Ölçeği, yeniden yaşantılıma ve kaçınma davranışı ve anıların etkililerini ölçmek amacıyla Horowitz ve arkadaşları tarafından 1979 yılında geliştirdikten sonra Weiss tarafından 2007 yılında aşırı uyarılmayı ölçen 7 maddenin ekleyerek revize edilmiştir. Olay etkisi yeni formu, Amerikan Psikiyatri Birliği (1994) tarafından belirlenen travma sonrası stres semptomlarının hepsini sorgulayarak dahil edilmiştir. Bireyler son 7 günü düşünerek yaşadıkları belirtilerin şiddeti 0-4 arasında 5'li derecelendirme kullanarak belirtmektedir. Ölçek 22 sorudan oluşup yeniden yaşantılıma, kaçınma ve aşırı uyarılma olmak üzere 3 alt boyut bulunmaktadır. Mültecilerin maruz kaldıkları ağır ve stresli yaşantılarını ve belirtilerini ölçmek için deneysel şekilde geliştirilmiştir. Olay Etkisi Arapça versiyonu, Arap mültecilerin deneyimlediklerin travmaları değerlendirmek için geliştirilmiştir. Ölçeğin Arapça versiyonunda hem travma patolojisini hem de bireylerin yeni yerleşmede sosyal ve kültürel faktörlerini dikkate alarak tasarlanmıştır.

Çorapçıoğlu ve arkadaşları (2006) tarafından, Olayların Etkisi ölçeğin orijinal versiyonunda geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları 18-65 yaş arasındaki TSSB tanısı olan ve olmayan 2 grup olmak üzere yapılmıştır. Orijinal ölçekte Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları, yeniden yaşantılıma alt ölçeğinde .89, aşırı uyarılma alt ölçeğinde .82 ve Kaçınma alt ölçeğinde .84'tür. Ancak Arapça versiyonda yeniden

yaşantılıma alt ölçeğinde .77, aşırı uyarılma alt ölçeğinde 0.88 ve kaçınma alt ölçeğinde 0,75 olarak bulunmuştur. Ölçeğin soruları “Hiç (0), Biraz (1), Orta (2), Fazla (3), ve çok Fazla (4)” şeklinde 5’li Likert tipte cevaplanmaktadır. Ölçeğin toplam puanları 24- 32 arası olduğunda yüksek seviyede travma belirtileri ile kısmi TSSB’yi, 33-36 arası puanları olduğunda muhtemel TSSB tanısı ve puanlar 37 ve üzeri olduğunda ağır travma belirtileri gösterdiğini ifade etmektedir (Davey, Heard ve Lennings, 2014). Olayların Etkisi ölçeği Ek-2 de verilmiştir.

5.3.3. Travma Sonrası Büyüme Ölçeği (PTGI) Arapça Versiyonu

Taravmatik yaşantılara maruz kalan kişilerin bu deneyim den sonra yaşanan değişimleri değerlendirmek üzere Tedeschi ve Calhoun (1996) tarafından geliştirilmiştir. Travma Sonrası Büyüme Ölçeği (Posttraumatic Growth Inventory) 5 alt boyuttan ve 21 maddeden oluşturulmuş olup maddeler 0-5 arası likert 6’lı derecelendirme üzerinde yapılmıştır. Alt boyutlar ise; Yeni Fırsatların Algılanması (3, 7, 11, 14 ve 17. olan maddeler), Başkalar ile İlişkiler (6, 8, 9, 15, 16, 20, ve 21. olan maddeler), Kişisel Güçlülük (4, 10, 12 ve 19. Olan maddeler), Manevi Değişim (5 ve 8. Olan maddeler) ve Yaşamı Takdir Etme (1, 2, ve 13. Olan maddeler) olarak sıralanmıştır (Tedeschi ve Calhoun, 1996). Ölçeğin geçerliliği ve güvenilirliği çalışmanın sonucu Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı .90 olarak belirtilmiştir. Bununla beraber ölçeğin alt boyutları, Başkalar ile İlişkiler boyutu .82, Yeni Fırsatlar Algılanması .85, Kişisel Güçlülük .83, Manevi Değişim .86 ve Yaşamı Tekdir Etme .66 olarak bulunmuştur. Travma Sonrası Büyüme Arapça versiyonu geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Thabet tarafından yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı ve Cornbach alfa katsayısı.86 olarak hesaplanmıştır (Kira ve ark., 2012).

5.3.4. Manevi Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği (SCS) Arapça Versiyonu

Baldacchino ve Buhagiar (2003) tarafından geliştirilen Manevi Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği (Spiritual Coping Strategies Scale), dine ve Tanrı inancına dair tutumları ölçmekle beraber iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin; dini başa çıkma

stratejileri ve dini olmayan başa çıkma strateji iki alt ölçeği olmak üzere geliştirilmiştir (Corry ve ark., 2013; Cruz ve ark., 2017). Ölçek 20 sorudan oluşturulmuş olup soruların 9’ü dini ve 11’i dini olmayan başa çıkma stratejilerini ölçmektedir. Ölçekteki mevcut sorular “Hiç Kullanmıyorum” (0), “Nadiren” (1), “Bazen” (2) ve “Sık kullanıyorum” (3) şeklinde 4’lü Likret olarak cevaplanmaktadır. Ölçeğin toplam puanları 0-60 arası değişmektedir. Ölçeğin değerlendirmesinde yüksek skorlar, manevi başa çıkma stratejilerini daha fazla kullanıldığı ifade etmektedir. Yahudi-Hristiyan deneylerinde oluşturulan ölçeğin Arapça diline uyarlanmasında Müslüman örneklemin kültür ve inançlarını dikkate alarak değiştirilmiştir. Ölçeğin orijinal çalışmasında Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları, dini başa çıkma stratejileri alt boyutunda .73, dini olmayan başa çıkma stratejilerinde .88 olarak hesaplanmıştır (Cruz ve ark., 2016). İlaveten Arapça versiyonundaki Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları, ölçek genelinde .88, dini başa çıkma stratejileri alt boyutunda .93 ve dini olmayan başa çıkma stratejilerinde .86 olarak bulunmuştur (Cruz ve ark., 2016; Cruz, Baldacchino ve Alquwez, 2016).

5.4. İşlem

İstanbul Bilgi Üniversitesi Etik kurul tarafından çalışmanın onay formunu onaylandıktan sonra veri toplama süreci Aralık 2020’de başlatılmış olup Şubat 2021’de sonlandırılmıştır. COVID-19 pandemi süreci dolayısıyla çalışmada kullanılmaya karar verilen anketleri, çevrimiçi ortamında Google Docs programı ile hazırlanıp uygulanmıştır. Çalışmayı hazırlayan araştırmacı ve katılım gösteren Türkiye üniversitelerinde okuyan Suriyeli mülteci öğrencilerin anadilinin Arapça olduğu ve yapılan araştırmadan geçerli sonuç alabilmek için araştırmanın ölçeklerinin Arapça versiyonu kullanılmıştır. Araştırmacı tarafından Bilgilendirme Onam formunda çalışmacı kendisini tanıttıktan sonra çalışmanın konusu ile ilgili bilgi vermekle birlikte katılım gönüllülük esası ile olduğu ve gizlilik ilkesine vurgu yaparak katılımcılar tarafından dürüst ve samimi şekilde verilecek olan yanıtları sadece bilimsel amacıyla kullanılacak olup istedikleri zaman çalışmayı bırakabileceklerine dair bilgi verilmiştir. İlaveten katılımcıların yanıtlama süresi

yaklaşık 15 dakika olduğu belirtilmiş olup çalışma ile ilgili herhangi bir soru sorma ihtiyacı duyduklarında araştırmacıya yöneltebilecekleri bilgisi verilmiş olup araştırmacının iletişim bilgileri sunulmuştur. Katılımcıların tarafından araştırmaya katılmaya onay verildikten sonra Sosyo-demografik bilgi formu, Olayların Etkisi Ölçeği (IES-R), Travma Sonrası Büyüme ölçeği (PTGI) ve Manevi Başa Çıkma Ölçeği (SCS) olarak sırayla uygulanmıştır. Son olarak toplanacak olan veriler istatistiksel analizi SPSSv27 programı ile değerlendirilmektedir.

5.5. Araştırmanın Veri Analizi

Yapılan araştırmada veri toplama aşamasında kullanılan ölçekleri 320 kişi tarafından doldurulmuştur. Fakat 21 katılımcı ölçekleri yanlış doldurdukları için çalışmadan çıkartarak sadece 299 kişiden elde edilen veriler analiz edilmiştir. Veriler bilgisayar ortamında SPSS v27 programında oluşturulan veri tabanına girilmiş ve analizleri yapılmıştır.

Çalışmaya katılan kişilerin sosyo-demografik değişkenlerinin dağılımını incelemek için tanımlayıcı istatistiksel analizler yapılmış olup iki süreksiz değişkeni karşılaştırmak için Ki Kare analizi kullanılmıştır.

Travma sonrası büyüme, olay etkisi ve manevi başa çıkma ölçeğin puanlarının; cinsiyet, medeni durumu, çocuk sahip olma durumu, psikolojik rahatsızlığı nedeniyle tanı almış olma durumu ve savaşta yakın kaybı yaşama durumu değişkenlerine göre gösterdiklerini farklılıkların analizinde t-testi kullanılmıştır.

Travma sonrası büyüme, olay etkisi ve manevi başa çıkma ölçeğin puanlarının; eğitim, Türkçe dil düzeyi, savaşta kalma süresi ve savaştan sonra durum değerlendirme değişkenlerine göre gösterdikleri farklılıkların analizinde Tek Yönlü Varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Farklılaşma gösteren değişkenlerin fark kaynağı bulmak için Tukey Post testi kullanılmıştır.

Son olarak çalışma hipotezlerini doğrulamak amacıyla, Pearson Korelasyon analizi kullanılarak değişkenler arasındaki ilişki incelenmiş olup yordayıcı değişkenlerin tespitinde Regresyon analizi uygulanmıştır.

ALTINCI BÖLÜM

Araştırma Bulguları

Bu bölümde çalışma grubundan elde edilen verilerin analizine yer verilmektedir. İlk olarak bu araştırmaya katılım gösteren Türkiye üniversitelerinde okuyan Suriyeli mülteci öğrencilerin sosyo-demografik değişkenlere ilişkin betimleyici bilgilere yer verilmektedir. İkinci olarak araştırmanın hipotezlerine uygun olarak yapılan analiz neticelerini sunulmaktadır.

6.1. Sosyo-Demografik Bulgular

Yapılan araştırmada 18- 25 yaşı arasında 299 Suriyeli mülteci öğrenci ile yürütülmüştür. Araştırmaya katılım gösteren ancak çalışmanın kriterlerine eğitim ve /veya yaş açısından uygun olmayan 21 birey çalışmaya dahil edilmemiştir.

Tablo 6.1.1. Katılımcıların Yaş Dağılımına Göre Betimsel Bilgiler

<i>Değişken</i>	<i>N</i>	<i>Min.</i>	<i>Maks.</i>	<i>X</i>	<i>SS.</i>
<i>Yaş</i>	299	18	25	22.06	2.151

Tablo 6.1.2.'e bakıldığında araştırmanın örneklem grubu, 165 kişi kadın ve 134 kişi erkek olmak üzere toplam olarak 299 bireyden oluşmaktadır. Grubun medeni durumlarını incelendiğinde, 256 kişinin bekar, 37 kişinin evli, 5 kişinin boşanmış ve 1 kişinin dul olduğu bulunmuştur.

Katılımcılardan 27 kişinin çocuk sahibi olduğu, 272 kişinin çocuk sahibi olmadığı, görülmüştür. Bununla beraber örneklemin grubundan 33 kişinin yalnız, 199 kişinin aile ile, 27 kişinin eş ve çocuklar ile ve 40 kişinin arkadaşlar ile yaşadığı belirtilmiştir. Katılımcılardan 118 kişinin üniversite 1. Sınıf, 43 kişinin üniversite 2. Sınıf, 66 kişinin üniversite 3. Sınıf, 69 kişinin üniversite 4. sınıf ve 3 kişinin üniversite 5. Sınıfta olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte katılımcıların Türkçe dil

düzeyine baktığımızda 21 kişinin zayıf, 68 kişinin orta, 119 kişinin iyi ve 91 kişinin ileri seviyede olduğu görülmüştür. Savaşta kalma süre değişkenine baktığımızda, 117 kişinin 1-2 yıl, 102 kişinin 3-4 yıl, 44 kişinin 5-6 yıl ve 36 kişinin 7-8 yıl savaşta kaldığı belirtilmiştir. Ayrıca örneklemin grubundan 32 kişinin savaş nedeniyle psikolojik sorunlara sahip olduğu ve 267 kişinin psikolojik sorunları olmadığı belirtilmiştir. Katılımcıların 190 kişinin savaşta bir yakını kaybettiği ve 109 kişinin savaşta kimse kaybetmediği bulunmuştur.

Türkiye'ye giriş yılı değişkenini incelediğimizde, 8 kişinin 2011 yılında, 20 kişinin 2012 yılında, 61 kişinin 2013 yılında, 60 kişinin 2014 yılında, 46 kişinin 2015 yılında, 27 kişinin 2016 yılında, 19 kişinin 2017 yılında, 28 kişinin 2018 yılında, 20 kişinin 2019 yılında, 8 kişinin 2020 yılında ve 2 kişinin 2021 yılında Türkiye'ye geldiği görülmüştür. Bununla beraber örneklemden 112 kişinin çalıştığı ve 187 kişinin çalışmadığı bulunmuştur.

Katılımcıların gelirin durumu sorulduğunda 66 kişinin gelirinin ihtiyaçlarını karşıladığı, 92 kişinin geliri ihtiyaçlarını karşılamadığı ve 141 kişinin geliri ihtiyaçlarını kısmen karşıladığı belirtilmiştir. Ayrıca katılımcılardan 63 kişinin psikolojik destek aldığı ve 279 kişinin psikolojik destek almadığı bulunmuştur. Son olarak katılımcıların kendilik değerlendirmesi durumu değişkenine bakıldığında, 63 kişinin kendilerini savaştan önce daha güçlü ve daha başarılı hissettikleri, 54 kişinin savaştan öncesine göre bir fark olmadığı ve 181 kişinin savaştan sonra daha güçlü ve başarılı hissettiği belirtilmiştir.

Tablo 6.1.2. Katılımcıların Sosyo-Demografik ve Kişisel Bilgilerinin Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>Gruplar</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
<i>Cinsiyet</i>	Kadın	165	55.2
	Erkek	134	44.8
<i>Medeni Durum</i>	Bekar	256	85.3
	Evli	37	12.3
	Boşanmış	5	1.7

	Dul	1	.3
Çocuk	Evet	27	9.0
	Hayır	272	91.0
Çocuk Sayısı	1 çocuk	14	4.7
	2 çocuk	9	3.0
	3 çocuk	3	1.0
	4 çocuk	1	.3
	5 çocuk	1	.3
Kiminle Yaşadığı	Yalnız	33	11.0
	Aile ile	199	66.6
	Eşi ve çocukları ile	27	9.0
	Arkadaşlar ile	40	13.4
Eğitim	Üniversite 1. Sınıf	188	39.5
	Üniversite 2. Sınıf	43	14.4
	Üniversite 3. Sınıf	66	22.1
	Üniversite 4. Sınıf	69	23.1
	Üniversite 5. Sınıf	3	1.0
Türkçe Düzeyi	Zayıf	21	7.0
	Orta	68	22.7
	İyi	119	39.8
	İleri	91	30.4
Savaşta Geçirdiği Süre	1-2	117	39.1
	3-4	102	34.1
	5-6	44	14.7
	7-8	36	12.0
Psikolojik Sorunları	Evet	32	10.7
	Hayır	267	89.3
Savaşta Yakın Kaybı	Evet	190	63.5
	Hayır	109	36.5
	2011	8	2.7
	2012	20	6.7

Türkiye'ye Giriş Yılı	2013	61	20.4
	2014	60	20.1
	2015	46	15.4
	2016	27	9.0
	2017	19	6.4
	2018	28	9.4
	2019	20	6.7
	2020	8	2.7
	2021	2	.7
Çalışma Durumu	Çalışıyor	112	37.5
	Çalışmıyor	187	62.5
Gelir Durumu	Evet	66	22.1
	Hayır	92	30.8
	Kısmen	141	47.2
Psikolojik Destek	Evet	20	6.7
	Hayır	279	93.3
Kendilik değerlendirmesi durumu	Savaştan önce daha güçlü ve başarılı	63	21.1
	Savaştan öncesine göre fark yok	54	18.1
	Savaştan sonra daha güçlü ve başarılı	181	60.5

Tablo 6.1.3'te görüldüğü gibi katılımcıların kaç yıl savaşta kaldıklarının değişkenin 2.00 ± 1.012 yıl olduğu görülmektedir.

Tablo 6.1.3 Katılımcıların Savaşta Kaldıkları Süre Dağılımı

	<i>N</i>	<i>Min.</i>	<i>Maks.</i>	<i>X</i>	<i>Median</i>	<i>SS.</i>
Savaşta kalma süresi	299	1	4	2.00	2.00	1.012

Tablo 6.1.4.'de katılımcıların çalışma durumunu cinsiyet açısından farklılık gösterip göstermediğine bakmak için Ki Kare analizi yapılmıştır.

Tablo 6.1.4 Çalışma Durumu ve Cinsiyet Ki-Kare Analizi Sonuçları

<i>Değişken</i>	<i>Çalışanlar</i>		<i>Çalışmayanlar</i>	
	<i>N = 165</i>		<i>N = 134</i>	
	<i>N</i>	<i>Yüzde</i>	<i>N</i>	<i>Yüzde</i>
<i>Kadın</i>	42	25.5	123	74.5
<i>Erkek</i>	70	52.2	64	47.8

6.2. Olayların Etkisi Ölçeği, Travma Sonrası Büyüme ve Manevi Başa Çıkma Ölçeği Bulguları

Tablo 6.2.'de görüldüğü gibi katılımcıların ölçeklerden elde ettikleri puanların betimsel bilgileri göstermektedir. Olayların etkisi ölçeğinden aldıkları puanlar 0-82 arasında değişmektedir. Ortalama puanı 40.3'tür, median puanı 39.96'dır. Olayların etkisi ölçeğinde daha önce belirendiği gibi, 24-32 puan arası TSSB'yi kısmen olarak, 33-36 puan arası TSSB'yi muhtemel olarak ve 37 puan ve üzere yüksek derecede TSSB'yi geliştirilmiş anlamına gelmektedir (Davey, Heaard ve Lenningsi 2015).

