

Araştırma Makalesi

Ters Göç, Refah ve Mekân İlişkisi¹

Simay Özlü Diniz², Çağıl Arslan³

Öz

Bu çalışmanın amacı genç refah göçmenlerinin göç motivasyonları, sağlık ve refah durumları, mekânsal uyum süreçleri ile gittikleri yerlerdeki sosyoekonomik değişimleri anlamaktır. Nitel yöntemle yürütülen araştırmada, internet üzerinden gerçekleştirilen mülakatlar (6), YouTube videoları (10) ve ünlülerin medyada yer alan röportajları (5) sac ayağı şeklinde veri kaynağı olarak kullanılmıştır (14 K, 12 E). Bodrum, Kuşadası, Datça, Gökçeada ve Ayvalık gibi küçük yerleşim yerlerinden toplanan veriler cinsiyet, sosyoekonomik statü, geldikleri şehir ile sağlık durumlarına göre alt kategorilere ayrılan ve emeklilikten önce büyük şehirlerden küçük yerlere göç eden kişilerden oluşmuştur. Bulguların analizi temellendirilmiş kurama göre açık kodlamalarda yer alan kavramlar doğrultusunda eksenel kodlama ile yapılmıştır. Göç sebepleri şehrin keşmekeşi ve sisteminden kaçmak olarak belirlenen göçmenlerin göç sonrası değişim temaları insan ilişkileri, vakit, doğa ilişkisi, güven, sistem, üretkenlik ve minimalizm olarak ortaya konmuştur. Ayrıca bir kısım göçmenin şehrin konforunu, sosyokültürel imkanlarını, sosyal çevresini ve altyapı olanaklarını özlediği tespit edilmiştir. İlişkisel sosyolojik olarak mekân, zamandan bağımsız değildir ve insan fiziki konum, sosyal statüler (güç) ile sürekli bir ilişki içerisindedir. Özellikle son zamanlarda gözlemlenen ters göç olgusu kent yaşamında memnuniyeti düşen bireylerin doğaya dönük, küçük, sakin yerleşim yerlerine göç etme isteğinde olduğunu göstermektedir. Genellikle emekli göçü olarak araştırılan refah göçmenliği postendüstriyel günümüzde, ekonomik kaygılardan ziyade daha az kalabalık, sağlıklı, ucuz ve kaliteli bir yaşam arayan “yaşam biçimi göçü” olarak da ortaya çıkmaktadır. Bu durum kıyı kentleri, tarihsel, dağlık, kırsal ve turistik mekanlarda yoğunlaşırken bireylerin biyopsikososyal (BPS) sağlık durumunu etkilemektedir. Verilerin analizi sonucunda refah göçmenlerinin Agroeko Göçmenler, Mikro-Kentliler ve Bohemler olarak tipolojilere ayrıldığı gösterilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Refah Göçü, İlişkisel Mekân, Biyopsikososyal (BPS) Model, Yaşam Memnuniyeti, Türkiye.

¹ Makale Geliş Tarihi: 10.10.2022 Makale Kabul Tarihi: 20.10.2022

² Başkent Üniversitesi, Sosyoloji Doktora Programı, simayozlu@yahoo.com, ORCID NO: 0000-0002-2856-353X

³ Başkent Üniversitesi, Sosyoloji Programı, cagil.arslan@gmail.com, ORCID NO: 0000-0001-7853-4799

Research Article

Relationship of Reverse Migration, Welfare and Space

Abstract

The purpose of this research is to understand the young amenity migrants' motivations, health and welfare conditions, spatial adaptation periods and the socioeconomic change they exert on places they migrate. The research, which is conducted with the qualitative method, is based on interviews conducted on internet (6), YouTube videos (10) and interviews of celebrities in the media (5). Different data sources were used in the form of triangulation (14 W, 12 M). The data collected from small places such as Bodrum, Kuşadası, Datça, Gökçeada and Ayvalık consisted of people who migrated from big cities before retirement that were chosen among subcategories based on gender, socioeconomic status, city of origin and health status. The findings were analysed with axial coding in line with the concepts included in the open coding according to the grounded theory. The reasons for migration were summarized as escaping from the chaos and system of the city. The post-migration changes of immigrants were revealed as human relations, time, nature relationships, trust, system, productivity and minimalism. In addition, it is understood that some immigrants miss the comfort, socio-cultural opportunities, social environment and infrastructure facilities of the city. According to relational sociology, space is not independent of time and is in a constant relationship with humans, physical location and social status (power). The reverse migration phenomenon, which has been observed recently, presents that individuals whose satisfaction with urban life decreases are willing to migrate to nature-oriented, small, quiet settlements. Welfare immigration, which is generally researched as retirement immigration, is also emerging as a "lifestyle immigration" seeking a less crowded, healthy, cheap and quality life rather than economic concerns in the post-industrial era. While this phenomenon is concentrated in coastal, historical, mountainous, rural and touristic places, it affects individuals' biopsychosocial (BPS) health status. The analyzed data shows that welfare immigrants are divided into typologies: Agroeco Immigrants, Micro-Urbans and Bohemians.

Keywords: Amenity Migration, Relational Space, Biopsychosocial (BPS) Model, Life Satisfaction, Turkey.

1. Giriş

Mekân kavramı 1970'lere kadar sosyal bilimlerin ilgi alanına girmemiştir. Ancak Simmel'in "Metropol ve Tinsel Hayat", "Bireysellik ve Kültür" ile "Mekân Sosyolojisi" çalışmalarında mekânı ele almasıyla sosyolojinin literatüründe yer almıştır. Simmel'in mekân sosyolojisine göre sosyal yaşam uzamsal gerçeklikle ilişkilidir (Fu, 2021). Mekân aktörler, coğrafya ve sosyal ilişkilerden meydana gelir. Ayrıca mekân ilişkiseldir çünkü söylemsel bilgiye dayanır. Sürekli değişen ilişkilerden meydana gelen bir süreçtir. Bu sebeple ilişkisel sosyolojinin alanına giren mekân kavramı sosyal yaşam, güç ve kimlik kavramlarını birbirine bağlayarak kesişimsel bir etki yaratmaktadır. Güncel bir eylem olan refah göçmenliğinin, büyük kentlerden daha kaliteli bir yaşam amacıyla küçük yerleşim birimlerine göç etme eylemi olarak ortaya çıktığı gözlemlenmektedir. Mekân sosyolojisiyle ilişkili olarak modernleşme ve kentleşme sonucu bireyler büyük kentlerde yaşadıkları sorunlar sebebiyle refah göçünde bulunmaktadır. Bu bölümde refah göçüne değinildikten sonra güncel mutluluk teorileri incelenecek ve BPS model kullanılarak refah göçmenliği olgusunun mekân, sağlık ve mutluluk ile ilişkisi açıklanmaya çalışılacaktır. Bu literatürden yola çıkan çalışmanın kalanında refah göçmenliği, ilişkisel sosyolojiden faydalanılarak mekân ve mutluluk çerçevesinden incelenecektir.

Tarihsel olarak başlarda coğrafyacılar, mimarlar, şehir planlamacılar, çevre tarihçileri, çevre planlamacılar tarafından ele alınan mekân kavramı 1970'lerden itibaren sosyal bilimlerce irdelenmeye başlanmıştır (Teymur, 2004). Mimari psikologlar ve çevre psikologları, antropologlar, filozoflar ve kent sosyologları tarafından incelenmiştir. Genel olarak, mekânın sosyolojisinde coğrafi konum, fiziki yapı ile anlam ve değer kazandırılması özellikleri işlenir (David, 2004) ve bunlar iç içe örülmüştür. Yarattığımız, kullandığımız veya karşısında durduğumuz fiziki yapılar sosyal süreçlere sebep olur (Gieryn, 2000). İnsan faaliyeti olmadan yer sadece evrende bir noktadır. Bir yer sıradan insanların adlandırması, ayırması ve temsiliyeti ile mekâna dönüşebilir. Tarih, ütopya, tehlike, güvenlik veya kimlikle birlikte evrende bir nokta mekân haline gelir. Gieryn (2000), Lefebvre'ye (1991) göre mekân, uzay ve alan çalışmalarında kullanılan geometri, uzaklık, yön, ebat, şekil, hacim gibi ölçülerin ötesinde; bir şeylerin toplanma noktası, anlamlar ve değerlerin atfedildiği yer olduğunu aktarır. Mekâna kültürel bir anlam yüklenmiştir. İçinde bireyler, etkinlikler, objeler ve temsiliyetler vardır. Mekânın coğrafya, sınır ve arazi tanımlarının ötesinde tasarımcılar ve kullanıcılar ile anlamlandırılması gerekir. Üstelik sosyologların çalıştığı her alan bir şekilde mevzileştirilmiştir (emplaced). Mekân, ilişkilerde temsili bir oyuncu ve sosyal dünyada bağımsız etkiler yaratan bir aktör olarak ortaya çıkar. Ayrıca mekân bir bölge hakkında salt demografik ve ekonomik bilgiler demek değildir. Daha ziyade sokaklar, mimari, binalar, işletmeler, ortak alanlar gibi bireylerin yansımalarını taşıyan ve zamanla birlikte sürekli değişen yaşam alanlarının tümüdür (a.g.e.). Gieryn'in sözleriyle (2000), Giddens (1984) mekanların insan etkinlikleri ve kurumlar tarafından meydana geldiğini ve sosyal hayat için bir aracı konumunda olduğunu aktarır.

İlişkisel mekân teorilerinin temeli Simmel'in Mekân Sosyolojisi, Metropol ve Tinsel Hayat, Yabancı eserlerinde ele aldığı kavramlara dayanmaktadır (Gieryn, 2000). Simmel, Mekân Sosyolojisi eserinde sosyal geometri olarak tanımlanan zaman, kütle ve sayı üzerine odaklanmıştır (David, 2004). Sosyal yaşamın uzamsal bir gerçekliği vardır. Mekânın beş temel özelliği ayrıcalık, sınırlılık, sosyal yapıları etkileyen sosyal ilişkiler, bu ilişkileri belirleyen bireyler ve gruplar arası mesafe, mekân değişimi (hareket) ile sosyal ilişkilerin değişmesidir (Fu, 2021). Fu (2021) Simmel'e göre sosyal etkileşimi belirleyen dört ana başlığın şunlar olduğunu aktarır: organizasyon, otorite ve hakimiyet, sosyal bağımsızlık, merkezi olmayan ve yükselen bir soyutluk. Modern yaşamda uzamsal ve ilişkisel yaklaşımların birlikte olduğunu Simmel söyler (a.g.e.). Simmel'in kent ve modern yaşam çalışmaları ilişkisel mekân epistemolojisine uygundur. Mekân, doğası gereği aktörler, coğrafi tanıma, sosyolojik olarak yaşama süreci ile ilişkisel kabul edilir. Ayrıca mekân devamlılık gösteren karşılıklı etkileşim içindeki ilişkilerden meydana gelir; sabit bir coğrafya veya varlık değildir (a.g.e.).

İlk olarak, insanın mekanla kurduğu psikolojik ve davranışsal ilişki toplumu bir süreç olarak ele alarak mekânı yeniden yaratır. Bu yüzden mekân sürekli değişim halindedir ve ilişkisel olarak insan ürünüdür. İkinci olarak, mekânın ilişkiselliği söylemsel bilgiye dayanır (Fu, 2021). Fu'ya (2021) göre burada Foucault'nun (1966) "söylemsel güç" kavramından faydalanılmaktadır. Modern insan mekâna hapsedilerek kontrol altında tutulmaktadır. Beden kontrolü ve görsel gözetim için mekân önem taşımaktadır. Bu mekanlar sürekli değişen karmaşık güç ilişkilerinden meydana gelmektedir. Foucault'ya göre mekân, mevkilerin dinamik oluşumundan kaynaklı ortaya çıkmaktadır (a.g.e.). Mekân oluşumunda sıralama ve görecelilik önemlidir. Sıralama ise yakınlık ve mesafeye göre değişir. Bireyler arasında da tıpkı mekanlar gibi yakınlık ile sınırları belirleyen içeri ve dışarı kapıları vardır. Bireylerin mekandaki göreceli pozisyonlarına göre farklı güç alanları oluşur. Çeşitli mekân-zaman ilişkilerinde güç geometrileri ortaya çıkar (Graham & Healey, 1999). Özellikle ilk sosyal bilimciler tarafından mekân kentsel ve mimari bir olarak algılanmaktaydı (Teymur, 2004). Teymur (2004), Foucault'nun (1977) hapisane mimarisinden yola çıkarak ortaya çıkardığı mekân ve toplum ilişkisinin önemini vurguladığını aktarır. Foucault eserinde bireyle mekân arasındaki ilişkisellik ve güç alanlarını anlatır (a.g.e.).

