

Almanya’da Yaşayan Türkiye Kökenli Göçmenlerin Yeniden Yaşam İnşası

Halil Ekşi^a, Muhammed Çiftçi^b, Neslihan Yaman^c, Simel Parlak^d, Murat Dinçer^e,
Enver Ulaş^f, Muhammet Aykuthan Ulusoy^g

Öz

Bu çalışmada yurt dışında yaşayan Türkiye kökenli göçmenlerin gurbette olma deneyimleri konu edinilmiştir. Bu amaç doğrultusunda Türkiye’den yurt dışına göç eden bireylerin gidiş motivasyonları, karar alma ve yolculuk süreçleri, ülkeye varış süreçleri, adaptasyon kaynakları ve yurt dışına uyuma karşı pişmanlık süreçlerine dair kişisel algı ve deneyimleri incelenmiştir. Araştırma yaşamlarını yurtdışında sürdüren bireylerin konu edildiği ve TRT Türk’de yayınlanan “Gurbette Kalanlar” isimli belgesel analiz arasından kişisel algı ve deneyimleri en iyi yansıtabileceği düşünülen on belgesel seçilerek yürütülmüştür. Çalışma grubunu seçilen on belgeseldeki birebir görüşme yapılan on birey oluşturmaktadır. Verilerin analizi fenomenolojik yaklaşım modellerinden Giorgi’nin “betimleyici fenomenolojik araştırma modeli” kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre göç eden bireyler bir yandan kendi vatanlarına dönmek isterlerken, diğer yandan buldukları ülkenin gelişmiş olmasının sağladığı pozitif koşullar nedeniyle yaşamlarını orada yeniden inşa etme isteği duymaktadırlar. Bu durum bireylerin içinde buldukları ikilemin yansımaları olarak karşımıza çıkmaktadır.

Anahtar Kelimeler

Göç • Göçmen • Psikososyal süreç • Yeniden yaşam inşası • Giorgi Stili fenomenolojik araştırma

a Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Göztepe Kampüsü, Kadıköy 34722 İstanbul.
Eposta: halileksi@marmara.edu.tr

b (✉) Muhammed Çiftçi, Marmara Mah. İhlas Cad. 234. Sk. 16/4 Beylikdüzü 34520 İstanbul.
Eposta: muhammedciftci@gmail.com

c Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Göztepe Kampüsü, Kadıköy 34722 İstanbul.
Eposta: nesli_balci@hotmail.com

d Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Göztepe Kampüsü, Kadıköy 34722 İstanbul.
Eposta: simelparlak@gmail.com

e Haseki Sultan Mah. Münif Paşa Sok.58/9 Fatih 34320 İstanbul. Eposta: muratdnrc@gmail.com

f Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Göztepe Kampüsü, Kadıköy 34722 İstanbul.
Email: ulasenver@gmail.com

g Şehitkamil Ortaokulu, Şahinbey, Gaziantep. Eposta: muhammetaykuthan@gmail.com

Göç; insanların ekonomik, dini, sosyal, kültürel, eğitimsel, politik vb. nedenlerden ötürü yaşamlarının gelecekteki bölümünün tümünü ya da bir parçasını geçirmek üzere bir yerleşim biriminden (ülke, şehir, köy vb.) diğer yerleşim birimine yerleşmek maksadıyla yaptıkları coğrafi olarak yer değiştirme davranışdır (Akdoğan, 1979; Gönüllü, 1996; Karagöz, 2007; Kızılçelik & Erjem, 1994). Bu tanım ışığında çok genel bir ayrıma tabi tutulacak olursa göç olgusu, iç ve dış göç olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Yapılacak olan bu çalışma dış göç bağlamında kavramsallaştırılacak olup yurt dışına göç eden Türkiye kökenli bireylerin gurbette olma deneyimlerini konu edinecektir.

Herhangi bir birey için yeni bir ülkeye göç etmek ve baştan sona göçü tecrübe etmek kolay bir süreç değildir. Göç sürecinin ortaya koyduğu stres, yeni ülkeye uyum sağlama ve bunların da ötesinde geride bırakılan birçok şeyin kişide meydana getirdiği hüznün, göç sürecini tecrübe eden bireyler arasında kaygı, depresyon ve diğer birtakım psikolojik problemlerin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Göç sürecinde gözlemlenen stresin ilk basamağı kişinin göç kararını verdiği ve göçe hazırlanmaya başladığı aşama olarak karşımıza çıkmaktadır. Bireylerin yurt dışına çıkışlarının ardından yeni bir yaşam kurdukları ortamda kendilerini değersiz hissetme, yeni gittikleri yerde yakınlarının olmaması ve ayrılık kaynaklı faktörler, göç ettikleri yere ilk vardıklarında pişmanlık duygularını beraberinde getirmekte ve ferdin bu alanda yoğun strese maruz kalmasına neden olmaktadır (Tuzcu & Bademli, 2014).

Göç süreci sosyo-psikolojik ve kültürler arası ilişkiler gibi farklı bakış açılarında bir değişim ve farklılaşma süreci olarak tanımlanmıştır (Berry, 1990; Kuo, 1976). Göç olgusu ile ortaya çıkan kültürel değişme sonucunda ortaya çıkan stresli yaşam göç eden bireylerin kişiliklerini negatif bir şekilde etkilemektedir. Bu durum kişinin yalnızlık, yabancılaşma, depresyon, kaygı, düşük benlik saygısı ve kendini değersiz görme gibi birtakım olumsuz duyguları ve uyum sorunlarını yaşamasına sebep olabilmektedir (Aroian & Norris, 2002; Balcıoğlu & Samuk, 2002; Ercan Esentürk, 1998; Kou, 1976; Pernice, Trlin, Henderson & North, 2000; Steel, Silove, Chey, Bauman & Phan, 2004; Ward, Bochner & Furnham, 2001; Warfa ve ark., 2005). Genel olarak göç ile ilgili ortaya konan kuram ve görüşler yeni bir toplumsal çevreye yerleşme sürecinin stres üretici bir faktör olduğunu ve uyum sağlamaya yönelik ortaya konulan gayretlerin meydana getirdiği gerginliğin, göç etmiş kişilerin yabancı topluma dâhil oldukları andan itibaren başladığını ve uzun yıllar boyunca sürdüğünü ileri sürmektedir (Şahin, 2001). Bu anlamda çok genel bir değerlendirme ile bireyin bir gruba ait olma duygusunun kaybına ve sosyo-kültürel yaşamın terk edilmesine sebep olduğu göz önüne alındığında, göç tecrübesinin psikolojik etkileri de öngörülebilir hâle gelebilmektedir (Cicourel, 1982). Toplumsal ve kültürel değişme, modernleşme, kültürleşme, kentleşme, asimilasyon, adaptasyon ve yaşam stresi üzerinde yapılan çalışmalar göç yaşantısı ile psikolojik bozukluk arasında önemli bir ilişkinin varlığını ortaya koymaktadır (S. Doğan, 1988).

Farklı sebeplerle gerçekleşebilen göçler, göç eden bireylerin yaşadıkları sosyal yapıdan koparak başka bir toplumsal yapı içerisine dâhil olma ve uyma sürecini beraberinde getirmektedir (Held, McGrew, Goldblatt & Perraton, 1999). Çoğu zaman yeni bir çevreye yerleşme neticesinde ortaya çıkan kaygılarla ve güçlüklerle baş etmeyi öğrenmek zorlayıcı bir süreç olabilmekte (Grinberg & Grinberg, 1999) ve bu zorlu süreç, göçü yeni tecrübe eden bireyler arasında demoralizasyon ve akültürafif stres gibi bir takım psikolojik sıkıntılarının ortaya çıkmasına neden olabilmektedir (Flaherty, Kohn & Golbin, 1986; Kohn, Flaherty & Levav, 1989; Ritsner ve ark., 1996).

Bütün bunlara ek olarak göç edilen yere entegrasyonu kolaylaştıran bazı unsurlar da vardır. Göç eden bireylere ev sahibi ülkede sunulan yurttaşlık hakkı, gurbetçilerin buldukları yerlere entegrasyonlarının önemli bir motivasyon kaynağı hâline gelmiştir. Ayrıca göç edilen ülkelerin farklılıkları kabul eden bir yapıya sahip olması göç eden fertlerin entegrasyonlarının daha yüksek düzeyde olmasına neden olmaktadır (Öztürk, 2012).

Sonuç olarak, göçmen bireyler ve gruplar göç sürecinin tüm aşamalarında birtakım farklı stres etkenleriyle karşılaşmaktadırlar. Bu stres kaynakları bireylerin genel sağlığını olumsuz etkileyebilmektedir. Sürecin tüm aşamalarında işsizlik, sosyal statü kaybı, yalnızlık, yabancılaşma, dil problemi ve kültürel sorunlar gibi durumları tecrübe eden bireyler, ilgili stres artırıcı unsurların genel sağlık üzerindeki olumsuz etkisine ve kişinin stresle başa çıkma becerilerinin yetersizliğine bağlı olarak fiziksel ve psikolojik temelli birtakım problemlerle karşı karşıya kalabilmektedirler (Farley, Galves, Dickinson & Perez, 2005; Hyman, 2004; Tuzcu & Bademli, 2014). Bu durumda kalacak yer, dil engeli, zorlu iş koşulları ve kültürel farklılıklar gibi sorunlar ise bireylerin psikolojik ve sosyal uyumunu etkileyerek onların stres düzeyini artırabilmekte, kaygı yaşamasına neden olabilmekte ve hatta benlik saygısını düşürebilmektedir. Özellikle dil engeli ve kültürel farklılıkların göç eden bireyin entegrasyonunu önemli ölçüde etkilediği ve onun zihinsel karmaşa yaşamasına neden olduğu düşünülmektedir. Göç sonucunda bambaşka bir kültür içerisinde yaşamaya başlayan gruplar aynı zamanda yaşamlarını sürdürmeye başladıkları mevcut sosyal yapı ile etkileşime girmektedirler. Bununla birlikte kendi kimliklerini de muhafaza etme çabası göstermektedirler (Castles & Miller, 1998).

Türkiye'de 1960'lardan sonra ortaya çıkan ekonomik ve toplumsal değişmeler neticesinde yurt dışına doğru göçler başlamıştır. Bu göçler önceleri iş göçü şeklinde gerçekleşmiş, izleyen zamanlarda ise aile göçleri hâlini almıştır. Günümüzde Avrupa'nın birçok ülkesinde Türkiye'den göç etmiş azımsanmayacak miktarda nüfus yaşamını sürdürmektedir (Özkan, 2008). Almanya'ya göç eden bireylerin karar alma süreçlerine ilişkin bir değerlendirme yapıldığında, Türkiye'de bölgeler

arası kalkınma farkından kaynaklanan işsizlik ve istihdam gibi ekonomik güçlükler ve Avrupa'nın sağlayacağı sosyal haklar ve iyi yaşam şartları ile Avrupa'da yaşayan Türklerin ülkelerini ziyaret ettiklerinde ortaya çıkan gösterişli tüketim eğilimleri sonucu ortaya çıkan hevesin, göç etmek isteyenlerin karar alma süreçlerindeki temel motivasyonlardan biri olduğu görülmektedir (Kalaycıoğlu, Çelik & Beşpınar, 2010). Ayrıca bir bireyin gönüllü olarak göç eylemine dâhil olması çoğu zaman kişisel isteklerden ortaya çıkan amaçlar doğrultusunda gerçekleştirilmektedir. İktisadi durumunu iyileştirme, ailesinin geleceğini güvence altına alma, daha yüksek hayat standardına sahip olmayı isteme, yaşamsal anlamda her açıdan daha iyi imkânlarla ulaşmayı isteme gibi sebepler bireylerin gönüllü olarak göç olayına dâhil olmalarına ortam hazırlamaktadır (B. Doğan, 2014).

Türkiye'den Avrupa'ya göçün başlangıcından itibaren üçüncü, hatta dördüncü neslin ortaya çıktığı Türkiye kökenli nüfus, günümüzde yaşadıkları ülkelerin dillerini konuşmakta ve buldukları ülkelerin eğitim kurumlarına devam etmektedir. Her ne kadar yaşamlarını sürdürdükleri ülkelerde mevcut toplumsal yapının içinde etnik azınlık olarak değerlendirilseler de Türkiye'den göç edenler aynı zamanda kendilerini kaçınılmaz bir şekilde kültürel entegrasyon içinde bulmuşlardır (Özkan, 2008). Bununla birlikte son yıllarda yurt dışında Türkiye kökenli göçmenlerin kültürüne ve diline uygun hizmet yerlerinin açılmış olması hem uyum davranışını arttırmış hem de sahip oldukları imkânları kaybetmek istememeleri dolayısıyla gurbeti kabullenmişlik düzeylerini arttırmıştır (B. Doğan, 2014).

Yapılan bu araştırma yurt dışında yaşayan Türkiye kökenli göçmenlerin gurbette olma durumunu nasıl deneyimlediklerini saptamayı amaçlamaktadır. Bu amaç doğrultusunda Türkiye'den yurt dışına göç eden bireylerin; gidiş motivasyonları, karar alma ve yolculuk süreçleri, ülkeye varış süreçleri, adaptasyon kaynakları ve yurt dışına uyuma karşı pişmanlık süreçlerine dair kişisel algı ve deneyimleri incelenmiştir.

Yöntem

Desen

Bu çalışmada nitel araştırma desenlerinden “fenomenolojik desen” temel alınmıştır. Fenomenolojik araştırma, günlük hayatın akışı içerisinde tam farkında olamadan yaşadığımız herhangi bir fenomeni oluşturan psikolojik anlamların, kişilerin hayatları bağlamındaki canlı örneklerinin araştırılıp analiz edilmesini kapsamaktadır (Giorgi & Giorgi, 2008). Felsefi temelleri Edmund Husserl'in çalışmalarına dayanan fenomenolojik araştırmanın amacı, tanıdık ama tam anlaşılmayan farklı insanlara farklı anlamlar ifade eden deneyimlerin, nesnelere gerçek doğasını anlamaktır (Van Manen, 1990; Willig, 2013).

Fenomenolojik araştırmaların veri kaynaklarını, araştırmının odaklandığı durumu deneyimleyen ve bu durumu araştırmacıya aktarabilecek veya yansıtabilecek bireyler ya da gruplar oluşturmaktadır. Bu bağlamda yapılan analizlerde ise bir fenomenle ilgili bireysel deneyimlerin özünü tanımlayan bütüncül bir betimleme ortaya koymak hedeflenmektedir (Creswell, 2013). Fenomenoloji “Gerçek nedir?” sorusuna cevap arayan bir yöntem olup temelini bireysel tecrübeler oluşturmaktadır. Bu yaklaşımda araştırmacı katılımcının kişisel (öznel) tecrübeleri ile ilgilenmekte, bireyin algılamalarını ve olaylara yükledikleri anlamları incelemektedir. Fenomenoloji tanımlayıcı bir araştırmadır. Bu bağlamda genelleme yapmak değil, olguları tanımlamak önemlidir (Baş & Akturan, 2008).

Bu araştırmada fenomenolojik yaklaşım modellerinden Giorgi’nin “betimleyici fenomenolojik araştırma modeli” tercih edilmiştir. Genel hatları ile “betimleyici fenomenolojik araştırma modeli” Husserl’in fenomenolojisine dayanmakta olup bu modelde, yapılan bir dizi psikolojik indirgemeler ile fenomenin özüne ulaşılmaya çalışılmaktadır (Giorgi & Giorgi, 2008). Betimleme birincil, yorum ikincil olarak ele alınmakta ve araştırılan fenomen ile ilgili tüm önceki bilgiler paranteze alınarak, kişinin o fenomeni nasıl deneyimlediğine odaklanılmaktadır (Langdrige, 2007). Bu doğrultuda, araştırma sürecinde üzerine odaklanılan fenomen yurt dışında yaşayan Türkiye kökenli göçmenlerin gurbette olma deneyimleri olarak belirlenmiştir.