Katılımcıların Travma Sonrası Büyüme ölçeğinden aldıkları puanlar 21-105 arasında değişmektedir. Ortalama puanı 71.21'dir ve median 73.00'tür. Ölçeğin toplam puanı 0- 105 arasında farklılık gösterebilmektedir (Tedeschi ve Calhoun, 1996).

Katılımcıların manevi başa çıkma ölçeğinden aldıkları puanlar 3-60 arasında değişmektedir. Ortalama puanı 37.67'dir ve median 38.00'dir. Manevi başa çıkma ölçeğin toplam puanı 0-60 arasında değişmektedir. Ayrıca katılımcıların manevi başa çıkma alt boyutlarına bakıldığında, dini olan manevi başa çıkma biçiminden alınan puanlar 0-27 arasında değişmektedir. Ortalama puanı 15.87'dir, median

puanı 16.00'dır. Dini olmayan manevi başa çıkma biçiminden alınan puanlar ise 3-33 arasında değişmektedir. Ortalama puanı 21.8'dir, median puanı 22,00'dir.

Tablo 6.2.1. Katılımcıların Olayların Etkisi Ölçeği, Travma Sonrası Büyüme Ölçeği ve Manevi Başa Çıkma Ölçeği Alt Boyutlarında Aldıkları Puanların Dağılımı

<i>Değişken</i>	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Median</i>	<i>SS.</i>	<i>Min.</i>	<i>Maks.</i>
<i>IES-R</i>	299	40.03	39.96	20.32	0	82
<i>TSB</i>	299	71.21	73.00	16.14	21	105
<i>SCS</i>	299	37.67	38.00	9.91	3	60
<i>Dini olan</i>	299	15.87	16.00	5.7	0.00	27
<i>Dini olmayan</i>	299	21.8	22.00	5.6	3.00	33

6.3. Değişkenlerin Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

Tablo 6.3.1'de Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre kadın ile erkek grubun TSB, SCS ve IES-R toplam puanları bağımsız grupları t- testi ile karşılaştırılmıştır. Yapılan analizin sonucuna göre kadın grubunun travma sonrası büyüme puanlarının, erkek grubunun travma sonrası büyüme puanlardan istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ($t=1.95$; $p>.05$). Aynı tabloya bakıldığında kadınların manevi başa çıkma puanlarının, erkeklerin manevi başa çıkma puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmaktadır ($t=.125$; $p>.05$). İlaveten kadın grubunun olayların etkisi puanlarının, erkek grubunun olayların etkisi puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ($t=1.33$; $p>.05$).

Tablo 6.3.1. Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine Göre Travma Sonrası Büyüme, Manevi Başa Çıkma ve Olayların Etkisi Puanlarının Karşılaştırılması

<i>Değişken</i>	<i>Kadın</i>		<i>Erkek</i>		<i>t</i>	<i>P</i>
	<i>N = 165</i>		<i>N =134</i>			
	<i>Ort.</i>	<i>S.</i>	<i>Ort.</i>	<i>S</i>		
<i>TSB</i>	72.85	14.78	69.19	17.52	1.95	.06
<i>SCS</i>	37.75	8.68	37.58	11.28	.184	.883
<i>IES-R</i>	41.44	19.02	38.29	21.77	1.31	.188

Tablo 6.3.2’te bekar ile evli bireylerin TSB, SCS ve IES-R toplam puanları bağımsız gruplar t-testi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonuncuna göre bekar grubun travma sonrası büyüme puanlarının, evli grubun travma sonrası büyüme puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ($t=.933$; $P>.05$). Aynı şekilde bekar ile evlilerin Manevi başa çıkma puanları karşılaştırıldığında, bekar grubun manevi başa çıkma puanlarının, evli grubun manevi başa çıkma puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur ($t = -.717$; $p>.05$). İlâveten bekar ile evli grubun olayların etkisin puanları bağımsız gruplar olarak karşılatırıldığında da bekar grubun olayların etkisi puanlarının, evli grubun olayların etkisi puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak da farklılaşmadığı görülmektedir ($t= .212$, $p>.05$).

Tablo 6.3.2 Örneklemen Travma Sonrası Büyüme, Manevi Başa Çıkma ve Olayların Etkisi Puanlarının Medeni Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması

<i>Değişken</i>	<i>Bekar</i>		<i>Evli</i>		<i>t</i>	<i>P</i>
	<i>N=256</i>		<i>N= 37</i>			
	<i>Ort.</i>	<i>S.</i>	<i>Ort.</i>	<i>S.</i>		
<i>TSB</i>	71.5	16.2	68.8	15.75	.933	.874
<i>SCS</i>	37.60	9.95	38.86	10.15	-.717	.869
<i>IES-R</i>	39.92	20.20	39.16	21.80	.212	.850

Tablo 6.3.3'te katılımcıların çocuk sahibi olanlar ile çocuk sahibi olmayanların TSB, SCS ve IES-R toplam puanları t-testi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonucunda çocuk sahip olanların travma sonrası büyüme puanlarının, çocuk sahibi olmayanların travma sonrası büyüme puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ($t=-.972$; $P>.05$). Benzer şekilde çocuk sahibi olanların manevi başa çıkma puanlarının, çocuk sahibi olmayanların manevi çıkma puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ($t=-.047$; $p>.05$). Aynı şekilde çocuk sahibi olanların olayların etkisi puanlarının, çocuk sahibi olmayanların olayların etkisi puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($t= .288$; $p> .05$).

Tablo 6.3.3. Katılımcıların Travma Sonrası Büyüme, Manevi Başa Çıkma ve Olayların Etkisi Puanlarının Çocuk Sahibi Olma Değişkenine Göre karşılaştırılması

<i>Değişken</i>	<i>Çocuk sahibi olanlar N=27</i>		<i>Çocuk sahibi olmayanlar N=272</i>		<i>t</i>	<i>P</i>
	<i>Ort.</i>	<i>S</i>	<i>Ort.</i>	<i>S</i>		
TSB	68.33	15.66	71.50	16.19	-.972	.834
SCS	37.59	9.03	37.68	10.01	-.047	.503
IES-R	41.11	23.50	39.92	20.03	.288	.586

Tablo 6.3.4.'te psikolojik rahatsızlığı olanlar ile psikolojik rahatsızlığı olmayanların TSB, SCS ve IES-R toplam puanları t-testi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonucuna göre psikolojik rahatsızlığı olanların travma sonrası büyüme puanlarının, psikolojik rahatsızlığı olmayanların travma sonrası büyüme puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ($t=.986$; $p>.05$). Benzer şekilde manevi başa çıkma toplam puanları incelendiğinde psikolojik rahatsızlığı olanların puanlarının, psikolojik rahatsızlığı olmayanların puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur ($t=.080$; $p>.05$). Aynı şekilde olayların etkisi toplam puanları incelendiğinde psikolojik rahatsızlığı olanların puanlarının, psikolojik rahatsızlığı olmayanların puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ($t=4,50$; $p>.05$).

Tablo 6.3.4. Katılımcıların Travma Sonrası Büyüme, Manevi Başa Çıkma ve Olayların Etkisi Puanlarının Psikolojik Rahatsızlığı Olma Değişkenine Göre Karşılaştırılması

<i>Değişken</i>	<i>Psikolojik rahatsızlığı olanlar N=32</i>		<i>Psikolojik rahatsızlığı olmayanlar N=267</i>		<i>t</i>	<i>P</i>
	<i>Ort.</i>	<i>S</i>	<i>Ort.</i>	<i>S</i>		
<i>TSB</i>	73.87	14.03	70.89	16.37	.986	.391
<i>SCS</i>	37.81	10.47	37.66	9.86	.080	.352
<i>IES-R</i>	54.84	18.90	38.25	19.79	4.50	.978

Tablo 6.3.5’te katılımcıların savaşta yakın kaybı yaşayan ve yaşamayan grupların travma sonrası büyüme puanları bağımsız gruplar t – testi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonucuna göre savaşta yakın kaybı yaşayan grubun travma sonrası büyüme puanlarının, savaşta yakın kaybı yaşamayanlar grubunun travma sonrası büyüme puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ($t=1.757$; $p>.05$). Benzer şekilde savaşta yakın kaybı yaşayan ve yaşamayan grupların manevi başa çıkma puanları karşılaştırılmıştır. Analiz sonucunda savaşta yakın kaybı yaşayan grubun manevi başa çıkma puanlarının, savaşta yakın kaybı yaşamayanların grupların manevi başa çıkma puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ($t=.309$; $p>.05$). Aynı şekilde savaşta yakın kaybı yaşayan ve yaşamayan grupların olayların etkisi puanları karşılaştırılmıştır. Analiz sonucunda savaşta yakın kaybı yaşayan grubun olayların etkisi puanlarının, savaşta yakın kaybı yaşamayanların grupların olayların etkisi puanlarından istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmadığı görülmektedir ($t=.939$; $p>.05$).

Tablo 6.3.5. Katılımcıların Travma Sonrası Büyüme, Manevi Başa Çıkma ve Olayların Etkisi Puanlarının Savaşta Yakın Kaybı Değişkenine Göre Karşılaştırılması

<i>Değişken</i>	<i>Savaşta yakın kaybı Yaşayanlar N=190</i>		<i>Savaşta yakın kaybı Yaşamayanlar N=109</i>		<i>t</i>	<i>P</i>
	<i>Ort.</i>	<i>S</i>	<i>Ort.</i>	<i>S</i>		
<i>TSB</i>	72.45	16.08	69.05	16.11	1.757	.349
<i>SCS</i>	37.81	10.22	37.44	9.404	0.309	.315
<i>IES-R</i>	40.84	21.04	38.61	19.02	0.939	.90

Tablo 6.3.6’da Travma sonrası büyüme düzeyinin, farklı eğitim düzeyinde bulunan gruplar arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla varyans analizi (ANOVA) yöntemini kullanılmıştır. Travma sonrası büyüme puanlarının gruplara göre ortalama ve standart sapmalarına bakıldığında, üniversite 1. Sınıf (Ort.=70.70; S=16.01), üniversite 2. Sınıf (Ort.=70.51; S=18.01), üniversite 3. Sınıf (Ort.=72.80; S=14.77), üniversite 4. Sınıf (Ort.=71.04; S=16.54) ve üniversite 5. Sınıf (Ort.=70.33; S=22.67) şeklindedir. Yapılan analiz sonucunda grupların travma sonrası büyüme puanı ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılık göstermemektedir ($F_{(4,294)}=.211$; $p>.05$).

Travma sonrası büyüme düzeyinin, savaşta kalma süresi açısından bulunan farklı gruplar arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine bakılmıştır. Travma sonrası büyüme puanlarının gruplara göre ortalama ve standart sapmaları; 1-2 yıl (Ort.=69.05; S=16.94), 3-4 yıl (Ort.=72.66; S=15.702), 5-6 yıl (Ort.=73.18; S=15.28) ve 7-8 yıl (Ort.= 71.772; S=15.59) şeklindedir. Yapılan analiz sonucunda göre travma sonrası büyüme puanı ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılık göstermemektedir ($F_{(3,295)}=1.207$, $p>.05$).

Travma sonrası büyüme düzeyinin, Türkçe dil düzeyinin açıdan bulunan farklı gruplar arasında anlamlı olarak bir farklılık gösterip göstermediğine bakılmıştır.

Katılımcıların Türkçe dil düzeyine göre 4 gruba sınıflandırılmıştır. Katılımcılar 4 grup şeklinde sınıflandırılmıştır: zayıf (Ort.=61.42; S=22.78), orta (Ort.=70.07; S=17.13), iyi (Ort.=27.07; S=14.71) ve ileri (Ort.=73.19; S=14.74) şeklindedir. Yapılan analiz sonucuna göre travma sonrası büyüme puanı ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılık göstermektedir ($F_{(3,295)}=3.330$, $p<.05$). Gruplar arası farkın kaynağının bulunması amacıyla Tukey Post Hoc analizi yapılmıştır. Buna göre zayıf düzeyinin grubunda bulunan bireylerin travma sonrası büyüme düzeyi, iyi grubunda olanların ve ileri grubunda bireylerin travma sonrası büyüme düzeyinden istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşüktür.

Travma sonrası büyüme düzeyinin, katılımcıların savaştan sonra kendilik değerlendirmesi durumu açısından bulunan farklı gruplar arasında anlamlı olarak bir farklılık gösterip göstermediğine bakılmıştır. Kendilik değerlendirmesi durumu değişkeni 3 gruba ayrılmıştır; savaştan önce daha güçlü ve başarılıydım ($n=63$), savaştan öncesine göre fark yok ($n=54$) ve savaştan sonra daha güçlü ve başarılıyım ($n=182$). Travma sonrası büyüme puanlarının gruplara göre ortalamaları ve standart sapmaları, savaştan önce daha güçlü ve başarılıydım (Ort.=69.25; S=15.93), savaştan öncesine göre fark yok (Ort.=65.35; S=17.889) ve savaştan sonra daha güçlü ve başarılıyım (Ort.=73.63; S=15.2) şeklindedir. Yapılan analiz sonucuna göre travma sonrası büyüme puanı ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılık göstermektedir ($F_{(2,296)}=6.277$; $P<.05$). Gruplar arası farkın kaynağının bulunması amacıyla Tukey Post Hoc analizi yapılmıştır. Savaştan sonra daha güçlü ve başarılıyım grubunda bulunan bireylerin travma sonrası büyüme düzeyi, savaştan öncesine göre fark yok grubunda bulunan bireylerin travma sonrası düzeyinin istatistiksel açıdan anlamlı olarak yüksektir.

Tablo 6.3.6. Travma Sonrası Büyüme Düzeyinin, Eğitim, Savaşta Kalma Süresi, Türkçe Dil Düzeyi ve Kendilik Değerlendirmesi Durumu Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması

<i>Kaynak</i>	<i>Kareler</i>	<i>s.d.</i>	<i>Ortalama</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
	<i>Toplamı</i>		<i>Kare</i>		
<i>Eğitim</i>	222.963	4	55.741	.211	.932
<i>Hata</i>	777491.338	294	263.576		
<i>Savaşta Kalma süresi</i>	942.174	3	314.058	1.207	.307
<i>Hata</i>	76772.174	295	260.244		
<i>Türkçe Dil Düzeyi</i>	2545.767	3	848.589	3.330*	.026
<i>Hata</i>	75168.534	295	254.809		
<i>Kendilik</i>	3500.967	2	1166.989	6.277**	.002
<i>Değerlendirmesi</i>					
<i>Hata</i>	74213.334	296	251.571		
<i>Toplam</i>	1594075.00	299			

Tablo 6.3.7.'de Manevi başa çıkma düzeyinin, farklı eğitim düzeyinde bulunan gruplar arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Manevi başa çıkma puanlarının gruplara göre ortalama ve standart sapmaları üniversite 1. Sınıf (Ort.=37.01; S=11.01), üniversite 2. Sınıf (Ort.=38.39; S=9.43), üniversite 3. Sınıf (Ort.=36.62; S=8.62), üniversite 4. Sınıf (Ort.=39.04; S=9.62) ve üniversite 5. Sınıf (Ort.=45.33; S=9.07) şeklindedir. Yapılan analiz sonucuna göre manevi başa çıkma puanı ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılık göstermemektedir ($F_{(4,294)} = 1.151$; $p > .05$).

Manevi başa çıkma düzeyinin, farklı savaşta kalma süresi değişkeninde bulunan gruplar arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini bakılmıştır. Manevi başa çıkma puanlarının gruplara göre ortalama ve standart sapmaları 1-2 yıl (Ort.= 36.906; S=8.83), 3-4 yıl (Ort.= 38.05; S=9.99), 5-6 yıl (Ort.=38.79; S=9.49) ve 7-8 yıl (Ort.= 37.75; S=13.26) şeklindedir. Yapılan analiz sonucunda göre manevi başa

çıkma puanı ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılık göstermemektedir ($F_{(3,295)}=.471$; $p>.05$).

Manevi başa çıkma düzeyinin, Türkçe dil düzeyine göre anlamlı olarak bir farklılık gösterip göstermediğine bakılmıştır. Manevi başa çıkma puanlarının gruplara göre ortalamaları ve standart sapmaları, zayıf (Ort.=37.95; S=9.51), orta (Ort.=36.38; S=10.72), iyi (Ort.= 38.22; S=9.35) ve ileri (Ort.=37.86; S=10.17) şeklindedir. Yapılan analiz sonucuna göre manevi başa çıkma puanı ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılık göstermemektedir ($F_{(3,295)}=.522$; $p>.05$).

Manevi başa çıkma düzeyinin, katılımcıların kendilik değerlendirmesi durumlarına göre anlamlı olarak bir farklılık gösterip göstermediğine bakılmıştır. Manevi başa çıkma puanlarının gruplara göre ortalamaları ve standart sapmaları, savaştan önce daha güçlü ve başarılıydım (Ort.=34.74; S=10.94), savaştan öncesine göre fark yok (Ort.=36.72; S=9.76) ve savaştan sonra daha güçlü ve başarılıyım (Ort.=38.97; S=9.38) şeklindedir. Yapılan analiz sonucuna göre Manevi başa çıkma puanı ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılık göstermektedir ($F_{(2,296)}=4.680$; $P<.05$). Gruplar arası farkın kaynağının bulunması amacıyla Tukey Post Hoc analizi yapılmıştır. Savaştan sonra daha güçlü ve başarılıyım grubunda bulunan bireylerin manevi başa çıkma düzeyi, savaştan önce daha güçlü ve başarılıydım grubunda bulunan bireylerin Manevi başa çıkma düzeyinden istatistiksel açıdan anlamlı olarak yüksektir.

Tablo 6.3.7. Manevi Başa Çıkma Düzeyinin, Eğitim, Savaşta Kalma Süresi, Türkçe Dil Düzeyi ve Kendilik Değerlendirmesi Durumu Değişkenlerine Göre Karşılaştırılması.

<i>Kaynak</i>	<i>Kareler</i>	<i>s.d.</i>	<i>Ortalama</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
	<i>Toplamı</i>		<i>Kare</i>		
<i>Eğitim</i>	451.866	4	112.966	1.151	.333
<i>Hata</i>	28862.312	294	98.168		
<i>Savaşta Kalma süresi</i>	139.655	3	46.552	.471	.703
<i>Hata</i>	29173.522	295	98.893		
<i>Türkçe Dil Düzeyi</i>	154.875	3	51.625	.522	.667
<i>Hata</i>	29158.303	295	98.842		
<i>Kendilik</i>	898.494	2	449.248	4.680*	.01
<i>Değerlendirmesi</i>					
<i>Hata</i>	28414.682	296	95.996		
<i>Toplam</i>	29313.177	298			

Tablo 6.3.8’de Olayların etkisi düzeyinin, eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Olayların etkisi puanlarının gruplara göre ortalama ve standart sapmaları üniversite 1. Sınıf (Ort. =43.53; S =20.24), üniversite 2. Sınıf (Ort.=37.97; S =17.06), üniversite 3. Sınıf (Ort.=39.24; S=21.07), üniversite 4. Sınıf (Ort.=36.27; S=21.2) ve üniversite 5. Sınıf (Ort.=35,66; S=20,23) şeklindedir. Yapılan analiz sonucuna göre Olayların etkisi puanı ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılık göstermemektedir ($F_{(4,294)}=1.648$; $p>.05$).