Bourdieu da mekân kavramıyla yakından ilgilenen bir sosyologdur (Kasapoğlu, 2019). Mekanla ilgili "habitus" kavramını ortaya atan Bourdieu, kültürel alanların inşasının anlamlara dayandığını, sosyal sermaye ve ilişki ağlarının sosyal mekanların oluşturulmasında etkili olduğunu anlatmıştır. Habitus bireylerin alışkanlıkları, yetenekleri, sosyal dünyaya yükledikleri anlam ve geçmişlerinden getirdikleri birikimlerle ortaya çıkar. Ekonomik, sosyal, kültürel ve sembolik sermaye türleri onların sahip oldukları habituslara bağlıdır. Bu habitus, yani sosyal konum, onların hareketlerini, düşünce biçimlerini, duygularını şekillendirir. Sermayeler güç dengesi için önemlidir. Bourdieu'nun sosyolojik mekân açıklaması daha doğrusal olduğu ve derinlikten yoksun olduğu için Mohr tarafından

eleştirilmiştir (Kasapoğlu, 2019). Kasapoğlu (2019) ilişkisel bir sosyolog olarak kabul edilen Bourdieu'nun (1977) mekân tanımında sosyal süreçleri göz ardı ettiği için eleştirildiğini aktarmıştır. Mohr'a (2013) göre mekân konusunda daha diyalektik analizlere ihtiyaç vardır. Bourdieu mekanları sosyal sınıf, zevk ve ayrımlaşma doğrusal düzleminde makro olarak incelemiştir. Oysa çok boyutlu ve interaktif düzeyde ilişkilendirmeler yapılmalıdır. Örneğin yetenekler, uzmanlık ve bilgi gibi değişkenler devreye girmelidir (a.g.e.). Yine Kasapoğlu (2019), üç boyutlu değerlendirme yapmak için sosyal psikolog Kurt Lewin'in (1951) teorilerine başvurulduğunu aktarmıştır. Lewin, mekânı sosyal ortamların topolojik modeliyle açıklamıştır (a.g.e.). Mekânı Einstein'ın uzay zaman teorilerine dayandırmıştır. Mekân geometrideki gibi düzlemsel değil, zaman boyutunun da devreye girdiği çok boyutlu bir kavramdır. Bireyler içine girdikleri mekândan etkilenen boyutsuz varlıklardır. Bu anlamda topolojik açıklamalar yetersiz kalır ve hodolojik yaklaşım kullanılır. Hodolojik mekânda sürekli değişen karmaşık dinamikler, yönler mevcuttur. Mekânlar farklı zamanlarda, farklı kişileri, farklı ilişkisel boyutlarla birbirine bağlar (a.g.e.).

Mekân teorileri çoğunlukla modernleşme ile birlikte ele alınır (Fu, 2021). Kentleşme ile birlikte iş bölüşümü, uzmanlaşma, bireylerin ürettiğinden uzaklaşması (yabancılaşma) ortaya çıkar. Ayrıca tüketim odaklı modern yaşamda para ve ekonomi üzerine aşırı bir yoğunlaşma ve özellikle metropollerde yüksek sayıda insanın bir alanda yığılması olguları gözlemlenir. Mekândaki insan yoğunluğu arttıkça da salt işlevsel ilişkiler yüzeyselleşir ve zayıflar; bireylerin maruz kaldığı görüntüler sürekli değişir. İlişkisel mekân çalışmaları, uzamsal etkinlikler sonucu dünyayı tecrübe ederken özünden uzaklaşan bireyler açısından, modern yaşamda bireyin varoluşu sorunuyla ilgilendirir. Bununla birlikte, güncel teoriler, örneğin feminizm, mekânın sosyal baskı üzerindeki etkisini incelemesi bakımından kesişimsel (intersectional) kabul edilir. Uzamsal analizler kimlik, ilişkisellik, sosyal bağlam, güç ilişkileri, cinsiyet, eşitlik ve adalet gibi kavramları birbirine bağlar. Ayrıca, Witte ve Schimitz de (2021) ulusal, uluslararası ve küresel mekanlarda sosyal ve fiziksel koşulların kesişimselliğini vurgular.

Graham ve Healey (1999) kentlerin zaman mekân boyutunda ilişkisel teorilerini yerin öklid algılarıyla açıklamıştır. Çoklu zaman-mekân ilişkilerine Foucault gibi güç geometrilerini katmıştır. Bununla birlikte göçmenlerin ulusal sosyal mekanlarını incelemiştir. İlişkisel olarak düşünüldüğünde göçmenlerin kendi ülkeleri ve yeni göç ettikleri ülkeleri kıyasladıkları mekânsal bir boyut söz konusudur. Onların mekân algısı hep görecelidir. David (2004) çoğunlukla kentleşme ve yarattığı değişime odaklanan Simmel'in, "Modern Kültürde Para" (1896) makalesinde özellikle kentli kişilik üzerine yoğunlaştığını aktarmıştır. Yabancı kavramıyla ise göçmen ve diğer azınlıkların sosyal etkileşim vasıtasıyla yabancılık hissettiğini vurgulamıştır. Anlamlandırma ve yorumlamaya dayalı sosyal ilişkiler, uzamsal ilişkilerin belirlediği ilişki ve sembolik etki üzerine kurulmuştur. Simmel'in mekanların ikiliğini anlatan köprü metaforu çerçevesinde, mekânlar iletişim sayesinde göçmenler için bir geçit oluşturmaktadır (Fu, 2021). Köprü bireylerin farklı mekânlara dahil olabilme yetisini anlatmaktadır. Farklı mekânlar sürekli birbiriyle

etkileşim içerisinde ve ilişkisel olarak devamlı yaratım sürecindedirler. Ayrıca Fu (2021), Simmel'in (1997) metaforik olarak mekânlar arasındaki kapılardan da bahsettiğini aktarmıştır. Ona göre bireyler, farklı mekânlar arasında bu kapılar sayesinde geçiş sağlarlar. Bu kapıların oluşturduğu sınırlar dinamik ve duvar gibi geçersiz değildir. Bireylerin oluşturduğu sayısız kapılar akışkandır, dinamik güç ilişkilerini yansıtır ve mekânın ilişkiselliğini kapsar (a.g.e.).

Mekân literatürü ele alındığında mekânın özellikle kentleşme ve göçmenler üzerinde yarattığı etkinin büyük olduğu görülmektedir. Bu çalışmanın konusu olan refah göçmenleri ise toplumda ekonomik önceliklerden ziyade kaliteli yaşam arayışında olan bireylerdir. Onlar için mekân, refah sağlama bakımından önemlidir ve şehir hayatından memnun değildir; şehirde kendilerini yabancı hissederek uzaklaşmak isterler. Genellikle kırdan kente yapılan göç sonucunda büyük şehre uyumsuzluk, ekonomik zorluklar, güçlü aile bağları ve memleket özlemi ters göçe sebep olmaktadır. Refah göçmenlerinin şehirlerdeki olası psikolojik sorunları ve ruhsal refahın sağlık üzerindeki etkileri göz önüne alındığında, yaşam kalitesini artırma ve ruhsal sağlığı kuvvetlendirme işleviyle doğaya dönüş ve yaşam biçimi değişimi mekân ile ilişkisel yapıda bir etkinlik olarak görünmektedir. Çalışma özellikle, kentlerden küçük yerleşim yerlerine kaliteli yaşam amacıyla göç eden refah göçmenleri üzerinde yoğunlaşmayı hedeflemektedir. Refah göçmenlerine değinmeden önce Türkiye'de ters göç olgusundan bahsedilecektir.

Diğer sanayileşmiş ülkeler gibi Türkiye'de de, özellikle 1950-2000 arasında, köyden gelen göçlerle kentleşme gerçekleşmiş ve bu durum 1970'lerden itibaren çarpık kentleşme, işsizlik, yabancılaşma benzeri sorunlara sebep olmuştur (Kepenek & Uğuzman, 2018). Gelişme ve göç açısından iki taraflı bir gelişme söz konusudur (İslamoğlu vd., 2014). Ülke, bölge ve şehirlerin gelişimleri ve gelir düzeyleri birbirine yaklaştıkça göç azalmaktadır. Bununla birlikte kentlerde çekici faktörlerin yanı sıra itici etkenler de devreye girmiştir. Türkiye'de göç 1950'lerde kırsalın iticiliği, 1960-1980 arası sanayileşmeyle birlikte kentlerin çekiciliğiyle gelişmiştir. 1980'ler sonrası ise modernleşme ile birlikte iletişim ve ulaşım teknolojilerinin gelişmesiyle itici etkenler artmıştır. Ancak çarpık kentleşme, betonlaşma, kalabalık, trafik, kirlilik, gürültü, stres sebebiyle şehirde yaşayanların hayattan tatmin seviyesi düşmektedir. Bununla beraber devletin politikaları ile kırsala yatırım artmış ve köylerde sosyo-ekonomik bir dönüşüm yaşanmıştır. Kentsel etkenler çekicilikten iticiliğe dönüşüp göçte beklenen fayda sağlanamayınca kentliler yeni arayışlara yönelmişlerdir. Köylerin sosyo-ekonomik dönüşümü kırsalın yeni çekim alanları oluşturmasına sebep olmuştur. Özellikle 90'lardan sonra köylerden kentlere göç azalarak kırsal alanlara olan talep yükselişe geçmiş ve ters göç kavramı ortaya çıkmıştır (İslamoğlu vd., 2014). Kırsalın gelişmesinde sanayi alanında yeni yatırımlarla istihdam olanakları yaratılması, tarımda sürdürülebilir büyüme ve gelir artışı rol oynamıştır. Sonucunda Türkiye'de 2000'li yıllarda ters göç başlamıştır. Ayrıca 2008'de yaşanan ekonomik krizin de büyük etkisi olmuştur.

Kent ve kırsal arasındaki nüfus değişimleri incelendiğinde ters göçe, yani kentten kırsala yapılan göç türüne, sebep olan etkenlerden birinin de “refah göçü” olduğu anlaşılmaktadır. Postendüstriyel olarak tanımlanan bu dönemde yaşam biçimi göçü olarak da adlandırılan bu akım, refah düzeyi yüksek bireylerin, daha iyi bir yaşam sürmek amacıyla yaptıkları güncel bir göç türüdür (Südaş & Mutluer, 2010; Gosnell & Abrams, 2009). Bu göçler çok çeşitli olmakla birlikte genellikle kıyıları ile tarihi ve kırsal alanlarda yoğunlaşmaktadır. Özellikle, turistik veya kültürel ve geleneksel değerleri yüksek olan bölgelerin nüfus aldığı ortaya konmaktadır. Refah göçü eskiden nüfus kaybeden bölgeler için önemli bir hareket teşkil etmektedir. Kentlerin nüfusunun azalmasına sebep olan ve birbiriyle etkileşim içinde olan faktörlerden en önemli üç tanesi fiziksel çevre, eğlence ve yenilenme ile kamu fonlarından oluşmaktadır (Steincke vd., 2009).

Sanayi toplumunu ve ekonomik nedenlerle yapılan göçü ele alan geleneksel göç kuramları, kaliteli yaşamı hedefleyen refah göçünü açıklamakta yetersiz kalır (Altundal & Somuncu, 2017). Bu nedenle, refahı göçü olgusu insanların akışkan olma hali ile bilgi teknolojileri ve hizmete dayalı post-endüstriyel dönem çerçevesinden açıklanmalıdır. ABD’de 1970’lerde başlayan bu akım 1990’larda hız kazanmıştır. Endüstri devrimini takip eden teknolojik gelişmeler bireyleri sanal ortamlarda kimlik arayışına iterek yeni sosyal ağlar yaratmaya, mekân ve zaman sınırlamasını ortadan kaldıran sanal mekanların yaratılmasına sebep olmuştur (Güzel, 2016). Güzel (2016), postmodern olarak da adlandırılan bu dönemde Barshkow’a (2004) göre küresel ekonomi, göçler, medya ve turizm yüzünden sınır ötesi, geçirgen yaklaşımların önem kazandığını aktarmıştır. Sınırlar artık akışkan bir yapı kazanmıştır. Kültürel sınırlar ortadan kalkarak çok katmanlı bir dönüşüm haline gelmiştir. Zaman ve mekân kavramını aşan bireyler gibi ilişkiler de akışkan hale gelmiştir. Sanal alan olarak adlandırılan ve pek çok kültürel etkinliğin gözlemlendiği çevrimiçi alanlarda gerçeklik ve kimlikler bulanıklaşmıştır. Bu dönemde teknolojinin de sayesinde hareket özgürlüğü kazanan bireyler, kaliteli yaşam için yer değiştirme ekonomik kaygıların önüne geçmektedir (Hjerpe vd., 2020). Refah göçü bireylerin yaşam kalitesini artırmak için doğal çevre ve belirleyici bir kültür ortamında bulunmasını anlatmaktadır. Bu mekanlar çoğunlukla kıyı, dağ, göl, orman gibi şehirden uzak doğal yaşam ortamlarını içermektedir (Moss & Glorioso, 2014). Bu akım kırsal kesimin kültürünü, ekonomisini ve çevresini değiştirmektedir. Üstelik, bu durum hem zengin ve gelişmiş hem de gelişmekte olan ülkelerde yaşanmaktadır. İnternet ve medya da bu akıma ışık tutarak dikkat çekmektedir (a.g.e.).