Veri Toplama Araçları

Fenomenolojik desende verilerin toplanması genellikle katılımcılarla derinlemesine görüşmeler yoluyla gerçekleştirilirken, söz konusu durum görüşme yoluyla mümkün olmadığında şiiir, gözlem ya da doküman incelemesi yoluyla da verilerin toplanması tercih edilebilen bir yöntemdir (Creswell, 2013). Bu çalışmada görüşme ya da gözlem gibi veri toplama imkânı olmaması dolayısıyla, veriler doküman incelemesi yoluyla toplanıp analiz edilmiştir. Veriler yurt dışında yaşayan Türkiye kökenli bireyleri konu alan ve Türkiye Radyo Televiyon Kurumu’nun (TRT) yayınladığı “Gurbette Kalanlar” isimli belgesel programından toplanmıştır.

Çalışma Grubu

Fenomenolojik çalışmalarda veri kaynakları araştırmının odaklandığı olguyu yaşayan ve bu olguyu dışa vurabilecek veya yansıtabilecek bireyler ya da gruplardır (Creswell, 2013). Bu araştırmının çalışma evrenini 2013-2014 tarihleri arasında TRT kanalında yayınlanmış olan ve yurt dışında yaşayan Türkiye kökenli göçmenleri konu alan, “Gurbette Kalanlar” isimli yirmi altı bölümden oluşan belgesel-film oluşturmaktadır. Bu araştırmada kolay ulaşılabilir durum örnekleme yöntemi (convenience sampling) kullanılarak içerik bakımından zengin veri sunabileceği düşünülen on bölüm seçilmiş ve analize dâhil edilmiştir. Kolay ulaşılabilir durum

örneklemede temel anlayış araştırmacının yakın olan ve erişilmesi kolay olan bir durumu seçmesidir (Patton, 2002). Bu bağlamda, bölümler seçilirken araştırmanın amacına hizmet edecek şekilde derinlemesine bilgi, duygu barındıran çoklu kodlamaya ve analize imkân veren bölümler tercih edilmiştir. Aynı zamanda seçilecek bölümler belirlenirken yurtdışında yaşayan farklı deneyimlere sahip ve farklı sosyo-kültürel zeminlerden gelen çekirdek ve geniş ailelerin bulunduğu bölümlere öncelik verilmiştir. Çalışmaya konu olan belgesel-film yapımının TRT'nin internet sayfasında erişime açık olması sebebiyle izin alma ihtiyacı görülmemiştir.

Seçilen belgesel bölümlerindeki katılımcıların cinsiyet, yaş, memleket ve kaç yıldır Almanya'da buldukları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 1
Katılımcıların Demografik Bilgileri

Katılımcılar	Yaş	Almanya'da Bulunma Süresi	Cinsiyet	Memleket
K.1	73	50	Kadın	Bolu
K.2	68	41	Erkek	Burdur
K.3	72	45	Erkek	Çankırı
K.4	71	45	Erkek	Kars
K.5	67	50	Erkek	Ordu
K.6	76	42	Erkek	Trabzon
K.7	74	46	Erkek	Sivas
K.8	65	45	Erkek	Artvin
K.9	66	42	Kadın	Yozgat
K.10	65	41	Kadın	Ankara

Veri Analizi

Verilerin toplanmasının ardından verilerin anlamlandırılmasında farklı ekollerin kullandığı farklı veri analizi basamakları mevcut olup bu çalışma, klasik betimleyici yöntem kapsamında Giorgi'nin kullandığı “betimleyici fenomenolojik analiz” metoduyla gerçekleştirilmiştir. “Betimleyici fenomenolojik analiz” metodu, Giorgi ve Giorgi (2008) tarafından şu şekilde özetlenmektedir: (i) Fenomenolojik bir tutumla tüm transkriptleri/metinleri okumak ve böylece fenomenin bütünüyle ilgili bir izlenim edinmek, (ii) bütünün değişik yönlerini veren anlam birimlerini ayırt etmek, (iii) her anlam biriminin psikolojik anlamlılığını ortaya koymak, (iv) fenomenin deneyimlenmesinin genel yapısını ifadelendirmek.

Türkiye’de bu araştırma metodolojisinin yeni olması dolayısıyla bu basamakların somut örneklerinin sunulması gerekli görülmüş olup her aşamada nelerin yapıldığı örneklerle aşağıda belirtilmiştir.

(i) Birinci aşamada, fenomenin bütünüyle ilgili bir izlenim edinebilmek amacıyla tüm transkriptler/metinler tekrar tekrar detaylı bir biçimde okunmaktadır. Bu süreçte araştırmacı konuyla ilgili yargılarını, düşünce ve değerlerini olabildiği kadar askıya alarak katılımcıların deneyimlerine kendini açmaya çalışmaktadır. Bu çalışmada bu basamaklara riayet edilmiş, öncelikle tüm transkriptler konuyla ilgili önceki bilgiler olabildiğince askıya alınarak topluca defalarca okunarak fenomen hakkında genel bir izlenim edinilmeye çalışılmıştır.

(ii) Bütünün değişik yönlerini veren anlam birimlerini ayırt etme aşamasında, metin daha küçük bileşenlere ayrılır. Araştırmanın konusu ve çerçevesi doğrultusunda anlamlı olan duygu, düşünce, davranış vb. kavramlara odaklanılır ve bunlar metin içinde işaretlenir. Bu işaretlemede esas olan metnin içinde hissedilen anlam geçişleridir (Giorgi & Giorgi, 2008). Bu işlem esnasında yine örtük anlam ifade eden duraksamalara, boşluklara vb. anlam birimlerine de dikkat edilir. Araştırmanın bu aşamasında transkriptler topluca okunarak anlam birimleri çıkarılmıştır. Metin içindeki anlam geçişlerine odaklanılmış, bunların hissedildiği her aşamada cümlenin sonuna “ / ” işareti konulmuştur.

İkinci aşama olan anlam birimlerinin işaretlenmesine ilişkin örnek aşağıda yer almaktadır:

“2 Aralık 1969 yılında iş ve işçi bulma Kurumuna yurt dışında çalışmak için kaydımı yaptım. 3 ay içinde benim kâğıtlarım geldi ve İstanbul'a geldim. İstanbul'da 15 gün konakladıktan sonra imtihanlardan geçtik, sağlık kontrolünden geçtik. / Sonra Sirkeci Garına geldik. Sirkeci Garındaki manzara muhteşemdi çünkü özel trenle Almanya'ya yolculuk yapacaktık. Ana baba günü, herkes gelmiş oraya. Analar, babalar, çocuklar gelmişler Almanya'ya gidecek olan vatandaşlarını, akrabalarını uğurlamak için... Okul arkadaşım vardı yanımda, Nihat'la beraber trene bindik ve sallanan ellere O mahzun bakışlara biz de seyirci kalıyorduk ama tabi ki sallanan ellerin içinde, o ellerin bizim için de uğurlar olsun diye kabul ediyorduk” [K.8].

(iii) Her anlam biriminin psikolojik anlamlılığını ortaya koyma aşamasında, anlam birimleri arasında psikolojik olarak daha manidar olan birimler belirlenir. Bunlar tekrar tekrar okunarak üzerinde düşünülür ve fenomenolojik indirgeme yöntemi ile yapılan dönüştürmelerle fenomeni oluşturan temel bileşenler daha genel bir biçimde anlamlandırılmaya çalışılır. Ancak bu anlamlandırma aşamasında veriden kopup psikoloji teorilerine bağlanılarak çok fazla soyutlamaya gidilmemesi gerekir.

Bu aşamanın üç amacı vardır (Giorgi & Giorgi, 2008). İlki kişilerin anlatımındaki görünür malzemedan yola çıkılarak örtük olan anlamların açığa çıkartılmasıdır. İkincisi anlatılan durumun daha genel bir olgunun bir örneği olduğu düşünülerek söz konusu genel duruma doğru yönelmedir. Üçüncüsü ise içerik uygunsu ortaya çıkan durumun psikolojiyle ilişkili yönlerini ortaya çıkarmaktır ancak bu yapılırken kuramsal jargonlar ile etiketlemelerden kaçınılması gerekir.

Bu işlemler bir tablo üzerinden yapılır. Tabloda kişilerin anlatımları tablonun en soldaki sütuna yerleştirilir, ortadaki ve sağdaki sütunlar araştırmacı tarafından yapılan fenomenolojik indirgemelerle varılan dönüştürmeleri gösterir. Buna göre en soldaki kişinin anlatımı, hemen yanındaki sütunda kişinin kullandığı kelimeleri de içeren üçüncü tekil şahıs anlatımlı bir özet ifadeye dönüştürülür. Ardından bu özet anlatım dönüştürmelere tabi tutularak sağdaki sütunlara yerleştirilir. Kaç tane dönüştürme yapılacağı ile ilgili bir sınır olmamakla birlikte Giorgi stili araştırmalarda genellikle bir veya iki tane dönüştürme yapılmaktadır (Giorgi & Giorgi, 2008; Langdrige, 2007).

Katılımcı K.8'in yukarıda verilmiş olan transkript örneğinin fenomenolojik olarak analiz edilmiş hâli Tablo 2'de sunulmuştur:

Tablo 2

Fenomenolojik Analiz Örneği

1 İş ve İşçi Bulma Kurumuna yurtdışında çalışmak için kaydımı yaptım. 3 ay içinde benim kâğıtlarım geldi ve İstanbul'a geldim. İstanbul'da 15 gün konakladıktan sonra imtihanlardan geçtik, sağlık kontrolünden geçtik.	1 Başvuru süreci ve onaylanması 3,5 aylık bir zaman diliminde gerçekleşmiştir.	1.2.3. Almanya'ya başvuru süreci hızlı şekilde sonuçlanmış, garda bile gittiklerinin fark etmekten ziyade gördükleri insan manzaralarına odaklanmışlardır. Kendilerini uğurlayan birilerinin olmadığını yaşamış ancak bunu başkalarının uğurlanmasını da kendi üzerlerine alarak telafi etmişlerdir. Ülkelerinden ayrıldıklarının duygusal olarak farkına ise ancak hududu geçip ülkelerinin sembollerinden ayrılırken varmışlardır.
2 Sonra Sirkeci Garına geldik. Sirkeci Garındaki manzara muhteşemdi çünkü özel trenle Almanya'ya yolculuk yapacaktık. Ana baba günü, herkes gelmiş oraya. Analar, babalar, çocuklar gelmişler Almanya'ya gidecek olan vatandaşlarını, akrabalarını uğurlamak için... Okul arkadaşım vardı yanımda, Nihat'la beraber trene bindik ve sallanan ellere O mahzun bakışlara biz de seyirci kalıyorduk ama tabi ki sallanan ellerin içinde, O ellerin bizim için de uğurlar olsun diye kabul ediyorduk.	2 Ülkeden ayrılmak için gara geldiklerinde kendileri için özel bir trenin gelmesinde ve karşılaştıkları insan manzaralarından çok etkilenmişler. Binecekleri trene, okul arkadaşı ile onları uğurlayan birileri olmadan binmişler ancak diğer insanların uğurlamalarını kendi üzerlerine almışlardır.	
3 Tren hareket ettikten sonra akşam saatlerinde Yunanistan'a giriş yaptık. O anda çok hüznümlendim, çok duygusal bir andı çünkü bayrağımızı son olarak gördük, askerimizi son olarak gördük; bize selam duruyordu yani gidiyoruz diye.	3 Ülkeden ayrılırken yoğun bir hüznü yaşamış, vatanının sembollerini artık göremeyeceğini düşünerek üzülmüştür.	

Tablo 2 incelendiğinde katılımcının kullandığı kelimelerin de soyutlaştırıldığı görülecektir. Mesela “gara gelme” ve “trene binme” ifadeleri “ülkeden ayrılma” olarak, “bayrak” ve “asker” ifadeleri de “ülkelerinin sembolleri” olarak daha genel ve soyut bir hâle dönüştürülmüştür. Yine kişilerin anlatımlarında örtük olan anlamlar çıkarılmış bunun için de gerekliyse birkaç tane anlam birimi bir araya getirilmiştir. Örnek olarak K.8’in anlatımı, 1.2.3. anlam birimleri birleştirilerek “başka bir ülkeye gitme sürecinin hızlı geliştiği ve bunun duygusal farkındalığına ancak ülkeden ayrılırken varıldığı” şekline dönüştürülmüştür.

(iv) Fenomenin deneyimlenmesinin genel yapısını ifadelendirme aşamasında, kişinin deneyimi hem kendi içinde hem de diğer kişilerinki ile sentezlenir. Kişinin deneyiminde manidar olan psikolojik anlam birimleri sentezlenip, kısa bir kronolojik açıklama hâline getirilir ve durum “bireysel yapısal betimleme (individual structural description)” olarak tanımlanır. Ardından her katılımcı için bireysel yapısal betimlemeler karşılaştırılarak değişmeyen özellikler bulunur, böylece “genel yapısal betimleme (general structural description)” adı verilen fenomenin özünü temsil eden esas özellikler bulunur. Bu şekildeki genel bir açıklamaya her zaman ulaşamayabilir. Bu durumda birden fazla genel yapısal açıklama söz konusu olur. Sonuç kısmı ise literatürle ve diğer bireysel açıklamalarla karşılaştırılarak aktarılır.

Anlam birimlerinin dönüştürülmesi sonucunda elde edilen fenomenin temel bileşenleri bir araya getirilerek her bir katılımcı için o fenomeni nasıl deneyimlediği hakkında oluşturulan bir “bireysel yapısal betimleme” örneği, Katılımcı K.8 için çıkartılan bireysel yapısal betimleme üzerinden, aşağıda sunulmuştur:

K.8 istediği hedefe ulaşamayınca rol modellerinin ve kendine güveninin etkisiyle ekonomik gerekliliklerle Almanya’ya gitme kararı almıştır. Gitme süreci hızlı gerçekleşmiş, yaşadıkları ülkenin kaybının farkındalığı ancak ülkelerine ait sembollerden ayrılırken oluşmuştur. Almanya’ya ilk varış sürecinde belirsiz ve kontrolün onda olmadığı bir ortamla karşılaşmış ve ilk tepki olarak pişmanlık yaşamıştır. Yaşayacağı gerçek şartlarla karşılaştığında ise günlerce süren hayal kırıklığı, pişmanlık, özlem ve üzüntü hissetmiştir. Durumu kabullenerek hızlıca oraya adapte olmaya karar vermiş, bunun için de öncelikli görev olarak dil öğrenmeyi görmüştür. Hem yalnızlığının giderilmesi hem de bir yaşam görevi olarak gördüğü evliliğinde karşılıklı güven, anlayış ve destek bulabilmiştir.

K.8 geldiği ülkesiyle hâlâ ilişkilerini devam ettirip orada da kendini belli bir ilişkisel ağ içinde mutlu hissetmektedir. Aidiyeti adapte olduğu, karşılıklı ilişkiler kurduğu, kayıplarını ve başarılarını yaşadığı yer üzerinden tanımlamakta ve kendini artık Almanya’ya ait hissetmektedir. Evlat kaybı gibi çok yoğun bir acıya rağmen eşyle ve çevresi ile olan ilişkisi ve dini inançlarıyla bu acıyla başa çıkmıştır.