Olayların etkisi düzeyinin, savaşta kalma süresi değişkeninde bulunan farklı gruplar arasında anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini bakılmıştır. Olayların etkisi puanlarının gruplara göre ortalama ve standart sapmaları 1-2 yıl (Ort.=38.29; S=20.94), 3-4 yıl (Ort.=39.31; S=20.28), 5-6 yıl (Ort.=40.47; S=17.5) ve 7-8 yıl (Ort.=47.16; S=20.92) şeklindedir. Yapılan analiz sonucunda göre Olayların etkisi

puanı ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılık göstermemektedir ($F_{(3,295)}=1.826$; $p>.05$).

Olayların etkisi düzeyinin, Türkçe dil düzeyine göre anlamlı olarak bir farklılık gösterip göstermediğine bakılmıştır. Olayların etkisi puanlarının gruplara göre ortalamaları ve standart sapmaları, zayıf (Ort.=38.00; S=21.82), orta (Ort.=42.01; S=21.21), iyi (Ort.=40.37; S=19.35) ve ileri (Ort.=38.57; S=20.74) şeklindedir. Yapılan analiz sonucuna göre Olayların etkisi puanı ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılık göstermemektedir ($F_{(3,295)}=.451$; $p>.05$).

Olayların etkisi düzeyinin, katılımcıların kendilik değerlendirmesi durumlarına göre anlamlı olarak bir farklılık gösterip göstermediğine bakılmıştır. Olayların etkisi puanlarının gruplara göre ortalamaları ve standart sapmaları, savaştan önce daha güçlü ve başarılıydım (Ort.=48.07; S=20.97), savaştan öncesine göre fark yok (Ort.=37.53; S=18.58) ve savaştan sonra daha güçlü ve başarılıyım (Ort.=37.98; S=20.001) şeklindedir. Yapılan analiz sonucuna göre Olayların etkisi puanı ortalamaları istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılık göstermektedir ($F_{(2,296)}=6.429$; $p<.05$). Gruplar arası farkın kaynağının bulunması amacıyla Tukey Post Hoc analizi yapılmıştır. Buna göre savaştan önce daha güçlü ve daha başarılıydım grubunda olanların olayların etkisi düzeyi, savaştan öncesine göre fark yok grubundaki bireylerin ve savaştan sonra daha güçlü ve başarılıyım grubundaki bireylerin olayların etkisi düzeyinden istatistiksel açıdan anlamlı olarak yüksektir.

Tablo 6.3.8. Olayların Etkisi Düzeyinin, Eğitim, Savaşta Kalma Süresi, Türkçe Dil Düzeyi ve Kendilik Değerlendirmesi Durumu Değişkenlere Göre Karşılaştırması.

<i>Kaynak</i>	<i>Kareler</i>	<i>s.d.</i>	<i>Ortalama</i>	<i>F</i>	<i>P</i>
	<i>Toplamı</i>		<i>Kare</i>		
<i>Eğitim</i>	2700.76	4	675.192	1.648	.162
<i>Hata</i>	120464.897	294	409.745		
<i>Savaşta Kalma süresi</i>	2245.198	3	748.399	1.826	.142
<i>Hata</i>	120920.468	295	409.900		
<i>Türkçe Dil Düzeyi</i>	562.411	3	187.47	.451	.717
<i>Hata</i>	122603.254	295	415.604		
<i>Kendilik</i>	5171.658	2	2587.829	6.492**	.002
<i>Değerlendirmesi</i>					
<i>Hata</i>	117990.007	296	398.615		
<i>Toplam</i>	123165.666	298			

6.4. Olayların Etkisi Ölçeği, Travma Sonrası Büyüme ve Manevi Başa Çıkma Alt Boyutları Değişkenlerinin Arasındaki İlişkiler

Tablo 6.4.1’de değişkenlerin puanların arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson korelasyon yöntemi kullanılmıştır. Olayların etkisi ölçeği ile travma sonrası büyüme ve manevi başa çıkma alt ölçeklerin arasındaki ilişkilerin analiz sonucu aşağıda sunulmuştur. Travma sonrası büyüme ile olayların etkisi düzeyinin arasında istatistiksel olarak pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki görülmektedir ($r=.232$; $p<.05$).

Manevi başa çıkma alt ölçeği dini olan biçimi ile Travma sonrası büyüme düzeyinin arasında istatistiksel açıdan pozitif yönlü anlamlı bir ilişki görülmüştür ($r=.232$, $p<.05$). Ancak dini biçimi ile olayların etkisi düzeyinin arasında istatistiksel açıdan pozitif yönlü ancak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($r=.695$; $p>.05$).

Manevi başa çıkma alt ölçeği dini olmayan biçimi ile travma sonrası büyüme düzeyinin arasında istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür

($r=.44$; $p<.05$). Ancak dini olmayan biçimi ile olayların etkisi düzeyinin arasında istatistiksel açıdan pozitif yönlü ancak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($r=.619$; $p>.05$).

Tablo 6.4.1 Katılımcıların Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Travma Sonrası Büyüme ile Manevi Başa Çıkma Alt Boyutların Düzeyleri Arasındaki İlişki

	<i>IES-R</i>	<i>TSB</i>
<i>IES-R</i>	-	.232**
<i>TSB</i>		-
<i>Dini olan</i>	.695	.232**
<i>Dini olmayan</i>	.619	.44**

Tablo 6.4.2’de Manevi başa çıkma puanlarının travma sonrası büyüme puanlarını yordayıp yordamadığını değerlendirmek amacıyla basit regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda manevi başa çıkma ($\beta=.382$; $t=7.127$; $p<.05$) puanlarının travma sonrası büyüme puanları istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı ve travma sonrası büyümeye ait varyansın %14’ini açıkladığı görülmektedir (Düz. $R^2=.14$; $F_{(1,297)}=50.79$; $p<.05$). Bununla beraber manevi başa çıkma alt boyutlarının puanlarının travma sonrası büyüme puanlarını yordayıp yordamadığını da bakılmıştır. Dini olan manevi başa çıkma biçimi ($\beta=.232$; $t=4.11$; $p<.05$) puanlarının travma sonrası büyüme puanları istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı ve travma sonrası büyümeye ait varyansın %5 olarak açıkladığı görülmektedir (Düz. $R^2=.51$; $F_{(1,297)}=16.89$; $p<.05$). Yanı sıra dini olmayan manevi başa çıkma biçimi ($\beta=.44$; $t=8.44$; $p<.05$) puanlarının travma sonrası büyüme puanları istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı ve travma sonrası büyümeye ait varyansın %19 olarak açıkladığı görülmektedir (Düz. $R^2=.19$; $F_{(1,297)}=71.36$; $p<.05$).

Tablo 6.4.2 Katılımcıların Kullandıkları Manevi Başa Çıkma alt ölçekleri ile Travma sonrası Büyüme Puanlarını Yordama Gücüne Yönelik Regresyon Analizi Bulguları

<i>Travma Sonrası Büyüme</i>	<i>R</i>	<i>R²</i>	<i>Düz. R²</i>	<i>F</i>	<i>β</i>	<i>t</i>
<i>Manevi Başa Çıkma</i>	.382	.14	.14	50.79	.382	7.127
<i>Dini olan</i>	.232	.054	.05	16.89	.232	4.111
<i>Dini olmayan</i>	.44	.19	.191	71.36	.44	8.448

Tablo 6.4.3'te olayların etkisi puanlarının travma sonrası büyüme puanlarını yordayıp yordamadığına bakılmıştır. Yapılan analizin sonucuna göre, olayların etkisi ($B=.292$; $t=4.108$, $p<.001$) puanlarının travma sonrası büyüme puanlarını istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı ve travma sonrası büyüme ait varyansın %5'ini açıkladığı görülmektedir ($Düz. R^2=.05$; $F_{(1,297)}=16.87$; $p<.05$).

Tablo 6.4.3. Olayların Etkisinin Travma Sonrası Büyüme Üzerindeki Etkisinin Regresyon Analizi Bulguları

<i>Travma Sonrası Büyüme</i>	<i>R</i>	<i>R²</i>	<i>Düz. R²</i>	<i>F</i>	<i>B</i>	<i>t</i>
<i>Olayların Etkisi</i>	.232	.05	.05	16.87	.292	4.108

YEDİNCİ BÖLÜM

7.1. Tartışma ve Sonuç

Araştırmamız Türkiye üniversitelerde okuyan Suriyeli mülteci öğrencilerin travma sonrası büyüme, travma sonrası stres belirtileri ile manevi başa çıkma becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda savaş ve göç travması yaşayan ve Türkiye’de okuyan 299 Suriyeli mülteci üniversite öğrencisine sosyo-demografik bilgi formu, Olayların Etkisi Ölçeği (Davey, Heaard ve Lenningsi, 2015), Travma Sonrası Büyüme Ölçeği (Tedeschi ve Calhoun, 1996) ve Manevi Başa Çıkma Ölçeği (Cruz ve ark., 2016) uygulanmıştır.

Elde edilen sonuçlara göre travma sonrası büyümenin, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark göstermediği görülmüştür. Bu sonuçlar alanyazındaki diğer çalışmaları destekler niteliktedir (Helgeson, 2006; Karakaya, 2019; Taku ve ark., 2007; Wang ve ark., 2013). Ancak (Akan, 2018; Güven, 2010; Hussain ve Bhushan, 2011; Tedeschi ve Calhoun, 1996; Linly ve Toseph, 2004; Arikan ve Karanci, 2014; Çimen, 2020; Kılıç ve ark., 2015) tarafından yapılan çalışmaların sonucunda travma sonrası büyüme kadınlarda erkeklere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Başka araştırmanın bulgularına göre travma sonrası büyümenin erkeklerde kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür (Thabet, Elhelou ve Vostanis, 2015). Manevi başa çıkmada cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark olup olmadığına bakıldığında, manevi başa çıkma kadınlarda erkeklere göre bir farklılık göstermemiştir. Yapılan 2 araştırmaya göre ise manevi başa çıkmanın kadınlarda daha yüksek olduğu bulunmuştur (Ai, Peterson ve Huang, 2003; Özcan, 2019). Ancak Sağır (2014) tarafından Suriyeli mültecilerde dini başa çıkma ile ruh sağlığı üzerine yaptığı çalışmaya göre olumlu dini başa çıkma kadınlarda erkeklere göre daha yüksek bulunmuşken olumsuz dini başa çıkmanın erkeklerde kadınlara göre daha yüksek olduğu rapor edilmiştir. Özcan (2019) tarafından Mülteci öğrencilerin kültürel uyumu ile dini başa çıkma arasındaki ilişkiyi incelemek için yaptığı çalışmanın

bulgularına göre kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla olumlu dini başa çıkma stratejilerine yöneldikleri bulunmuştur. Benzer şekilde Ekşi (2001) tarafından mühendislik fakültesi öğrencilerinde başa çıkma, dini başa çıkma ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan araştırmaya göre kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre olumlu dini başa çıkma düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bağlamda kadınların erkeklere göre daha duygusal bir yapıya sahip olmasından dolayı maneviyat açısından daha fazla desteğe ihtiyacı olduğu düşünülmüştür (Özcan, 2019).

Aynı şekilde olayların etkisinin de cinsiyete göre araştırmamızda farklılaşmadığı görülmüştür. Ancak başka 2 çalışmada olayların etkisinin cinsiyete göre farklılaşmış olduğu erkeklerde kadınlara göre daha yüksek olduğu rapor edilmiştir (Karakaya, 2019; Thabet, Elhelou ve Vostanis, 2015). Ancak bir başka çalışmada (Cheikh Ismail ve ark., 2021). IES-R puanının kadınlarda erkeklere göre daha yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Çalışmamızda TSB, SCS ve IES-R'ın puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermemesinin olası açıklaması, örneklemin grubunun, yaş, eğitim düzeyi, kültürel özellikleri ve şu anki yaşadıkları ortam açısından aşağı yukarı yakın olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Katılımcıların medeni durumu incelendiğinde, travma sonrası büyüme açısından bir farklılık görülmemiştir. Literatürde bulgumuzu destekleyen çalışmalar bulunmuştur (Teixeira ve Pereira, 2013; Şimşir, 2017). Bununla beraber alanyazında travma sonrası büyümenin evli bireylerde daha yüksek olduğu gösteren çalışmalar mevcuttur (Wang ve ark., 2013; Cengiz, 2017). Aynı şekilde örneklemin medeni durumu manevi başa çıkma açısından herhangi bir farklılık gösterilmemiştir (Karakaya, 2019). Fakat Sağır'ın (2014) çalışmasında evli olanların olumlu dini başa çıkmayı daha fazla kullandıkları görülmüşken, dul ve boşanmış olanların olumsuz dini başa çıkmaya daha fazla yöneldikleri bulunmuştur.

Medeni durumuna göre IES-R ölçeğin puanları anlamlı olarak bir farklılık bulunmamıştır. Bunun nedeni ise katılımcıların bekar olanların evli, boşanmış ve dul olanların sayısına göre daha yüksek olduğundan kaynaklandığı ve eşitlilik

gösterilmediğinden düşünülmüştür. Ancak Karakaya (2019)'nın çalışmasında olayların etkisi ölçeği puanı medeni durum açısından anlamlı olarak bir farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu bağlamda özellikle, temel etkinin bireylerin yaşadıkları ilişkinin doğasından ve sosyal ilişkilerden gördükleri desteğin anlamlılığından kaynaklanmaktadır (Svetina ve Nastran, 2012; Nouzari, Najafi ve Momennasab, 2019).

Katılımcıların çocuk sahibi olma durumu, psikolojik rahatsızlığı olma durumu, çalışma durumu ve eğitim düzeyine göre travma sonrası büyüme, manevi başa çıkma ve olayların etkisi açısından bakıldığında bir farklılık görülmemiştir. TSB, SCS ve IES-R ile çocuk sahibi olma durumu bir ilişki bulunmamasının olası açıklaması araştırmaya katılan deneyler üniversite öğrencisi olup evli ve çocuk sahibi olanların, olmayanların açıdan sayısı az ve eşit olmadığından kaynaklandığı düşünülmektedir. Literatürde Manevi başa çıkma ile eğitim düzeyine göre elde ettiğimiz sonuca paralellik gösteren çalışmalar mevcuttur (Karakaya, 2019). Çalışmamızda TSB ile eğitim düzeyine göre bakıldığında çalışmamız üniversite öğrencileri ile sınırlı olduğu için sadece lisans düzeyine (1.sınıf, 2.sınıf, 3.sınıf, 4.sınıf ve 5.sınıf) göre bakılmış olup ilişki bulunmamıştır. TSB ile lisans düzeyine bakılma sebebi ise, yabancı uyruklu ve travma yaşayan bir üniversite öğrencisi okuduğu üniversitede yeni bir dil, çevre, kültürel özellikler ve eğitim sistemi açısından büyük bir değişikliğe uğraması ve uyum sağlaması, yerel öğrencilere göre hem zaman hem de emek açısından daha fazla ihtiyacı olması ve daha fazla hayatla mücadele ederek sonraki sınıfa geçme imkânı ancak bu şekilde bulabildiğini düşünülmektedir. Bununla birlikte travma sonrası büyüme hem bir süreç hem de bir sonuç olduğu bilinmektedir. Bundan yola çıkarak yabancı uyruklu bir üniversite öğrencisi çok fazla deneyime sahip olması ve mücadele etmesiyle birlikte bir üst sınıfa geçerek hayatında birçok yandan kazanımlar elde edebilmektedir. Buna göre yabancı öğrenci her bir üst sınıfa geçtiğinde daha fazla deneyim kazanarak bilişsel yetenekleri ve başa çıkma becerilerinin de daha fazla gelişebileceği düşünülmektedir. Bu nedenle travma sonrası büyüme yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin lisans düzeyine göre bir farklılık gösterebileceğini düşünülmüştür.

Ancak literatüre bakıldığında TSB ile eğitim düzeyi arasındaki ilişkiye ilkökul, orta okul, lise ve üniversite şeklinde bakıldığını görülmüştür. Bazı çalışmalarda TSB ile eğitim düzeyinin ilişkili olduğu bulunmuştur (Wang ve ark., 2013; Teixeira ve Pereira, 2013). Şimşir'in (2017) çalışmasında ilişki bulunmamıştır.

Travma sonrası büyüme ile Türkçe dil düzeyinin arasındaki ilişkiye bakıldığında anlamlı olarak bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bunun olası açıklaması, yabancı uyruklu üniversite öğrencilerin dil seviyesi artınca kendini ifade etme, istediğini anlatabilme ve daha rahat bir şekilde yeni çevredeki insanlar ile iletişim kurabileceğinden dolayı sosyal ilişkilerinin daha artabileceğini, gelişebileceğini ve sosyal desteği istemekte ve alabilmekte daha cesaretli olabileceği düşünülmektedir. Literatüre bakıldığında travma sonrası büyüme ile sosyal destek arasındaki ilişkinin olumlu olduğu gösteren çalışmalar mevcuttur (Parti ve Pietrantioni, 2009). Ayrıca Poulsen (2020) tarafından yapılan çalışmaya göre mülteciler için göç ettikleri ülkenin dilini öğrenmeleri hem sosyal hem de ekonomik açıdan önemli bir rol oynamakla birlikte mültecilerin ihtiyaçlar kapsamında ulaşmak istedikleri herhangi bir hizmet için mühim bir unsur olduğu vurgulanmıştır. Çalışmamızda manevi başa çıkma ile Türkçe dil düzeyi ile arasında ilişkiye bakıldığında olumlu bir ilişki bulunmamıştır.