Refah göçmenleri büyük şehirlerden daha kaliteli bir yaşam arzusuyla göç ettikleri için davranışlarının temelinde mutluluk arayışı vardır denilebilir. Bu sebeple bireylerin modern yaşamdaki mutluluk tanımları ve sağlık ile olan ilişkisine değinmek yararlı olacaktır. Gelişen toplumla birlikte refah ve mutluluk modern sosyolojinin çalışma alanlarından biri haline gelmiştir. Modernleşmenin yarattığı risk ve tüketim toplumu bireyleri yabancılaşma, yalnızlaşma ve stres gibi sorunlarla mücadeleyle itmiştir (Cieslik, 2017). Güncel literature göre modern

toplumlarda kalabalık kentler, doğadan kopuk ve yalnız olma, boş vakitlerin azlığı veya niteliksizliği bireylerin mutluluk seviyelerini azaltmaktadır (Winters & Li, 2015; Pringle & Guaralda, 2018; Tampierei, 2017). Bunların sonucunda kentlerde yaşayanlar doğayla içi içe olabilecekleri sakin mekanları tercih etmeye başlamışlardır. Artık bireyler ekonomik kaygıların ötesinde bedensel, ruhsal ve sosyal olarak bütüncül bir refah arayışına girmişler ve bunun için uygun mekânları değerlendirmeye başlamışlardır (a.g.e).

Bireyleri mutluluğa götüren etkenlerin başında sağlık, yaşam koşulları, boş zaman aktiviteleri, sosyal çevre ve iş gelmektedir. Güncel mutluluk ölçümlerini özetlemek gerekirse, 1976 yılında yapılan mutluluk ve iktisat arasındaki ilişki araştırmasının sonuçlarına göre yaşam doyumu alanlarını gösteren etkenler şu şekildedir: sağlık, evlilik, aile, ulusal hükümet, dostluk, konut, iş, topluluk, inanç, kültürel ve spor etkinlikleri (boş zaman etkinlikleri) (Terzibaş, 2020). Yani yaşam biçimindeki değişiklikler refahı ve o da bireysel sağlığı etkilemektedir. Mutluluğun en önemli bileşenlerinden olan sağlık yaklaşımlarında ise güncel çalışmalara bakıldığında bütüncül teorilere yer verildiği görülmektedir. Dünya sağlık örgütünün tanımına göre sağlık, hastalığın olmayışı değil; fiziksel, sosyal ve mental olarak tam bir iyilik halidir (Arabacı vd., 2016). Yani toplumun birey üzerindeki iyilik hali önemlidir. Bütüncül ve önleyici sağlık çerçevesinde bireylerin ruhsal refahı göz önüne alınmalıdır.

Sağlık alanında en güncel teorilerden olan biyopsikososyal (BPS) model, beden-zihin düalizmine dayalı "biyomedikal" modelden ziyade bireyi, içinde yaşadığı çevreyi ve hissettiklerini ele alan bütüncül bir sistemdir (Kasapoğlu, 2008). Günümüzde sağlık, sadece bedenin fiziksel durumundan öte psikolojik ve sosyal etkenleri de içine alan bir olgudur. BPS model, egzersiz ve beslenme gibi etkinliklerle sağlıklı yaşamı artırmaya yönelik olduğu için refah çalışmalarıyla birlikte ele alınmalıdır (Korucu vd., 2021). Çoğunlukla tedavilerde bütüncül olmayan yaklaşımlar etkili olmamakta ve geçici çözümler yaratmaktadır. Oysa sosyal ilişkiler ve koşullar bireylerin psikolojisini, o da biyolojisini etkilemektedir; zihin ve beden etkileşimi önemlidir. Ayrıca bu model, bireylerin sağlık durumları üzerinde kontrolü olduğunu ve stresten uzak, doğru beslenme ile egzersiz odaklı yaşam koşulları ile bunu değiştirebilecekleri görüşüne dayanmaktadır. Hastaların yaşam tarzı psikososyal sebeplerden ötürü somatik semptomlara sebep olabilmektedir. Bu anlamda hayat tarzı ve mekânda yapılacak değişikliklerin sağlık üzerindeki etkisi BPS model ile açıklanmaktadır (a.g.e.).

Sağlık yaklaşımlarında ele alınması gereken bir diğer kavram ise Kapı Kontrol Teorisidir (KKT). Kapı teorisi, bireylerin ağrı eşiğini inceleyerek psikolojik durumun onların biyolojik durumunu nasıl etkilediğini bilimsel olarak ortaya koymaktadır (Varışoğlu & Ünlü, 2020). Koyuncu (2004), Wall ve Melzack'ın (1965) çalışmalarına göre acının omurilikten lifler vasıtasıyla bir kapıdan geçerek hissedildiğini aktarır. Ağrı uyaranları ince liflerden geçerek beyne iletilir. Kalın lifler ise kapıyı kapalı tutar ve ağırlı uyaranların geçişi engelleyerek hücrelerde

hissedilmemesini sağlar. Ancak ağrı arttığı veya uzadığı zaman ince lifler kapıyı açık tutar ve hücrelerden akım artarak uyarılar algılanır (a.g.e.). Kapıyı kontrol eden etkenler fiziksel (yaralanma), duygusal (anksiyete, kaygı, kızgınlık) ve bilişseldir (ağrıya odaklanma, can sıkıntısı ve düşük özgüven) (Karaman & Kavak, 2020). Beslenme, uyku, aktivite, stres yönetimi, duygu kontrolü, oyun ve iş dengesi, dikkat dağıtma, içsel kontrol gibi faktörler ağrı kapısını kontrol etmeye yardımcı olur. Kalın lifler dokunma duyusu ile algılanır ve bu tür etkenlerin varlığı bilince ulaşmasını engelleyerek ağrıyı hissedilmez kılar (Varışoğlu & Ünlü, 2020). Yani psikolojik faktörler de ağrı duyularını hafifletmektedir (Eroğlu & Arslan, 2018). Kapı kontrol mekanizması cilt uyarısı, zihni başka yöne çekme ve anksiyeteyi azaltma yöntemleriyle uyarılır. Güven ve kontrol duygularının artırılmasıyla ağrı giderilebilir. Bu yöntemler tamamlayıcı ve alternatif tıp (TAT) içerisinde değerlendirilmektedir (Topçu & Dişsiz, 2018). Bu teoriden yola çıkarak yaşam koşullarının anksiyeteyi azaltma, dikkati başka yöne çekme ve olumlu aktivitelerle yaşam kalitesini artırarak bireylere refah, huzur ve mutluluk sağladığını söyleyebiliriz. Özetle, küçük yerleşim yerlerine sağlık amaçlı göç eden refah göçmenlerinin de bu kitlenin içinde yer aldığı ve kapı teorisi ile BPS modele örnek olduğu düşünülmektedir.

BPS modele göre boş zaman etkinlikleri ve mekân sağlık üzerinde son derece baskın bir role sahiptir. Boş zaman bireylere özümseme, bütünleştirme ve zorluklarla başa çıkma gibi faydalar sağlamakta ve bir alan yaratmaktadır (Karaküçük vd., 2020). Ayrıca boş zaman insan hakları evrensel beyannamesinde yer alan temel haklardan biridir. Boş zaman literatürü ele alındığında açık hava, doğaya yakın etkinliklerin ve doğa içerisindeki mekanların ruhsal sağlık, stres yönetimi, rehabilitasyon gibi etkinliklerde olumlu etkileri olduğu gözlemlenmiştir. Bahçeler, parklar, ormanlar ve çiçekler tarih boyunca insanların ihtiyaç duyduğu ve onların refahını artıran mekanlar olarak dikkat çekmiştir (Doğaner, 2019). Örneğin, ormanlar yeni bir terminolojiyle orman banyosu kavramıyla anılmakta ve bireyler beş duyuya hitap eden ormandaki ağaç fitonsitlerinin iyileştirici gücünden faydalanarak, bağımsızlıklarını kuvvetlendirmekte ve şehirdeki stresi azaltarak ruhsal bir terapi sağlamaktadır (Ergüven, 2019).

Özetlemek gerekirse, mekân algısı özellikle göçmenler üzerinde göç ettikleri ve geldikleri şehirleri kıyaslamaları bakımından önemlidir. Bütüncül sağlık açısından ele alındığında duygusal refah seviyesi bireylerin fiziksel ve sosyal sağlığını etkilemektedir. Bu sebeple göçmenlerin, uyum süreçlerine destek olacak ve ruhsal refahı artıracak etkinliklerde bulunmaları gereklidir. Bunun yanı sıra refah göçü, göçmenlerin boş zaman aktivitelerini verimli geçirmelerine ve duygusal refahı artırmaya yardımcı olabilecek bir olgudur. Literatürdeki güncel çalışmalar, bahçecilik gibi doğayla bağ kurulan etkinliklerin hapishanelerde, psikolojik rehabilitasyon merkezlerinde ve okullarda stresi azaltmak, özgüveni artırmak ve suça meyli düşürmek gibi işlevlerde bulunduğunu göstermektedir (Lee vd., 2021). Bu bakımdan göçmenlerin şehir yaşamından uzaklaşarak küçük yerlerde doğada vakit geçirmeleri yeni bir mekân algısı yaratarak geçmişteki zorlu yaşantılarının etkilerini azaltmayı sağlayacak ve yeni yerlerine

uyumu kolaylaştıracaktır. Birey ve bitki ilişkisi ile birey ve peyzajın mekânsal ilişkisi araştırmanın çok boyutlu incelenmesini sağlayacaktır. Güncel çalışmalar doğanın zaman kavramını değiştirerek bireyleri sakin yaşamaya, sabretmeye ve dönüşmeye yönelttiğini göstermektedir (Adevi & Martensson, 2013). Özellikle travma sonrası bahçe katılımlarında kimisi doğada huzur ve şifa bulurken kimisi de bitkilerin onları dinlediğini anlatmıştır. Postendüstriyel dönemde şehir hayatının zorluklarından kaçmak isteyen refah göçmenleri de doğa içinde sakin bir yerde yaşam kalitelerini artırabilirler. Bu yönüyle ve biyopsikososyal (BPS) modelle ele alındığında mekân değişimi ve doğaya dönüş, tıpkı kelebeğe dönüşen tırtıllarda olduğu gibi, bireyler için bir koza görevi görmektedir. Kozada geçirilen sakin sürecin bireyleri, yani bu çalışmada göçmenleri, farklı ve iyi yönde gelişmiş kimliklere dönüştürdüğü düşünülmektedir. Şehrin sıkıntılarından kaçan göçmenlerin küçük yerlerin sakin ve doğaya dönük yaşamında huzur buldukları öngörülmektedir.

1.1. Problem

Kentleşme, şehirde mutluluk, çevre sorunları ve göç literatüründen yola çıkarak bu çalışmanın temel problemi kent nüfusu yüksek olan Türkiye’de, refah göçmenlerinin şehirde mutlu olmamaları; trafik, kalabalık, kirlilik ve betonlaşma gibi sorunlarla karşılaşmaları; şehrin kontrol edilemez, kaotik, belirsiz olmasıdır. Çalışmanın odağı bu bireylerin küçük yerleşim birimlerine göç etmek istemeleri, doğa ile daha yoğun ilişkide bulunarak refah seviyelerini artırmayı amaçlamaları ve göçmen ile göç alan toplum ilişkisi doğrultusundaki değişimlerdir. Özetle bu çalışmada, ilişkisel mekân çerçevesinde refah göçmenlerinin göç ettikleri küçük yerlerdeki uğraşları ve doğayla ilişkilerinin refah seviyeleri üzerindeki etkisi ile göç ettikleri yerde aradıklarını bulup bulamadıkları incelenmiştir.