Ardından diğer bireysel yapısal betimlemeler karşılaştırılarak ortak deneyim bileşenleri bulunmuş ve bunlar birleştirilerek bir “genel yapısal betimleme” elde edilmiştir.

Bulgular

Her bir katılımcıdan elde edilen bulguların gösterilebilmesi mümkün olmadığından bu bölümde fenomenin genel yapısal betimlemesi verilmiş ve bunu oluşturan bileşenler transkript örnekleri ile sunulmuştur. Katılımcılardan alınan doğrudan alıntılar tırnak işareti ile gösterilirken psikolojik alıntılar köşeli parantez ile gösterilmiştir.

Fenomenin Genel Yapısal Betimlemesi

Bütün katılımcıların anlatımları fenomenolojik indirgemeye incelenip genel yapısal betimleme oluşturulmuş, bu betimlemenin ortak bileşenleri olarak yurt dışına gitme motivasyonları, karar alma ve yolculuk süreci, yurt dışına ilk varış deneyimleri, adaptasyon kaynakları, gurbeti kabulleniş-pişmanlık yapısal belirleyicileri oluşturulmuştur. Bunların her biri sırasıyla betimlemelerden örneklerle açıklanmıştır.

Gidiş Motivasyonları

Çalışmanın bulgularına bakıldığında gurbette olma deneyiminin başlangıç noktasını, gitmeye karar verme aşamasının oluşturduğu görülmektedir. Karar verme aşamasının en belirleyici motivasyonunun, başta ekonomik olmak üzere sosyal ve psikolojik açıdan daha iyiye ulaşma arzusunun olduğu anlaşılmaktadır.

Burada daha makro değişkenler olan ve literatürde itme ve çekme faktörleri (Doerschler & College, 2006; Hare, 1999) olarak geçen göç veren ülkedeki sosyoekonomik durum ile göç alan ülkenin vaat ettiği imkânların ön planda olduğu görülmektedir. Yurt dışına göçün yoğunluk gösterdiği 60 ve 70'li yıllarda bu değişkenler açısından ülkemiz ile Almanya arasındaki farkın çok daha fazla olduğu düşünüldüğünde ve katılımcıların ifadeleri incelendiğinde Almanya'nın Türkiye'nin sunamayacağı bir refah ortamına sahip olduğu görüşünün hâkim olduğu anlaşılmaktadır.

Tarihi ve sosyopolitik olarak bakıldığında ise Avrupa'nın idealize edilmiş olmasının da bu durumun alt yapısına katkı sağlamış olduğu düşünülmektedir. Bu alt yapıya ek olarak Almanya'dan izne gelenler ile dönenlerin giyimleri, kullandıkları eşyaları, hâl ve hareketleri bu söylemin nesnel olarak da pekiştirilmesine olanak sağlamış ve toplum içinde tekrar tekrar üretilmesini kolaylaştırmıştır. Sonuç olarak Almanya idealize edilen bir imkânlar ve refah diyarı gibi algılanmıştır.

“...İnsanlar Almanya'ya geliyorlar, işçi oluyorlar orada ev alıyorlar bark alıyorlar filan bu söylentiler başladı... Yani yurtdışına gidiyor, yurtdışından çantalı, paralı eşine dostuna çoluğuna çocuğuna yardım edebilecek seviyede geri dönenleri görmeye başladık” [K.10].

“...Bende Almanya sevdası varidi, bütün gelen insanlar, Almanya'ya gelen insanlar Türkiye'ye döndükleri zaman arabayla veya şeyle, radyolarla, teyplerle geliyorlardı, bende öyle bir istek varidi...” [K.4].

Dikkat çeken bir başka konu da hiçbirinin giderken orada kalıcı olmaya dair bir niyetinin olmamasıdır. Almanya’yı sürekli kalacakları bir yerden ziyade öncelikli olarak ekonomik ve sosyal refahlarını arttırmak amacıyla gittikleri ve bu olduktan sonra da geri dönecekleri geçici bir yer olarak algılamışlardır.

“Biz dedik biz buraya geldik çalışacağız biz demedik ki temelli burada kalacağız temelli biz burada kalmayacağız bizim vatanımız Türkiye” [K.6].

“Şimdi oлект kalanlar 5 yıllığına gelmişti, herkesin bir işi varidi, kimisi tezgâhını daha geniş yapacağıdi, kimisi köyde direktör alacağıdi” [K.4].

Karar Alma ve Yolculuk Süreci

Almanya’yı geçici olarak gidilecek bir yer olarak görmelerinin işçiler üzerindeki en dolaysız etkisinin göç kararını alma üzerinde olduğu düşünülmektedir. Katılımcıların anlatımlarından Almanya’ya gitmenin geçici bir durum olarak algılandığı, bir daha dönememe ihtimalinin karar aşamasında düşünülmediği anlaşılmaktadır. Sonuç olarak karar alma sürecinin bilişsel ve duygusal açıdan çok muhakeme edilmeden hızlıca alınmış olduğu görülmektedir.

“72 yılında askerden geldikten sonra dedim ya ben bi Almanya’ya gitsem iyi olcek dedim, duyuruları da var. Dedim ya bi de ben yazılayım” [K.2].

“1969’da abim Almanya’ya gelmişti, o beni mektup yazarak istek yapmak istedi, ben de kabul ettim” [K.4].

“Kemal Bey şaka ile başladı, işi hakikate çevirdi. Bir haftada pasaportlarımız dizayn edildi ve biz işçi bulunma kurumuna geldik” [K.1].

Başvuru ve değerlendirme süreçlerinin de hızlı ilerlemiş olması, yurttan ayrılış sürecinde duygusal farkındalığın yeteri kadar gelişmemesine sebep olmuştur. Sonuç olarak doğup büyüdükleri ülkeden ve sevdiklerinden ayrılıyor olmanın yaşattığı üzüntüyü ve belirsizliğin getirdiği kaygıyı kimisi yolculuğa başladığında kimisi yolculuk sürecinde kimisi de ise ancak ülke sınırlarını geçerken farkındalıklı bir şekilde yaşayabilmiş görülmektedir. Garlardaki uğurlama ve sınır geçişi deneyimlerinin gerçekle yüzleşmeye imkân sağladığı anlaşılmaktadır. Yolculuk sürecinde de kişilerin üzüntü, heyecan, merak, kaygı vb. duyguları bir arada yaşadığı anlaşılmaktadır.

“Trende çok büyük bir tezahüratla uğurlanan toplum vardı, vatandaşlarımız. Onların kendilerini üzüntülü, kimisinin sevinerek gözyaşı döktüğünü hatırladım, ben de duygulandım o zaman. Çünkü gayri ihtiyari ayrılık kolay bir şey değil” [K.7].

“Tren hareket ettikten sonra akşam saatlerinde Yunanistan’a giriş yaptık. O anda çok hüzünlendim, çok duygusal bir andı çünkü bayrağımızı son olarak gördük, askerimizi son olarak gördük; bize selam duruyordu yani gidiyoruz diye” [K.8].

Ülkeye Varış Süreci

Birçok duygunun iç içe geçtiği yolculuğun ardından bir kırılma anının da ülkeye varış sürecinde yaşandığı görülmektedir. İlk vardıkları andaki araçlardan inme, sevk edilme ve çalışacakları yere varma süreçleri esnasında kurdukları hayallerin ve idealizasyonların yerini gerçeklik almaktadır. Ülkelerinden ve sevdiklerinden uzakta olduklarını, dilini ve kültürünü bilmedikleri bir ülkeye geldiklerini fark ederek yaşadıkları kaygının onları kararları ile ilgili sorgulamaya götürdüğü ve üzüntü, özlem, pişmanlık ve hayal kırıklığı yaşadıkları görülmektedir.

Ayrıca yaşadıkları kültürel şokun etkisinin yine bu şokun boyut ve sonuçlarının ve devamındaki adaptasyon sürecinin; kültürlerarası yakınlıkla, göç motivasyonu ve beklentilerle çok ilintili olduğu düşünüldüğünde (Berry, Poortinga, Segall & Dosen, 2002) 60'lı ve 70'li yılların Türkiye'sinin çoğunluğu taşra bölgelerinden çok büyük idealizasyonlarla ve kalıcı olmama niyetiyle giden işçilerimizin yaşadığı şokun oldukça büyük olduğu tahmin edilebilir.

Bu süreçte kendilerine eşlik eden ya da kendilerini karşılayan bir yakınlarının olduğu durumlarda kaygılarının hafiflediği anlaşılmaktadır. Bu durum Grinberg ve Grinberg'un (1999) işaret ettiği bilinmeyenle yüz yüze gelmenin getirdiği regresyon ve bununla başa çıkma için de yardım edebilecek birini arama durumuyla örtüşmektedir.

"...Münih'e geldik. Orada gecelettiler. Sabahleyin kahvaltı olarak bir erzak, kumpanya verdiler. Hiç alışkın olmadığım şeyler. Tabi bambaşka bir yere geldim. Bambaşka bir dünyaya geldim. Geldiğim gece oturdum sabaha kadar eşime sayfalar dolusu mektuplar yazdım. Burası bize ait bir yer değil, biz burada yapamayız, ben hemen geriye dönüyorum" [K.1].

"Binlerce insan trenden iniyor, herkesin bavulları elinde ve bizi yeraltında bulunan sığınağa götürdüler. Kendi kendime "biz buraya niye geldik acaba" dedim tabii ki amacımız çalışmaktı ama içim hep böyle kan ağlıyordu..." [K.8]

"Burada bir şansım vardı benim, ağabeyim getirmişti. Direk böyle trenle işçi olarak gelenler, onların durumu daha vahimdi burada" [K.3]

Adaptasyon Kaynakları

Ülkeye varışlarının ardından adaptasyona yönelik olarak ilk attıkları adımın, yaşadıkları dil sorununa karşı dil öğrenmeye yönelme olduğu görülmektedir. Yeni geldikleri ülkede eski becerilerini ve kimliklerini geride bırakmış dolayısıyla yeni geldikleri ülkeye adapte olabilmek ve bir yere gelebilmek sebebiyle de yeni bir kimlik kazanabilmek için dil kritik gözükmektedir. Yine ayakta kalabilmek için yoğun iş ve yaşam koşulları altında mücadele ettiklerini betimlemişlerdir.

"...Elimde bir sözlük her gece 10-15 kelime öğreniyordum. Derdimi anlatabilmek, kimseye muhtaç olmamak açısından" [K.1].

“Dilini öğrenerek burada bir tahsil yapmak, bir yerlere gelmeyi kendine amaç etmişim ve her gün akşam işten sonra 3 saat kendime ders veriyordum” [K.8].

“Buraya ilk geldiğimde buralar çok kirliydi, Hofonlarda çalışırdım, bayaaa işim zoridi, baya zorluk çekiyorduk yani. Ayaklarımıza ağaç ayakkabı giyerdik, ateşin içinde çalışırdık aşağı yukarı” [K.4].

Adaptasyon için kullanılan bir başka kaynağın da önceden gelmiş olan yakınları ya da yurttaşlarıyla ilişki hâlinde olma olduğu gözlenmiştir. Yine evliliğin yaşanılan yalnızlığa ve sahipsizliğe karşı gerekli olduğunun hem kendileri hem de aileleri tarafından düşünüldüğü ve bunun için de ailelerin de yönlendirmesiyle çoğunlukla Türkiye’den eş seçtiği anlatılmaktadır. Eşlerinden ve ailelerinden daha fazla destek aldığını ifade edenlerin yurt dışına uyum sağlamada ve zorluklarla başa çıkmada daha etkin oldukları anlatımlarından anlaşılmaktadır. Bütün bunlardan ilişkisel kaynakların hem adaptasyonda hem de yaşanılan olaylarla başa çıkmada sıklıkla kullanıldığı sonucu çıkmaktadır.

“Öyle giderken Türklere rast geldim bir yerde işte Türk müsünüz ağabey? Türküm, Türküm. Bir sarıldık orada tabi. Yani eskiden Türklere burada Türk gördün mü insanlar birbirine sarılırlardı, hoşlarırdı. Nerelisin, nasıl geldin, ne yaptın, nerede çalışıyorsun hep sorarlardı” [K.8].

“Ne kadar aile geniş olursa o kadar sigortalı olursun derler halk arasında. Yani bunlar benim sağım solum her tarafım, sigortam, emniyetim. Bunlar bana baya dayanak oluyor” [K.2].

“Rahmetli annem dedi, sana bir tane bulduk dedi. Gittik istedik, alacaksın. Biz öyle görmeyle, şey etmeyle gitmezdik şimdiki devir gibi. Biz de kabul ettik” [K.6].

“Ben eşimle gurur duyuyorum beni hiçbir zaman, hiçbir toplumda, hiçbir toplantıda, hiçbir yerde yalnız bırakmamıştır” [K.8].

Bu durum [Massey ve arkadaşlarının \(1993\)](#) bahsettiği “göçmen ilişkiler ağı” kavramıyla örtüşmektedir. Bu kavrama göre ilk göçmenler göç veren ve alan ülkeleri birbirine bağlayan bir altyapı oluştururlar ve bu bağlantı göç veren toplumdaki diğer bireylere de göçme olanağı sağlar. Yeni göç hareketleri, tesis edilmiş bu ilişki ağını harekete geçirir ve sonradan göç edenler öncülerin deneyimlerinden faydalanırlar ([Wilpert, 1992](#)). Sonuç olarak bizim çalışmamızda da işçilerimizin sahip olduğu bu ilişkiler ağını yeri geldiğinde başvurulabilecek, göç süreci ile ilgili problemlerin çözülmesini sağlayan sosyal bir kaynak olarak ([Güllüpnar, 2012](#)) aktif şekilde kullanılmış oldukları görülmektedir.

İlişkisel kaynakların yansıra dikkat çeken bir nokta da kimlik ile ilgili çabalardır. Bir önceki konudan devam edersek, yurttaşlarımızın evlenmeleri yalnızlığa ve düzensizliğe karşı ilişkisel bir çaba iken, “Türkiye’den biriyle evlenmek” ise kimliğe ait bir boyutu da barındırmaktadır. Türkiye’den bir eşle evlenmenin ve sıklıkla hemşerileri ile görüşmenin yabancı bir ortamda yaşamaya devam ederken asimilasyon ve dejenerasyon tehlikesine karşı kendi kimliklerini korumayla da ilgili olduğu

düşünülmektedir. Ayrıca çocuk yetiştirmede geleneksel kodlara yapılan vurgularla sonraki kuşaklara da kimliğin korunarak aktarılmaya çalışıldığı anlaşılmaktadır. Yine dini uygulamalara yapılan vurgunun ve bunları yurt dışında hakkıyla uygulamıyor olmaktan muzdarip olmanın dini bir boyutunun yanında kimlikle de ilişkili olduğu düşünülmektedir.

“Çocuklarıma ben çok kendi kültürümü aşıladım. Çok terbiyeyle büyüttüm” [K.8].

“Biz kendi kültürümüze yetiştirdik yani. Evde biz nasılsak çocuklar da onların aynısını yaptırıyorduk yani... kendimiz yani bildiğimiz kadar yetiştirmeye gayret ettik burada” [K.7].

“Mutluluk parada değil mutluluk malda mülkte değil mutluluk insanlıkta, imanda Allah’a sıkı sıkı sarılmakta. Çok şey istemeden kendisi için sevdiğini kendisinden sonra gelen için Hz. Muhammed’in dediği gibi kendisi için sevdiğini başkaları için de seven komşusu aç iken kendisi tok yatmayan bir kitle oluşturmamız böyle olmalıyız böyle insanlar olmalıyız” [K.10].