Travma sonrası büyüme, manevi başa çıkma ve olayların etkisi ölçeklerin puanı, savaşta kalma süresi değişkeninin açısından bir farklılık gösterip göstermediğine bakıldığında aralarında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bunun olası açıklaması, savaşta kalma süresi 4 gruba ayrılmış olup, grupta kişi sayısı açısından eşit olmaması ve büyük farklılık gösterdiği için olabileceği öngörülmüştür. Ayrıca savaşın üstünden 10 yıl geçse bile savaş devam ettiği için bireylerin savaş haberlerini takip etmeleri ve/veya sevdikleri insanların hala savaş ortamlarında kalmalarından dolayı bu sürecin onlar için hala devam ettiği tahmin edilmektedir. İlaveten Suriye halkının geçmişten beri travmaya maruz kalmış bir toplum olması da etkili bir faktör olabileceği düşünülmektedir. Bu sonucun önceki çalışmalara göre çeliştiği gözlemlenmiştir. Alanyazında yapılan çalışmalara göre travma

sonrası stres belirtileri ile travmaya maruz kalma süresi negatif yönde olduğu ve travma sonrası büyüme ile travmaya maruziyet süresinin pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Tarhan, 2011). Yapılan başka çalışmalarda, yaşanan travma süresi arttıkça travma sonrası stres belirtileri de arttığını bulunmuştur (Berkem ve Bildik, 2001; Oflaz, 2008; Olff ve ark., 2007; Pape ve Arias, 2000). Aynı şekilde travma süresi arttıkça travma sonrası büyüme de artması ile ilgili çalışmalar mevcuttur (Karancı, Aker ve Işıklı, 2009). Manevi başa çıkma ile savaşta kalma süresi arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada, travmaya maruziyet süresi arttıkça insanların manevi başa çıkma mekanizmalarına daha fazla yöneldikleri görülmüştür (Karakaya, 2019).

Araştırmamızda kullanılan ölçekler Olayların etkisi, Travma sonrası büyüme ve Manevi başa çıkma puanları ile kişinin kendisini savaştan önce ve sonraki durumunu nasıl değerlendirdiği değişkeni arasındaki ilişki merak edilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre travma sonrası büyüme düzeyi, savaştan sonra daha güçlü ve başarılı olarak kendilerini değerlendiren katılımcılarda daha yüksek olduğu görülmekle birlikte bu beklenen bir sonuçtur. Bunun olası açıklaması, büyüme yaşayan bireylerin travmatik deneyimlerden önceki durumuna göre kişisel güç boyutunda bir gelişme yaşayabilmekle (Affleck ve Tennen, 1996; Park, Cohen ve Murch, 1996) beraber kendisini bir savaş kurbanı yerine hayatta kalabilen bir savaşçı olarak değerlendirebilmektedir (Nietzsche, 1998). Birey kendini daha cesur hisseder ve yaşayabilecek muhtemel zor olaylara karşı daha hazırlıklı ve kendine güvenen biri olarak görebilmektedir (Dursun ve Söylemez, 2020). Benzer şekilde Manevi başa çıkma düzeyi, savaştan sonra daha cesur ve güçlü olarak kendilerini değerlendiren kişilerde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Özcan (2019) tarafından mülteci öğrenciler üzerine yapıldığı araştırmanın bulgularına göre, mültecilerin sahip olduğu manevi ve dini inançlar sayesinde, deneyimledikleri travmatik yaşantıları kabul ederek ve anlam vererek bilişsel açıdan bir tatmin olabilmekle beraber büyüme yaşamalarına büyük katkı sağlayabilmektedir. Ayrıca katılımcıların eğitim düzeyi yüksek olmasından dolayı daha fazla manevi başa çıkma stratejilerini kullanmakta olup geleceğe daha olumlu bir şekilde

bakabilmektedirler (Ai, Peterson ve Huang, 2013; Sağır, 2014). Olayların etkisinin düzeyine bakıldığında savaştan önce daha güçlü ve daha başarılı olarak kendilerini değerlendiren katılımcılarda daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu katılımcılarda travma sonrası stres belirtileri daha yüksek olduğu anlamına gelmektedir.

Çalışmamızda kullanılan olayların etkisi, travma sonrası büyüme ve manevi başa çıkma ölçeklerin arasındaki ilişki incelendiğinde aşağıdaki bulgulara ulaşılmıştır. Travma sonrası büyüme ile olayların etkisi arasındaki ilişki pozitif yönde anlamlı olmakla beraber olayların etkisi puanının, travma sonrası büyüme puanını yordadığı bulunmuştur. Literatürde Van depremi ile ilgili yapılan araştırma bizim araştırmamızın sonuçlarını desteklemektedir (Şenyüz, 2019). Aynı şekilde Suriyeli mültecilerde TSB, TSSB ve ruhsal dayanıklılık ile ilgili yapılan araştırmaya göre TSSB'nin düzeyi yüksek bireylerde TSB'nin düzeyi de yüksek olduğu görülmüştür (Cengiz, Ergün ve Çakıcı, 2018). Benzer şekilde Irak gazilerinin durumunu inceleyen bir başka çalışmada Travma sonrası stres bozukluğu tanısı alan bireylerin Travma sonrası büyüme puanının da yüksek olduğu bulunmuştur (Hall ve ark., 2008). Literatürde başka araştırmalar da aynı sonucu desteklemektedir (Acar, 2020; Butler ve ark., 2005; Dekel ve Hobfoll, 2007; Özcan ve Arslan, 2020; Hall ve ark., 2010; Tedeschi ve Calhoun, 1996; Solomon ve Dekel, 2007). Travmatik deneyimlere maruz kalma düzeyi arttıkça travma sonrası büyüme düzeyinin de arttığı belgelenmiştir (Bhat ve Rangaiah, 2015; Hussain ve Bhushan, 2011; Shigemoto ve Poyrazli, 2013). Ancak Kanat ve Özpolat (2021) tarafından meme kanserli olan ve olmayan bireyler üzerine yapılan çalışmanın sonuçlarına göre travma sonrası büyüme ile travma sonrası stres bozukluğu arasında negatif yönde bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Başka çalışmalarda ise TSSB ile TSB arasında bir ilişki bulunmamıştır (Ai ve ark., 2007; Kira ve ark., 2013; Sleijpen ve ark., 2016; Yonemoto ve ark., 2009). Bununla beraber travma sonrası büyüme hem bir süreç hem de bir sonuç olduğu için (Tedeschi ve Calhoun, 1996) travmatik olayları yaşayan bireylerde travma sonrası belirtileri ile travma sonrası büyümenin bir arada görülebileceğine dair vurgu yapan çalışmalar mevcuttur (Greene ve ark., 2014; Lancaster ve ark., 2015; Tedeschi ve Calhoun, 2004).

Çalışmamızda travma sonrası büyüme ile manevi başa çıkma alt boyutları arasındaki ilişkiye bakıldığında, dini olan manevi başa çıkma ve dini olmayan manevi başa çıkma ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişki pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bununla beraber dini olan manevi başa çıkma ve dini olmayan manevi başa çıkma, travma sonrası büyümeyi yordadığı görülmüştür. Buradan yola çıkarak genel olarak manevi başa çıkma ile travma sonrası büyüme arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür. Literatürde paralellik gösteren çalışmalar mevcuttur (Ai, Peterson ve Huang, 2003; Haselden, 2014; Şimşir, 2017; Kroo ve Nagy, 2011; Pajandram ve ark., 2011; Shafer ve Moos, 1992). Thune-Boyle ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan çalışmada, meme kanseri hastalarının dini olmayan manevi başa çıkma daha sık kullandığı bulunmuştur. Başka çalışmada, hemodiyaliz hastalarının dini ve dini olmayan manevi başa çıkma kullanmaları yaşa göre farklılık göstermiştir (Cruz, Baldacchino ve Alguwez, 2016). Travma yaşantıları deneyimleyen bireylerin manevi ve dini inançları, hayatta kalabilmek, mücadele edebilmek ve büyümeye ulaşabilmek için mühim bir rol oynamaktadır (Janoff-Bulman, 1992). Ayrıca din ve maneviyat, bazı bireyler için hayata anlam vermelerine ve yaşamın kıymetini bilmelerine neden olan işlevsel bir faktördür. Bazı durumlarda da travmatik olaylar, bireylerin dine ve maneviyata yönelmelerine sebep olabilmektedir (Gratz, 2014). Çalışmamızda katılımcıların kültürünün manevi başa çıkma stili çok kullanılan bir strateji olduğu bilinmektedir (Özcan, 2019; Sağır, 2014). Mültecilerin hem savaş hem göçün getirdiği zorluklarla baş edebilmek ve yaşamlarını katlanabilir hale getirebilmek amacıyla Allah'a yönelerek kendilerinden daha yüce bir güce sığınarak din ve manevi değerlerden destek alarak kültürel uyumu yakalamayı çalıştıklarını düşünülmektedir (Özcan,2014). İlaveten manevi başa çıkma kullanan mültecilerin dünyanın geçici bir imtihan yeri olduğu ve maruz kaldıkları ağır olayların devam edemeyeceğini düşünerek daha metanetli ve sabırlı oldukları söylenebilir (Ulu ve Çelik, 2019). Shaw, Joseph ve Linley (2005) tarafından yapılan çalışmanın bulgularına göre din ve/veya maneviyat bireylerde travma sonrası büyüme gelişmesine yol açabildiği görülmekle beraber travma sonrası büyümenin de maneviyatta bir dönüşüme yol açabildiği bulunmuştur. Ayrıca son dönemde çok

ilgi gören, din ile sağlık konusu üzerine yapılan araştırmalara göre, terapistler tarafından, manevi yönü güçlü olan mültecilere psikoloji destek verildiğinde sahip oldukları spirüel ve din inançlarına saygı duymakla beraber, terapi ortamında maneviyatı iyileştirici bir kaynak olarak kullanmanın faydalı olacağı düşünülmektedir (Shafranske, 1996).

Son olarak, olayların etkisi ile manevi başa çıkma arasındaki ilişkiye bakıldığında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bunun muhtemel sebebi ise, örneklem grubu olan lisans öğrencilerinin şu an Türkiye’de eğitimlerine devam etmeleri ve mevcut durumda kendilerini geliştirmeye çalıştıkları, karşılaştıkları zorluklar ile mücadele etmekle meşgul oldukları ve gün geçtikçe odak noktalarının değişerek yaşadıkları savaş travmalarının yerini yeni yaşamlarına adapte olma çabalarının alması olduğu düşünülmektedir. Nitekim manevi başa çıkma ölçeği şu anki durumlarını sorgularken olayların etkisi ise geçmişte yaşanmış belirli bir ana yönelik etkiyi ölçmektedir. Yanı sıra Manevi başa çıkmayı kullanmak için travma yaşamaya ihtiyaç yok fakat travma sonrası büyüme için manevi başa çıkma kullanılabilir. Literatürde incelendiğinde ulaşılan sonucu destekleyen bir çalışma bulunmuştur (Özcan ve Arslan, 2020). Alanyazında travma sonrası stres düzeyi ile manevi başa çıkma arasındaki ilişkinin olumlu olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Ano ve Vasconcelles, 2005; Karakaya, 2019; Moreir-Almeida ve Koenig, 2006; Wright ve ark., 2020). Ayrıca bahsi geçen iki değişkenin arasındaki ilişkinin olumsuz olduğunu gösteren araştırmalar da bulunmuştur (Pargament ve ark., 2001; Sağır, 2014).

7.2. Çalışmanın Kısıtlılıkları ve Önerileri

Bu çalışma, Türkiye’de yaşayan 299 Suriyeli mülteci üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Savaş ve göçün getirdikleri zorluklarla mücadele eden ve eğitim yolculuğunda devam etmeyi çalışan üniversite öğrencilerinde travma sonrası büyüme ile manevi başa çıkma arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yürütülmüştür.

Türkiye’de Suriyeli mülteci üniversite öğrencilerin kullandıkları manevi başa çıkma, travma sonrası büyüme ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu görülmüştür. Ayrıca dini olmayan manevi başa çıkma, travma sonrası büyümeyi yordadığı bulunmuştur. Buradan yola çıkarak Suriyeli mülteci öğrencilerin travma sonrası büyümeyi geliştirmelerine katkı sağlayan maneviyatın üzerine daha detaylı ve büyük örneklem ile araştırmalar yapılabilir. Ayrıca iki kültür arasındaki entegrasyonu amaçlayan eğitimlerde sağlıklı manevi başa çıkma becerilerini geliştiren ve farkındalığını artıran çalışmalar yapılmakta yararlı olacağını düşünülmektedir. Böylece Suriyeli mülteci öğrencilerin kültür açısından daha ait hissetmelerine, yeni kültüre uyum sağlamalarına ve tüketici değil üretken birey olabilmelerine yol açabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, Suriyeli mülteci üniversite öğrenciler ile çalışan terapistler, psikoterapi seanslarında maneviyat açısından mültecilerin sahip oldukları inançlara saygı duyup onların ayakta durabilmeleri ve hayatta kalabilmeleri için önem taşıyan bir kaynak olarak kullanabilmektedir.

Uluslararası literatüre baktığımızda, dolaylı travma sonrası büyüme kavramı karşımıza çıkmaktadır. Ancak Türkiye’deki travma sonrası büyüme ile ilgili çalışmalara bakıldığında bu kavrama dair herhangi bir bilgiye rastlanmamıştır. Bahsi geçen kavramın özellikle mülteciler ile terapi yapan ve çalışan kişilerde geliştiği görülmüştür (Barrington ve Shakesperare-Finch, 2013). Buradan yola çıkarak, dolaylı travma sonrası büyüme kavramı üzerine çalışmaların yapılması hem mülteciler için hem de onlar ile çalışan sosyal çalışmacılar için faydalı olacağı ve literatüre önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Çalışmamızda manevi başa çıkma dini olan ve dini olmayan olarak ele alınmıştır, ancak literatürde hem mültecilerde hem diğer gruplarda dini olan ve dini olmayan manevi başa çıkmayı karşılaştıran çalışmaların sayısının az olduğuna dikkat çekmiş olup bu konu üzerine daha fazla araştırma yapılması gerektiği düşünülmektedir.

Çalışmamızın bulgularına göre, yabancı uyruklu öğrencilerin Türkçe dil düzeyi arttığında, travma sonrası büyümenin puanı da artmıştır. Bu bilgiye dayanarak, mülteci öğrencilerin entegre olmaya çalıştıkları toplumda yaşadıkları sorunları

azaltmak, iletişim becerilerini artırmak, sosyal ortamlarda daha sağlıklı bir şekilde kaynaşmalarını sağlamak ve daha aktif bir sosyal yaşama sahip olmaları için Türkçe düzeylerini geliştirecek programlara ve bu programlara katılım göstermeleri için de cesaretlendirilmeye ihtiyaçları vardır.

Araştırmanın örneklemin yaşı sadece 18-25 arasında sınırlandırılmıştır. Ancak savaş dolayısıyla Suriye’de eğitime devam edemeyen ve Türkiye’ye geldiğinde devam etmeye çalışan birçok lisans öğrencisinin 25 yaş üstü olabildiğinden dolayı diğer çalışmalarda yaş sınırı daha büyük tutulmaya çalışıldığında daha fazla kişiye ulaşma fırsatı sağlayabilmektedir. Bununla beraber aynı çalışmayı sadece lisans öğrencileri ile değil farklı eğitim seviyesindeki öğrenciler ile yapılabileceği düşünülmektedir.

Araştırmamızda çevrimiçi ortamında ve ölçek tekniği uygulanmıştır, diğer araştırmalarda nitel bir araştırma yapılarak katılımcıların cevapları daha samimi olmakla birlikte, elde edilecek sonuçların derinliğinde farklılık göstereceği düşünülmektedir.

Çalışmamızda travma sonrası büyüme ile manevi başa çıkma arasındaki ilişki sadece Türkiye’de yaşayan Suriyeli mülteci lisans öğrencileri ile sınırlandırılmıştır. Sonraki çalışmalarda başka ülkelere göç eden Suriyeli lisans öğrencileri dahil ederek oluşan örneklemin grubun sayısını daha geniş tutarak ulaşılan sonuçların genelleştirme fırsatını arttırabileceği öngörülmektedir.

Son olarak mülteci öğrencilerinde Türk vatandaşlığı alma durumu, bir değişken olarak özellikle travma sonrası büyüme gelişmesinde ve genel olarak psikolojik açıdan ortaya çıkan olumlu ve olumsuz etkileri üzerine araştırmalar yapılmasında fayda olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Abanoz, S. (2020). Türkiye’de Yapılan ‘Dinî Başa Çıkma’Konulu Araştırmalar Hakkında Bir Değerlendirme. *Eskiyeni*, (40), 407-429.
- Abdulrahim, S., & Ajrouch, K. J. (2014). Arab Americans and the aging process. In *Biopsychosocial Perspectives on Arab Americans* (pp. 107-125). Springer, Boston, MA.
- Abraído-Lanza, A. F., Guier, C., & Colón, R. M. (1998). Psychological thriving among Latinas with chronic illness. *Journal of Social Issues*, 54(2), 405-424.
- Acar, B. (2020). Suriyeli Mültecilerde Travma Sonrası Stres Belirtileri ve Travma Sonrası Büyüme ile İlişkili Değişkenler (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Acartürk, C. (2016). Göçün ruh sağlığına etkisi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(25), 137-150.
- Açıkalın, B. (2017). Suriyeli Mültecilerin Kur’an-ı Kerim ile İlgilerinin Moral vve Motivasyonlarına Etkisi-Kilis Örneği. *Sosyal Bilimleri Dergisi*, 7(14).
- Adamczyk, A. L. (2005). Frankl, Bettelheim and the camps. *Journal of Genocide Research*, 7(1), 67-84.

Adedoyin, A. C., Bobbie, C., Griffin, M., Adedoyin, O. O., Ahmad, M., Nobles, C., & Neeland, K. (2016). Religious coping strategies among traumatized African refugees in the United

Adedoyin, A. C., Bobbie, C., Griffin, M., Adedoyin, O. O., Ahmad, M., Nobles, C., & Neeland, K. (2016). Religious coping strategies among traumatized African refugees in the United States: A systematic review. *Social Work and Christianity*, 43(1), 95.

Agargün, M. Y., Besiroglu, L., Kiran, Ü. K., Özer, Ö. A., & Kara, H. (2005). COPE (Basa Çıkma Tutumlarını Degerlendirme Ölçeği): Psikometrik özelliklere ilişkin bir ön çalışma/The psychometric properties of the COPE inventory in Turkish sample: a preliminary research. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 6(4), 221.

Ai, A. L., Peterson, C., & Huang, B. (2003). The effect of religious-spiritual coping on positive attitudes of adult Muslim refugees from Kosovo and Bosnia. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 13(1), 29-47.

Ai, A. L., Tice, T. N., Whitsett, D. D., Ishisaka, T., & Chim, M. (2007). Posttraumatic symptoms and growth of Kosovar war refugees: The influence of hope and cognitive coping. *The Journal of Positive Psychology*, 2(1), 55-65.