1.2. Amaç

Bütün bu bilgiler ışığında bu çalışmanın temel amacı günümüzde kentleşme oranları hızla artan Türkiye’de refah göçmenlerinin göç sebepleri ve göç ettikleri yerin özellikle sağlık üzerinde mekânsal ilişkisel rolünü ortaya koymaktır. Refah göçmenleri, toplumda doğaya daha duyarlı ve farklı bir bakış açısına sahip, ekonomik değil kaliteli yaşam öncelikleri olan bireylerdir. Duygusal refah da bütüncül sağlık bakımından önem taşımaktadır. Özellikle refah göçmenleri ucuz ve sağlıklı yaşam, beslenme, temiz hava, kaliteli boş zaman etkinlikleri ve kalabalıktan kaçınmaya önem vermektedir. Bu doğrultuda araştırma aşağıdaki sorulara yanıt bulmayı amaçlamaktadır:

- a. Göçmenlerin büyük şehirlerden göç etme sebepleri nelerdir?
- b. Göçmenlerin göç süreçleri nasıl işlemektedir?
- c. Göçmenlerin tutum ve davranışları arasında farklar var mıdır?
- d. Göçmenlerin yeni mekân algısı onları nasıl etkilemektedir?

1.3. Önem

Bütün mutluluk ve sağlık çalışmaları göstermektedir ki doğanın bireyler üzerinde iyileştirici bir gücü vardır. Diğer bir deyişle yaşam koşulları, çevre ve mekân bireylerin refahını ve dolayısıyla sağlık durumlarını etkilemektedir. BPS modelle birlikte ele alındığında doğanın ve doğal yaşam koşulları ile çevrenin bireyin yaşam kalitesini ve dolayısıyla da sağlığını olumlu yönde değiştirdiği görülmektedir. Birey ve peyzaj ilişkisini de vurguladığı için bahçe, park gibi doğal çevreler mekânsal ilişkisel sosyoloji alanında incelenmelidir. Sanayi sonrası modern yaşamda, ekonomik önceliklerle şehirlerde yaşayan bireyler post-endüstriyel dönemde ekonomik kaygılardan ziyade yaşam kalitesini artırmaya yönelik arayışlara girerek refah göçü hareketinde bulunmaktadırlar. Bu araştırmanın önemi literatürde az çalışılan bir kavram olan refah göçü üzerinde durması ve bu bağlamda sağlık yaklaşımında en güncel teorilerden olan BPS modelden faydalanmasıdır. Ayrıca ilişkisel sosyoloji çerçevesinde birey ve doğa ile mekân ilişkisi üzerinde durarak literatüre katkı sağlamaktadır. Bu çalışma ayrıca ileride, zorunlu göçmenlerin uyum ve refah sürecinde doğadan, örneğin bahçecilikten, faydalanılmasının önemini de vurgulayabilir.

1.4. Sınırlılıklar

Araştırma büyük şehirlerden Bodrum, Datça, Ayvalık, Gökçeada ve Kuşadası gibi küçük ilçelere göç etmiş refah göçmenlerini kapsamaktadır. Örneklemin sayısının az olması bir sınırlılıktır. Araştırma, göçmenlerle yapılmış mülakatlar, çevrimiçi YouTube video kayıtları ve ünlülerin medyada yer alan röportajları olmak üzere üç farklı veri tabanından oluşmaktadır. Nitel araştırma teknikleri kullanılarak daha zengin verilere ulaşmaya çalışılmıştır. Araştırmanın çevrimiçi zoom üzerinden yapılması, YouTube ve basılı medya verilerinden faydalanılması bir sınırlılık oluşturmaktadır. Bu nitel desenin sınırlılıkları ise katılımcıların yaşadıkları deneyimleri olduğu şekliyle ifade etmelerinin zorluğudur. Verilerin analizinde bireylerin sahip oldukları önyargı da yer alır. Araştırmanın iki kişi tarafından yürütülmesi araştırmanın daha objektif olmasına imkân vermiştir.

1.5. Yöntem

Araştırma nitel olarak yapılandırılmış ve Temellendirilmiş Kuramdan faydalanılmıştır. Açık uçlu yarı yapılandırılmış sorular katılımcılara yöneltilmiş ve detaylı cevaplar alınmıştır. Ayrıca Youtube üzerinden içerik analizi yapılmıştır. Nitel araştırmalarda yapıldığı üzere araştırmada çalışılan durum üzerine odaklanılmıştır. Araştırmacılar olay ve olguları yakından izlemiş ve katılımcı bir tavır geliştirmiştir. Durum ve veriler üzerine empati kurularak derinlemesine betimlemeler ve yorumlar yapılmaya çalışılmıştır. Amaç aktörlerin bakış açılarını anlamaktır. Örüntü, çokluluk ve farklılıkları ortaya çıkarmak hedeflenmiştir.

Veri toplama tekniği olarak yüz yüze (internet ve telefon üzerinden) mülakatlar, ters göç yapanların internette yayınlanmış video görüşmeleri ile ters göçte bulunan tanınmış sanatçıların gazete ve internette yayınlanmış röportajları kullanılmıştır. Bu şekilde saç ayağı (triangularion) yöntemiyle üç ayrı veri tabanından faydalanılmıştır. Araştırmadaki göçmenlere zoom görüşmeleri, video kayıtları ve medyada yer alan röportajlar aracılığıyla ulaşılmıştır. Altı kişiyle mülakat yapılmış, on adet YouTube videosu görüşmesi ve beş ünlü sanatçının medyada yer alan röportajları incelenmiştir (14 K, 12 E). Nitel araştırma kapsamında mülakatlarda refah göçmenlerine açık uçlu sorular yöneltilmiştir. Yarı yapılandırılmış açık uçlu sorular sorularak katılımcılarla sohbet havasında görüşülmüştür. Mülakatlarda kartopu örnekleme kullanılmıştır (Neuman, 2007). Kartopu örnekleme bir katılımcının diğerini tavsiye etmesi veya araştırmacının çalışma sırasında diğer göçmenlere ulaşılması vesilesiyle gerçekleşmiştir.

Mülakatlarda üç Bodrum, iki Ayvalık, bir Datça olmak üzere ikisi Ankara ve dördü İstanbul'dan ters göç yapan toplam altı kişi ile Mart ve Nisan 2022 tarih aralığında görüşülmüştür. Derinlemesine görüşmeler whatsapp, zoom ve telefon üzerinden otuz dakika ile bir saat arasında sürmüştür. Beş kadın, bir erkek görüşmecinin yaş aralığı 38 ile 49 arasında değişmektedir. Göç edenlerin hepsi hala aktif olarak çalışmaktadır. Meslekler arasında doktor, editör, emlakçı, yazar, girişimci yer almaktadır. Görüşülen üç kişinin çocuğu bulunmakta diğer üç kişinin ise yoktur. Bir kişi bekar, biri kişi boşanmış, diğerleri ise evli ve eşleri ile birlikte göç etmişlerdir. İki katılımcı geniş ailesi ile birlikte şehir değiştirmiştir. Bir kişi bir buçuk sene sonunda büyük şehre geri döndüğünü, eskiden yaptığı gibi yılın bir bölümünü yazlıkta diğer bölümünü şehirde geçireceğini söylemiştir. 2004 ve 2019 yılı Eylül ayında taşınan iki katılımcı dışındakiler pandemiden sonra göç etmişlerdir. Pandemide veya öncesinde işsiz kalıp yahut işi battıktan sonra göç ettikleri yerde yeni işe girişenler olmuştur. Katılımcıların hemen hepsi daha önce göç ettikleri bölgeye yazları geldiklerini ve bölgeyi önceden bildiklerini aktarmışlardır.

Araştırmanın bir diğer veri tabanı ise ters göçmenlerin YouTube'da yayınlanmış videolarından oluşmaktadır. Veriler, YouTube platformu üzerindeki arama butonuna anahtar sözcüklerin girilmesi ile elde edilmiştir. Bu anahtar sözcükler: 'tersine göç', 'beyaz yakalı göçü', 'şehirden kaçanlar' sözcükleridir. YouTube, arama butonuna girilen sözcüklerle, benzer olan içerikleri de eşleştirmekte, dolayısıyla tek bir arama ile kullanıcıyı binlerce sonuca götürmektedir. On adet ters göç videosu incelenmiş ve analiz edilmiştir. Videolar Tekirdağ'dan Köyceğiz'e, Amerika'dan Burdur'a, İstanbul'dan Fındıklı, Gökçeada, Dalaman, Silifke ve Muğla'ya göç eden 30 yaş üzeri kişilerden oluşmaktadır. Meslek grupları arasında insan kaynakları, belediye çalışanı, akademisyen, mühendis, sanatçı, yazılımcı, yönetici gibi çeşitli kategoriler yer almaktadır. Çoğunluğu küçük yerlerde veya köylerde tarım ve hayvancılıkla uğraşmaktadırlar. Videolarda toplam altı kadın ve dokuz erkek olmak üzere onbeş kişinin verisi bulunmaktadır.

Mülakat ve YotuTube videolarının yanı sıra, şehirden küçük yerlere göç eden tanınmış sanatçıların medyada yer alan röportajları veri kaynağı olarak kullanılmıştır. Bu göçmenler kendi içinde işini tamamen bırakan, teknolojiye ve medyadan uzak yaşayan, küçük yerde yeni işlerle uğraşan, küçük yerde yaşayıp işi oldukça şehre giden ve şehirde yaşayıp fırsat buldukça küçük yere kaçan olarak çeşitlenmektedir. Örneğin ünlü şarkıcı Özlem Tekin, işini ve medya ile ilişkisini tamamen kesip röportaj vermeyi dahi reddetmiştir. Mine Söğüt, Hayko Cepkin ve Göksel küçük şehirlerde yaşayıp işleri oldukça büyük şehre gitmektedirler. Yılmaz Erdoğan ise fırsat buldukça çiftliğinde vakit geçirmektedir. Hayko Cepkin Kuşadası'nda Varil Camping adında bir kamp alanı işletmekte, Yılmaz Erdoğan ise çiftliğinde gıda üretimi yapmaktadır. Şehirden göç eden pek çok ünlü sanatçı bulunmakla birlikte bu akıma katılanların sayısı da her geçen gün artmaktadır. Bu araştırmada incelenen beş sanatçının röportajları, ünlülerden şarkıcı Nil Karaibrahimgil, oyuncu ve yazar Yılmaz Erdoğan, şarkıcı Hayko Cepkin, yazar Mine Söğüt ve şarkıcı Göksel'e aittir. Göksel ve Nil dışındakiler pandemi öncesinde göç etmişlerdir.

Üç ayrı kaynaktan (toplam on dört kadın ve on iki erkekten) toplanan veriler birleştirilerek anahtar kelimeler kodlanarak göçmenlerin bunları kullandığı sıklık tespit edilmiş ve vurguladıkları temalar kategorilere ayrılarak incelenmiştir. Bu üç kaynaktan sorulan sorular göçmenlerin demografik özelliklerinin yanı sıra göç sebepleri, kent yaşamı hakkındaki düşünceleri, yeni yaşam yerlerini nasıl algıladıkları, geri dönme hakkındaki fikirleri, burada nelerle uğraştıkları, geçimlerini neyle sağladıkları, sosyal ilişkileri, boş zaman aktiviteleri, doğa ve doğal yaşam hakkındaki görüşleri, gelecek hakkındaki düşünceleri, sağlık durumları ile hayattan memnuniyet dereceleri üzerindedir. Burada asıl ölçülmesi istenen mekân değişikliğinin göçmenlerin yaşam memnuniyeti, refahı ve sağlığı üzerindeki etkisi, göç süreçleri ile farklı göçmen tiplerinin ortaya çıkarılmasıdır. Refah göçünde bulunan bireylerin onlara göre göçten öncesi ve sonrası verileri kıyaslanarak analiz edilmiştir. Ayrıca bazı sorular şemalar ve kelime bulutları ile görselleştirilmiştir. Mülakatlarda en sık kullanılan kelimeler kelime bulutu "wordart" nitel veri analizi programı (<https://wordart.com/create>) kullanılarak çözümlenmiştir.

2. Bulgular ve Analiz

Bu çalışmada bulguların analizi temellendirilmiş kurama göre önce açık kodlamalarda yer alan kavramlar (tersine göç kararı, göç sonrası değişimler: güven, ilişkiler, vakit, doğa, sistem eleştirisi, üretkenlik, minimalizm v.b.) daha sonra da eksenel kodlama uyarınca yapılmış ve sonunda ulaşılan kategorilere ver verilmiştir.