Bu noktada göçmenlerle ilgili literatürde sıkça bahsedilen kavramlardan biri olan akültürasyondan bahsetmek uygun olacaktır. [Hovey ve King \(1996\)](#) bu kavramı bireyin, yeni ülkede başka bir kültürle temasa geçtiği zaman, belli bir dereceye kadar değişmesi ve o kültürden etkilenmesi şeklinde tanımlamıştır. Bu kavram, [Amerikan Psikiyatri Birliği \[APA\] \(1994\)](#) sınıflamasında “yeni bir kültürden etkilenme sorunu” bölümünde ve klinik ilgi odağı olabilecek ek kodlar başlığı altında; yine [APA \(2013\)](#) tarafından “sosyal çevre ile ilişkili diğer problemler” bölümünde ve “Akültürasyon Güçlüğü” başlığı altında ele alınmıştır. Göçmen birey bir taraftan diğer insanlar gibi olma ve uyum sağlama isteğini duyarken bir taraftan da yeni dâhil olduğu kültür tarafından yok edilecekmiş gibi endişe duyar. Bu çatışmalar göç eden bireyde yabancılaşma ve karmaşa ortaya çıkarırken yalnızlık, yalıtılmışlık hissi gibi depresif eğilimleri artırır ve şiddetlendirir ([Grinberg & Grinberg, 1999](#)). Bu durum kişinin varoluşsal olarak yaşadığı “yutulma korkusunun (fear of engulfment)” ([Laing, 2012](#)) kültürel ve kolektif düzeydeki bir versiyonu olarak da yorumlanabilir.

Yurt Dışına Uyuma Karşı Pişmanlık

Katılımcıların ifadeleri incelendiğinde en son analizde kimi düşünce, tutum ve becerilerin yurt dışındaki yaşama uyum sağlayıcı bir rol oynarken, kimisinin de uyumu zorlaştırdığı ve çatışmalı duygulara neden olduğu görülmüştür.

Uyum sağlayıcı özellikler aile içi ilişkilerin iyi olması ve destekleniyor hissetme başta olmak üzere oradaki akraba ve yurttaşlarıyla iyi ilişkilere sahip olma, belli bir inanç sistemine sahip olma, Türkiye’deki bağlarının devam ediyor olması ve Almanya’da da belli bir sosyal ekonomik düzen kurarak burayı da ülkesi olarak görme şeklinde özetlenebilir.

Eş ve sosyal bağlardan yukarıda yeterince bahsedildiği için bu aşamada bunlara tekrar yer verilmeyecektir. Bu aşamada ilk ele alınacak konu, karşılaşılan zorluklara

ve yaşanan kayıplara rağmen devam edebilmede etkili olan dini inançlar veya değerler sistemidir. Katılımcılardan evlat kaybı gibi oldukça sarsıcı deneyimler yaşayanlar bile bulunmakla beraber bu kişiler dinî inançlarını acıyla başa çıkmada etkin olarak kullanabilmişlerdir.

“...ama bunlar hayatın içinde yaşanması gereken olaylar. Bizi yaratan Allah hepimize bir kader yazısı yazıyor... hamd ediyorum, şükrediyorum. Allah’ın verdiği veya vermediği nimetlere hamd edip, şükretmeyi, Allah’ın verdiği acılara sabretmeyi öğrendim. Hayatın sabretmekle çok güzel olacağını öğrendim. Sabır mükâfat getiriyor. Ben o sabrımın mükâfatını aldım” [K.1].

“Büyük de bir acı yaşadım yani eşimle beraber 22 yaşında evladımızı kaybettik o bizim için tabii ki bir evladı kaybetmek kadar acı bir şey yok ama cenap-ı Allah verdi ve takdiri ilahi kendisi tekrar aldı. Allah rahmet eyesin mekânı cennet olsun ama yaşam devam ediyor. Biz yaşama buna rağmen içimize kapanarak küsmedik bu bizim takdiri ilahimizmiş dedik” [K.2].

Yaşanılan acıları, hayatın doğal getirisi olarak kabul edip, dini vb. türlü durumu anlamlandırabilen ve eşinin desteğini hisseden kişiler travmatik durumlarla daha kolay başa çıkabildiklerini dile getirmişlerdir. Bu kişilerin dayanıklılıklarının (resilience) yüksek oluşuna etki eden en önemli faktörlerden birinin yaşadıkları zorlukları anlamlandırabilme becerisi olduğu bilinmektedir. Yapılan çalışmada kişilerin dayanıklılıklarının yüksek olmasında ailevi ilişkilerin sağlamlığı ve sabır ile şükür kavramlarının etkili olduğu görülmektedir. Katılımcıların sabır ve şükür düşünceleri ile psikolojik dayanıklılıkları arasında olumlu yönde bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Bu durum [Walsh’un \(2006\)](#) bireylerin psikolojik dayanıklılığında inanç sistemlerinin ve maneviyatın varlığının temel bir unsur olduğu ve zorluklar karşısında daha kolay uyum sağlayabilmede belirleyici yanları olduğu yönündeki düşüncelerini onaylamaktadır.

Yine Türkiye’de hâlâ iyi ilişkilerinin bulunması ve belli zamanlarda gidip gelebilme imkânının olması uyumu destekleyen başka bir öğedir. Bu kişilerin Almanya ile Türkiye’ye bağlılıkları birbirini dışlamamaktadır. Konunun sosyolojik ve kültürel boyutları olmakla birlikte bireysel anlamda bağlanma örüntülerinin de işin içinde olabileceği düşünülmektedir. Konuyla ilgili literatüre bakıldığında [Van Oudenhoven ve Hofstra \(2006\)](#) göçmenlerin bağlanma stilleri ve akültürasyon tutumları ile yeni durumlara yönelik kişisel reaksiyonlarını araştırdıkları çalışmalarında, güvenli bağlanma stiline sahip göçmenlerin, kayıtsız bağlanma stiline sahip göçmenlerle kıyaslandığında yeni duruma yönelik entegrasyonlarının daha olumlu olduğunu tespit etmişlerdir. Ayrıca aynı çalışmada göçmenlerde kayıtsız ve korkulu bağlanma ile ayrışma ve asimilasyon arasında anlamlı pozitif bir ilişki bulunmuştur. Yine [Polek, Van Oudenhoven ve Ten Berge \(2011\)](#), göçmenlerde güvenli bağlanmanın psikolojik iyi oluşun önemli bir yordayıcısı olduğunu tespit etmişlerdir. Bunlar göze alındığında Türkiye’yi hâlâ bağlarının devam ettiği, istediklerinde veya sıkıştıklarında geri dönebilecekleri ve kendilerini güvende hissettikleri memleketleri olarak

görmeleri, bağlanmadaki güvenli üs kavramını hatırlatmaktadır. Türkiye ile güvenli bir bağlanma geliştirebilmiş kişilerin, Almanya veya başka bir yerde de güvende ve ait hissedebilmeleri, yeni ilişkiler ve düzen kurmak vb. keşif süreçlerine girebilmeleri bağlanma kavramıyla açıklanabilir.

Uyum sağlayabilme ile ilişkili başka bir durum da kurduğu ilişkiler ve kazanımlarla Almanya’da ekonomik ve sosyal bir düzen kurarak burayı da ülkesi olarak görebilme becerisidir. Durumu kabullenen ve artık Türkiye’nin yansıra oraya da ait hissedilen bireylerin ifadelerinden doyumlarının çok daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

[Hem Türkiye hem Almanya’yı ülkesi olarak gördüğünü, ruhunun Türkiye’de olduğunu, ama buranın da kendi ülkesinde görmek isteyip de göremediği çok şeye sahip olduğundan buradan da kopamayacağını, dönemeyeceğini dile getirmektedir. Almanya’da geniş bir çevre edindiklerini, burada çok şey öğrenip aynı zamanda kendi kültürel özelliklerine dair bu ülkeye çok şey de kattıklarını söylemektedir] [K.4].

[Kendini gurbette görmediğini çünkü o ülkeyi kendi ülkesi olarak benimsediğini söylemekte, kendilerini izole etmeyip oranın insanlarıyla yakın ilişkiler kurmayı önemli görmektedir] [K.10].

Bütün bu sosyoekonomik, psikolojik ve kültürel uyum sağlayıcı etkenlerin yanı sıra kişilerde gurbette yaşama ile ilgili çatışmalı duygular yaşatan bir dizi etkenin de söz konusu olduğu anlaşılmaktadır. Bunların en başında daha gelirken kalıcı olarak gelmemiş olma ancak kurulan düzenin ve kazanımları kaybetme kaygısıyla geri dönememenin getirdiği sıkışmışlık deneyimi bulunmaktadır.

Yaşamlarının büyük bölümünü orada geçiren, orada yuva kuran, çocuklarını okutan kişiler bir yerden sonra ekonomik, sosyal ve duygusal olarak oraya bağımlı hissetmeye başlamışlardır. Gitmek hayatlarını harcadıkları tüm bu düzeni ve getirilerini geride bırakmak anlamına gelmektedir. Buna karşın, ifadelerinde Almanya ile Türkiye’yi karşılaştırdıkları, bazı imkânların Türkiye’de olmadığı ancak oraya da ait hissetmekte zorlandıkları ve çift yönlü duygu yaşadıkları anlaşılmaktadır. Bu bir sıkışıp kalma durumu olarak betimlenebilir.

“Gitmek de zor, kalmak da zor. Şimdi ben mesela artık 70 yaşına girdim. Gitmek istiyorum burada takıntılarımız var, yatırımlarımız var onların başında beklemek mecburiyetindeyiz” [K.3].

“...burada da kalıcı olduk, bir kısım kardeşlerimiz burada ev aldılar, iş yerleri kurdular diyerekten Almanya’da kalıcı olarak kaldık ama Türkiye’de de gönül bağımız var orayla. En sonunda öldüğümüz zaman yine Türkiye’ye gidiyoruz” [K.4].

Bu durum, [Massey ve arkadaşlarının \(1993\)](#) göç eden bireylerin ilk başta para kazanma gibi sınırlı bir amaçla yola çıkmışken zamanla üst toplumsal sınıfa atlama algılarının ve gidilen yerin yaşam tarzı ile tüketim malzemelerine dair ilgilerinin geliştiği yönündeki düşünceleriyle de örtüşmektedir. Ancak [Anık’m \(2011\)](#) işaret

ettiği üzere özellikle yaşamlarının önemli kısmını Türkiye’de geçirmiş ilk kuşağın devamlı özlemini duydukları Türkiye’ye kesin dönüş yapma fikrinin bilinçaltılarında her zaman yer alıyor olması hatta bundan dolayı dil öğrenmekten bile kaçınmaları gittikleri yerlere uyum sağlamalarının önüne geçmiştir.

Aynı zamanda bayramlarda, cenazelerde vb. dini ve kültürel önemli günlerde vatanlarından uzak olma ve bu vecibelerini Türkiye’deki gibi yerine getirememeye yine sıklıkla ifade edilen ve gurbette olmayla ilişkilendirilen bir yaşantıdır. Daha önce tartışıldığı üzere bunun kimliğini yaşayamama veya kaybetme kaygısıyla da ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

[Almanya’da bayram yaşayamadıklarını belirterek ancak telefonla Türkiye’deki akrabalarıyla bayramlaşabildiklerinden bahsetmektedir] [K.4].

Almanlardan ayrımcılığa, ırkçılığa maruz kaldığını algılama karşımıza çıkmaktadır. Bu durumlar kişilerde aidiyetsizlik yaşantılarını güçlendirmektedir.

“Yabancı olduğumuz için bizleri hakir görüyolardı, kümültürk diye hitap ediyolardı. Bunlar tabi bizi rencide eden şeylerdi. Bir eksiklik olduğunu farkediyoduk, yaşıyoduk yani her açıdan” [K.7].

[Geldiği ilk zamanlarda Almanya’nın iyi bir yer olduğundan, Almanlar tarafından değer görüp sevildiğini, fakat sonradan bu durumun değişmesiyle kendisini dışlanmış hissetmektedir] [K.5].

En son olarak yaşamın getirdiği kayıp ve acıları gurbetten bilme ile bunları yaşamın doğal getirisi olarak kabul etmeleri arasındaki tutum farklılıklarının, kişilerin nihai uyumuyla yakından ilgili olduğu görülmektedir. Bu noktada tartışmanın başında bahsedilen işçilerimizin Almanya’yı aşırı idealize etmelerinin ve burayı geçici olarak görmelerinin de bu duruma katkısı vardır.

Almanya’yı aşırı idealize etmenin sonucunda orada yaşamın getireceği kayıp ve acılardan korunacaklarına dair örtük bir inançlarının olduğu görülmüştür. Yaşadıkları sorunlarda bunların hayatın doğal bir getirisi olduğunu kabullenemeyip bunu gurbette olmaya atfetme, adaptasyonu ve doyumunu olumsuz etkileyen başlıca bakış açılarından biridir.

Varoluşçu bakış açısıyla değerlendirildiğinde durumun varoluşun getirileri olan ölüm, yalnızlık, anlamsızlık ve özgürlük -dolayısıyla sorumluluk (Yalom, 1980) ile yüzleşmemek olduğu düşünülmektedir. Bu durumdaki kişilerin yaşadıkları zorlukları anlamlandıramadıkları ve yaşadıklarının sebebi olarak gurbette olmayı gördükleri ve Türkiye’de olsalar bunları yaşamayacaklarını düşündükleri gözlenmişlerdir. Bu olumsuz atfediş sonucunda yaşadıkları ülkeye dair çift yönlü duygulanımların oluştuğu, sıklıkla Almanya’yı ve Türkiye’yi karşılaştırdıkları; sonuç olarak bunun onların aidiyet ve mutluluklarına olumsuz yönde etkilediği görülmektedir.

“...Biz güya dertlerden kaçtık Türkiye’den eşimin annesini kaybetmesinin, babasını kaybetmesinin, ağabeyini kaybetmesinin acısını unutturayım diye bir iki seneliğine buraya geldik. Fakat ne yazık ki acılar, kader yakamızı bırakmadı, dönemedik... Gurbet bana acıdan başka hiçbir şey vermedi” [K.1].

“Almanya benden aldıkları... gençlik gitti tabiatıyla gençliğimi aldı. Çünkü ben bu kadar emek, bu kadar cefa çektikten sonra yurdumda çekseydim. Bugün yurdumda ben aslanlar gibi bi tane yurdumuz daha olurdu... gurbette kaldığım için maalesef pişmanım maalesef... Gurbet bunlar hepsini benden aldı. Çok borçlu bana gurbet. O kadar borçlu ki ne dolarlar ne marklar ne de dünyanın altınları geçerli paralarıyla kesinlikle alamaz” [K.7].

Her nitel çalışmada söz konusu olduğu gibi bu çalışmadan elde edilen bulgular, araştırma sürecine dâhil olan katılımcıların içsel deneyimlerini açık ve kapsamlı bir biçimde ifade edebilmelerine bağlıdır. Bu durum da daha fazla incelemeye ihtiyaç duyulan bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Kendi kimliğini koruyarak uyum sağlamayı kolaylaştıran ya da tam tersi zorlaştıran faktörlerin ortaya çıkartılması ve bunlara uygun projeler üretilmesi yurt dışında yaşayan vatandaşlarımızın yaşam kalitelerinin artırılması için büyük önem taşımaktadır.