Ait Qasi Nymph. (2018). Distinguishing between a refugee and an immigrant: an approach to reconciling the imperative to combat people smuggling with the need to protect the right of asylum *Journal of Studies on the Effectiveness of*

the Legal Rule, 2(2), 07-27. Hukuk Kuralının Etkinliği Üzerine Araştırmalar Dergisi, 2(2), 07-27.

Akcan, G. (2018). *Travma Sonrası Büyüme: Bir Gözden Geçirme. Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 61- 70.

Akcan, G. (2018). Turaz Akademi. İçinde: O. Celbiş (Edt.), Travmanın psikolojik bileşenleri post travmatik stres bozukluğu (s. 47-54). Akademisyen Yayınevi.

Allen, S. (2016). *Childhood Trauma—A Comprehensive Review of Effects, Assessments, and Treatments* (Doctoral dissertation, Thesis for: MS Family and Human Development, Advisor).

Alorani, O. I., & Alradaydeh, M. T. F. (2018). Spiritual well-being, perceived social support, and life satisfaction among university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 23(3), 291-298.

Altıntaş, M. E. (2018). Hastanelerde Gerçekleştiren Manevi Danışmanlık ve Reheberlik Hizmetleri Üzerine Nitel Bir Araştırma (Kayseri Örneği). *Review of the Faculty of Divinity of Amasya University*, (11).

Amani Omar Suleiman Hamdan. (2017). European Union policies towards the refugee crisis after the Arab movement, a case study of Syrian refugees 2011-2016 (Doctoral dissertation, AL-Quds University).

- Amer, M. M., Hovey, J. D., Fox, C. M., & Rezcallah, A. (2008). Initial development of the brief Arab religious coping scale (BARCS). *Journal of Muslim Mental Health*, 3(1), 69-88.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı, Beşinci Baskı (DSM-V)*, E. Köroğlu (Çev. Ed.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Anagnostopoulos, D. (2016). Communications of the European Society for Child and Adolescent Psychiatry. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 25, 119-122.
- Ano, G. G., & Vasconcelles, E. B. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis. *Journal of clinical psychology*, 61(4), 461-480.
- Aragona, M., Pucci, D., Carrer, S., Catino, E., Tomaselli, A., Colosimo, F., Lafuente, M., Mazzetti, M., Maisano, B., & Geraci, S. (2011). The role of post-migration living difficulties on somatization among first-generation immigrants visited in a primary care service. *Annali dell'Istituto superiore di sanità*, 47, 207-213.
- Aragona, M., Pucci, D., Mazzetti, M., Maisano, B., & Geraci, S. (2013). Traumatic events, post-migration living difficulties and post-traumatic symptoms in first generation immigrants: a primary care study. *Annali dell'Istituto superiore di sanità*, 49, 169-175.

- Arikan, G., Stopa, L., Carnelley, K. B., & Karl, A. (2016). The associations between adult attachment, posttraumatic symptoms, and posttraumatic growth. *Anxiety, Stress, & Coping*, 29(1), 1-20.
- Arredondo, A. Y., & Caparrós, B. (2021). Posttraumatic cognitions, posttraumatic growth, and personality in university students. *Journal of Loss and Trauma*, 26(5), 469-484.
- Arsenijević, J., Schillberg, E., Ponthieu, A., Malvisi, L., Ahmed, W. A. E., Argenziano, S., ... & Zachariah, R. (2017). A crisis of protection and safe passage: violence experienced by migrants/refugees travelling along the Western Balkan corridor to Northern Europe. *Conflict and health*, 11(1), 1-9.
- Atesok, Z. O., Komsuoglu, A., & Ozer, Y. Y. (2019). An Evaluation of Refugees' Access To Higher Education: Case of Turkey and Istanbul University. *Journal of International and Comparative Education (JICE)*, 119-136.
- Attar, G. E., & Küçükşen, D. (2019). Somehow familiar but still a stranger: Syrian students in Turkish higher education. *Journal of International Migration and Integration*, 20(4), 1041-1053.
- Ayaltı, E. D. E., & Bayraktar, S. (2015). Examination of factors related with posttraumatic growth in infertile individuals. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(4), 1216-1232.

- Aydın, C. (2017). Göçmenlerin Karşılaştıkları ve Neden Oldukları Bazı Psikolojik Sorunlar ve Çözüm Önerileri üzerine Bir Analiz. *Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi (IBAD)*, 305-316.
- Ayten, A., & Ensa, G. G. K. S. E. (2012). Dini başa çıkma, şükür ve hayat memnuniyeti ilişkisi: hastalar, hasta yakınları ve hastane çalışanları üzerine amprk bir araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 12(2), 45-79.
- Ayten, A., & Sağır, Z. (2014). Dindarlık, dinî başa çıkma ve depresyon ilişkisi: Suriyeli sığınmacılar üzerine bir araştırma. *Marmara Üniversitesi İlâhiyat Fakültesi Dergisi*, 47(47), 5-18.
- Bakker, J. K., & Paris, J. (2013). Bereavement and religion online: Stillbirth, neonatal loss, and parental religiosity. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 52(4), 657-674.
- Baldacchino, D. R., & Buhagiar, A. (2003). Psychometric evaluation of the Spiritual Coping Strategies scale in English, Maltese, back-translation and bilingual versions. *Journal of Advanced Nursing*, 42(6), 558-570.
- Başterzi, A. D. (2017). Mülteci, sığınmacı ve göçmen kadınların ruh sağlığı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9(4), 379-387.
- Belil, Raymah, Hadwa ve Katie. (2016). Suriye krizinin Akdeniz'de güvenlik üzerindeki yansımaları 2011/2020 Suriye mülteci krizine ilişkin bir örnek olay incelemesi (Doktora tezi, Mouloud Mammeri Üniversitesi, Tizi Ouzou).

Bellali, T., & Papadatou, D. (2006). Parental grief following the brain death of a child: does consent or refusal to organ donation affect their grief?. *Death studies*, 30(10), 883-917.

Berger, R., & Weiss, T. (2003). Immigration and posttraumatic growth-A missing link. *Journal of Immigrant & Refugee Services*, 1(2), 21-39.

Berkem, M., & Bildik, T. (2001). Izmit depreminde hospitalize edilen depremzede çocuk ve ergenlerin klinik özellikleri/The clinical features of children who are hospitalized after earthquake. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2(3), 133.

Bhat, R. M., & Rangaiah, B. (2015). The impact of conflict exposure and social support on posttraumatic growth among the young adults in Kashmir. *Cogent Psychology*, 2(1), 1000077.

Bhugra, D. (2004). Migration and mental health. *Acta psychiatrica scandinavica*, 109(4), 243-258.

Bilen, D., & Kıran, B. (2020). Suriyeli mültecilerin çeşitli travmatik yaşantıları nasıl deneyimlediklerine göre travma sonrası stres bozukluğu ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(26), 3965-3987.

BMMKY, (2016). Mültecilerin Hukuki Statüsüne İlişkin Sözleşmesi. <http://www.multeci.org.tr/wp-content/uploads/2016/12/1951-Cenevre-Sozlesmesi-1.pdf>

Bogic, M., Ajdukovic, D., Bremner, S., Franciskovic, T., Galeazzi, G. M., Kucukalic, A., ... & Priebe, S. (2012). Factors associated with mental disorders in long-settled war refugees: refugees from the former Yugoslavia in Germany, Italy and the UK. *The British Journal of Psychiatry*, 200(3), 216-223.

Bolat, T., Bolat, O. İ, & Taştan, S. (2020). Örgütsel Destek, Sosyal Bağlılık ve Dünyaya İlişkin Varsayımların Travma Sonrası Büyüme Üzerindeki Etkisinde Acının Dönüştürücü Gücünün Rolü: Pozitif Psikoloji Bağlamında Bir Değerlendirme. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22(1), 361-402.

Bolu, A., Erdem, M., & Öznur, T. (2014). Travma Sonrası Stres Bozukluğu. *Anatolian Journal of Clinical Investigation*, 8(2).

Breslau, N., Davis, G. C., & Schultz, L. R. (2003). Posttraumatic stress disorder and the incidence of nicotine, alcohol, and other drug disorders in persons who have experienced trauma. *Archives of general psychiatry*, 60(3), 289-294.

Breslau, N., Davis, G. C., Andreski, P., & Peterson, E. (1991). Traumatic events and posttraumatic stress disorder in an urban population of young adults. *Archives of general psychiatry*, 48(3), 216-222.

Bride, B. E. (2007). Prevalence of secondary traumatic stress among social workers. *Social work*, 52(1), 63-70.

Brinkmann, D., Kimil, A., ve Erichsen, N. N. (Ed). (2017). Traumafolgestörungen Und Posttraumatische Belastungsstörung(PTBS) Ursachen- Folgen- Hilfen

Mehrsprachiger Wegweiser Für Migranten/ -Innen Und Flüchtlinge (2. Auflage). Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Brunello, N., Davidson, J. R., Deahl, M., Kessler, R. C., Mendlewicz, J., Racagni, G., & Zohar, J. (2001). Posttraumatic stress disorder: diagnosis and epidemiology, comorbidity and social consequences, biology and treatment. *Neuropsychobiology*, 43(3), 150-162.

Butler, L. D., Blasey, C. M., Garlan, R. W., McCaslin, S. E., Azarow, J., Chen, X. H., Desjardins, J. C., Dimiceli, S., Seagraves, D. A., Hastings, T. A., Kreamer, H. C., & Spiegel, D. (2005). Posttraumatic growth following the terrorist attacks of September 11, 2001: Cognitive, coping, and trauma symptom predictors in an internet convenience sample. *Traumatology*, 11(4), 247-267.

Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (1991). Perceiving benefits in traumatic events: Some issues for practicing psychologists. *Journal of Training & Practice in Professional Psychology*.

Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (1998). Beyond recovery from trauma: Implications for clinical practice and research. *Journal of social Issues*, 54(2), 357-371.

Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (Eds.). (2014). *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. Routledge.

- Campbell, D. M. (2007). Community Policing and Refugee Settlement in Regional Australia. *International Journal of Diversity in Organisations, Communities & Nations*, 6(4).
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Triplett, K. N., Vishnevsky, T., & Lindstrom, C. M. (2011). Assessing posttraumatic cognitive processes: The event related rumination inventory. *Anxiety, Stress, & Coping*, 24(2), 137-156.
- Carmassi, C., Dell'Osso, L., Manni, C., Candini, V., Dagani, J., Iozzino, L., Koenen, K. C., & De Girolamo, G. (2014). Frequency of trauma exposure and post-traumatic stress disorder in Italy: analysis from the World Mental Health Survey Initiative. *Journal of psychiatric research*, 59, 77-84.
- Cebeci, S. (2010). Bir din öğretimi yaklaşımı olarak dini danışma ve rehberlik. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 8(19), 53-69.
- Cengiz, I., Ergün, D., & Cakici, E. (2019). Posttraumatic stress disorder, posttraumatic growth and psychological resilience in Syrian refugees: Hatay, Turkey. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(3), 269-276.
- Cengiz, İ. (2017). Suriyeli mültecilerde psikolojik örselenme, örselenme sonrası gerginlik bozukluğu, travma sonrası büyüme ve psikolojik dayanıklılık. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi, Lefkoşa.

- Chan, K. J., Young, M. Y., & Sharif, N. (2016). Well-being after trauma: A review of posttraumatic growth among refugees. *Canadian Psychology/psychologie canadienne*, 57(4), 291.
- Cheikh Ismail, L., Mohamad, M. N., Bataineh, M. A. F., Ajab, A., Al-Marzouqi, A. M., Jarrar, A. H., Jarrar, A. H., Abu Jamous, D. O., Ali, H. I., Al Sabbah, H., Hasan, H., Stojanovska, L., Hashim, M., Shaker Obaid. R. R., Saleh, S. T., Osaili, T. M., & Al Dhaheri, A. S. (2021). Impact of the coronavirus pandemic (COVID-19) lockdown on mental health and well-being in the United Arab Emirates. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 265.
- Chen, W., Hall, B. J., Ling, L., & Renzaho, A. M. (2017). Pre-migration and post-migration factors associated with mental health in humanitarian migrants in Australia and the moderation effect of post-migration stressors: findings from the first wave data of the BNLA cohort study. *The Lancet Psychiatry*, 4(3), 218-229.
- Colville, G., & Cream, P. (2009). Post-traumatic growth in parents after a child's admission to intensive care: maybe Nietzsche was right?. *Intensive care medicine*, 35(5), 919-923.
- Corry, D. A. S., Mallett, J., Lewis, C. A., & Abdel-Khalek, A. M. (2013). The creativity-spirituality construct and its role in transformative coping. *Mental Health, Religion & Culture*, 16(10), 979-990.

- Cruz, J. P., Alquwez, N., Alqubeilat, H., & Colet, P. C. (2017). Psychometric evaluation of the Spiritual Coping Strategies Scale Arabic version for Saudi nursing students. *Journal of Holistic Nursing*, 35(2), 198-207.
- Cruz, J. P., Baldacchino, D. R., & Alquwez, N. (2016). Validity and reliability of the Spiritual Coping Strategies Scale Arabic version in Saudi patients undergoing haemodialysis. *Journal of renal care*, 42(2), 107-114.
- Çakır, N. B. (2017). Suriye'den Göç ve Güvenlik: Türkiye-Ürdün Karşılaştırması. *lectio socialis*, 1(1), 30-44.
- Çimen, S. (2020). Öldürmeyen acı güçlendirir mi? Travma sonrası büyüme ve kolektivistik başa çıkma stillerinin ilişkisi. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 3(5), 158-174.
- Çopur, A., & Demirel, M. (2017). Suriyeli Mültecilerinin Yükseköğretim Sorunu: Göç Süreci ve Sonrası. *Eğitim Bilimlerinde Yenilik ve Nitelik Arayışı*, 13.
- Çufta, M. (2014). Kanser hastalığı ile başa çıkmada dini inanç ve tutumların rolü (Kosova örneği).
- Dako-Gyeke, M., & Adu, E. (2017). Challenges and coping strategies of refugees: Exploring residual Liberian refugees' experiences in Ghana. *Qualitative Social Work*, 16(1), 96-112.
- Davey, C., Heard, R., & Lennings, C. (2015). Development of the Arabic versions of the Impact of Events Scale-Revised and the Posttraumatic Growth Inventory to

- assess trauma and growth in Middle Eastern refugees in Australia. *Clinical Psychologist*, 19(3), 131-139.
- Dekel, R., & Hobfoll, S. E. (2007). The impact of resource loss on Holocaust survivors facing war and terrorism in Israel. *Aging & mental health*, 11(2), 159-167.
- Dok, B. (1996). *Nietzsche'nin nihilizmi*. Motto Yayınları.
- Dougall, A. L., Herberman, H. B., Delahanty, D. L., Inslicht, S. S., & Baum, A. (2000). Similarity of prior trauma exposure as a determinant of chronic stress responding to an airline disaster. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(2), 290.
- Dursun, P., & Söylemez, İ. (2020). Travma sonrası büyüme: Gözden geçirilmiş son model ile kapsamlı bir değerlendirme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 31(1), 57-68.
- Eason, R. M. (2017). Religious Problem Solving and Methods of Control.
- Ekşi, H. (2001). Başaçıkma, Dini Başaçıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma: Eğitim, İlahiyat ve Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinin Karşılaştırılması (Doctoral dissertation, Bursa Uludag University).
- Ekşi, H., & Kaya, Ç. (2016). Manevi yönelimli psikoterapi ve psikolojik danışma. *İstanbul: Kaknüs Yayınları*.

- Ekşi, H., Takmaz, Z., & Kardaş, S. (2016). Spirituality in psychotherapy settings: A phenomenological inquiry into the experiences of Turkish health professionals. *Spiritual Psychology and Counseling, 1*(1), 89-108.
- Eltaiba, N. (2014). Counseling with Muslim refugees: Building rapport. *Journal of Social Work Practice, 28*(4), 397-403.
- Ennis, S. (2011). Religion, spirituality and the refugee experience. *Unpublished Doctoral Thesis). Melbourne, Australia: RMIT University Melbourne.*
- Erdoğan, E. (2015). Tanrı Algısı, Dini Yönelim Biçimleri ve Öznel Dindarlığın Psikolojik Dayanıklılıkla İlişkisi: Üniversite Örnekleme. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 12*(29), 223-246.
- Ergüven, N. S., & ÖZTURANLI, B. (2013). Uluslararası mülteci hukuku ve Türkiye. *Ankara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi, 62*(4), 1007-1062.
- Ersahin, Z. (2020). Post-traumatic growth among Syrian refugees in Turkey: the role of coping strategies and religiosity. *Current Psychology, 1*-10.
- Erten, R., & Kocakaya, R. (2020). Travma Sonrası Büyüme ve: Bir Vaka Örneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 31*, 189-204.
- Eryücel, S. (2013). Yaşam olayları ve olumlu dini başa çıkma/Life events and positive religious coping. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 10*(23), 251-271.

- Eytan, A., Gex-Fabry, M., Toscani, L., Deroo, L., Loutan, L., & Bovier, P. A. (2004). Determinants of postconflict symptoms in Albanian Kosovars. *The Journal of nervous and mental disease*, 192(10), 664-671.
- Ezerbolat, M., & Özpolat, A. G. Y. (2016). Travma sonrası büyüme: travmaya iyi yanından bakmak. *Kriz Dergisi*, 24(1).
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Gruen, R. J., & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of personality and social psychology*, 50(3), 571.
- Ford, J. D., Grasso, D. J., Elhai, J. D., & Courtois, C. A. (2015). *Posttraumatic stress disorder: Scientific and professional dimensions*. Academic press.
- Frankl, V. E. (2019). İnsanın Anlam Arayışı (9. b.). S. Budak, Çev.) İstanbul: Okuyan Us Yayınevi. (Orijinal çalışma basım tarihi 1963)
- Frazier, P., Conlon, A., & Glaser, T. (2001). Positive and negative life changes following sexual assault. *Journal of consulting and clinical psychology*, 69(6), 1048.
- Galea, S., Vlahov, D., Resnick, H., Kilpatrick, D., Bucuvalas, M. J., Morgan, M. D., & Gold, J. (2002). An investigation of the psychological effects of the September 11, 2001, attacks on New York City: developing and implementing research in the acute postdisaster period. *CNS spectrums*, 7(8), 585-596.