2.1. Ters Göç Kararı

Toplanan verilerde göçmenlerin karar süreçlerinin nasıl oluştuğu bilgisi elde edilmektedir. İş haricindeki göç nedenleri arasında doğada daha çok vakit geçirmek, pandemide izole olmak, ailesinin veya eşinin isteği, aile büyüklerinin sağlık sebepleri, çocukların dışarıda ve doğada daha çok vakit geçirmesi, şehir hayatının keşmekeşi,

yoruculuğu, stresi, kalabalığı, trafiği ile kurumsal yaşamdan bıkkınlık ve hayalleri gerçekleştirmek olarak sıralanabilir. Ayrıca katılımcıların hemen hepsi şehir yaşamındaki hırs, rekabet, aç gözlülük ve doyumsuzluğu eleştirmiştir. Bu durumu çocukları için kaygı verici bulduklarını iletmişlerdir. Geçtiğimiz birkaç yıl içerisinde pandemi sebebiyle göç edenlerin yanı sıra daha öncesinde göç edenler de vardır. Çoğunluğu eşi ve çekirdek ailesiyle birlikte göç etmiş, bazıları geniş ailesiyle mekân değiştirmiştir. Azınlıkta olarak, aile büyüklerinin sağlık sebebini gösterenler olmuştur. Hemen hepsi önceden gittikleri ve bildikleri yazlık yerleri tercih etmişlerdir. Katılımcıların göç etme nedenlerini, kararlarını ve bu süreci aşağıdaki alıntılarla özetleyebiliriz. Örneğin, Ankara'dan göç etme sürecini 46 yaşındaki bir çocuk annesi ve Bodrum'da yaşayan eğitimci K2 şöyle aktarıyor:

Aile baskısı (Gülüyor). Eşim ve kız kardeşim istedi gelmeyi. Bir hayaldi eşler arasında belli yaştan sonra. Konuşuluyordu. Eşim başka sektöre geçti. İşleri bozuldu. Turizmdeydi. Sahne ve ışık dekoru ses ışık sistemleri satıyordu. Pandemi ile kapandı. Kendi firması, battı. Şimdi gayrimenkul, emlakçılık yapıyor Bodrum'da. İşini buradan rahat yapacak.

On sekiz yıl önce eşyle birlikte İstanbul'dan Bodrum'a taşınan 46 yaşındaki editör K4, bu süreci ve göç etme sebeplerini şu sözlerle ifade ediyor:

Covid öncesi 2004'te taşındım. İstanbul'u çok seviyorum ama İstanbul'da yaşamak zor, yaşamda var olabilmek. Trafik ve yaşam zorluğu nedeniyle özel hayata zaman yok. Ulaşım yorucu. Şehrin metropollüğü yoruyor. Butik yaşam istedim. Kendinize vakit ayırmak için küçük yer güzel. Şehrin keşmekeşinden kaçmak iyi oluyor.

Pandemiden beri Datça'da yaşayan 49 yaşındaki İstanbullu editör K3 yaklaşık son on yıldır zaten seneni dört beş ayını orada geçirdiğini aktarıyor ve tercihini şu şekilde açıklıyor:

İstanbul'da da ben aynı yaşıyorum. Şehir hayatı yaşamıyorum 2010'dan beri. Datça kafasıyla yaşıyorum burada da. Suadiye'deyim. Tek farkı denize girememek. Evden çalışıyorum, saatlerimi ben ayarlıyorum. Teslim süresini falan. Ofis hayatım yok. Datça kafası dediğim 9-5 iş yaşantısının olmadığı hayat. Sonra zaten fiziksel bir ofise bağlı olmadan nerede olduğunun önemi yok.

Son üç yıldır Ayvalık'ta karısıyla birlikte yaşayan 44 yaşındaki K6 İstanbul'dan taşınma süreçlerini aşağıdaki gibi aktarıyor:

İstanbul'da kurumsal hayat tecrübem var 15 yıllık. Avustralya'da açıcılık yaptım. Öğrenciyken mutfakta hem okuyor hem çalışıyordum. Hayalime dönmek istedim. Annem rahatsızdı. Burada işe girdim. İstanbul'da istediğim iş olmadı. Sonra eşimle beraber yaşamak için bir yer aradık. Yeni iş kurmak İstanbul'da zor. Burada önü açık.

Beş yıldır eşiyle birlikte Kuşadası'nda yaşayan şarkıcı Hayko Cepkin ise göç etme kararlarını şöyle anlatıyor (3. Röportaj):

'Nereye taşınabiliriz?' O sırada Aslı'yla konuştuk, burada paraşütçülük yaptığımız için bu bölgeye (Selçuk) geleli yedi sene olmuş. Dedim ki, 'Burayı daha iyi tanıyoruz, eşimiz dostumuz daha çok.' İnsan nereye taşınır? İkinci en iyi bildiği yere. Aslı da dedi ki, 'Aşağıda Kuşadası var, daha şehir gibi.'

Eşi Serdar Erener ve sekiz yaşındaki oğlu ile çiftlik evlerinde yaşayan Nil Karaibrahimgil taşınmaya nasıl karar verdiklerini 2020'de Ayşe Arman'a verdiği röportajda şu sözlerle aktarıyor (1. Röportaj):

İstanbul'un ortasındaydı evimiz. Önce sadece hafta sonları gelip gitmeye başladık orman evimize. Sonra o kalmalar uzadı. Bavullar, oradan oraya taşınır oldu. O zamanlar serayı yapmaya, ekip dikmeye başlamıştık. Sonra tümünden taşındık...

2.2. Göçmen Kelime Bulutu

Verilerde en sıklıkla kullanılan kelimelerin toplamı Word Art Kelime Bulutu analiz programı ile incelenmiştir ve görsel olarak sunulmuştur. Kelime Bulutu'nda kullanılan kelimeler vakit, doğa, hava, pandemi, trafik, güven, beslenme, spor, çocuk, stres, uyku ve hırs olarak belirlenmiş ve sayılmıştır. En fazla kullanılan kelimeler doğa ve vakittir. Bu da bireylerin göç arzusundaki en büyük etkenin doğa ve kendine vakit ayırma olduğunu göstermektedir. Şehirde trafik, kalabalık ve program yoğunluğundan vakit bulamayan bireyler kendilerine boş zaman etkinlikleri yaratarak hayat kalitelerini ve refah seviyelerini artırmaya çalışmaktadır. Literatürün de gösterdiği gibi kaliteli boş zaman etkinlikleri bireylerin mutluluğunu ve dolayısıyla BSP sağlık seviyelerini artırmaktadır. Ayrıca görüşmelerde, pandemi sebebiyle kısıtlanmamak ve çocuklarının rahat etmesi ile güzel havanın olumlu etkisi için göç edildiği belirtilmiştir. Bireyler küçük yerlerde fiziksel olarak daha aktif bir hayat sürmekte, spor yapmakta, stres seviyeleri düşmekte, daha rahat uyumakta, güven duymakta ve daha sağlıklı

a. Güven

Kosaka'nın (2007) araştırmasına göre, mutluluk daha güvenli, konforlu, anlamlı ve keyifli bir hayat sürmek ve olumsuzluklardan kaçınmak olarak özetlenebilir. Süreç, mekân ve koşulların bireyler üzerindeki etkisi göz önüne alındığında mutluluğun sosyal süreçler, toplumsal ağlar ve ilişkilerle ele alınması gereği ortaya çıkar. Özellikle modern yaşamda mutluluk ve mekân ilişkisi sosyolojinin ileri gelen teorisyenleri tarafından tartışılmıştır (Cieslik, 2017). Büyüyen şehirlerin, modern yaşamın belirsizliğinin, gideren artan tüketim ve risk toplumunun bireyleri güven duygusundan uzaklaştırdığı gözlemlenebilir. Şehirlerde güven eksikliği yaşayan bireyler küçük kasabalarda sakin, rahat, huzurlu ve mutlu insanların çevrili olduğu yerlere giderek bu açığı gidermeye çalışmaktadırlar. Fiziksel, psikolojik ve felsefi tanımlamaların yanı sıra mutluluğun sosyolojik tanımlarını da incelemek gerekir. Günümüzde kişisel refahın temelinde biyopsikososyal nedenler yer almaktadır ve bunlar bütüncül bir yaklaşımla ele alınmalıdır (Kasapoğlu, 2008; Korucu vd., 2021; Ertem, 2021). BPS modele göre egzersiz, beslenme, temiz hava ve doğal koşullar ile kendine vakit ayırmayla birlikte bireyin refahı ve dolayısıyla da sağlığı üzerinde olumlu etki yaratmaktadır. Mekân ilişkisiyle de ele alındığında sosyal çevredeki kişilerin olumlu yaklaşımı ve bakış açısı göçmenlerin hayata daha güvenli bakmalarına sebep olduğu düşünülmektedir.

Refah göçmenleri göç ettikleri yerdeki insanların şehirdeki gibi telaşlı olmadığını ve spontane sohbete vakit ayırdıklarını iletmişlerdir. Ayrıca buralarda komşuculuğa önem verildiğini veya yeni gelenlere yardımcı olduğunu aktarmışlardır. Yerlilerin olumlu anlamda korumacı olduğunu ve gelenleri sahiplendikten sonra onları da koruduklarını anlatmışlardır. Yerli tanıdıklar sayesinde kendilerini daha güvende hissettiklerini de eklemişlerdir. Ayrıca burada çocuklarının daha özgüvenli olduğunu ve kendilerini de tanınmaktan ötürü daha popüler hissettiklerini söylemişlerdir.

Örneğin, şehirde olmanın hırs ve rekabeti artırarak çocuklar üzerinde olumsuz etki yarattığını söyleyen Bodrum'daki K2 on bir yaşındaki çocuğunun burada daha önemli ve mutlu hissettiğini şöyle aktarıyor:

Çocuk memnun. Kolay adapte oldu yaş olarak. Spor adamı. Çok etkinlik yapıyor. Her yer yakın. Kendisi gidip geliyor markete, denize. Kalabalık değil. Basket takımında. İyi bir basketçi. Hemen sivrildi burada. Küçük yerin büyük adamı, derler. Hızlıca popüler oldu. Önce arkadaşlarını özledi, zorlandı. Sonra Bodrum'a dönmek istedi. Ankara'dakiler fazla bencil ve hırslı. Veliler çok hırslı. Çocuklar da onlara benziyor. Ankara'da da okul takımındaydı. Torpille takıma alınan duydum. Takıma çocuğunu sokmak için başış yapanlar. Neler, neler... Buradaki hayat çok daha güzel. Rahat. Hırs yok fazla. Burada veliler daha iyiler. Az hırslı. Çocuklar mutlu. Şehirde değişmez bu zihniyet. İşlerimiz

uymasa gelemezdik. İşin el vermezse gelemezsin. Kariyer hırslı olanlar, CEO veya müdür gibi kariyeri olanlar gelemez buraya. Onlar şehirde kalıyor. Çocuklarını da öyle yetiştiriyorlar. O yüzden buradaki düşünce yapısı farklı.

38 yaşındaki gıda mühendisi K5 Ayvalık'ta eşiyle birlikte zeytinyağı işi yapıyor. Burada şehir hayatına kıyasla kendini daha güvende hissettiğini şu sözlerle anlatıyor:

Üretim anlamında kurduğumuz hayatta kaygım yok. İtalya'dan zeytin ağaçları hastalıkları gelirse korkusu var. Ormanın yok olması beni endişelendiriyor. Doğayla ilgili kaygılarım var. Bıçaklanma, hırsızlık vardı İstanbul'da. Taksiye tek binmek kaygısı vardı. Büyük şehirdeki gibi suç riski yok. ... Doğa sorunlarını burada daha çok hissettik. Yangınları gördük. Doğa olmazsa hiçbir şey yok.

Ayrıca buradaki ilişkilerin de güven yarattığını şöyle iletiyor:

Buranın güzelliklerinden biri bu. Herkesi görüyorsun dışarı çıkınca. Rahatsızlık vermiyor. Çocuk olsam belki rahatsız olabilirdim. Yetişkinler için sohbet demek. Kimsenin acelesi yok. Sana vakit ayırıyor. Beş, on dakika sohbet ediyor. Spontane sohbet çok güzel.

Konserler oluyor yazın. Hızlı ve spontane organizasyon yapabiliyorsunuz. Park yeri var hemen tiyatronun önünde. Büyük şehirdeki gibi iki hafta önce plan yapmaya gerek yok. Popüler gibi hissediyor insan kendini burada. Herkes tanıyor. Esnaf olmanın da avantajı var tabii. İstanbullu yerli gibiyiz.