Sonuç ve Öneriler

Göçü; nedenleri bağlamında zorunlu veya gönüllü, amaçları bağlamında çalışma amaçlı veya sığınma amaçlı, gidiş yolları bağlamında ise yasal veya yasa dışı olarak tanımlamak mümkündür.

Yurt dışına ekonomik, sosyal ve psikolojik anlamda refaha erişebilmek adına kalıcı olma niyetiyle çıkılmayan bu yolculukta gidilen yerlerde kurulan yeni düzenle birlikte kalıcı bir yaşama geçiş olduğu görülmektedir. Göç edinilen yere ve yeni yaşam koşullarına uyum sağlamada dil sorunu, sosyal çevre eksikliği, ekonomik yetersizlik gibi unsurlar belirleyici olmaktadır. Göç eden bireylerin, iş sahibi olma ve kültürel yönden kabul görme arzusunun olduğu göz önüne alındığında buldukları ülkede sosyal, ekonomik ve psikolojik anlamda daha iyi yaşam koşullarına sahip olabilmek adına arayış içerisinde oldukları görülmektedir. Bu arayışın bir sonucu olarak, bu bireyler bazen göç ettiği ülkenin kültürel ve toplumsal yaşamına uyum sağlama eğilimi gösterirken ve bunu gerçekleştirebilirken, bazen de kendi kültürel değerlerine sahip çıkabilmek adına kendi etnik gruplarıyla sıkı bağlar kurma eğilimindedir. Bu bağlamda aidiyet kuramama, ekonomik kazanç elde edememe, ağır çalışma koşulları, dışlanmışlık, kültür şoku, ötekileştirilmişlik hissi, sosyal etkileşim örüntülerinden ayrılması sebebiyle yalnızlık ve yabancılaşma yaşayan ve kültürel farklılıklar nedeniyle uyum sağlayamayan birey kendi kültürüyle aşırı özdeşleşmeye yönelebilmektedir.

Bununla birlikte göç eden bireylerin temel baş etme kaynaklarının ise aile desteği, yurttaşlarla kurulan ilişkiler, kültürel ve dini değerlerin sürdürülmesi olduğu görülmektedir. Ulaşılan nihai sonuç göç eden bireylerin bir yanı sıra kendi

vatanlarına dönme isteği taşıyor olması iken diğer yandan buldukları ülkenin gelişmiş olmasının sağladığı pozitif koşulların yaşamı orada yeniden inşa etmeyi vazgeçilmez kılmıştır. Bu durum bireylerin içinde buldukları ikilemin yansımaları olarak karşımıza çıkmaktadır.

1960’lı yıllarda Batı Avrupa ve özellikle Almanya’ya yönelik başlayan işgücü göçü ile ilgili ülkelerde varlık kazanan Türkiye kökenli nüfus, ilerleyen aşamalarda göçün geri dönüşsüzlüğü ve aile birleşimleri yoluyla kalıcılık kazanmış; oluşan toplumsal ihtiyaçlara bağlı olarak dini ve kültürel anlamda kurumsallaşma kanallarının aktive edilmesiyle birlikte sivil toplum yapılanmaları oluşum göstermeye başlamıştır. Anadili ve din eğitiminden spor aktivitelerine, hac ve umre organizasyonlarından cenaze işlemlerine kadar pek çok alanda hizmet sunmaya çalışan bu yapılanmaların varlığının önem ve gerekliliği, gerek göç eden bireylerin bireysel gerekse toplumsal uyumlarının desteklenmesi adına göz ardı edilemez (Yaman, 2015).

Bu bağlamda göç eden bireylerin bireysel ve toplumsal uyumlarının kolaylaştırılması adına yürütülen faaliyetlerin önemini tartışılmazlığı yanında söz konusu faaliyetler kapsamında bireylere ruh sağlığı alanında da destek sunulması adına psikolojik destek birimlerinin oluşturulmasının sürece olumlu katkılar sağlayacağına inanılmaktadır.

Araştırmamızın bulgularından hareketle çalışma, sağlık, eğitim vb. nedenlerle yurtdışına göç eden bireylere gitmeden önce, gidiş süreçlerinde ve gittikten sonra olmak üzere üç ayrı dönemde yardımcı olunabilir. Göçü tecrübe eden bireylere göç süreci başlamadan önce kişiler henüz karar aşamasındayken danışmanlık verilmesi uygun gözükmektedir. Göç sürecinin başındaki danışmanlık ile kişiye karşılaşılabileceği kayıp hissi, gittiği zaman orada kalıcı olarak yerleşme ihtimalinin varlığı, akültürasyon sürecinin yarattığı stres hakkında bilgilendirme yapılabilir ve kişi sürece hazırlanabilir. Yine bu süreçte kişiye daha önce yurtdışına gitmiş kişilerin yaşadıklarının ve tavsiyelerinin yer aldığı yazılı ve görsel materyaller verilebilir.

Göç ile gidilen ülkelerde hem ülkemizin hem de gidilen ülkenin resmi temsilcilerinin rol aldığı bir oryantasyon programı düzenlenerek gurbetçilerin ilk şoku görece sağlıklı bir şekilde atlatalmaları sağlanabilir. Yine gidilen ülkedeki yurttaşlarımızın oluşturduğu sivil toplum kuruluşları ile işbirliği yapılarak gurbetçinin söz konusu sivil toplum kuruluşlarının bir temsilcisi tarafından karşılanması yahut temas kişisi olarak belirlenmesi ile kişinin yeni yerde güvenebileceği bir figürün olması sağlanabilir.

Gidilen ülkede yaşanan akültürasyon sürecinin verdiği stresi azaltmak için kişilere çok kültürlülüğün içinde kendi kimliğini nasıl koruyabileceği ve kimliğini kaybetmeden kültürel olarak zenginleşebileceği ile ilgili seminerler, bireysel ve grupla danışmanlık desteği verilebilir. Kültürel kimliğin tehdit altında hissedilmesine karşın bayram namazları ve dini etkinliklerinin, cenaze merasimlerinin ve bunun gibi kültürel etkinliklerin

olabildiğince geniş katılımlı şekilde yapılması sağlanabilir. Kimliğin bir parçası olarak din ve maneviyatın öğretilmesi, hem kimliği koruyan ve geliştiren bir öge hem de kriz durumlarında dayanıklılığı arttırıcı bir faktör olarak rol oynayabilir.

Kendi memleketine belli sıklıklarla giden ve oradaki yakınlarıyla ilişkileri devam eden bireyler kendilerini kökleriyle ilişkili hissettikleri için gittikleri ülkelere daha rahat bir şekilde uyum sağlıyor gözükmektedirler. Türkiye'ye belli sıklıklarla gitme-gelme, oradakilerle görüntülü konuşma gibi teknolojik imkânların kullanılmasını desteklemek yararlı olabilir.

Bu çalışmada göçü tecrübe eden bireylerin karar alma süreçlerinin beklediklerinden daha hızlı bir şekilde gerçekleştiği görülmüş, bu duruma bağlı olarak göç ile ilgili aldıkları kararları sorgulamadan aldıkları tespit edilmiştir. Bu nedenle göçü tecrübe etmesi beklenen bireylere yönelik yapılacak çalışmaların aile eğitimlerini de içeren bir yapı sergilemesi karar alma aşamasında olan bireyin hayatındaki diğer paydaşların da söz sahibi olmasını sağlayacak ve aile temellerinin de sağlamlaşmasına neden olacaktır. Yapılacak psikolojik yardım neticesinde güvenli bağlanma durumu artırılan bireyin göç ettiği ülkeye karşı geliştirdiği tutum ve davranışlar da değişecek, bu sayede sahiplenme duygusu ortaya çıkacaktır.

Göçmen ilişkiler bağının kuvvetli hâle getirilmesi göç eden bireyin diğer ülkeye varış sürecinde yaşadığı psikolojik karmaşanın berraklaşmasını sağlayacak ve aynı zamanda bu durumda ortaya çıkan yalnızlık hissini azaltmasına neden olacaktır. Bütün bu sebeplerden ötürü dernek, federasyon, vakıf gibi sivil toplum kuruluşlarının etkililiği arttırılması göç eden bireylerin iyi olma hâllerini arttıracaktır. Böylesi çalışmalar, akültürasyon içerisinde bulunan milli kimliğin ve dini değerlerin temel dinamiklerinin de korunmasını sağlayacaktır.

Göçü tecrübe eden bireylerin süreç boyunca bilişsel farkındalık düzeylerinin zayıfladığı; ifadelerindeki bilişsel çarpıtmalardan hissedilmektedir. Psikolojik danışmanların göç eden bireylerin bilişsel farkındalık düzeylerini arttırmaya yönelik olarak yapacakları çalışmalar yaşamın getirdiği acılar karşısında daha sağlıklı tepkilerin ortaya çıkmasına neden olacaktır. Göçü tecrübe eden bireylerin yaşadıkları yaşam krizlerinin nedeninin gurbet kaynaklı olduğunu düşünme eğiliminde oldukları görülmüştür. Bu bilişsel bir çarpıtma ve aynı zamanda varoluşsal gerçekleri inkârdır. Bu gibi krizlerde kişilerin kendi kültürlerini bilen, düşünüş ve hissediş yollarını bilen bir ruh sağlığı uzmanından yardım almaları kişilerin hem bu krizleri atlatmasında hem de yaşadıkları ülkeye karşı olumsuz duygular geliştirmelerinin engellenmesinde önemli rol oynayabilir gözükmektedir. Bunlara ek olarak eşlerin birbirlerini desteklemeleri de gidilen yere uyumda ve yaşanılan stres durumlarına katlanmada önemli gözükmektedir. Dolayısıyla verilecek bütün danışmanlık hizmetlerinin eşleri de kapsamalı etkiyi arttırabilir.

Turkish Immigrants: Rebuilding Their Life in Germany

Halil Ekşi^a, Muhammed Çiftçi^b, Neslihan Yaman^c, Simel Parlak^d, Murat Dinçer^e,
Enver Ulaş^f, Muhammet Aykuthan Ulusoy^g

Abstract

This study focuses on the Turkish immigrants' experiences abroad, analyzing the experiences and perceptions of individuals migrating to Germany from Turkey. Particular attention has been paid to immigrants' reasons for leaving Turkey, the entire migration process, including the decision making, travelling and arrival process, the resources they used to adapt to their new environment, and their regrets, if any, on having adapted to life abroad. This study was conducted by selecting ten episodes thought to best represent these experiences from the Turkish documentary, "Homesick Immigrants," broadcast on Turkey's official media outlet, TRT. The study sample includes ten individuals interviewed in the ten documentaries selected. The data were analyzed using Giorgi's "Descriptive phenomenological research model," which is one of the phenomenological approach models. According to the results, while immigrants wished to return to their home country, they also desired to rebuild their life abroad as a result of the positive circumstances in their host country.

Keywords

Migration • Immigrant • Psycho-social process • Rebuilding life • Giorgi Style Phenomenological Research

a Department of Educational Sciences, Atatürk Faculty of Education, Marmara University, Göztepe Kampüsü, Kadıköy, İstanbul 34722 Turkey. Email: halileksi@marmara.edu.tr

b (✉) Muhammed Çiftçi, Marmara Mah. İhlas Cad. 234. Sk. 16/4 Beylikdüzü, İstanbul 34520 Turkey. Email: muhammedciftci@gmail.com

c Department of Educational Sciences, Atatürk Faculty of Education, Marmara University, Göztepe Kampüsü, Kadıköy, İstanbul 34722 Turkey. Email: nesli_balci@hotmail.com

d Department of Educational Sciences, Atatürk Faculty of Education, Marmara University, Göztepe Kampüsü, Kadıköy, İstanbul 34722 Turkey. Email: simelparlak@gmail.com

e Haseki Sultan Mah. Münif Paşa Sk.58/9 Fatih, İstanbul 34320 Turkey. Email: muratdncr@gmail.com

f Department of Educational Sciences, Atatürk Faculty of Education, Marmara University, Göztepe Kampüsü, Kadıköy, İstanbul 34722 Turkey. Email: ulasenver@gmail.com

g Şehitkamil Ortaokulu Şahinbey, Gaziantep Turkey. Email: muhammetaykuthan@gmail.com

Received: February 8, 2016

Revision received: May 25, 2016

Accepted: June 7, 2016

OnlineFirst: August 28, 2016

Copyright © 2016 • The International Refugee Rights Association • <http://mejrs.com/en>

ISSN 2149-4398 • eISSN 2458-8962

DOI 10.12738/mejrs.2016.1.2.001E • Summer 2016 • 1(2) • 25-48

Migration is when an individual, or group of individuals, relocate from one from one residential area (country, city, village etc.) to another in order to continue the rest or a portion of his future life due to financial, religious, social, cultural, educational, and/or political reasons (Akdoğan, 1979; Gönüllü, 1996; Karagöz, 2007; Kızılcelik & Erdem, 1994). In light of this definition, if a general distinction is to be made, migration may be divided into two types: domestic and external migration. The scope of this study is on external migration with a focus on the experiences of Turkish immigrants abroad.

It is not an easy process for an individual to migrate to another country, especially when all of the experiences and difficulties that one faces from the beginning to the end of the migration process are taken into consideration. The stress resulting from migration, adapting to the new country, and most importantly, the grief due to having left many things behind may result in anxiety, depression, and/or other psychological problems among immigrants. The first sign of stress observed during the migration process appears while an individual is making his decision and preparations to migrate. Once abroad, feelings of worthlessness, having no relatives or friends, and being separated from one's previous home not only cause an intensive level of stress on an individual as he attempts to build a new life in a new country, but may also lead to feelings of regret (Tuzcu & Bademli, 2014).

Migration is also defined as a process of change in one's perspectives and relations, such as socio-psychological and intercultural relations (Berry, 1990; Kuo, 1976). A stressful life caused by cultural change as a result of having migrated affects immigrants' personalities in a negative way. This situation may result in such negative feelings as loneliness, alienation, depression, anxiety, low self-respect, and self-depreciation, which may then lead to adaptation problems (Aroian & Norris, 2002; Balcioğlu & Samuk, 2002; Esentürk-Ercan, 1998; Kou, 1976; Pernice, Trlin, Henderson, & North, 2000; Steel, Silove, Chey, Bauman, & Phan, 2004; Ward, Bochner, & Furnham, 2001; Warfa et al., 2005). Generally theories and observations on migration assert that the process of settling in a new social environment produces a great deal of stress, emphasizing that adaptation related tension begins when immigrants start to become involved in a foreign society and lasting for many years (Şahin, 2001). In this sense, when it is considered that migration causes individuals to lose their feeling of belonging to a group and to abandoning their accustomed socio-cultural life, the psychological effects of migration become predictable (Cicourel, 1982). Studies conducted on social and cultural change, modernization, acculturation, urbanization, assimilation, adaptation, and life stress exhibit a strong relation between migration experiences and psychological disorders (Doğan, 1988). Although it may occur for a variety of reasons, migration brings with it the desocialization of immigrants, their inclusion into another social structure, and a

process of adaptation (Held, McGrew, Goldblatt, & Perraton, 1999). Learning to cope with anxiety and difficulties mostly resulting from settling in a new environment may be a challenging process (Grinberg & Grinberg, 1999) possibly leading to a number of psychological issues like demoralization and acculturative stress in recent immigrants (Flaherty, Kohn, & Golbin, 1986; Kohn, Flaherty, & Levav, 1989; Ritsner et al., 1996).