- Galovski, T., & Lyons, J. A. (2004). Psychological sequelae of combat violence: A review of the impact of PTSD on the veteran's family and possible interventions. *Aggression and violent behavior, 9*(5), 477-501.
- Geçkil, T., & Alagöz, S. B. (2017). Yabancı Uyruklu Üniversite Öğrencilerinin Sorunlarının İncelenmesi: Konya Örneği. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 20*(4), 279-285.
- George, D., & Mallery, P. (2016). Frequencies. In IBM SPSS Statistics 23 Step by Step (pp. 115-125). Routledge.
- Giacco, D., Laxhman, N., & Priebe, S. (2018, May). Prevalence of and risk factors for mental disorders in refugees. In *Seminars in cell & developmental biology* (Vol. 77, pp. 144-152). Academic Press
- Gilbar, O., Weinberg, M., & Gil, S. (2012). The effects of coping strategies on PTSD in victims of a terror attack and their spouses: Testing dyadic dynamics using an actor-partner interdependence model. *Journal of Social and Personal Relationships, 29*(2), 246-261.
- Gladden, J. (2012). The coping skills of East African refugees: A literature review. *Refugee Survey Quarterly, 31*(3), 177-196.
- Grätz, T. (2014). Grogneurs: new media actors in Benin (West Africa). In *Researching Muslim societies: inside and outside ZMO* (pp. 58-65). Zentrum Moderner Orient.

- Greene, T., Lahav, Y., Bronstein, I., & Solomon, Z. (2014). The role of ex-POWs' PTSD symptoms and trajectories in wives' secondary traumatization. *Journal of Family Psychology*, 28(5), 666.
- Gumus, F., Baran, G., & Zengin, L. (2014). Spiritual care in nursing. *International Journal of Basic and Clinical Studies (IJBCS)*, 3(1), 102-106.
- Güven, K. (2010). Marmara depremini yaşayan yetişkinlerin algıladıkları sosyal destek düzeyleri ile travma sonrası gelişim ve depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Haden, S. C., Scarpa, A., Jones, R. T., & Ollendick, T. H. (2007). Posttraumatic stress disorder symptoms and injury: The moderating role of perceived social support and coping for young adults. *Personality and Individual Differences*, 42(7), 1187-1198.
- Hadid Hamid, & Haberish by Aziz Ahmed. (2021). Illegal immigration of Algerian youth: a study between reality and hope. *Al-Raed Journal in Political Studies*, 2(4), 66-85.
- Haghighat, M., Mirghafourvand, M., Mohammad-Alizadeh-Charandabi, S., Malakouti, J., & Erfani, M. (2018). The effect of spiritual counseling on stress and anxiety in pregnancy: A randomized controlled clinical trial. *Iran Red Crescent Med J*, 20(4), e64094.

- Hall, B. J., Hobfoll, S. E., Canetti, D., Johnson, R. J., Palmieri, P. A., & Galea, S. (2010). Exploring the association between posttraumatic growth and PTSD: a national study of Jews and Arabs following the 2006 Israeli-Hezbollah war. *The Journal of nervous and mental disease*, 198(3), 180.
- Hall, B. J., Hobfoll, S. E., Palmieri, P. A., Canetti-Nisim, D., Shapira, O., Johnson, R. J., & Galea, S. (2008). The psychological impact of impending forced settler disengagement in Gaza: Trauma and posttraumatic growth. *Journal of traumatic stress*, 21(1), 22-29.
- Hameed, S., Sadiq, A., & Din, A. U. (2018). The increased vulnerability of refugee population to mental health disorders. *Kansas journal of medicine*, 11(1), 20.
- Handan, Ö. Z. E. N., & Cerit, C. (2018). Savaş nedeniyle Türkiye'ye göç ederek insani yardım kuruluşunda çalışan Suriyeli mültecilerde travma sonrası stres bozukluğu ve ilişkili etmenler. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(3), 70-73.
- Haselden, M. (2014). Üniversite öğrencilerinde travma sonrası büyümeyi yordayan çeşitli değişkenlerin Türk ve Amerikan kültürlerinde incelenmesi: Bir model önerisi.
- Haspolat, A. (2019). Travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası büyüme: Tmel inançlardaki değişim, ruminasyonlar ve bilgece farkındalığın rolü (Master's thesis, Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).

- Havenaar, J. M., Rumyantzeva, G. M., van den Brink, W., Poelijoe, N. W., Van den Bout, J., van Engeland, H., & Koeter, M. W. (1997). Long-term mental health effects of the Chernobyl disaster: an epidemiologic survey in two former Soviet regions. *American Journal of Psychiatry*, 154(11), 1605-1607.
- Hawthorne, D. M., Youngblut, J. M., & Brooten, D. (2017). Use of spiritual coping strategies by gender, race/ethnicity, and religion at 1 and 3 months after infant's/child's intensive care unit death. *Journal of the American Association of Nurse Practitioners*, 29(10), 591-599.
- Heptinstall, E., Sethna, V., & Taylor, E. (2004). PTSD and depression in refugee children. *European child & adolescent psychiatry*, 13(6), 373-380.
- Herman, J. L. (1992). Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma. *Journal of traumatic stress*, 5(3), 377-391.
- Herman, J. L. (2015). Trauma and recovery: The aftermath of violence--from domestic abuse to political terror. Hachette uK.
- Hesse, A. R. (2002). Secondary trauma: How working with trauma survivors affects therapists. *Clinical social work journal*, 30(3), 293-309.
- Hodge, D. R. (2021). How Do Trafficking Survivors Cope? Identifying the General and Spiritual Coping Strategies of Men Trafficked into the United States. *Journal of Social Service Research*, 47(2), 155-166.

- Hoge, C. W., & Castro, C. A. (2006). Post-traumatic stress disorder in UK and US forces deployed to Iraq. *Lancet*, 368(9538), 837.
- Hoge, C. W., Castro, C. A., Messer, S. C., McGurk, D., Cotting, D. I., & Koffman, R. L. (2004). Combat duty in Iraq and Afghanistan, mental health problems, and barriers to care. *New England journal of medicine*, 351(1), 13-22.
- Human Rights Watch (2018) Syria Events of 2018. <https://www.hrw.org/world-report/2019/country-chapters/syria> Erişim Tarihi: 27. 06.2021
- Hunt, S., & Greeff, A. P. (2012). Parental bereavement: A panoramic view. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 64(1), 41-63.
- Hwang, S. S., Xi, J., Cao, Y., Feng, X., & Qiao, X. (2007). Anticipation of migration and psychological stress and the Three Gorges Dam project, China. *Social Science & Medicine*, 65(5), 1012-1024.
- Ibrahim, H., & Hassan, C. Q. (2017). Post-traumatic stress disorder symptoms resulting from torture and other traumatic events among Syrian Kurdish refugees in Kurdistan Region, Iraq. *Frontiers in psychology*, 8, 241.
- Ihlamur-Öner, S. G. (2014). Türkiye'nin Suriyeli mültecilere yönelik politikası. *Ortadoğu Analiz*, 6(61), 42-45.
- İnci, F. &. (2013). Travma Sonrası Büyüme: Öldürmeyen Acı Güçlendirir mi? *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 80-84

İnci, F., & Boztepe, H. (2013). Post traumatic growth: if something not killing could be strengthened?/Travma sonrası buyume: öldürmeyen aci guclendirir mi?. *Journal of Psychiatric Nursing*, 4(2), 80-85.

International Organiztion for Migration, (2020). World Migration Report. <https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr-2020-ar.pdf>

İslambay, D. (2014). *A Preliminary analysis of non-material beliefs in Turkish sample with the predictability of locus of control, system justification, religious/spiritual coping and religiosity* (Master's thesis).

İzci, F., & Ünveren, G. (2017). Travma sonrası stres bozukluğunda bilişsel davranışçı terapi ve göz hareketleri ile duyarsızlaştırma ve yeniden işleme. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 6(1), 31-38.

Janoff-Bulman, R. (2004). Posttraumatic growth: Three explanatory models. *Psychological inquiry*, 15(1), 30-34.

Janoff-Bulman, R. (2010). *Shattered assumptions*. Simon and Schuster.

Jenkins, R. A., & Pargament, K. I. (1995). Religion and spirituality as resources for coping with cancer. *Journal of Psychosocial oncology*, 13(1-2), 51-74.

Johnson, H., & Thompson, A. (2008). The development and maintenance of post-traumatic stress disorder (PTSD) in civilian adult survivors of war trauma and torture: A review. *Clinical psychology review*, 28(1), 36-47.

- Johnson, S. C., & Spilka, B. (1991). Coping with breast cancer: The roles of clergy and faith. *Journal of religion and health*, 30(1), 21-33.
- Jones, E., & Wessely, S. (2007). A paradigm shift in the conceptualization of psychological trauma in the 20th century. *Journal of anxiety disorders*, 21(2), 164-175.
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2005). Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. *Review of general psychology*, 9(3), 262-280.
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2006). Growth following adversity: Theoretical perspectives and implications for clinical practice. *Clinical psychology review*, 26(8), 1041-1053.
- Joseph, S., Murphy, D., & Regel, S. (2012). An affective–cognitive processing model of post-traumatic growth. *Clinical psychology & psychotherapy*, 19(4), 316-325.
- Jung, C. G. (2014). *Modern man in search of a soul*. Routledge.
- Karakaya Aydın, Ş. (2019). *Arap zorunlu göçmenlerde travmatik yaşantılar, göç sonrası yaşam zorlukları ve manevi başa çıkma ve sosyal destek bağlamında psikolojik dayanıklılık (Master's thesis, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü)*.

Karancı, N. A., Aker, T. A., & Işıklı, S. (2009). Yetişkinlerde travmatik olay yaşama yaygınlığı, travma sonrası stres bozukluğu ve travma sonrası gelişimin değerlendirilmesi.

Karancı, A. N., & Erkam, A. (2007). Variables related to stress-related growth among Turkish breast cancer patients. *Stress and health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 23(5), 315-322.

Kartal, D., & Kiropoulos, L. (2016). Effects of acculturative stress on PTSD, depressive, and anxiety symptoms among refugees resettled in Australia and Austria. *European Journal of Psychotraumatology*, 7(1), 28711.

Kaştan, Y. Türkiye’de Göç Yaşamış Çocuklarının Eğitim Sürecinde Karşılaşılan Problemler. *Uluslararası Sosyal ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(4).

Kaya, Y., & Hiçdurmaz, D. (2018). Göç Olgusunun Ergen Ruh Sağlığına Etkisi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 15(2), 136-141.

Kessler, R. C., Sonnega, A., Bromet, E., Hughes, M., & Nelson, C. B. (1995). Posttraumatic stress disorder in the National Comorbidity Survey. *Archives of general psychiatry*, 52(12), 1048-1060.

Khoshk Khan, M. (2014). *The association between social support and posttraumatic stress symptoms in relation to treatment change in asylum seekers and refugees* (Master's thesis).

- Kılıç, C., Magruder, K. M., & Koryürek, M. M. (2016). Does trauma type relate to posttraumatic growth after war? A pilot study of young Iraqi war survivors living in Turkey. *Transcultural psychiatry*, 53(1), 110-123
- Kıroğlu, K., Kesten, A., & Elma, C. (2010). Türkiye’de öğrenim gören yabancı uyruklu lisans öğrencilerinin sosyo-kültürel ve ekonomik sorunları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(2), 26-39.
- Kızmaz, Z. (2018). Suriyeli sığınmacılar: güvenlik kaygıları ve suç. *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2), 392-431.
- Kimter, N. (2013). Din ve maneviyatı kavramlaştırma: birleşme ve ayrılma noktaları. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (3), 85-118.
- King, J. E., & Crowther, M. R. (2004). The measurement of religiosity and spirituality: Examples and issues from psychology. *Journal of Organizational Change Management*.
- Kira, I. A., Aboumediene, S., Ashby, J. S., Odenat, L., Mohanesh, J., & Alamia, H. (2013). The dynamics of posttraumatic growth across different trauma types in a Palestinian sample. *Journal of Loss and Trauma*, 18(2), 120-139.
- Kira, I. A., Amer, M. M., & Wrobel, N. H. (2014). Arab refugees: Trauma, resilience, and recovery. In *Biopsychosocial perspectives on arab americans* (pp. 175-195). Springer, Boston, MA.

- Kira, I., Abou-Median, S., Ashby, J., Lewandowski, L., Mohanesh, J., & Odenat, L. (2012). Post-traumatic Growth Inventory: Psychometric properties of the Arabic version in Palestinian adults. *The International Journal of Educational and Psychological Assessment*.
- Kirmayer, L. J., Narasiah, L., Munoz, M., Rashid, M., Ryder, A. G., Guzder, J., ... & Pottie, K. (2011). Common mental health problems in immigrants and refugees: general approach in primary care. *Cmaj*, 183(12), E959-E967
- Koçoğlu, E., & Salur, M. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Göç ve Mülteci Sorununa İlişkin Tutumları. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(3), 2408-2425.
- Koenig, H. G. (2012). Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. *International Scholarly Research Notices*, 2012.
- Koparan, Y. (2019). *Suriyeli öğrencilerde sınav kaygısı ve dini başa çıkma ilişkisi üzerine bir araştırma* (Master's thesis, Bursa Uludağ Üniversitesi).
- Köse, A., (2000). *Freud ve Din*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Köse, A., & Aytan, A. (2012). *Din Psikolojisi*. İstanbul: Sistem Matbaacılık.
- Kroo, A., & Nagy, H. (2011). Posttraumatic growth among traumatized Somali refugees in Hungary. *Journal of Loss and Trauma*, 16(5), 440-458.

- Kroo, A., & Nagy, H. (2011). Posttraumatic growth among traumatized Somali refugees in Hungary. *Journal of Loss and Trauma, 16*(5), 440-458.
- Kulka RA, Schlenger WE, Fairbank JA. Trauma and the Vietnam War generation: report of findings from the National Vietnam Veterans Readjustment Study. New York, NY, Brunner/Mazel, 1990.
- Laban, C. J., Gernaat, H. B., Komproe, I. H., Van Der Tweel, I., & De Jong, J. T. (2005). Postmigration living problems and common psychiatric disorders in Iraqi asylum seekers in the Netherlands. *The Journal of nervous and mental disease, 193*(12), 825-832.
- Lancaster, S. L., Klein, K. R., Nadia, C., Szabo, L., & Mogerman, B. (2015). An integrated model of posttraumatic stress and growth. *Journal of Trauma & Dissociation, 16*(4), 399-418.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Leaman, S. C., & Gee, C. B. (2012). Religious coping and risk factors for psychological distress among African torture survivors. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 4*(5), 457.
- Lerner, M. J. (1980). The belief in a just world. In *The Belief in a just World* (pp. 9-30). Springer, Boston, MA.

- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *Journal of traumatic stress: official publication of the international society for traumatic stress studies*, 17(1), 11-21.
- Major, B., Richards, C., Cooper, M. L., Cozzarelli, C., & Zubek, J. (1998). Personal resilience, cognitive appraisals, and coping: an integrative model of adjustment to abortion. *Journal of personality and social psychology*, 74(3), 735.
- Mann, C. M., & Fazil, Q. (2006). Mental illness in asylum seekers and refugees. *Primary Care Mental Health*, 4(1), 57-66.
- Marzouk, J., & Maraasi, A. (2018). The role of regional and international parties in the Syrian crisis (Master's thesis, Arap Bin Mahdi Üniversitesi, Lisansüstü Siyaset Bilimleri Enstitüsü).
- McCrae, R. R. (1984). Situational determinants of coping responses: loss, threat, and challenge. *Journal of personality and social psychology*, 46(4), 919.
- Mollica, R. F., McInnes, K., Pool, C., & Tor, S. (1998). Dose-effect relationships of trauma to symptoms of depression and post-traumatic stress disorder among Cambodian survivors of mass violence. *The British journal of psychiatry*, 173(6), 482-488.
- Mollica, R. F., Wyshak, G., & Lavelle, J. (1987). The psychosocial impact of war trauma and torture on Southeast Asian refugees. *The American journal of psychiatry*.

- Moos, R. H., & Billings, A. G. (1982). Conceptualizing and measuring coping resources and processes. *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects*, 2, 212-230.
- Moreira-Almeida, A., & Koenig, H. G. (2006). Retaining the meaning of the words religiousness and spirituality: A commentary on the WHOQOL SRPB group's "A cross-cultural study of spirituality, religion, and personal beliefs as components of quality of life"(62: 6, 2005, 1486–1497). *Social Science & Medicine*, 63(4), 843-845.
- Mueser, K. T., Goodman, L. B., Trumbetta, S. L., Rosenberg, S. D., Osher, F. C., Vidaver, R., ... & Foy, D. W. (1998). Trauma and posttraumatic stress disorder in severe mental illness. *Journal of consulting and clinical psychology*, 66(3), 493.
- Mustafa, U. L. U., & Çelik, H. Suriyeli Mültecilerin Kullandıkları Başa Çıkma Yöntemleri ile Dindarlıkları Arasındaki İlişki. *Bilimname*, 2019(40), 273-311.
- Mustafa, U. L. U., & Çelik, H. Suriyeli Mültecilerin Kullandıkları Başa Çıkma Yöntemleri ile Dindarlıkları Arasındaki İlişki. *Bilimname*, 2019(40), 273-311.
- Ndzebir, A. V. (2015). Assessing Stress, Coping and Quality of Life among Refugees and Asylum Seekers in Luxembourg(Doctoral dissertation).

- Ní Raghallaigh, M. (2011). Religion in the lives of unaccompanied minors: An available and compelling coping resource. *British Journal of Social Work, 41*(3), 539-556.
- Noh, S., Beiser, M., Kaspar, V., Hou, F., & Rummens, J. (1999). Perceived racial discrimination, depression, and coping: A study of Southeast Asian refugees in Canada. *Journal of health and social behavior, 193-207*.
- Norris, A. E., Aroian, K. J., & Nickerson, D. M. (2011). Premigration persecution, postmigration stressors and resources, and postmigration mental health: a study of severely traumatized US Arab immigrant women. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association, 17*(4), 283-293.
- Nuri Gültekin, M., Yücebaş, M., Kaya, M., & İncetahtacı, N. (2019). Öğrencilerin Gözünden: Çalıştay Raporu. Suriyeli Öğrencilerin Yükseköğretim Entegrasyonu. Gaziantep, Türkiye.
- Nwadiora, E. (1996). Therapy with African families. *The Western Journal of Black Studies, 20*(3), 117.
- O'Hare, T., & Sherrer, M. V. (2009). Lifetime traumatic events and high-risk behaviors as predictors of PTSD symptoms in people with severe mental illnesses. *Social Work Research, 33*(4), 209-218.