On sekiz yıldır Bodrum'da yaşayan ve editörlük yapan K4 sağlığının burada iyileştiğini, bunun ilişkiler, ortam ve bakış açısıyla alakalı olduğunu şu şekilde iletiyor:

İstanbul'a oranla sağlığım çok daha iyi. Doğada, deniz kenarında, stresten uzak. Bir laf var, 'Yaşamak sakinlik ister,' diye. Burada yaşanabiliyor. Yaşamının içine ne koyduğunuzla alakalı. Yaşam size ne ifade ediyor? Kendimle zaman geçirmek. Sevdiklerimle birlikte olmak. Para kazanmak amaç değil. İlle kariyer değil. CEO olamazsınız burada. Bir GM değil. Kariyerin ne olduğunu da tanımlamak gerek. İçsel motivasyon kariyeri. En önemli kariyer bence.

Bireyler göç ettikleri küçük yerlerde büyük şehirlere kıyasla kendilerini daha güvende hissediyorlar. Bunu suç oranlarının düşüklüğü ve yerlilerin güvenilirliği ile tanıdık olmalarıyla ilişkilendiriyorlar. 2008 yılından beri Bodrum'da yaşayan yazar Mine Söğüt, buranın onda yarattığı değişimleri ve güven duygusunu Alldecor Dergisi'ne verdiği röportajda şu biçimde anlatıyor (4. Röportaj):

Bende değişen en önemli şey güvenlik duygusu oldu. 20 yıldır Beyoğlu'nda yaşıyordum. O bölgenin en hareketli, en civcivli yerlerinde oturdum hep. Eğer öyle bir yerde yaşıyorsanız kapınızı sıkı sıkı kilitlemeniz, alarm taktırmanız gerekir. ... Dünya kriminaldir, suç doludur bilgisiyle yaşadım hep. Burada benim en yadırgadığım şey doğa falan değil de o güvende hissetme duygusu oldu. Gece mandalina bahçelerinin içinde tek başıma yürürken arkamda bir ses duyduğumda bilirim ki ya inek ya da kirpidir. Ya da köylü amcadır. Hepsini de çok seviyorum ve biliyorum ki bana bir şey yapmazlar. Burada o 'her an tehlikedeyiz' duygusu yok oldu bende.

Pandemi salgını şehirde yaşayan bireylerin güvenlik duygusunu zedeleyerek kaygı seviyelerini yükseltmiştir. Bu sebeple şehirden ve kalabalıktan uzaklaşan kişilerin sayısında artış görülmüştür. Şehirlerden küçük yerlere göç eden ünlülerden şarkıcılar Göksel ve Nil Karaibrahimgil pandemiden sonra taşınmışlardır. Sevgilisiyle birlikte 2020 Mart ayında Göcek'e yerleşen Göksel'in, Hürriyet'e verdiği röportajında güven konusundaki sözleri pandemi döneminde kaygı seviyesi artan bireyleri temsil etmektedir (5. Röportaj):

Ülkemizde ilk vakanın açıklanmasıyla birlikte kendimi karantinaya aldım. İstanbul'daki evimdeki yaşamım beni aşırı kaygılı, obsesif hale getirmeye başlamıştı. Erkek arkadaşımın İstanbul'dan uzaklaşıp, doğaya yakın olup kendimizi güvende hissedeceğimiz bir yere gitmeye karar verdik.

b. İlişkiler

Sosyolojik olarak mutluluğun ölçümlerinden biri de kaliteli ve güvene dayalı ilişkilerdir. Katılımcıların hemen hepsi göç ettikleri yerde şehre kıyasla çok daha rahat bir hayat sürdürdüklerini aktarmışlardır. Şehirdeki gibi rekabetçi ve hırslı bir yaşam tarzından ziyade doğadan, bitki ve hayvanlardan, havadan bahseden ve geleceğe karşı daha endişesiz olan bireylerle ilişki içinde bulundukça göçmenlerin düşünce sistemi daha olumlu hale gelmektedir. Trafik, kalabalık ve şehrin temposundan kaynaklanan kaosun olmadığını, burada yaşayanların da daha mutlu ve huzurlu olduğunu, hayatın daha stressiz yaşandığını iletmişler ve bütün bunların hayatlarında olumlu bir etki yarattığını anlatmışlardır. Vakitle ilişkili olarak özel ilişkilerine daha özen gösterdiklerini, aileleri ile kaliteli zaman geçirdiklerini, her gün yemek için alışveriş yapmaya fırsat bulduklarını, eşleriyle beraber taze yemek yaptıklarını, hatta bazıları bahçelerinde sebze, meyve yetiştirmeye başladıklarını söylemiştir.

İlişkiler ve rahatlık konusunda, 43 yaşındaki iki çocuk sahibi Bodrum'da yaşayan doktor K1 şöyle diyor: "Burası rahat, 'casual'. Resmi değil ciddiyet yok. Terlikle git gel." Ayrıca ekliyor;

Alışma süreci oldu ne nerededir diye ama uyum zor olmadı. İstanbullu çok burada. Datça, Göcek kışın köy gibi ama burası şehir gibi. Derli toplu. Daha az AVM var. Ankara'daki gibi on tane değil, iki tane. İki, üç alışveriş yeri. Hayatı kontrol etmesi daha kolay burada. Daha az dağılıyorsun.

K5 üç senedir kocasıyla birlikte Ayvalık'ta yaşıyor ve hayatından çok memnun olduğunu ve buradaki insanların rahatlığını aktarıyor:

Burada sohbetlerimiz de değişti. Kedilerden, kuzulardan bahsediyoruz arkadaşlarımızla buluşunca. Burada herkes hayvanlarla konuşuyor, baya muhabbet ediyor. Hayvanlar da anlıyor. Ben de konuşuyorum. Sadece ben zannediyordum. Şehirde değil ama burada herkese normal geliyor. İnsanlar politika konuşmuyor. Doğadan, yemekten bahsediyor.

On sekiz yıldır Bodrum'da yaşayan ve editörlük yapan 46 yaşındaki K4 buradaki ilişkilerin daha kaliteli olduğunu ve kendini özgür hissettirdiğini söylüyor:

Bodrum'un kültür seviyesi yüksek. Entelektüel insan profili. Türkiye'nin kurtarılmış, özgür bir yeri.

Kendime zaman ayırmaya ve bireysel gelişim sağladı. Doğa ve denizle vakit geçirdim. Küçük, butik yerde iyi dostluklar kurdum. Daha kalıcı, sağlam ilişkiler.

Eşi Serdar Erener ve sekiz yaşındaki oğlu ile birlikte şehir dışında bir çiftlikte yaşayan Nil Karaibrahimgil sosyal ilişkilerin önemini şu sözleriyle aktarıyor (1. Röportaj):

Ne öğrendim biliyor musun? "Acil" diye bir şey yokmuş. Acil olan tek şey, sağlık ve sevdiklerinin yanında ve iyi olmalarıymış. Gerisi, acil taklidi yapan, suni dalgalarıymış!

Hayko Cepkin şehirde vakitsizlikten zaten sevdikleriyle görüşmeye fırsat bulamadığını ve göç ettiği yerde ilişkilerine daha çok zaman ayırabildiğini aktarıyor (3. Röportaj):

Sonra düşündüm, İstanbul'dan ayrılırsam neden uzaklaşacağım? Yakınlarımı daha çok görme şansım var çünkü İstanbul'da herhangi bir iş yaptığın zaman çok yoruluyorsun. Mental olarak, beden olarak.

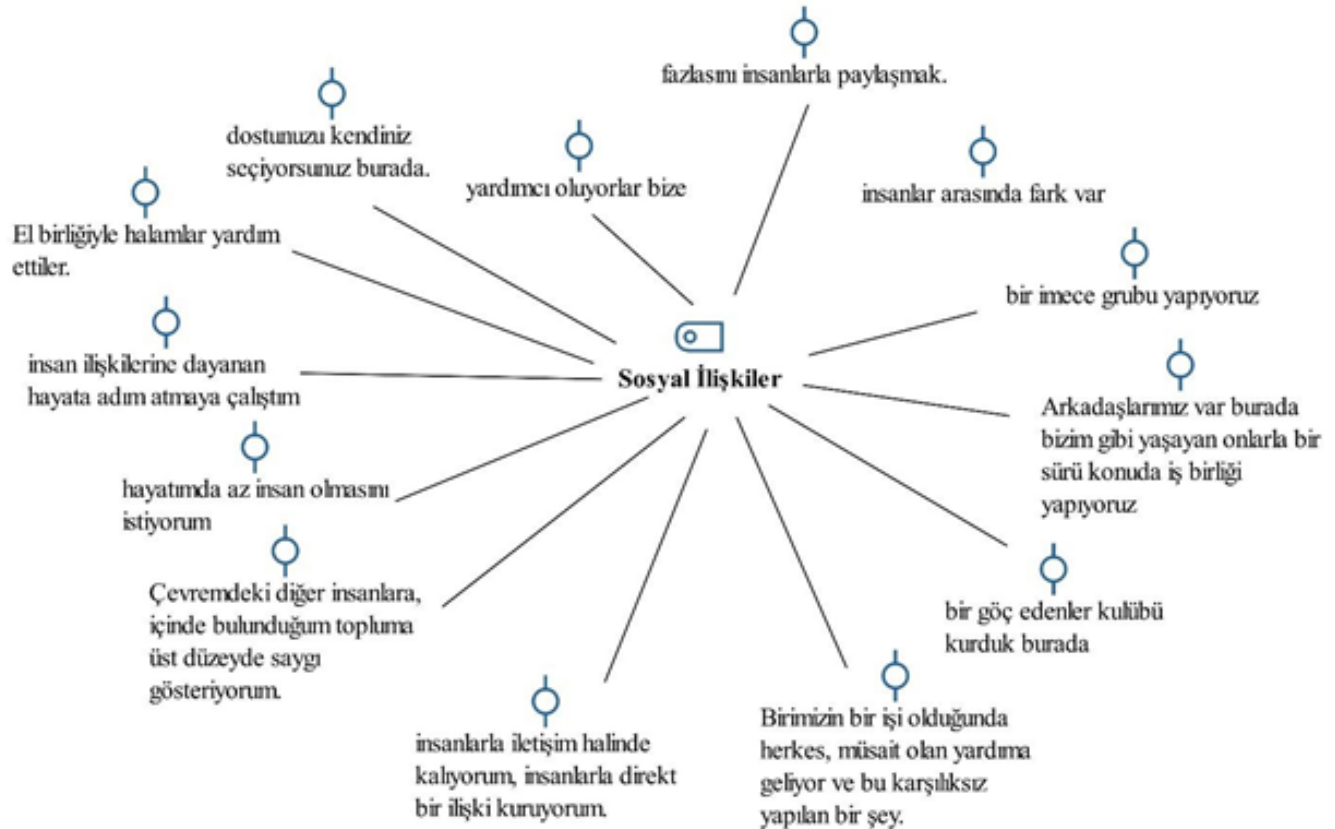
Ne yaptın peki? Hiçbir şey. Aslında çok da seni yoracak, zor bir şey değil, ruhen yoruluyorsun. Benim aylarca üç sokak ötede oturan ailemi görmemişliğim var. Şimdi buraya geldikleri zaman bir hafta kalıyorlar, yazın bir ay kalıyorlar. Kuzenlerim geçerken uğruyor, birkaç gün kalıyorlar.

YouTube videolarında da sosyal ilişkilerin şehre kıyasla çok daha sağlam olduğu gözlemlenmiştir. Özellikle, paylaşmak ve dayanışma gibi değerlerin yeniden kazanıldığı görülmekte ve bunlar şehirdeki bireyselliğin yerini almaktadır.

...Ve en güzeli de dostunuzu kendiniz seçiyorsunuz burada. O insan senin arkadaşın olabileceksene oluyor, olmayacaksa olmuyor. İstanbul'da mecburen arkadaşlık yaptığımız bazı insanlar var. Ve şimdi göç eden insanla da aynı dertlerden muzdaribiz. Aynı dertlerle buraya gelmiş insanlar olduğumuz için frekanslarımız, ayarlarımız çok tutuyor. (5.Video)

Aşağıda Şekil 3'te videolardaki göçmenlerin az ama öz sayıda kaliteli sosyal ilişkide bulduklarını anlatan alıntılara yer verilmiştir.