In addition, there are a number of factors that may help to ease the integration process. The possibility of gaining citizenship in one's new host country becomes an important source of motivational for immigrants to integrate into their new setting. Moreover, the positive attitude of host a country toward differences can facilitate immigrants' integration process (Öztürk, 2012).

Consequently, immigrants, both as individuals and as groups, face a myriad of stressors during each phase of the migration process that may affect one's psychological, and even physical health in a very negative way. In all phases of the process, individuals experiencing such situations as unemployment, loss of social status, loneliness, alienation, language problems, and cultural problems may face certain physical and psychological based problems whose level depends not only on how negatively these stress-producing factors effect one's total health, but also on one's ability to cope with stress (Farley, Galves, Dickinson, & Perez, 2005; Hyman, 2004; Tuzcu & Bademli, 2014). In this situation, problems like finding a place to stay, language obstacles, challenging employment conditions, and cultural differences may act to increase one's level of stress, thereby not only leading to feelings of anxiety and decreased levels of self-respect, but also affecting one's psychological and social adaptation process. It is thought that among all of these difficulties, language obstacles and cultural differences in particular have a dramatic effect on individual immigrants' integration process, causing them to experience confusion. As a result of migration, groups of immigrants living in a completely different culture find themselves interacting with a pre-existing social structure different from their former one while also trying to preserve their own identity (Castles & Miller, 1998).

Emigration from Turkey to foreign countries began as a result of the economic and social changes emerging after the 1960s. Although in their earlier stages, emigrants consisted mostly of labor migrations, they turned into entire families migrating in the following years. Today, a considerable amount of Turkish immigrants continue to lead their lives in almost every European country (Özkan, 2008). When the decision making processes of individuals from Turkey who migrated to Germany are evaluated, it is observed that their main motives consist of (1) economic challenges at home, such as unemployment and inadequate job opportunities stemming from a development gap between regions, (2) a perceived higher level of social rights and

of better living conditions existing in Europe, and (3) the desire to live a luxurious, consumerist life-style when visiting or returning to Turkey (Kalaycıoğlu, Çelik, & Beşpınar, 2010). Furthermore, when an individual's choice to migrate is voluntary, his act of migrating is mostly realized in accordance with his personal aims arising from personal desires. Such reasons include improving his financial situation, securing his family's future, and a desire for higher living standards (Doğan, 2014).

Since migration from Turkey to Europe began, third and even fourth generation Turkish Diasporas have learned to speak the language of their host countries and have also attended education institutions in these countries. Despite the fact that they have been, and continue to be viewed as an ethnically minority group within the current social structure in their host countries, immigrants from Turkey have inevitably begun to integrate at the cultural level (Özkan, 2008). Moreover, a number of social service institutions conscious of Turkish immigrants' language and cultural values have been opened. The help of these institutions has helped immigrants both to integrate and to accept being abroad without losing the opportunities they have (Doğan, 2014).

This study aims to determine how Turkish immigrants living in a foreign land perceive their situation and experiences abroad. In line with this aim, this study will analyze the experiences of those individuals who have migrated from Turkey as well as how they perceive (1) their reasons for leaving Turkey, (2) the entire migration process, including the decision making, travelling and arrival process, (3) the resources they used to adapt to their new environment and (4) their regrets, if any, on having adapted to life abroad.

Method

Design

Being quantitative in nature whose goal is to investigate and analyze real-life examples of psychological meanings arising from phenomena experienced without one's being completely aware in daily life (Giorgi & Giorgi, 2008), this study is of a phenomenological design. Phenomenological research which its philosophical roots originated from Edmund Husserl's works aims to understand the real nature of the familiar but not fully understood experiences and objects (Van Manen, 1990; Willig, 2013).

Data sources of phenomenological research are comprised of individuals or groups of individuals whose experiences are of interest to a researcher. Analyses conducted within this context aim to describe and define the very essence of individual experiences related to a specific phenomenon (Creswell, 2013). Phenomenology is a method soliciting answers to the question "What is truth?" based on individuals'

personal experiences. In this approach, the researcher is interested in participants' individual experiences, analyzing how individuals perceive certain events as well as the meanings they attribute to these events. Phenomenology is a type of descriptive study. As such, the goal of such research is not to make a generalization, but to describe the phenomenon in question (Baş & Akturan, 2008). In this study, the researchers chose to use Giorgi's Descriptive Phenomenological Research Model from among the phenomenological research models available. Based on Husserl's phenomenology, the Descriptive Phenomenological Research Model attempts to reach the essence of phenomenon using a series of psychological reduction (Giorgi & Giorgi, 2008). Description comes first, followed by interpretation which focuses on how an individual experiences the phenomenon in question by bracketing previous information on it (Langdridge, 2007). Accordingly, the phenomena focused on in this study are the experiences abroad had by Turkish immigrants living in a foreign country.

Data Collection Tools

Data are generally collected in a phenomenological type study through interviews with participants. However, when it is not possible to collect data through interviews, poems, observations, and document reviews may be used to collect data (Creswell, 2013). Since it is impossible to collect data through interviews or observations in this study, data have been collected and analyzed by reviewing relevant documents. Data were collected from http://www.trtturk.com/program/detay/gurbette-kalanlar_3.html#arsiv910, the official web page for Turkey's state media (TRT), which focuses on Turkish immigrants living abroad in a documentary named "Homesick Immigrants."

Study Group

In phenomenological studies, data sources consist of individuals or groups whose real-life experiences are being studied by a researcher (Creswell, 2013). The population of the current study is the individuals included in the documentary "Homesick Immigrants" broadcasted on Turkey's state media channel, TRT, from 2013 to 2014 and which focuses on Turkish immigrants living abroad. This documentary film consists of twenty-six episodes. This study has made use of the convenience sampling method by selecting ten episodes for analysis thought to provide substantial data in terms of content. The basic idea in convenience sampling is to choose a phenomenon easy for the researcher to find information on (Patton, 2002). Concordantly, since episodes in which individuals shared detailed information and intense emotions served the purpose of the study by enabling multiple coding and analysis, such episodes were selected to be included in the analysis. At the same time priority was given to episodes depicting nuclear and multi-generational families who

came from different social-cultural backgrounds and who had unique experiences while living abroad. Permission to use the documentary was not sought since it was freely available on TRT's official webpage.

Participants' time spent in Germany, gender, age, and hometown are given in the table below.

Table 1
Participants' Demographic Information

Participant	Age	Time spent in Germany	Gender	Hometown
P.1	73	50	Female	Bolu
P.2	68	41	Male	Burdur
P.3	72	45	Male	Çankırı
P.4	71	45	Male	Kars
P.5	67	50	Male	Ordu
P.6	76	42	Male	Trabzon
P.7	74	46	Male	Sivas
P.8	65	45	Male	Artvin
P.9	66	42	Female	Yozgat
P.10	65	41	Female	Ankara

Data Analysis

After collecting data, different steps are used by different schools to analyze and interpret data. This study uses Giorgi's Descriptive Phenomenological Analysis method from among the various classical descriptive methods. Giorgi and Giorgi (2008) summaries the Descriptive Phenomenological Analysis as follows:

1. To read all transcripts/texts with a phenomenological attitude and to obtain an impression about the whole phenomenon.
2. To distinguish the units of meaning that make up different aspects of the whole.
3. To reveal the psychological meaningfulness of every unit of meaning.
4. To express the essential structure of the phenomenon experienced.

As this type of research methodology is new in Turkey, it is considered necessary to present concrete samples of these steps. Therefore it is specified below what to do in each step:

1. In the first step, all transcripts/texts are read in detail multiple times in order to obtain an impression about the whole phenomenon. In this process, the researcher attempts to disclose himself to participants' experiences by suspending his own judgments, opinions, and values on the subject. In the current study, researchers

strictly followed these steps so as to gain a general impression about the phenomenon by reading all transcripts multiple times while suspending any previous knowledge about the subject.

2. In this step, the text is divided into smaller elements so as to determine different units of meaning that make up different aspects of the whole. In line with the study's scope, researchers focus on such concepts as emotion, thoughts, and behaviors of importance, marking them in the text. Essentiality in this marking are the transitions of meaning that felt in the text (Giorgi & Giorgi, 2008). During this process, attention is paid to lingering, pauses, and the like as they all contain implicit meanings. In this step of the research, units of meaning are inferred by reading the transcripts all together. The focus is on transitions in meaning within the text, and the sign “/” is put to the end of each sentence ending a specific unit of meaning.

Below is a sample related to the second step in which different units of meaning are defined (Participant P.8):

On December 2, 1969, I registered to work abroad in the employment agency. Within 3 months, my papers were ready and I came to Istanbul. After staying in a place in Istanbul for 15 days, we were given exams and had a medical checkup./ Then, we came to the Sirkedji train station. The scene in the Sirkedji train station was awesome because we would be travelling to Germany on a special train. Everything was so chaotic because everybody was there. Mothers, fathers, children all came in order to send off their fellow citizens and relatives to Germany. My school friend, Nihat, was with me. We got on the train and were looking at all the waving hands and sad eyes and accepted those all those waving hands as wishing us farewell, too.

3. In the third step, psychologically more meaningful units are determined from among the units of meaning. The texts are again read multiple times in an attempt to discover and interpret the essential elements that constitute phenomenon as a result of the changes made using the phenomenological reduction method. However in this interpretation stage, abstraction should be limited by strictly adhering to psychology theories and by not drifting away from the actual data.

This step contains three steps (Giorgi & Giorgi, 2008). The first step is to display implicit meanings by looking at the face material in individuals' statement. The second step is to concentrate on the general situation being discussed, thinking that the event being mentioned is a sample of a more general phenomenon. The third step is if the content is suitable, to display aspects of event related to psychology. With this being said however, it is necessary to avoid using theoretic jargon while doing so.

The data collected as a result of these steps were collected and organized in a table. In the table, individuals' statements appear in the rightmost column whereas the middle

columns and leftmost columns show phenomenological notations summarizing the main idea of the statement made by the researcher. Accordingly, statements of the person in the leftmost column were summarized so as to express information in the third person singular while also including words used by the original speaker. Then, this summarized statement is transformed and placed in the right column. Although there is no limit to the number of transformations to be made, studies following Giorgi's method generally make only one or two transformations (Giorgi & Giorgi, 2008; Langdrige, 2007).

A sample transcript and phenomenological analysis for P-8 is presented in Table 2 below.

Table 2

Phenomenological Analysis Sample

1	1	1.2.3.
I registered to work abroad in the employment agency. Within three months, my papers were ready and I came to Istanbul. After staying in a place in Istanbul for 15 days, we were given exams and had a medical checkup.	The application and confirmation process took a total of 3.5 months.	People whose application process for Germany resulted in a short period of time, focused on people scenes in train station rather than noticing that they were leaving. Although the speaker and his companion had no one to see them off, they compensated by accepting others' biddings of farewell.
2	2	
Then, we came to the Sirkedji train station. The scene in the Sirkedji train station was awesome because we would be travelling to Germany on a special train. Everything was so chaotic because everybody was there. Mothers, fathers, children all came in order to send off their fellow citizens and relatives to Germany. My school friend, Nihat, was with me. We got on the train and were looking at all the waving hands and those sad eyes and accepted them as wishing us farewell, too."	When they came to the train station to leave the country, they were impressed by the special train coming for them and by the scene of all the people in one place. The speaker boarded the train with a school friend without anyone to see them off and accepted others' biddings of farewell as their own..	
3	3	
After the train set off, we entered Greece at around evening. That's when I started feeling sad. It was such an emotional moment because it was the last time we saw our flag and our soldiers. They were even saluting us because we are leaving.	He felt a deep feeling of sadness while leaving the country. He became worried, thinking that he would not see his country's symbols again.	

The speaker's original sentences underwent modification in Table 2. For example, the expressions "coming to the train station" and "getting on the train" have been transformed into "leaving the country" whereas the words "soldier" and "flag" have been transformed into "his country's symbols" as they are more general and abstract forms of the same idea. Moreover, since implicit meanings have been inferred from speakers' statements, more than one unit of meaning was used when necessary. In P-8's statement, for instance, three units of meaning were combined into (1.2.3.) and then transformed into the following: "The entire process of moving to another country went ahead fast and the speaker became emotionally aware of his situation just as he was leaving the country."

4. In the fourth step, an individual's experience is synthesized both with itself and with others' experiences. In a specific individual's experience, significant psychological units of meaning are synthesized and transformed into a short chronological explanation, called the "individual structural description." After this, the individualistic and structural descriptions for every participant are compared in an attempt to find unchanging features. As a result, shared basic features representing the core of the phenomenon, called the "general structural description," are found. Such general information may not always be reached, and in this case, more than one general structural explanation is provided. A conclusion is formulated and expressed by comparing with similar examples in the literature and with other individualistic explanations.

Presented below is a sample an individual structural description detailing how each participant experienced the phenomenon. To do this, the basic elements of the phenomenon appearing as a result of transforming the units of meaning were gathered together.

An individual structural description prepared for Participant P-8 is given below:

When P-8. could not reach his aim, he decided to go to Germany for economic reasons, encouraged by his role-models and his own self-confidence. It took little time for him to leave the country, and he became emotionally aware of leaving his own country upon realization that he might not see his country's symbols again. Upon arrival to Germany, he faced an confusing environment over which he had no control and initially experienced feelings of regret. When he came face-to-face with the real circumstances under which he would live, he felt disappointment, regret, longing, and sadness for days. Accepting his situation, he decided that he needed to adapt to his new reality and therefore regarded learning the language as his primary goal. He found mutual trust, understanding, and support in his marriage, which had the effect of eliminating loneliness and of accomplishing a rite of passage for him.

P-8 continues to maintain his relations with his home country, feeling happiness within a certain social network there. Expresses the belongingness via the place where she adapted, built a mutual relationship, experienced her loss and success and now feel herself belong to Germany. Despite great grief of losing his child, he was able to cope with this grief due to his religious beliefs, relation with his wife, and social circle.

Subsequently, common experiences among speakers were found by comparing it with other individual structural descriptions and then combining the result into a “general structural description.”

Findings

As it is not possible to show the findings attained from every speaker, a general structural description of the phenomenon has been provided in this section and the elements constituting it have been presented with transcript samples. While speakers’ direct quotations are shown within quotation marks (“...”), psychological quotes appear within brackets ([...]).

General Structural Description of the Phenomenon

A general structural description was formulated by using phenomenological reduction to examine all speakers’ statements. Common elements of this description consist of such structural identifiers as (1) motivation to go abroad, (2) the decision making process, (3) the travel process, (4) initial experiences upon arrival abroad, (5) adaptation sources, and (6) accepting/regretting one’s situation abroad. Each structural identifier has been explained using samples from the descriptions.

Motivation to Go Abroad

Upon careful study of the findings, it is observed that the actual starting point of one’s experience abroad occurs when he begins to contemplate the advantages and disadvantages of traveling abroad. In this vein, the most compelling factor during the decision-making process is one’s desire to attain better economic, social, and psychological conditions, in respective order.

During the decision-making process, that potential immigrants give priority to the socio-economic conditions in his home country and the opportunities gained by migrating to another country, which are themselves macro variables and defined as attraction and repulsion factors in the literature (Doerschler & College, 1999; Hare, 1999). Speakers’ statements showed that during the 1960s and 70s when migration abroad was near its peak, the notion that Germany had reached such high levels of prosperity that Turkey would never be able to provide was dominant among Turks.