- O'Leary, V. E., & Ickovics, J. R. (1995). Resilience and thriving in response to challenge: an opportunity for a paradigm shift in women's health. *Women's health (Hillsdale, NJ)*, 1(2), 121-142.
- Oflaz, F. (2008). Felaketlerin Psikolojik Etkileri ve Hemşirelik Uygulaması CÜ Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 12(3), 70-76.
- Olçay, Z. (2012). Mülteci-göçmen belirsizliğinde iklim mültecileri. *Türkiye Barolar Birliği Dergisi*, 99(232-233), 201.
- Janoff-Bulman, R. (1992). Shattered Assumptions: Towards a New Psychology of Trauma. New York: Free Press, pp. 256.
- Oxford Wordpower dictionary, Oxford University Press, 2010.
- Arıcı Özcan, N., & Arslan, R. (2020). Travma sonrası stres ile travma sonrası büyüme arasındaki ilişkide sosyal desteğin ve maneviyatın aracı rolü.
- Özcan, E. D. E. (2017). Çağdaş göç teorileri üzerine bir değerlendirme. *İş ve Hayat*, 2(4), 183-215.
- Özcan, Z. (2019). Mülteci Öğrencilerin Kültürel Uyumları ile Dinî Başa Çıkmaları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 23(1), 127-147.

Özer, S., Şirin, S., & Oppedal, B. (2013). Bahçeşehir study of Syrian refugee children in Turkey. Bahçeşehir University. <http://www.fhi.no/dokumenter/4a7c5c4de3.pdf>.

Özgen, F., & Aydın, H. (1999). Travma sonrası stres bozukluğu. *Klinik Psikiyatri*, 1(34-41).

Pandır, M., Efe, İ., & Paksoy, A. F. (2015). Türk basınında Suriyeli sığınmacı temsili üzerine bir içerik analizi.

Pape, K. T., & Arias, I. (2000). The role of perceptions and attributions in battered women's intentions to permanently end their violent relationships. *Cognitive Therapy and Research*, 24(2), 201-214.

Pargament, K. I., Ensing, D. S., Falgout, K., Olsen, H., Reilly, B., Van Haitsma, K., & Warren, R. (1990). God help me:(I): Religious coping efforts as predictors of the outcomes to significant negative life events. *American journal of community psychology*, 18(6), 793-824.

Pargament, K. I., Koenig, H. G., Tarakeshwar, N., & Hahn, J. (2001). Religious struggle as a predictor of mortality among medically ill elderly patients: A 2-year longitudinal study. *Archives of internal Medicine*, 161(15), 1881-1885.

Pargament, K. I., Magyar-Russell, G. M., & Murray-Swank, N. A. (2005). The sacred and the search for significance: Religion as a unique process. *Journal of social issues*, 61(4), 665-687.

- Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H. G., & Perez, L. (1998). Patterns of positive and negative religious coping with major life stressors. *Journal for the scientific study of religion*, 710-724.
- Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R. L. (1996). Assessment and prediction of stress-related growth. *Journal of personality*, 64(1), 71-105.
- Park, C. L., Lechner, S. C., Antoni, M. H., & Stanton, A. L. (2009). *Medical illness and positive life change: Can crisis lead to personal transformation?*. American Psychological Association.
- Pernice, R., & Brook, J. (1996). Refugees' and immigrants' mental health: Association of demographic and post-immigration factors. *The Journal of social psychology*, 136(4), 511-519.
- Peterson, W. (1970). "A General Typology of Migration", C.J. Jansen (der.) Readings in the Sociology of Migration (First Edition) içinde, Britain: Pergamon Press Ltd., 49-69.
- Plante, T. G., & Sharma, N. K. (2001). *Health Outcomes. Faith and health: Psychological perspectives*, 240.
- Plante, T. G., & Sharma, N. K. (2001). Religious faith and mental health outcomes.
- Plumb, A. M. (2011). Spirituality and counselling: Are counsellors prepared to integrate religion and spirituality into therapeutic work with clients?. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 45(1).

- Porter, M., & Haslam, N. (2005). Predisplacement and postdisplacement factors associated with mental health of refugees and internally displaced persons: a meta-analysis. *Jama*, 294(5), 602-612.
- Poulsen, D. V., Pálsdóttir, A. M., Christensen, S. I., Wilson, L., & Uldall, S. W. (2020). Therapeutic Nature Activities: A Step Toward the Labor Market for Traumatized Refugees. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(20), 7542.
- Prati, G., & Pietrantonio, L. (2009). Optimism, social support, and coping strategies as factors contributing to posttraumatic growth: A meta-analysis. *Journal of loss and trauma*, 14(5), 364-388.
- Rajandram, R. K., Jenewein, J., McGrath, C., & Zwahlen, R. A. (2011). Coping processes relevant to posttraumatic growth: An evidence-based review. *Supportive Care in Cancer*, 19(5), 583-589.
- Raymond F. Paloutzian & Crystal L. Park. (2013). *Din ve Maneviyat Psikolojisi: yeni yaklaşımlar ve uygulama alanları.* (İ. Çapcıoğlu & A. Ayten, Çev.). Ankara: Phoenix Yayınevi,
- Rieder, H., & Elbert, T. (2013). Rwanda—lasting imprints of a genocide: trauma, mental health and psychosocial conditions in survivors, former prisoners and their children. *Conflict and health*, 7(1), 1-13.

- Rieg, L. S., Mason, C. H., & Preston, K. (2006). Spiritual care: Practical guidelines for rehabilitation nurses. *Rehabilitation Nursing*, 31(6), 249-256.
- Rio, C. D. M., & White, L. J. (2012). Maneviyatı Dindarlıktan Ayırmak: Hilomorfik Bir Bakış Açısı. Çev. S. Baş) *Tasavvuf İlmi ve Akademik Araştırma Dergisi*, 37(1), 73-113.
- Rizkalla, N., & Segal, S. P. (2018). Well-being and posttraumatic growth among syrian refugees in Jordan. *Journal of Traumatic Stress*, 31(2), 213-222.
- Rubin, Z., & Peplau, L. A. (1975). Who believes in a just world?. *Journal of social issues*, 31(3), 65-89.
- Sağır, Z. (2014). Suriyeli mültecilerde dini başa çıkma ve ruh sağlığı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sağır, Z. (2019) When Individuals Hold Religion As A Coping Tool: A Qualitative Study Of Acculturation Process In Syrian Refugees With Disabilities. Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 24(2), 1-23.
- Sandıklı, A., & Semin, A. (2012). Bütün Boyutlarıyla Suriye Krizi ve Türkiye.
- Sar, V., & Ozturk, E. (2006). What is trauma and dissociation?. *Journal of Trauma Practice*, 4(1-2), 7-20.

- Sattarzadeh, S. (2009). *Refugees's experiences across a life span: a qualitative study of perceived resources and demands among Iranian refugees in Norway* (Master's thesis).
- Schaefer, J. A., & Moos, R. H. (1998). The context for posttraumatic growth: Life crises, individual and social resources, and coping. *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*, 99, 126.
- Scheier, M. F., Weintraub, J. K., & Carver, C. S. (1986). Coping with stress: divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of personality and social psychology*, 51(6), 1257.
- Schweitzer, R., Greenslade, J., & Kagee, A. (2007). Coping and resilience in refugees from the Sudan: a narrative account. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 41(3), 282-288.
- Schweitzer, R., Melville, F., Steel, Z., & Lacherez, P. (2006). Trauma, post-migration living difficulties, and social support as predictors of psychological adjustment in resettled Sudanese refugees. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 40(2), 179-187.
- Sengoelge, M., Johnson-Singh, C. M., Mittendorfer-Rutz, E., Vaez, M., & Saboonchi, F. (2019). Identifying subgroups of refugees from Syria resettled in Sweden based on multiple trauma exposures: a latent class analysis of trauma history and mental health outcomes. *Journal of psychosomatic research*, 125, 109814.

- Serinçay, H., Mat, G., Ülger, E., Özçakır, A., Alper, Z., & Uncu, Y. (2021). COVID-19 Pandemisinde Travma Sonrası Stres Bozukluğu: Aile Hekimliği Yaklaşımı. *Türkiye Aile Hekimliği*, 25(2), 37-46.
- Seydi, A. R. (2014). Türkiye'nin Suriyeli Sığınmacıların Eğitim Sorununun Çözümüne Yönelik izlediği Politikalar. *SDÜ Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 31, 267-305.
- Sezgin, A. A., & Yolcu, T. (2016). Göç İle Gelen Uluslararası Öğrencilerin Sosyal Uyum Ve Toplumsal Kabul Süreci.
- Shafranske, E. P. (1996). Religion and the clinical practice of psychology. American Psychological Association.
- Shakespeare-Finch, J., Smith, S., & Obst, P. (2002). Trauma, coping resources, and family functioning in emergency services personnel: A comparative study. *Work & Stress*, 16(3), 275-282.
- Shalev, A., Liberzon, I., & Marmar, C. (2017). Post-traumatic stress disorder. *New England Journal of Medicine*, 376(25), 2459-2469.
- Shaw, A., Joseph, S., & Linley, P. A. (2005). Religion, spirituality, and posttraumatic growth: A systematic review. *Mental Health, Religion & Culture*, 8(1), 1-11.
- Shigemoto, Y., & Poyrazlı, S. (2013). Factors related to posttraumatic growth in US and Japanese college students. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 5(2), 128.

- Shoeb, M., Weinstein, H., & Mollica, R. (2007). The Harvard trauma questionnaire: adapting a cross-cultural instrument for measuring torture, trauma and posttraumatic stress disorder in Iraqi refugees. *International Journal of Social Psychiatry*, 53(5), 447-463.
- Sleijpen, M., Haagen, J., Mooren, T., & Kleber, R. J. (2016). Growing from experience: An exploratory study of posttraumatic growth in adolescent refugees. *European Journal of Psychotraumatology*, 7(1), 28698.
- Slewa-Younan, S., Mond, J., Bussion, E., Mohammad, Y., Guajardo, M. G. U., Smith, M., ... & Jorm, A. F. (2014). Mental health literacy of resettled Iraqi refugees in Australia: knowledge about posttraumatic stress disorder and beliefs about helpfulness of interventions. *BMC psychiatry*, 14(1), 1-8.
- Slonim-Nevo, V., & Regev, S. (2015). Risk factors associated with culture shock among asylum seekers from Darfur. *Journal of Refugee Studies*, 29(1), 117-38.
- Slonim-Nevo, V., & Regev, S. (2016). Risk factors associated with culture shock among asylum seekers from Darfur. *Journal of Refugee Studies*, 29(1), 117-138.
- Solgun, C., & Durat, G. (2017). Göç ve ruh sağlığı. *Journal of Human Rhythm*, 3(3), 137-144.
- Solomon, Z., & Dekel, R. (2007). Posttraumatic stress disorder and posttraumatic growth among Israeli ex-pows. *Journal of Traumatic Stress: Official*

Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies, 20(3), 303-312.

Steel, Z., Chey, T., Silove, D., Marnane, C., Bryant, R. A., & Van Ommeren, M. (2009). Association of torture and other potentially traumatic events with mental health outcomes among populations exposed to mass conflict and displacement: a systematic review and meta-analysis. *Jama*, 302(5), 537-549.

Svetina, M., & Nastran, K. (2012). Family relationships and post-traumatic growth in breast cancer patients. *Psychiatria Danubina*, 24(3.), 298-306.

Şentepe, A. (2009). Yaşlılık Döneminde Temel Problemler ve Dini Başa çıkma. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Şenyüz, S. (2019). Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Hayata Küsme Bozukluğu, Travma Sonrası Büyüme ve Yas Arasındaki İlişki: Van Depremi Örnekleme.

Şimşir, Z. (2017). Savaş travma sonrası büyüme, değerler ve algılanan sosyal destek arasındaki yordayıcı ilişkiler (Master's thesis, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü).

Şimşir, Z., Dilmaç, B., & Özteke Kozan, H. İ. (2021). Posttraumatic growth experiences of Syrian refugees after War. *Journal of Humanistic Psychology*, 61(1), 55-72.

- T.C. İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Genel Müdürlüğü. (2020)). Geçici Korumamamız Altındaki Suriyeliler. <https://www.goc.gov.tr/gecici-korumamiz-altindaki-suriyeliler>
- Taher, R., & Allan, T. (2020). Posttraumatic growth in displaced Syrians in the UK: a mixed-methods approach. *Journal of Loss and Trauma*, 25(4), 333-347.
- Taku, K., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Gil-Rivas, V., Kilmer, R. P., & Cann, A. (2007). Examining posttraumatic growth among Japanese university students. *Anxiety, stress, and coping*, 20(4), 353-367.
- Tarhan, C. (2011). Şiddete maruz kalan kadınlarda travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası gelişimin yordanması (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Taşar, H. H. (2019). Türkiye’deki Suriyeli Mültecilerin Yükseköğretim Sorunları: Adıyaman Üniversitesi Örneği. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (31), 160-187.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: a social psychological perspective on mental health. *Psychological bulletin*, 103(2), 193.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation*. Sage Publications.

- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of traumatic stress*, 9(3), 455-471.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). " Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence". *Psychological inquiry*, 15(1), 1-18.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). A clinical approach to posttraumatic growth. *Positive psychology in practice*, 405.
- Tedeschi, R. G., Park, C. L., & Calhoun, L. G. (1998). Posttraumatic growth: Conceptual issues. R. G. Tedeschi, C. L. Park, ve L. G. Calhoun (Ed.). *Posttraumatic growth: positive changes in the aftermath of crisis içinde*. Mahwah, Nj: Lawrence Erlbaum Associates.
- Tedeschi, R. G., Park, C. L., & Calhoun, L. G. (Eds.). (1998). *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*. Routledge
- Teixeira, R. J., & Pereira, M. G. (2013). Factors contributing to posttraumatic growth and its buffering effect in adult children of cancer patients undergoing treatment. *Journal of psychosocial oncology*, 31(3), 235-265.
- Tel, F. D. (2017). Travma yaşamış üniversite öğrencilerinin benlik saygıları ve travma sonrası büyüme düzeyleri arasındaki ilişkide stresle başa çıkmanın aracılık rolü (Doctoral dissertation, Doktora tezi). YÖK Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (479918)).

Thabet, A., Elheloub, M., & Vostanisc, P. (2015). Exposure to war traumatic experiences, post traumatic growth and resilience among university students in Gaza.

Thuné-Boyle, I. C. V., Stygall, J., Keshtgar, M. R. S., Davidson, T. I., & Newman, S. P. (2011). Religious coping strategies in patients diagnosed with breast cancer in the UK. *Psycho-oncology*, 20(7), 771-782.

Tuzcu, A., & Bademli, K. (2014). Göçün psikososyal boyutu. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 6(1), 56-66.

Türk Dil Kurumu, “Maneviyat”, (Çevrimiçi), www.tdk.gov.tr. Erişim 2.09.2021.

Türksoy, N. (2003). Psikolojik travma ve tanım sorunları. *Psikolojik Travma ve Sonuçları*. İstanbul: 5US Yayıncılık.

Uğurluoğlu, D., & Erdem, R. (2019). Travma Geçiren Bireylerin Spiritüel İyi Oluşlarının Travma Sonrası Büyümleri Üzerine Etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(3), 833-858.

Uluslararası Göç Örgütü, (n.d.). Göç Terimi Sözlüğü. https://publications.iom.int/system/files/pdf/iml31_turkish_2ndedition.pdf

UNHCR (2021) Operational Data Portal <https://data2.unhcr.org/en/situations/syria>

UNHCR (2021) Syria Emergency. <https://www.unhcr.org/syria-emergency.html>

UNHCR, (2017). Mültecileri Korumak. https://www.unhcr.org/cy/wp-content/uploads/sites/41/2018/05/UNHCR_Brochure_TR.pdf

UNHCR, (2018). Reugee and Migrants. <https://www.unhcr.org/en-us/news/latest/2016/3/56e95c676/refugees-migrants-frequently-asked-questions-faqs.html>

UNICEF (2019) Syria Crisis Fast Facts. <https://www.unicef.org/mena/reports/syria-crisis-fast-facts> Erişim Tarihi: 29.06.2021

Uysal, V., Göktepe, A. K., Karagöz, S., & İlerisoy, M. (2017). Dinî başa çıkma ile umut, hayat memnuniyeti ve psikolojik sağlamlık arasındaki etkileşim üzerine bir araştırma. Marmara Üniversitesi İlâhiyat Fakültesi Dergisi, 52(52), 139-160.

Wang, Y., Wang, H., Wang, J., Wu, J., & Liu, X. (2013). Prevalence and predictors of posttraumatic growth in accidentally injured patients. Journal of clinical psychology in medical settings, 20(1), 3-12.

Watenpugh, K. D., Fricke, A. L., & King, J. R. (2014). We will stop here and go no further: Syrian university students and scholars in Turkey. New York: Institute of International Education, available on http://www.scholarrescuefund.org/sites/default/files/pdf-articles/we-will-stop-here-and-go-no-further-syrian-university-students-and-scholars-in-turkey-002_1.pdf, 284.

- Watlington, C. G., & Murphy, C. M. (2006). The roles of religion and spirituality among African American survivors of domestic violence. *Journal of clinical psychology*, 62(7), 837-857.
- Webster, J. D., & Deng, X. C. (2015). Paths from trauma to intrapersonal strength: Worldview, posttraumatic growth, and wisdom. *Journal of Loss and Trauma*, 20(3), 253-266.
- Werdel, M. B., & Wicks, R. J. (2012). *Primer on posttraumatic growth: An introduction and guide*. John Wiley & Sons.
- Wooloff, C. J. (2014). *Vicarious posttraumatic growth and attachment style in mental health professionals*. Montclair State University.
- Worland, S., & Vaddhanaphuti, C. (2013). Religious expressions of spirituality by displaced Karen from Burma: The need for a spiritually sensitive social work response. *International Social Work*, 56(3), 384-402.
- World Education Service. (2015). The international response to the Syrian higher Education crisis. <http://wenr.wes.org/wp-content/uploads/2015/12/WENR-1215-Syria-v2b.png>.
- Wright, F., Kober, K. M., Cooper, B. A., Paul, S. M., Conley, Y. P., Hammer, M., ... & Miaskowski, C. (2020). Higher levels of stress and different coping strategies are associated with greater morning and evening fatigue severity in oncology patients receiving chemotherapy. *Supportive Care in Cancer*, 1-10.

- Yalom, I. D., & Lieberman, M. A. (1991). Bereavement and heightened existential awareness. *Psychiatry*, 54(4), 334-345.
- Yehuda, R. (2002). Clinical relevance of biologic findings in PTSD. *Psychiatric Quarterly*, 73(2), 123-133.
- Yılmaz Özpolat, A., & Biçer Kanat, B. (2016). Kanser hastalarında travma sonrası büyüme kavramı. *Turkish Journal of Clinics and Laboratory*, 106-110.
- Yılmaz, B. (2006). Arama-kurtarma çalışanlarında travma sonrası stres belirtileri ve travma sonrası büyüme ile ilişkili değişkenler. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yılmaz, M., & Okyay, N. (2009). Hemşirelerin Maneviyat ve Manevi Bakıma İlişkin Görüşleri. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 11(3), 41-52.
- Yonemoto, T., Kamibepu, K., Ishii, T., Iwata, S., Hagiwara, Y., & Tatzaki, S. I. (2009). Psychosocial outcomes in long-term survivors of high-grade osteosarcoma: a Japanese single-center experience. *Anticancer Research*, 29(10), 4287-4290.
- Yonsei. (2019). The repercussions of the Syrian refugee crisis on the security of the European Union.
- Yüksel, Ş. (2000). Felakete uyum ve ruh sağlığı. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 3, 5-11.