Şekil 3. Sosyal İlişkiler



c. Vakit

İş hayatı, ekonomik durum, sağlık ve ailenin yanı sıra sosyalleşme, boş zaman aktiviteleri ve çevresel koşullar da mutluluk kriterleri arasında yer almaktadır (Ambrose vd., 2020). Üstelik boş zaman insan hakları evrensel beyannamesinde yer alan en temel haklardandır ve zorluklarla başa çıkmayı kolaylaştırır. Bireyler kendilerine vakit ayırdıkça gündelik hayatta boş zaman etkinliklerine yer vermektedirler. Boş zaman etkinlikleri kültürden kültüre değişkenlik göstermekte ve bireylerin sosyal uyumu güçlendirici bir rol oynamaktadır (Karaküçük vd., 2020). Aktif etkinliklerde bulunanlar çoğunlukla yüksek eğitilmiş, statü sahibi ve toplum hizmetine önem veren kişilerdir. Bu kişilerin yaşam kalitesi de yüksek olmaktadır. Sonuç olarak, ekonomik geliri artırmak yerine çalışma saatlerini azaltarak kendine vakit ayırmak daha etkili görünmektedir. Mutluluğun ekonomik seviyenin yanı sıra gündelik aktiviteler ve alışkanlıklarla birlikte ölçülmesi faydalıdır.

Göçmenler şehirde trafikte, park yeri arayarak veya işten eve veya kurslara koşturarak geçirdikleri vakitleri kendilerine ayırarak fiziksel etkinliklere, yürüyüşe, spora, kanoya, pikniğe, tavla, sirtaki, el işi gibi etkinliklerde bulduklarını belirtmişlerdir. Bazıları her gün, hatta yağmurda bile yürüdüklerini, deniz kıyısına indiklerini, semt pazarını gezdiklerini, hayatın dışarıda olduğunu ve TV karşısında geçirdikleri vaktin azaldığını iletmiştir. Daha temiz gıdaya ulaşma, taze yemek yapma ve hatta kendi yemeğini yetiştirmeye de vakit ayırmaktadırlar. Ayrıca beslenmelerine daha fazla dikkat ettiklerini, bazıları göç ettikten sonra diyetle başladıklarını aktarmıştır. Buraya geldikten sonra fiziksel hareket, temiz hava ve stressiz yaşamdan dolayı daha huzurlu ve rahat uyduklarını da aktarmışlardır. Burada hayatın resmiyetten uzak ve daha rahat olduğunu, hayatı kontrol etmenin daha kolay olduğunu iletmişlerdir. Şehirde özledikleri etkinlikler içerisinde bazısı AVM ve alışverişini söylerken çoğu konser, sergi, tiyatro gibi sosyo-kültürel etkinlikleri saymıştır.

Ankara'dan Bodrum'a eşi ve iki çocuğuyla yerleşen K1, kendine ayırdığı kaliteli vaktin ve boş zaman etkinliklerinin önemini şu sözleriyle anlatıyor:

(Doğaya) Düşkün değildim, bu kadar önemli olduğunu bilmiyordum. Burada doğanın değerini anladım. Ruhunu iyileştirdiğini şehirde yaşayanlar fark etmiyor. TV yerine doğada vakit geçiriyoruz. Her havada, yağmurlu bile olsa yürüyor, geziyorum dışarıda. Meditasyon yapıyorum. Çok çok iyi geldi. Çocuklar için de öyle. Henüz bunun bilincinde değil ama bahçede oynuyorlar evde olmak yerine. Onlara kalsa hep tablet telefon istiyorlar. Farklı bir nesil. Çocukları sürekli oyalanma olayı sıkıntılı bir iş.

Psikolojik olarak iyi geldi bize, bunalmıştım şehirde. Stres vardı ama fiziksel sağlık sorunu değil. Trafiğe çıkmıyoruz, on dakikada deniz gezintisi yapıyoruz. Yavaş bir süreç. Hemen olmuyor. Şehirde vakit yok parka gidecek. Parka gitmek için trafiğe girmek gerek, park yeri aramak gerek. Burada evinin önünde yürüyebilirsiniz, deniz kenarına gidebilirsiniz hemen. Kendine ayıracak vakit var. 'Wellbeing' artıyor.

44 yaşındaki eşi K6 ise Ayvalık'ta doğada geçirdiği kaliteli vaktin onun zaman algısını da değiştirdiğini ve farkındalık kazandırdığını şu sözlerle aktarıyor:

Eskiden Eymir'de koşarken müzik dinlerdim, rekabet ederdim. Şimdi rahatlamak için yapıyoruz. Doğanın değişimini izliyoruz. İlkbaharın farkını anlamıyordum. Belki vaktimiz de yoktu doğayı izlemeye. Şimdi müzik dinlemiyorum mesela. Doğayı dinliyorum. Bazı bitkilerde on bir ay diken var, bir ay çiçek açıyor. Açmasını bekliyorum, fark ediyorum.

Mülakatlardaki ve videolardaki göçmenler gibi sanatçılar da küçük yerde yaşamının kendilerine, özel hayatlarına, arkadaş ve ailelerine çok daha fazla vakit kazandırdığını iletmişlerdir. Bu şekilde daha huzurlu, telaşsız ve kaliteli vakit geçirmeye başlamışlardır. Örneğin, Nil Karaibrahimgil şehirden uzaklaştıktan sonra mekânın insanın zamanını nasıl etkilediğini daha iyi anladığını ifade ediyor. Ayrıca kaliteli ilişkilerin de önemini vurguluyor. (1. Röportaj)

İşe git- geller, spora git- geller günü yiyip bitiriyormuş meğer.

2017 yılında Kuşadası'na göç eden ve orada şarkıcılık işlerine ilaveten Varil Camping adında bir kamp alanı işleten şarkıcı Hayko Cepkin, Redbull'a verdiği röportajda büyük şehirdeki zaman ve sevdiklerine vakit ayırma konusunda şöyle söylüyor (3. Röportaj):

Bir yere vaktinde gitmek istiyorsan üç saat evvel çıkıyorsun, yolun durumuna göre bazen yarım saatte gidip iki buçuk saat orada bekliyorsun ya da geç kalıyorsun. Tam zamanında gitmek gibi bir şey söz konusu değil. Zamanımı kontrol etmeye başladım İstanbul. Ben bir şehrin değil kendimin kontrol etmesini istiyorum çünkü zaman benim zamanım.

d. Doğa

Güncel teoriler doğa ile daha sık etkileşimde bulunan ve vakit geçiren bireylerin BPS sağlık seviyelerinin yükseldiğini ve daha olumlu duygular içine girdiğini aktarmaktadır (Bhatti ve Church, 2001; Dushkova & Ingatieva, 2020). Katılımcıların cevapları bu görüşleri destekler niteliktedir. Katılımcıların hepsi göç ettikten sonra doğada çok daha fazla vakit geçirdiklerini iletmişlerdir. Doğa ile yavaşladıklarını, kontrol duygusunun azaldığını, kendi doğalarını bulduklarını, doğada daha özgür ve izole olduklarını, doğanın ritmiyle yaşadıklarını, çocuklar için faydalı olduğunu, değerini daha iyi anladıklarını söylemişlerdir. Doğada vakit geçirdikçe onunla özdeşleşen bireyler her şeyin hâkimi oldukları duygusundan uzaklaşarak egolarını törpülemektedirler. Doğanın küçük bir parçası olduklarının ayırımına vararak, ölüm sorusuna dönüşüm ve denge ile anlam bulmaktadırlar. Bu açıdan bakıldığında doğanın bireyler üzerinde yarattığı sağlıksal, psikolojik, fiziksel ve felsefi etkiler açıkça görülmektedir. Doğa bireylerin yaşam biçimini değiştirdiği gibi doğaya ve hayata bakış açılarını da değiştirmiştir. Ayrıca doğada vakit geçiren bireyler zaman içerisinde doğayı korumak üzere sosyal sorumluluk etkinliklerinde yer almaya başlamakta ve bundan mutluluk duymaktadırlar.

Doğanın sağlık üzerindeki olumlu etkilerinden bahseden Bodrum'daki K1, insanın doğanın bir parçası olduğunu hatırlaması gerektiğini savunuyor:

Doğanın düşündüğümüzden daha dirençli olduğunu düşünüyorum insanlara karşı. İyileştirme gücü var kendi kendini. Uzun zaman da alsın. Doğanın bir parçasıyız. Ondan ayrı olmamalıyız. Hastalığın temelinde doğadan kopuk olmak yatıyor. Doğadan uzak olmak insanın enerjisini olumsuz etkiliyor. Rutin olarak herkes doğada vakit geçirmeli.

Doğada olmanın ve doğa ile etkileşimin yaşam biçimlerini değiştirdiğini vurgulayan Ayvalık'taki K5, göç ettiği yerde daha yavaş ve rahat bir hayat tarzını benimsediğini anlatıyor:

Acayip doğadayız. Haftada üç gün birer saat koşuyoruz. Asfalt değil, patikada. Doğada keşif koşusu yapıyoruz. Küçük bostanımız var evde, hobi olarak meyve sebze yetiştiriyoruz. Eşim çiftçi oldu. Zeytinliklere bakıyor. Doğa sayesinde doğaya bakım değişti. Zeytinlik, diğer çiftçiler beni etkiledi.

Doğayı kontrol edemezsin hayatı edemeyeceğin gibi. Sınırlı kontrolün var doğa üzerinde. Oluruna bırakıyorlar. Gübreleme, budama yapıyorsun ama ne kadar verir bilmiyorsun. Ne kadar verirse onu kabul etmelisin. Teşekkür etmelisin. Eskiden telaşlıydık, kontrol etmeye çalışıyorduk. Şimdi değiştim. Elinden geleni yap ve bırak diyorum. Buna alıştım. Yavaşladım.

Doğanın onu felsefi anlamda değiştirdiğini anlatan editör Datça'daki K3, doğa ile ilişkisini şöyle anlatıyor:

Doğa kendi doğamı bulmamı sağlıyor. Zihnin hakimiyetinden kalbin kraliyetine geçiş sağlıyor.

İnsanlar doğayı kontrol etmiyor, tüketiyor. ... Bir fren olacak sonuçta. Doğanın bir güvenlik var sistemi var bence. Ben sadece bu beden değilim. Tek bir insan değilim. Bir bütünüz. İçsel yolculukla bu anlaşılıyor. Tanrı hata yapmaz. Hiçbirimiz hata değiliz. Kendi içsel yolculuğumla farkındalık kazanıp farkındalık yaratabileceğim. Dünyaya bu katkıyı sağlayabilirim.

Ayrıca doğanın olumlu etkilerinden de sıklıkla bahsetmişlerdir. Röportajında Nil Karaibrahimgil doğanın önemini ve onunla etkileşimin sonuçlarını şu sözleriyle anlatıyor (1. Röportaj):

Şehir, yaşaması zor bir yer. Kendini, sürekli seninle şarj ediyormuş gibi. Karnından, enerjini çekiyor. Doğa ise tam tersi, "Bana bağlan, seni şarj ederim!" diyor.

(Eşi için) Doğayla bu kadar diyalog halinde olan birisiyle yaşamak çok güzel.

Evet, bir rüzgâr değirmeni koyduk bahçeye, elektriğin çoğu oradan geliyor. Güneş panellerimiz de var. Kendi kendine yeten bir dünya kurmayı hayal ediyoruz. Dünya'yla arkadaş bir sistem.

Bence Güneş'in ve toprağın zamanıyla yaşamak bedene iyi gelen.

En zor, soğuk günlerde, beni sakinleştiren, ormana dalıp derin nefesler çekmek oldu.

2014 yılından beri yazları çocuğuyla birlikte Köyceğiz'deki 100 dönümlük çiftliğinde yaşayan ve burada tarım yapan, evli ve iki çocuk sahibi oyuncu/yazar Yılmaz Erdoğan ise Hürriyet'e verdiği röportajda doğa ile tarımın yapıcı gücünü şöyle aktarıyor (2. Röportaj):

Şehir her anlamda çok sıkıştı. Sırf trafik cinneti bile uzaklaşmak için bir sebep. Tabii gidince de aldığım kararın ne kadar doğru olduğunu anladım. Toprakla ilişkisini unutan insan, aslında hiç hatırlamaması gereken bir sürü şeyi hatırlıyor. Geriye stresten başka bir şey kalmıyor. Dolayısıyla ben bu zamanın ruhunun kentten köye göç olduğunu ve bunun sadece bana has bir şey olmadığını düşünüyorum.

e. Sistem Eleştirisi

Ters göç yapmış olan beyaz yakalılar; büyük şehirlerde yoğun mesai saatleri, sınırlı izin hakları, ast-üst ilişkilerinin bireyde yarattığı kısıtlanma hissiyatı ve yapılan işe bağlı olarak yaşanan sağlık problemleri gibi nedenlerle uzmanlaşmış oldukları işleri yapmaya devam etmekte güçlük çektiklerini aktarmışlardır. İş hayatının getirdiği bu zorlukların aile yaşamlarını da zedelediğini iletmışlerdir. İş yaşamının yoğunluğunun bireyin yalnızca ailesine değil, kendisine de zaman ayıramamasına sebep olduğu görülmektedir. Bu koşullar altında yaşayan beyaz yakalılar çocuklarının da bu hayat biçimiyle şehirlerde yaşamasını istememekte; tersine göçü bir anlamda aile ilişkilerini ve çocuklarının geleceğini kurtarmak olarak görmektedirler. Sonuç olarak beyaz yakalıların daha iyi bir yaşam hayali ile tersine göç yolunu seçtikleri görülmektedir. Bu süreci 'şehirden kaçış' olarak adlandırmaktadırlar. Bu kaçış, göç kavramı kullanıldığında çoğunlukla akla gelenin aksine bir savaştan veya kıtlıktan değil, sistemden kaçışı simgelemektedir.