From a historical and socio-political perspective, the fact that Europe was idealized in Turkey contributed to the very foundations of this notion, influencing immigrants' decision to leave Turkey and travel abroad. Moreover, the clothing, possessions, attitudes, and behaviors of people returning from Germany on their holiday provided concrete examples supporting this notion which facilitated the perceived veracity to be continuously circulated throughout Turkish society. Consequently, Germany was perceived as the ideal country in terms of material opportunities and welfare.

Such rumors started about people are going to Germany. They found jobs, bought houses, and became property owners. I mean, we started to see people going abroad and coming back with money and possessions, having achieved such a standard that they could help their family, friends, and children. [P.10]

...I had developed a certain love for Germany. Everyone who went to Germany would come back with cars, radios, and tape-recorders when they returned to Turkey. I wanted the same things. [P.4]

Another subject of remark is that none of them had the intention to settle permanently in Germany when they first made the decision to immigrate. They saw Germany as a temporary place to go in order to improve their economic and social welfare rather than a place to stay permanently.

We said we would come here and would work. We didn't say we would stay here permanently. Turkey is our homeland. [P.6]

Those who still live here now planned to come for just 5 year., Everyone had a job. Some of them would enlarge his business, and some would buy a tractor in the village. [P.4]

The Decision-Making and Traveling Process

It is assumed that viewing Germany as only a place to go to for a temporary period of time has a direct effect on one's decision-making process about whether to migrate. Based on the speakers' statements, it is understood that they considered migrating to Germany as a temporary situation and that they did not consider remaining in Germany for the rest of their lives to be a real possibility while making their decision to leave. From a cognitive and emotional perspective, speakers did not use good reasoning skills when making their decision to immigrate to Germany.

In 1972 after I completed my military service, I thought that it would be a good idea to go to Germany. There were announcements then. I told myself to apply to go. [P.2]

My older brother went to Germany in 1969. He wrote a letter asking me to come, and I accepted his request. [P.4]

Kemal was joking at first, then he got serious. Our passports were prepared in a week and we filed our applications to the Employment Agency. [P.1]

The fact that the application and evaluation processes were completed in such haste contributed to the immigrants' low level of emotional awareness while leaving Turkey. Some of them did, however, experienced anxiety stemming from uncertainty and grief felt from leaving the country in which they were born and raised upon the start of their journey. Others, however, experienced such feelings while traveling and even others when they crossed the Turkish border. Such experiences crowds bidding farewell at the railway station as well as actually crossing the Turkish border enabled speakers to face reality. It is observed that most individuals felt the same feelings (e.g. sadness, excitement, curiosity, anxiety) at the same time during the traveling process.

There was a group of people on the train bidding farewell with loud cheers. I remember some of them were worried. Some shed tears of happiness, and that's when I felt it. Because leaving is not an easy process. [P.7]

After the train set off, we entered Greece at around evening. That's when I started feeling sad. It was such an emotional moment because it was the last time we saw our flag and our soldiers. They were even saluting us because we are leaving. [P.8].

The Arrival Process in the Host Country

After experiencing multiple contrasting feelings while traveling, another milestone was crossed upon arrival in one's host country. As soon as they arrived, they stepped out of their cars and were transported to where they would be working. At this point, speakers began to understand that their fantasies and dreams were just that, realizing that they were far from their homeland and loved ones in a country whose culture and language was unfamiliar to them. Moreover, the anxiety felt by the speakers led them not only to question their decision to migrate, but also to feelings of sadness, longing, regret, and frustration.

Additionally, when the cultural shock experienced by the speakers is taken into consideration, the magnitude and results of this shock and adaptation process are closely related to intercultural intimacy, motivation to move, and speakers' expectations (Berry, Poortinga, Segall, & Dosen, 2002). In this specific case, it can only be imagined how great a shock most Turkish immigrants from rural areas in the 1960s and 70s experienced when they migrated to Germany based on idealized realities (that were not always true) and with the intention to migrate only temporarily.

It is understood that speakers experienced lower levels of anxiety when they were either accompanied by a relative during or welcomed by one upon their arrival to their host country. As Grinberg and Grinberg (1999) point out, this situation overlaps with the regression that appears when one is faced with the unknown and is searching for somebody to help him cope with these feelings.

We arrived in Munich and spent the night there. In the morning, they gave us some food and rations for breakfast. These were things I wasn't accustomed to. I arrived in a totally unfamiliar place. The night I arrived, I stayed up until morning writing pages upon pages to my wife in a letter telling her that I didn't belong here, that we couldn't live here, and that I was coming back. [P.1]

Thousands of people were getting off the train. Everybody had a suitcase in his hand, and they took us to an underground shelter. I asked myself 'Why did we come here?' Of course, I came to work but, I always felt a deep feeling of remorse. [P.8]

I was lucky because my brother brought me. The situation of those who came by train was worse. [P.3]

Sources used to Adapt to One's New Environment

Upon arrival to the host country, the first step immigrants took to adapt to their new country was to learn the country's language. Abandoning old skills and previous identity in their new country, speakers felt that learning their host country's language was critical for them to adapt to their new environment, to be promoted, and to gain a new identity. Speakers described how they had to struggle to survive under intense working conditions.

...holding a dictionary in my hand, I was learning ten to fifteen words every night so that I could explain my problems and stand on my own two feet. [P.1]

My goal was to continue my training by learning the language and to find myself in a better career. I would teach myself for three hours after I came home from work. [P.8]

These places were very dirty when I first came. My job was quite challenging. We faced huge problems. We were wearing shoes made of wood and we were working in fire. [P.4]

Another source immigrants used to ease the adaptation process was their relations with relatives or fellow Turkish citizens who had settled there earlier. Marriage in particular is viewed by these people and their families as a necessary step to fend off loneliness and alienation. In general, a wife would most likely be somebody living in Turkey, chosen after consulting one's family. Those who stated that they received support from their wives and families had an easier time adapting and coping with challenges. As such, it can be inferred that personal and family relations were important resources not only in the adaptation process, but also to help them cope with everyday events.

While walking around, I came across some Turks and asked them, "Are you Turkish, brother?" We would hug each other there. In the good old days when a Turk saw a Turk, they would give each other a big hug. They would ask each other which city they lived in in Turkey. They would ask, 'Where are you from? How are you? What are you doing? Where are you working?' [P.8]

There is an expression used by [Turkish] people, “Having a large family means having insurance.” In other words, they are my right arm, left arm, my insurance, my safety net. They are point of support for me. [P.2]

My late mother told me that they had found a girl for me. They went and asked for the girl’s hand in marriage, telling me that I would marry her. They didn’t do the things which I had gotten used to now. I accepted her. [P.6]

I am proud of my wife. She never left me alone in any society, social group, or meeting. [P.8]

This situation overlaps with concept of “migrants’ social networks” to which [Massey et al. \(1993\)](#) refer. According to this concept first immigrants create a platform which connects the immigrant-receiving and emigrant countries and this connection enables other individuals in emigrant country to migrate. New migration movements prompt this created relations network and then later migrants make use of pioneers’ experiences ([Wilpert, 1992](#)). Consequently, migrant workers actively use their social networks as a resource to solve problems related to the migration process ([Güllüpinar, 2012](#)).

In addition to social resources, the efforts made by a migrant to establish and/or maintain one’s identity are another issue worth attention. Marriage is an effort to combat loneliness and disorder. The idea of “marrying someone from Turkey” includes an identity related dimension. It is believed that marrying a wife from Turkey and spending time with other Turkish citizens is an attempt to protect one’s own identity against the danger of assimilation and degeneration while living in a foreign environment. It is understood that this identity may be protected and transferred to the next generation by placing an emphasis on conventional child-raising codes. Also related to identity is one’s emphasis on an orthodox application of Islamic principles and rituals as well as the belief the one’s suffering is a result of not applying these religious rituals.

I vaccinate my own culture into my children. I raised them in a decent way. [P.8]

We tried to instill certain beliefs and behaviors in our children. At home, we have our children do the same things. We made it an effort to raise them as well as we could. [P.7]

Happiness is neither about money nor possessions; it is about humanity, belief, and attachment to God in all aspects of one’s life. As the Prophet Muhammad (SAWS) says, we must build a population in which individuals wish for others what they themselves desire. People shouldn’t go to bed on a full stomach knowing that their neighbor is hungry. We must be just like that. [P.10]

Here, it is appropriate to discuss the concept of acculturation, which is one of the most debated concepts in the literature on immigrants. [Hovey and King \(1996\)](#) define this concept as changing of individual at a certain extent and being affected by the culture he gets in touch with in a new country. This concept is also addressed by the American Psychiatry Association, in [APA \(1994\)](#), in which it is state that “being

affected by new culture” under heading of additional codes which may be clinic focus of interest,” and in APA (2013) in the section “Other Problems Related to the Social Environment” entitled “Acculturation Difficulty.” While individual migrants wish to be like other people, they are worried about being eliminated by the new culture as a result of assimilation. While this inner conflict leads to alienation and internal chaos in the individual, it also increases and intensifies depressive tendencies of loneliness and isolation (Grinberg & Grinberg, 1999). This situation can be interpreted as a form of the fear of engulfment (Laing, 1960) that an individual experiences existentially on both the cultural and communal level.

Regret of Having Adapted to Life Abroad

When the speakers’ statements are examined, it is observed that while some of their ideas, attitudes, and abilities facilitate their adaptation process to life abroad, others make adaptation difficult and cause conflicting feelings.

Facilitating features can be summarized as having good family relations, feeling supported, having good relations with relatives and fellow expatriates in one’s host country, holding a certain belief system, maintaining one’s connections with Turkey, accepting Germany as one’s home, and establishing a socio-economic balance abroad.

Since family and social relations are heavily mentioned in the previous sections, they will not be mentioned again here. In this section, the first subject to be discussed is religious beliefs and value systems effective in helping one to move on after having experienced loss and trauma. Although some speakers had such traumatic experiences as losing a child, they were able to use their religious beliefs to overcome their grief.

...but in life these are events that should be experienced. As Allah created us, He wrote a specific destiny for all of us...” “... I praise and thank Allah. I learned how to praise, and give thanks to Allah for all the blessings that He has given or has not given and also how to be patient for the sad events that Allah ordains. I learned that life will be good if one has patience. Patience brings reward. I got the reward for my patience. [P.1]

I experienced an extremely sad event. I mean my wife and I lost our 22 year old daughter. Of course, there is no bigger grief than losing one’s child, but Allah gave her life and again Allah reclaimed it, which is His will. May Allah grant her rest. I hope she’s resting in peace. But life is going on. In any case, we were not discontent with what happened., We said that it was our destiny. [P.2]

People who use religion to give meaning to life events and who feel supported by their partner accept troubles as necessary, ordained events in life, expressing that they can more easily cope with traumatic events. It is known that one of the most important factors affecting the high resilience of these people is their ability to give meaning to the difficulties they have experienced. In this study, it is seen that strong family relations, patience, and gratitude have an effect on individuals’ high resilience.

A positive relationship is observed between participants' understanding of patience and gratitude and their psychological resilience. This situation confirms [Walsh's \(2006\)](#) ideas that belief systems and spirituality are basic factors in individuals' psychological resilience and are determinant in helping one face difficulties more easily.

Moreover, having good relations in Turkey and having the opportunity to occasionally visit Turkey are two other factors that facilitate adaptation. Individuals' attachment to Germany and their having a good relationship with Turkey are not mutually exclusive. While there is a cultural and sociological side to this issue, attachment patterns have an impact on the individual level. In the literature, [Van Oudenhoven and Hofstra \(2006\)](#) confirm in their study on immigrants' attachment patterns, acculturation attitudes, and how individuals react to new situations that immigrants who felt more securely attached had a more positive integration experience compared to those who did not. In the same study, a positive relationship was found between fearful-avoidant attachment and disintegration and assimilation. [Polek, Van Oudenhoven, and Ten Berge \(2011\)](#) identified that feeling attached is an important determiner of psychological well-being. Considering all of these, maintaining one's connection with Turkey, viewing it as one's homeland and a place to return when he wants to or feels stuck reminds an immigrant that he is attached to a secure base. Individuals who developed such an attachment with Turkey feel secure both in German and other countries. As a result, they begin to explore new relations and establish a daily order.

Another point related to adaptation is viewing one's host country as his home by establishing a financial and social balance. Individuals' level of satisfaction is remarkably higher if they have accepted their current situation and feel a part of both their new country and Turkey.

[He mentions that he views both Turkey and Germany as his homeland. Although his heart is in Turkey, this new country has lots of things he would never see in his country of birth. He can't leave and go back to Turkey. He says he made a large circle of friends, learned many things, and made cultural contributions to this country.] [P.4]

[He doesn't feel as if he were abroad because he has adopted his new country and has established intimate relations with people here without isolating himself.] [P.10]

In addition to all of these socio-economic, psychological, and culture adaptation factors and facilitators, there exist a range of factors leading to conflicting feelings about living abroad. The primary factor is the feeling that one is "stuck," which is caused by immigrants' original intention of migrating temporarily that is then rendered impractical due to their concern of losing the order and the possessions that they have gained in their host country.

Individuals who have spent the greater part of their life in Germany, who have started a family there, and who have provided their children with a good education feel themselves to be economically, socially, and emotionally attached to Germany. Returning to Turkey means leaving behind not only all the material possessions that one has gained, but also the order that they spent their life to build. However, although they mention a lack of opportunities in Turkey when they compare Germany to Turkey, they experience difficulties in becoming attached to Germany. This predicament can be described as feeling oneself to be “stuck.”

Leaving is hard, and so is staying. I'm 70 years old now. I want to leave, but everything I own is here. We have to wait and watch over it here. [P.3]

... we became permanent residents here. Some of our intimate friends bought their entire family here and set up businesses. Although we've stayed in Germany since we got here, we have maintained our ties of affection in Turkey. When we die, we'll finally go to Turkey. [P.4]

Massey et al. (1993) also discuss this point, stating that while immigrants set off with the specific purpose of earning money, in time, they begin to desire moving up the social ladder, becoming increasingly interested in their host country's life style and its consumer goods. However, as Anık (2011) points out, the fact that first-generation immigrants who have spent an important part of their life in Turkey in particular continue to maintain a subconscious belief that they will return to Turkey permanently. Some may even have abstained from learning their host country's language and prevented them from fully integrating into their host country's culture and society.

At the same time, speakers frequently expressed the difficulties of living abroad and being away from Turkey on important religious and cultural days like, including funerals, and the challenges one faces in fulfilling his religious duties in the correct way. As previously discussed, this may be related to emotions accompanying the loss of a loved one and/or not living a lifestyle in accordance with one's assumed identity.

[He mentions that they could not celebrate the two 'eid (Islamic) holidays in Germany, but that they could only exchange 'eid greetings with their relatives over the phone.] [P.4]

It is also seen that immigrants perception to face racism and discrimination from Germans. Such perceptions, be they real or not, strengthen an individual and community's sense of not belonging.

They despised us because we were foreigners calling us “kümültürk.” Of course, these were offensive things for us. We were aware that there was something wrong and that we were experiencing the very blunt end of it. [P.7]

[When he first came to Germany, he felt that Germany was a good place and that he was loved and valued by Germans. Later however, his situation changed and he began to feel rejected.] [P.5]

Lastly, it is obvious that attitude differences between the thought which attributes the losses and grief in life to being in foreign lands and the acceptance of these troubles as natural realities of life are closely related to individuals' ultimate adaptation. The fact that immigrants idealized Germany at such an extreme level and viewed it only as a temporary home contributes to this belief.

As a result of idealizing Germany at extreme level, immigrants hold the implicit belief that they are protected from loss and pain while in Germany. Not accepting troubles as natural realities of life and attributing them to a foreign land negatively affects one's ability to integrate and feel satisfied with one's situation.