Zoellner, T., & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology—A critical review and introduction of a two component model. *Clinical psychology review*, 26(5), 626-653.



EKLER

EK-1 Bilgilendirme Onam Formu

Bu araştırma Suriyeli mülteci üniversite öğrencilerde travma sonrası büyüme ile manevi başa çıkma arasındaki ilişkinin incelenmesi amacı ile İstanbul Bilgi Üniversitesi Travma ve Afet Çalışmaları Uygulamalı Ruh Sağlığı Yüksek Lisans Programı Öğrencisi Psk.Dan. İnas BEKDAŞ ve Prof. Dr. Işık KARAKAYA danışmanlığında yüksek lisans kapsamında yürütülmektedir. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır ve formlarda kimliğinizi ortaya çıkaracak herhangi bir bilgi beyan etmeniz beklenmemektedir. Verdiğiniz bilgiler tamamen gizli tutulacak ve sadece bilimsel, eğitimsel çalışma ve yayın amacı doğrultusunda değerlendirilecektir.

Araştırmanın yaklaşık olarak 10-15 dakika sürmesi öngörülmektedir. Her bir formda soruları ve puanlama yönergelerini dikkatli bir şekilde okumanız, yanıtları içtenlikle vermeniz ve soruları doğru ve eksiksiz bir biçimde yanıtlamanız çalışmanın güvenilirliği açısından oldukça önemlidir. Katılım sırasında herhangi bir nedenden dolayı devam etmek istemezseniz cevaplamayı bırakabilirsiniz.

Çalışmayla alakalı sorularınız ve bilgi almak için, İstanbul Bilgi Üniversitesi Travma ve Afet Çalışmaları Uygulamalı Ruh Sağlığı Yüksek Lisans Programı öğrencisi Enas ALFAKER ile iletişime geçebilirsiniz.

Katılımınız için teşekkür ederiz.

EK-2 Sosyo-Demografik Bilgi Formu

- 1. Bitirdiğiniz yaş yazınız?.....**
- 2. Cinsiyetiniz:**
 - a. Kadın
 - b. Erkek
- 3. Medeni durumunuz:**
 - a. Bekar
 - b. Evli
 - c. Dul
 - d. Boşanmış
 - e. Diğer
- 4. Çocuğunuz var mı?**
 - a. Evet ise kaç tane olduğunu belirtiniz.....
 - b. Hayır
- 5. Kiminle yaşıyorsunuz?**
 - a. Tek
 - b. Ailenizle
 - c. Eşinizle ve çocuklarınızla
 - d. Arkadaşlarınızla
- 6. Eğitim seviyesiniz:**
 - a. Üniversite 1. Sınıf
 - b. Üniversite 2. Sınıf
 - c. Üniversite 3. Sınıf
 - d. Üniversite 4. Sınıf
 - e. Üniversite 5. Sınıf
- 7. Türkçe dili seviyesiniz:**
 - a. Zayıf
 - b. Orta
 - c. İyi
 - d. İleri

8. Savaşta kaldığınız süre:

- a. 1-2
- b. 3-4
- c. 5-6
- d. 7-8

9. Savaş nedeniyle tanı aldığınız Psikolojik bir rahatsızlığınız var mı?

- a. Evet / ise lütfen yazınız.....
- b. Hayır

10. Savaş sırasında kaybettiğiniz yakın biri var mı?

- a. Evet
- b. Hayır

11. Türkiye'ye giriş yılı:

12. Türkiye'de çalışma durumunuz:

- a. Çalışıyorum
- b. Çalışmıyorum

13. Aylık kazancınız ihtiyaçlarınızı karışıyor mu?

- a. Evet
- b. Hayır
- c. Kısmen

14. Şu anda herhangi bir konuda psikolojik yardım (psikoterapi, psikiyatrik ilaç tedavisi, danışmanlık) alıyor musunuz? *

- a. Evet
- b. Hayır

15. Savaş tan sonra şimdiki kişisel durumunuz nasıl değerlendiriyorsunuz?

- a. Savaştan önce daha güçlü ve daha başarılıydım
- b. Savaştan öncesine göre fark yok
- c. Savaştan sonra daha güçlü ve başarılıyım.

EK-3 Olayların Etkisi Ölçeği

	Aşağıda, çeşitli zor yaşam olayından (terör vb) sonra insanların yaşayabileceği bazı zorlukların bir listesi sunulmuştur. Her cümleyi dikkatlice okuyunuz. Geçtiğimiz yedi gün içerisinde, yaşadığınız OLAYI düşünerek, bu zorlukların 132'ye ne kadar rahatsız ettiğini cümlelerin sağındaki beş kutucuktan yalnızca birini işaretleyerek belirtiniz.	Hiç	Biraz	Orta Düzeyde	Fazla	Çok Fazla
1	Benzeyen her şey, olayla ilgili duygularımı aklıma getiriyor ve hatırlatıyor.					
2	Uykumu sürdürmekte, kesintisiz ve derin bir uyku uyumakta zorlanıyorum, uykum bölünüyor.					
3	Olayla ilgisiz ve farklı şeyler dahi bana olayı hatırlatıyor, aklıma getiriyor ve düşündürüyor.					
4	Kendimi huzursuz ve öfkeli hissediyorum.					
5	Olayı düşündüğümde, olayı hatırlatan şeylerle karşılaştığımda keyfimin kaçmasına canımın sıkılmasına izin vermiyorum.					
6	İstemediğim halde olay aklıma geliyor ve onu düşünmek zorunda kalıyorum.					
7	Sanki olayı yaşamamış, olmamış ve gerçek değilmiş gibi hissediyorum.					
8	Olayı hatırlatan durum, yer ve koşullardan uzak duruyorum, kaçınıyorum.					
9	Olayla ilgili görüntüler fotoğraf gibi, film gibi gözümün önünde canlanıyor.					

10	Ani ses, görüntü ve hareketlerden çabuk irkiliyorum ve abartılı tepkiler veriyorum.					
11	Olayı düşünmemeye çalışıyorum.					
12	Olayla ilgili birçok duyguyu hala taşıdığımı fark ettim fakat bunların üzerinde durmuyorum ve çözmeye çalışmıyorum.					
13	Sanki bütün duygularımı kaybetmiş gibi hissediyorum, kendimi hissizleşmiş ve donuklaşmış gibi algılıyorum.					
14	Zaman zaman olay sırasındaki duygularımı yeniden hatırlıyorum ve sanki o an yeniden yaşıyormuş gibi tepkiler gösteriyorum.					
15	Uykuya dalmakta güçlük çekiyorum.					
16	Olayla ilgili yaşadığım duygular o kadar canlı hatırlıyorum ki, sanki dalga dalga üzerime geliyorlar.					
17	Olayı hafızamdan silmeye ve unutmaya çalışıyorum.					
18	Dikkatimi toplamada ve yoğunlaşmakta zorluk çekiyorum.					
19	Olayı hatırlatan şeylerle karşılaştığımda, terleme, kızarma, titreme, çarpıntı, nefes alma güçlüğü, göğüste baskı hissi gibi bedensel belirtiler yaşıyorum.					
20	Olayla ilgili rüyalar görüyorum					
21	Kendimi tetikte ve diken üstünde hissediyorum, güvenliğimle ilgili endişeler duyuyorum.					
22	Olay hakkında konuşmamaya çalışıyorum.					

EK-4 Olayların Etkisi Ölçeği Arapça Versiyonu

مقياس الأثر *

Impact of Events Scale – Revised (IES-R)*

اسم المنتفع: _____ التاريخ: _____

في الأسفل مجموعة من التعليقات التي أدلى بها أشخاص بعد تعرّضهم لحدّث مُكرب. الرجاء حدّد، ضمن كل سؤال، ما مدى صحّة تكرار هذه التعليقات بالنسبة لك خلال السبعة أيام الماضية.

التعليق	لا على الإطلاق	قليلاً	أحياناً	بعض الأحيان	كثيراً
١. كل ما يذكّرني بما حصل يوقظ لديّ أحاسيس قويّة.	٠	١	٢	٣	٤
٢. لديّ صعوبة في النوم.	٠	١	٢	٣	٤
٣. أشياء حولي تذكّرني بما حصل.	٠	١	٢	٣	٤
٤. شعرت بأنني غاضب، مغتاظ وسريع الانفعال.	٠	١	٢	٣	٤
٥. حاولت ألا أغضب عندما فكرت بما تعرّضت له أو عندما ذكرني شخص بذلك.	٠	١	٢	٣	٤
٦. أذكر باستمرار ما حصل رغماً عن إرادتي.	٠	١	٢	٣	٤
٧. أحسست بأن ما حصل ليس واقعياً أو أنه ليس حقيقياً.	٠	١	٢	٣	٤
٨. حاولت تجنّب كل ما يذكّرني بما حدث.	٠	١	٢	٣	٤
٩. صوّر لما حدث خطرت في بالي.	٠	١	٢	٣	٤
١٠. شعرت بأنني أجفل سريعاً وأنني سريع العصبية.	٠	١	٢	٣	٤
١١. بذلت جهدي لتجنّب التفكير بما حدث.	٠	١	٢	٣	٤
١٢. أدركت بأن لديّ أحاسيس قويّة على علاقة بما حدث لكنني لم أستطع التخلّص منها.	٠	١	٢	٣	٤
١٣. أحاسيسي بما حدث كانت متزعزعة.	٠	١	٢	٣	٤
١٤. اكتشفت أنني أتصرّف وأشعر كأن ما حدث سوف يحدث مرة أخرى.	٠	١	٢	٣	٤
١٥. وجدت صعوبة في أن أغرق بالنوم.	٠	١	٢	٣	٤

* Weiss, D.S. (2007). The Impact of Event Scale-Revised. In J.P. Wilson, & T.M. Keane (Eds.) *Assessing psychological trauma and PTSD: a practitioner's handbook* (2nd ed., pp. 168-189). New York: Guilford Press.

التعليق (تابع)	لا على الإطلاق	قليلاً	أحياناً	بعض الأحيان	كثيراً
١٦. انتابتنني موجات من الأحاسيس القويّة عندما فكّرت بما حدث.	٠	١	٢	٣	٤
١٧. حاولت نزع ما حدث من ذاكرتي.	٠	١	٢	٣	٤
١٨. واجهت صعوبة في التركيز.	٠	١	٢	٣	٤
١٩. عندما فكّرت بما حدث أصبت بأعراض جسديّة كالتعرّق أو صعوبة في التنفس أو غثيان أو خفقان في القلب.	٠	١	٢	٣	٤
٢٠. حلمت بما حدث.	٠	١	٢	٣	٤
٢١. شعرت بأنني متيقّظة باستمرار.	٠	١	٢	٣	٤
٢٢. حاولت تجنّب الحديث عمّا حصل.	٠	١	٢	٣	٤

المجموع العام لمقياس الأثر: _____

المجموع الوسطي للمقياس الفرعي "الاقتحام" (١، ٢، ٣، ٦، ٩، ١٤، ١٦، ٢٠): _____
المجموع الوسطي للمقياس الفرعي "التجنّب" (٥، ٧، ٨، ١١، ١٢، ١٣، ١٧، ٢٢): _____
المجموع الوسطي لمقياس الفرعي "الافراط في الانفعال" (٤، ١٠، ١٥، ١٨، ١٩، ٢١): _____
المجموع الوسطي لمقياس الأثر: _____

EK-5 Travma Sonrası Büyüme Ölçeği

Travma Sonrası Büyüme Ölçeği							
	Aşağıda, başınızdan geçen ve sizi en fazla etkileyen olayın bir sonucu olarak ortaya çıkmış olabilecek değişiklikleri belirten ifadeler verilmiştir. Bu değişikliklerin yaşamınızda ne dereceye kadar yer aldığını verilen ölçek üzerinde işaretleyiniz. 0 = Başımдан geçen olayın bir sonucu olarak bu değişikliği yaşamadım. 1 = Başımдан geçen olayın bir sonucu olarak bu değişikliği çok az yaşadım. 2 = Başımдан geçen olayın bir sonucu olarak bu değişikliği biraz yaşadım. 3 = Başımдан geçen olayın bir sonucu olarak bu değişikliği orta düzeyde yaşadım. 4 = Başımдан geçen olayın bir sonucu olarak bu değişikliği oldukça fazla yaşadım. 5 = Başımдан geçen olayın bir sonucu olarak bu değişikliği çok fazla yaşadım.	Yaşamadım	Çok Az Yaşadım	Biraz Yaşadım	Orta Düzeyde Yaşadım	Oldukça Fazla Yaşadım	Çok Fazla Yaşadım
1	Yaşamda neyin önemli olduğuna ilişkin önceliklerimi değiştirdim.	0	1	2	3	4	5
2	Yaşamımın değerini şimdi daha çok takdir ediyorum.	0	1	2	3	4	5
3	Yeni ilgi alanları geliştirdim.	0	1	2	3	4	5
4	Kendime olan güvenim arttı.	0	1	2	3	4	5
5	Manevi konuları artık daha iyi anlıyorum.	0	1	2	3	4	5
6	Zor anlarda insanlara güvenilebileceğimi artık daha iyi biliyorum	0	1	2	3	4	5
7	Yaşamıma yeni bir yön verdim	0	1	2	3	4	5
8	Başkalarına daha fazla yakınlık hissediyorum.	0	1	2	3	4	5
9	Duygularımı ifade etmekte artık daha istekliyim.	0	1	2	3	4	5
10	Zorluklarla başa çıkabileceğimi artık daha iyi biliyorum.	0	1	2	3	4	5
11	Yaşamımla ilgili daha iyi şeyler yapabilirim.	0	1	2	3	4	5
12	Artık olayları olduğu şekliyle daha kolay kabul edebiliyorum	0	1	2	3	4	5
13	Her günün değerini artık daha iyi takdir edebiliyorum.	0	1	2	3	4	5
14	Başka zaman karşılaşılamayacağım yeni fırsatlar doğdu.	0	1	2	3	4	5
15	Artık başkalarına karşı daha şefkatliyim.	0	1	2	3	4	5
16	İlişkilerim için artık daha çok çaba harcıyorum.	0	1	2	3	4	5
17	Değişmesi gereken şeyleri değiştirmek için artık daha fazla çaba harcıyorum.	0	1	2	3	4	5
18	Daha inanç sahibi biri oldum.	0	1	2	3	4	5
19	Zannettiğimden daha güçlü olduğumu keşfettim.	0	1	2	3	4	5
20	İnsanların ne kadar harika olduklarıyla ilgili çok şey öğrendim.	0	1	2	3	4	5
21	Başkalarına ihtiyaç duyabileceğimi artık daha iyi kabulleniyorum.	0	1	2	3	4	5

EK-6 Travma Sonrası Büyüme Ölçeği Arapça Versiyonu

علامات النمو لما بعد الصدمة

أرجو وضع الرقم المناسب الذي يحدد شدة التغيير الذي حدث لك بسبب التعذيب أو الصدمات الأخرى التي كنت قد مررت بها , وذلك حسب مقياس الشدة الآتي:-

0= لم واجهه اي تغيير كنتيجة لازمتي

1= واجهت هذا التغيير الى درجة صغيرة جدا كنتيجة لازمتي.

2= واجهت هذا التغيير الى درجة صغيرة كنتيجة لازمتي.

3= واجهت هذا التغيير الى درجة متوسطة كنتيجة لازمتي.

4= واجهت هذا التغيير إلى درجة شديدة كنتيجة لازمتي.

5= واجهت هذا التغيير إلى درجة شديدة جدا كنتيجة لازمتي.

الدرجة	العبارة
	1. غيرت اولوياتي حول ماهو مهم في الحياة
	2. ازداد تقديري لنفسي .
	3. كونت اهتمامات جديدة
	4. ازداد شعوري بالاعتماد على النفس.
	5. اصبح لدى فهم افضل للأمور الروحية.
	6. أصبحت أكثر قدرة على الاعتماد على الناس في وقت الشدة.
	7. شقيت طرق جديدة لحياتي .
	8. أصبحت اشعر أنني أكثر ارتباطا بالآخرين.

9. أصبحت اشد استعدادا للتعبير عن انفعالاتي.	
10. زادت قدرتي في مواجهة الصعوبات.	
11. أصبحت اكثر قدرة علي إنجاز أعمال جيدة في حياتي	
12. أصبحت اكثر قدرة على تقبل الواقع.	
13. ازداد تقديري لحياتي يوم بعد يوم.	
14. أصبحت هناك فرص جديدة متاحة , لم تكن متاحة من قبل.	
15. أصبحت اكثر إحساسا بالآخرين.	
16. ازدادت جهودي لتكوين علاقات مع الآخرين.	
17. أصبحت اكثر استعدادا لتغير الأوضاع التي تحتاج إلى تغيير.	
18. قوى إيماني الديني.	
19. اكتشفت انني اشد قوة مما كنت اتصور.	
20. أهم درس تعلمته هو " أن الناس رائعين"	
21. ازداد تقبلي لمبد احتياجي للآخرين.	

EK-7 Manevi Başı Çıkma Ölçeği İngilizce Versiyonu

	Spiritual Coping Strategies (SCS)	0	1	2	3
1	Praying in private				
2	Relationship with God or higher power				
3	Building/maintaining relationship with friends and/or relatives				
4	Praying with someone else or a group				
5	Discussing problems with someone else				
6	Using religious invocation				
7	Seeing the positive side of your situation				
8	Using radio or TV religious programs				
9	Living day by day hoping that the future will be brighter for you				
10	Reading and reciting the Holay Our'an				
11	Accepting the current situation of life				
12	Finding meaning and purpose to live through your illness				
13	Appreciating the beauty of arts				
14	Relating to your relatives and friends by confiding in them				
15	Attending mosque or hosseinieh				
16	Using reflection to identify potentials				
17	Helping others to give love and peace				
18	Trusting in God, hoping that things will get better				
19	Performing Umrah				
20	Appreciating nature e.g. desert, oasis, sea, sun, plants, animals, flowers				

EK-8 Etik Kurul Değerlendirme Sonucu

ETİK KURUL ONAYI

Etik Kurulu Onayı, bu tezin basılı halinde mevcuttur.