From an existentialist point of view, it is thought that the case is not facing the death, loneliness, senselessness and freedom-accordingly responsibility (Yalom, 1980) which are the realities of existing. Such individuals are unable to make sense of the problems they face and blame their host country as being the reason for them to have experienced such problems, thinking that they would not have experienced these same problems in Turkey. It is seen that ambivalent toward the country in which they live is a result of this negative attribution. Since immigrants often compare Germany to Turkey, they often experience negative emotional effects, leading to unhappiness and their feelings of alienation.

In a way, we ran away from our problems. We came here for one or two years in order to forget the pain of my mother, father, and brother's death. Unfortunately, destiny did not leave us in peace. We couldn't return to our homeland." "This foreign land gave me nothing but pain. [P.1]

Germany took so many things away from me. My youth went down the drain. I wish I had stayed in my homeland after having worked and suffered here for so long. At least, I'd have a homeland. I regret staying abroad. This foreign land took all of these things away from me. This foreign land owes me. It owes me the things that can't be bought with any currency, dollar, mark, or gold. [P.7]

As in every qualitative study, the findings of this study depend on how clear and comprehensive participants expressed their personal experiences. This specific research topic is in need of further study. It is of vital importance to reveal which factors facilitate and which factors complicate integration without compromising one's own identity and to produce suitable projects to aid Turkish citizens living abroad.

Results and Suggestions

Migration may be either mandatory or willful, one's intention to migrate may be to seek work or a new home by using either legal or illegal means.

In this study, migrants were found to travel with the intention to increase their economical, social, and/or psychological welfare. Although their original plan was to

migrate temporarily, they found themselves permanently settling in their host country as a result of becoming an integrated part of the country's system..

Such issues as language problems, a lack of a social environment, and being in a low social-economic class are part of the orientation process in which one learns to adapt to new life conditions and to living abroad. Considering that migrants desire to work and for their culture to be accepted in their host country, they are in search of better life conditions, be they social, economically, or psychological. As a result of this desire, a number of migrants tend to adapt to the cultural and social life of their host country. Others, however, tend to maintain close relationships with their own ethnic community so as to preserve their culture. Leading one to over-identify with his own culture are a lack of sense of belonging, not earning a sufficient income, and being subject to heavy working conditions, social exclusion, culture shock, loneliness, and alienation as a result of not having a well-connected social interaction network and sharp cultural differences.

Moreover, the main coping strategies used by such individuals consist of family support, relationships with fellow expatriates, and maintaining cultural and religious values. This results in a dilemma for the individual in that while he desires to return to his country of birth, the positive conditions provided by living and working in a developed country push him to make a new life in his host country.

In the 1960s as a result of labor migration to Western Europe, and especially to Germany, Turkish-born migrants gained a sense of permanency when their family members joined them in their host country. Since such immigrants eventually decided not to return to Turkey, civilian charters began to call for the religious and cultural institutionalization of migrant populations. The existence and importance of these organizations in aiding immigrants in adapting to their host country and culture cannot be ignored as they provide many services in a variety of areas, ranging from native language and religious education to sports activities, from Hajj and Umrah organizations to funeral services (Yaman, 2015). It is also believed that establishing psychological support units will positively contribute to the adaptation and integration process by providing mental health support.

As per the findings of this study,, individuals who migrated abroad seeking work, healthcare services, education, and the like should be assisted during three specific periods; these being before departing, while on the road, and after arriving. Providing consultancy in the decision phase would be better for individuals who experience migration before starting the immigration process. By providing consultancy services before departing one's home country, potential emigrants may be informed about the feelings of loss that they may experience while they are away, the existence of the possibility of permanently settling in the host country, the stress resulting from the

acculturation process so that they may make proper preparations. Potential emigrants could be provided with written and visual materials that include the experiences and recommendations of people who have previously traveled abroad.

In the host country, organizing an orientation program in which official representatives of both Turkey and the host country take part would help expatriates overcome the initial shock in a more healthy way. With the cooperation of non-governmental organizations established by Turkish citizens in the host country, there could be a figure that expatriates could trust in their new home who might either meet with them or be determined as a contact person.

In order to reduce the stress resulting from the acculturation process, people could be given seminars, personal, and group consultancy support about how to protect one's identity in a multicultural environment and how to prosper culturally without losing one's own identity. Despite the feeling that one's cultural identity is under threat, 'eid prayers, religious activities, funeral ceremonies, and some other religious/cultural activities could be carried out as broadly as possible. Teaching religion and spirituality as a part of one's identity may play a role both in protecting and developing oneself culturally and in enhancing one's resilience during crisis situations.

Outgoing individuals seem to adapt more easily in new countries since they also tend to frequently return to their own countries and have ongoing relationships with their relatives. Traveling to Turkey at certain intervals and using technological facilities, such as video conversation, may also be helpful in helping people overcome the difficulties of living abroad.

In this study, the decision-making process of Turkish-born emigrants was further than they expected. As a result, it was observed that the speakers in this study made decisions without subjecting much critical-thinking. Therefore, family life education thematic endeavors for the individuals who are expected to migrate will lead to stakeholders involve in decision making process and consolidation of family bounds. Individuals whose secure attachment state is enhanced as a result of the psychological services will experience a change in attitude and behavior towards the country they migrated, thus a sense of belonging will emerge.

Strengthening immigrant relations will work to clear up much of the psychological confusion experienced by individuals during the arrival process, which will lead to reduced feelings of loneliness. For all of these reasons, increasing the effectiveness of non-governmental organizations, be they associations, federations, or foundations, will increase immigrants' well-being abroad. In such studies, acculturation should ensure the protection of national religious values and the underlying dynamics of identity.

As a result of such extreme changes in environment, migrants' cognitive awareness level is weakened, as is evident from the cognitive distortions in speakers' statements. Counseling activities aiming to increase immigrants' awareness levels will lead to more balanced responses against the suffering that life brings. Immigrants who experience crises in their life tend not to be aware that such situations are a result of homesickness. While this is an example of cognitive distortion, it is also a denial of one's existential realities. In such a crisis, receiving professional help from a mental health adviser intimate with that specific individual's culture, mentality, and feelings appears to play a crucial role in helping the individual overcome the crisis and in preventing him from developing negative attitudes toward that country. In addition, since mutual spousal support is thought to be important in helping families to adapt to and in enduring resulting stress. Consequently, including spouses in all consultancy services would help to increase the effect of counseling.

Kaynakça/References

- Akdoğan, T. (1979). *Göç ve değişme*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Basımevi.
- Anık, M. (2011). *Çok kültürlü bir toplumda kimlik algısı: İsveç'te yaşayan Türk göçmenleri örneği* (Doktora tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (1994). *Mental bozuklukların tanınması ve sayımsal el kitabı* (DSM IV) (4. basım) (E. Köroğlu, Çev. Ed.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM V)* (5th ed.). Arlington, VA: Author.
- Aroian, K. J., & Norris, A. E. (2002). Assessing risk for depression among immigrants at two-year follow-up. *Archives of Psychiatric Nursing, 16*(6), 245–253.
- Balcıoğlu, İ. & Samuk, F. (2002). Göç ve ruh sağlığımız. İ. Balcıoğlu (Ed.), *Medikal ve psikososyal açıdan göç olgusu* içinde (s. 40–55). İstanbul: Alfabe Basım Yayın.
- Baş, T. & Akturan, U. (2008). *Nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Berry, J. W. (1990). Acculturation and adaptation: Health consequences of culture contact among circum polar peoples. *Arctic Medicine Research, 49*, 142–150.
- Berry, J. W., Poortinga, Y. H., Segall, M. H., & Dosen, P. R. (2002). *Cross-cultural psychology: Research and applications*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Castles, S., & Miller, M. J. (1998). *The age of migration: International population movements in the modern world*. London, UK: The Guilford Press.
- Cicourel, A. (1982). Living in two cultures: The everyday world of migrant workers. In R. G. Parvis (Ed.), *Living in two cultures: The socio-cultural situation of migrant workers and their families* (pp. 17–65). Paris, France: Unesco Press.
- Creswell, J. W. (2013). *Nitel araştırma yöntemleri: Beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni* (M. Bütün & S. B. Demir, Çev. Ed.). Ankara: Siyasal Yayınları.
- Doerschler, P. (2006). Push-pull factors and immigrant political integration in Germany. *Social Science Quarterly, 87*(5), 1100–1116.

- Doğan, B. (2014). *Almanya'da yaşlı bakımı ve yaşlı Türk göçmenler: Berlin örneği* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Doğan, S. (1988). *Yurtdışı yaşantısı geçiren ve geçirmeyen lise öğrencilerinin problemleri* (Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Ercan Esentürk, L. (1998). *Yabancı uyruklu ve Türk üniversite öğrencilerine ait sorunların bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Farley, T., Galves, A. L., Dickinson, L. M., & Perez, M. D. J. D. (2005). Stress, coping, and health: A comparison of Mexican immigrants, Mexican-Americans, and non-Hispanic whites. *Journal of Immigrant Health*, 7(3), 213–220.
- Flaherty, J. A., Kohn, R., & Golbin, A. (1986). Demoralization and social support in Soviet-Jewish immigrants to US. *Comprehensive Psychiatry*, 27, 149–158.
- Giorgi, A., & Giorgi, B. (2008). Phenomenological psychology. In C. Willig & W. S. Rogers (Eds.), *The Sage handbook of qualitative research in psychology* (pp. 165–179). London, UK: Sage.
- Gönlüllü, M. (1996). Dış göç. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1, 95–104.
- Grinberg, L., & Grinberg, R. (1999). Psychoanalytic perspectives on migration. In D. Bell (Ed.), *Psychoanalysis and culture: A Kleinian perspective* (pp. 154–169). London & New York: Carnac.
- Güllüpınar, F. (2012). Göç olgusunun ekonomi-politiği ve uluslararası göç kuramları üzerine bir değerlendirme. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 4, 53–85.
- Hare, D. (1999). 'Push' versus 'pull' factors in migration outflows and returns: Determinants of migration status and spell duration among China's rural population. *The Journal of Development Studies*, 35(3), 45–72.
- Held, D., McGrew, A., Goldblatt, D., & Perraton, J. (1999). *The global transformations: Politics, economics and culture*. California, CA: Stanford University Press.
- Hovey, J. D., & King, C. A. (1996). Acculturative stress, depression and suicidal ideation among immigrant and second generation Latino adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 35, 1183–1192.
- Hyman, H. (2004). Setting the stage: Rewieiving current knowledge on the health of Canadian immigrants. *Canadian Journal of Public Health*, 95(3), 4–8.
- Kalaycıoğlu, S., Çelik, K. & Beşpınar, F. U. (2010). Gitmek mi zor kalmak mı? Avrupa'ya erkek göçü ve geride kalan kadınların gözünden göç deneyimi. *Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 27(1), 123–146.
- Karagöz, R. (2007). *Almanya yeni yurt: Son göçün anatomisi*. İstanbul: Fide Yayıncılık.
- Kızılcıkelik, S. & Erjem, Y. (1994). *Açıklamalı sosyoloji terimler sözlüğü*. Ankara: Atilla Kitabevi.
- Kohn, R., Flaherty, J. A., & Levav, I. (1989). Somatic symptoms among older Soviet immigrants: An exploratory study. *International Journal of Social Psychiatry*, 35, 350–360.
- Kuo, W. (1976). Theories of migration and mental health: An empirical testing on Chinese - Americans. *Social Science & Medicine*, 10(6), 297–306.
- Laing, R. D. (2012). *Bölünmüş benlik* (E. Akça, Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.

- Langdridge, D. (2007). *Phenomenological psychology: Theory, research and method*. London, UK: Pearson Prentice Hall.
- Massey, D. S., Arango, J., Hugo, G., Kouaouaci, A., Pellegrino, A., & Taylor, J. E. (1993). Theories of international migration: A review and appraisal. *Population and Development Review*, 19(3), 431–466.
- Özkan, Y. (2008). Avrupa’da yaşayan Türklerin yabancılarla yaptıkları evlilikler ve yaşadıkları sorunlar. İ. Aydoğan & A. F. Yaylacı (Ed.), *I. Uluslararası Avrupalı Türkler Kongresi “Eğitim ve Kültür”*: Cilt I içinde (s. 167–186). Kayseri: Erciyes Üniversitesi Yayınları.
- Öztürk, A. (2012). *Amerika’da yaşayan Türk göçmenlerin asimilasyon karşısında Türk kimliklerini sürdürme çabasının bir aracı olarak Türk Dernekleri’nin rolü: Rochester örneği* (Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Pernice, R., Trlin, A., Henderson, A., & North, N. (2000). Employment and mental health of three groups of immigrants to New Zealand. *New Zealand Journal of Psychology*, 29(1), 24–29.
- Polek, E., Van Oudenhoven, J. P., & Ten Berge, J. M. F. (2011). Evidence for a “migrant personality”: Attachment styles of Poles in Poland and Polish immigrants in the Netherlands. *Journal of Immigrant and Refugee Studies*, 9, 311–326.
- Ritsner, M., Ponizovsky, A., Chemelevsky, M., Zetser, F., Durst, R., & Ginath, Y. (1996). Effects of immigration upon the mentally ill—does it produce psychological distress? *Comprehensive Psychiatry*, 37, 17–22.
- Steel, Z., Silove, D., Chey, T., Bauman, A., & Phan, T. (2004). Mental disorders, disability and health service use amongst Vietnamese refugees and the host Australian population. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 111, 300–309.
- Şahin, C. (2001). Yurt dışı göçün bireyin psikolojik sağlığı üzerindeki etkisine ilişkin kuramsal bir inceleme. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(2), 57–67.
- Tuzcu, A., & Bademli, K. (2014). Göçün psikosoyal boyutu. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 1(6), 56–66.
- Van Manen, M. (1990). *Researching lived experience*. New York, NY: SUNY Press.
- Van Oudenhoven, J. P., & Hofstra, J. (2006). Personal reactions to ‘strange’ situations: Attachment styles and acculturation attitudes of immigrants and majority members. *International Journal of Intercultural Relations*, 30, 783–798.
- Vural, S. [Yönetmen]. (2013). *Gurbette Kalanlar* [Belgesel]. Yer: Yapımcı. 12.10.2015 tarihinde http://www.trtturk.com/program/detay/gurbette-kalanlar_3.html#arsiv910 adresinden edinilmiştir.
- Walsh, F. (2006). *Strengthening family resilience*. New York, NY: Guilford Press.
- Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2001). *The psychology of culture shock*. Hove, UK: Routledge.
- Warfa, N., Bhui, T., Craig, T., Curtis, S., Mohamud, S., Stansfeld, S., ... Curtis, S. (2005). Post-migration geographical mobility, mental health and health service utilisation among Somali refugees in the UK: A qualitative study. *Health Place*, 12, 503–515.
- Willig, C. (2013). Interpretation and analysis. In U. Flick (Ed.), *The Sage handbook of qualitative data analysis* (pp. 136–149). Los Angeles, CA: Sage.

- Wilpert, C. (1992). The use of social networks in Turkish migration to Germany. In J. Rex, D. Joly, & C. Wilpert (Eds.), *Immigrant associations in Europe* (pp. 177–189). Aldeshot, UK: Gower Publishing Company.
- Yalom, I. (1980). *Exitansial psychotherapy*. New York, NY: Basic Books.
- Yaman, F. (2015). *Sivil toplum bağlamında Avrupa'da İslam ve Müslüman kimliği: Almanya örneği* (Doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.