Ankara'daki işlerini devredip Bodrum'a taşınan eğitimci K2 şehirde yaşadığı yoğun tempoyu bıraktıktan sonra buradaki rahat hayat sayesinde stresinin azaldığını şu şekilde anlatıyor:

Benim işi bırakınca stresim azaldı. Rahatladım. Her gece düşünüyordum. Birkaç haftadır daha rahat uyuyorum. Çalışma hayatı beni çok yoruyordu.

Burada diyet yapıyorum, spora gidiyorum. Kendine vakit ayırmakla alakalı. Kendine vakit ayırıyorsun burada. Çalışsan da daha rahat oluyor. Hafif bir iş. Çalışma hayatı sonrası için ideal.

Kırk yıldır Datça'ya yazlığına giden 49 yaşındaki editör K3, pandemiden beri orada yaşıyor. Burada hayat kalitesinin arttığını ve stresinin azaldığını şöyle anlatıyor:

Daha az stresliyim burada. Doğanın ritmiyle yaşıyorum. Saatli buluşma, trafik, randevu şehirde yoruyor. Şehir trafiğinde zor oluyor yetişmek. Her an trafik değişiyor. Panik oluyorum geç kalınca. Park yeri arıyorum. Dayak yemiş gibi oluyorum. Datça'dakinde hayat rahat. Geciksem ne olur? En fazla birkaç dakika.

Şehir yaşamının zorluğu hakkında şarkıcı Göksel, İstanbul'u değil ama işini ve şarkı söylemeyi özlediğini şu sözlerle ifade etmiştir (5. Röportaj):

(İstanbul'u) İlk defa hiç özlemedim. Son yıllarda büyük şehirlerin temposu gerçekten çok yorucu bir hal aldı. Şehirleri vahşice talan ettik. Şimdi doğa bu virüsle bize önemli bir ders veriyor.

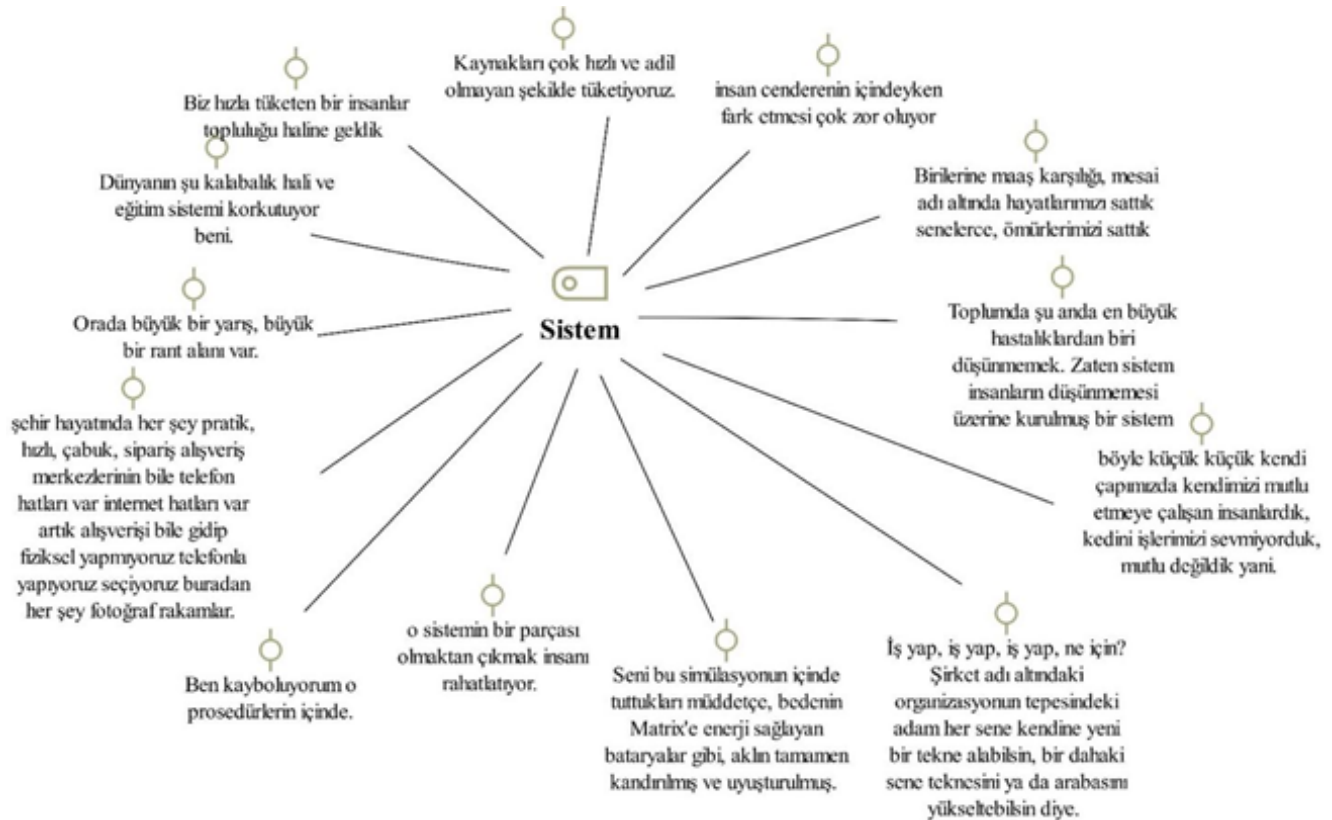
Belki iki şehirli bir hayat kurabilirim. Konserlerimi ve müzisyen arkadaşlarımı çok özledim. İstanbul'a değil ama sahneye bir an önce dönmek istiyorum.

Oyuncu ve yazar Yılmaz Erdoğan ise şehir yaşantısının çocuklar için yeterince öğretici olmadığını aşağıdaki alıntıda ifade etmiştir (2. Röportaj):

Şehirli adam her yaz tatile gittiğinde “Ya şuradan bir yer alsak” der ya... Çünkü çocuklarımızı tonla para verip okullara gönderiyoruz ama domatesin bitkisini görünce tanımıyorlar. Dolayısıyla hayattan kopuş var. Kendim için de çocuklarım için de iyi bir karar. Mesela Rodin'in de orada öğrendiği kadar okulda öğrendiğini sanmıyorum.

8. Videodan elde edilmiş bir alıntıda şu sözlere yer verilmektedir: “Seni bu simülasyonun içinde tuttukları müddetçe, bedeninin Matrix'e enerji sağlayan bataryalar gibi, aklın tamamen kandırılmış ve uyuşturulmuş. Şu an bu düzen devam ediyor mu fazlasıyla devam ediyor, benim için devam ediyor mu hayır.” Youtube videolarındaki veriler aşağıda Şekil 4'te gösterilen alıntılarla özetlenmiştir.

Şekil 4. Sistem Eleştirisi



f. Üretkenlik

Bazı göçmenler taşındıkları yerde yeni bir işe başlarken çoğunluğu gerekli olduğunda şehre gidip diğer günlerde küçük yerlerde kalmayı tercih etmektedirler. Evlerinin bir köşesini stüdyo, kütüphane veya çalışma odası yapıp üretimlerine buradan devam etmektedirler. Bu uzaktan çalışma biçimi esnek saatleri olan göçmenler için oldukça uygundur. Ayrıca kalan vakitlerinde göçmenler üretken etkinliklerde bulunmaktadır. Ayvalık'ta kocasıyla birlikte yaşayan ve orada zeytinyağı işi yapan K5, kendilerine vakit ayırmanın daha kaliteli yaşama ve verimli işler yapılmasına sebep olduğunu söylüyor:

Kürek çekiyoruz, kanoya biniyoruz. Piknik, mangal yapıyoruz. Sepetle geziyoruz. Yemek işe sepetle gidiyor. Daha çevreci oldum. Pet şişe, plastik yok. Heybe, kumaş torba, matara bardak kullanıyoruz. Çok kişi yapıyor. TEMA vakfına üyeyiz. Kompost gübre, solucan gübresi yapıyoruz. Gönüllü eğitimci olduk. STK'lara eskiden üye değildim. İstanbul'da vakit yok. Hep trafik vardı. Burada işin içine giriyoruz. Gönüllü olarak çalışıyoruz. Haftada bir saat vakit ayırmak yetiyor. Küçük yerde büyük işler yapılıyor.

Ayrıca Hayko Cepkin evinde müzik çekimleri için bir stüdyo yaptığını ve şehir dışına gittiği günleri hafta sonuna organize ettiğini anlatmıştır (3. Röportaj):

(Sabah uyanma saati erken...) Değildi, İstanbul'da kalkamıyordum. İstanbul saatim 11'di, burada 6-7 oldu. Hayvanlarımı beslerim, stüdyo işim varsa direkt stüdyoya kapanırım, hiçbir işim yoksa gerçekten zaman zaman balkonda oturabiliyorum. Yeni yeni, 'Bu kuşlar da amma bağılıyor ha!' başladı yani.

Gülçin'le (menajeri) bu manada bir sistem kurduk. Sadece cuma ve cumartesi konser alıyorum, çok spesifik bir kültür merkezi işi olmadıktan sonra asla hafta içi çalmıyoruz. Röportajları da kısaysa cuma konser önüne koyuyoruz, bir alanda çekilecekse perşembeden geliyorum. Pazara kadar istenen ne varsa o dört güne komposto ediyoruz.

Şarkıcı Göksel de evinde stüdyo kuranlardan. Doğaya yakın olmanın verimliliğini artırdığını ve yaptığı işleri etkilediğini söyleyen sanatçı bunu şu sözlerle aktarıyor (5. Röportaj):

Evin bir odasını stüdyo olarak kullanıyoruz. Çok güzel kayıtlar yaptık. Yeni hayatım çok daha ilham verici. Burada yaptığımız kayıtlar bana çok huzurlu ve sıcak geliyor.

Yazar Mine Söğüt karikatürist eşi Bahadır Baruter ile evlerinde çalıştıklarını, kendisinin bir odası olduğunu, eşinin ise salon masasında çalıştığını anlatıyor (4. Röportaj):

Benim kapandığım oda burası. Kapımı kapattım mı tüm dünya dışarıda kalır. Çalışmak değil de yalnız kalmak istediğimde gelirim daha çok. Her yerde çalışabilen, aynı anda birkaç iş yapabilen biriyim çünkü. Çorba kaynatırken roman yazabilir, bir yandan telefonda, arkadaşımın hüsrarla son bulmuş aşk hikayesini dinleyebilirim. Yatakta, yolculukta, plajda her koşulda yazabilirim; canımın istemesi yeterli. Bilgisayarım yanımda olsun yeter. Elle yazamam; okuyamam sonra... Çalışırken bana dokunulmasın, benden bir şey istenmesin yeter ama asabileşmem hiç. Bahadır öyle değildir bak. Çalışırken tam bir üretken, aksi sanatçı oluverir. O da benim gibidir; kalabalıktan rahatsız olmaz, sestten etkilenmez. Yeter ki ondan bir şey istemeyin. (Onun çalışma masası salonun bir köşesinde; insanlarla iç içe...)

Çiftliklerinde reklamcı eşi Serdar Erener ile dev bir kütüphane yaptıklarını anlatan Nil Karaibrahimgil buranın onlar için bir sığınma ve çalışma mekânı olduğunu anlatıyor (1. Röportaj):

Evet! Şehirden bu eve taşınırken, sığdırması imkânsız olacak şey, Serdar'ın on bine yakın kitabıydı. Mecburen, kümesi, kütüphaneye çevirdik. Şimdi orası, hepimizin evden kaçıp, kafa dinlediği, sessizliğe ihtiyaç olduğunda gittiği yer oldu...

Oyuncu ve yazar Yılmaz Erdoğan çiftlik işlerinden vakit kalınca orada yazarlığa devam ettiğini ve sıkılmaya vakit kalmadığını şu sözlerle aktarıyor (2. Röportaj):

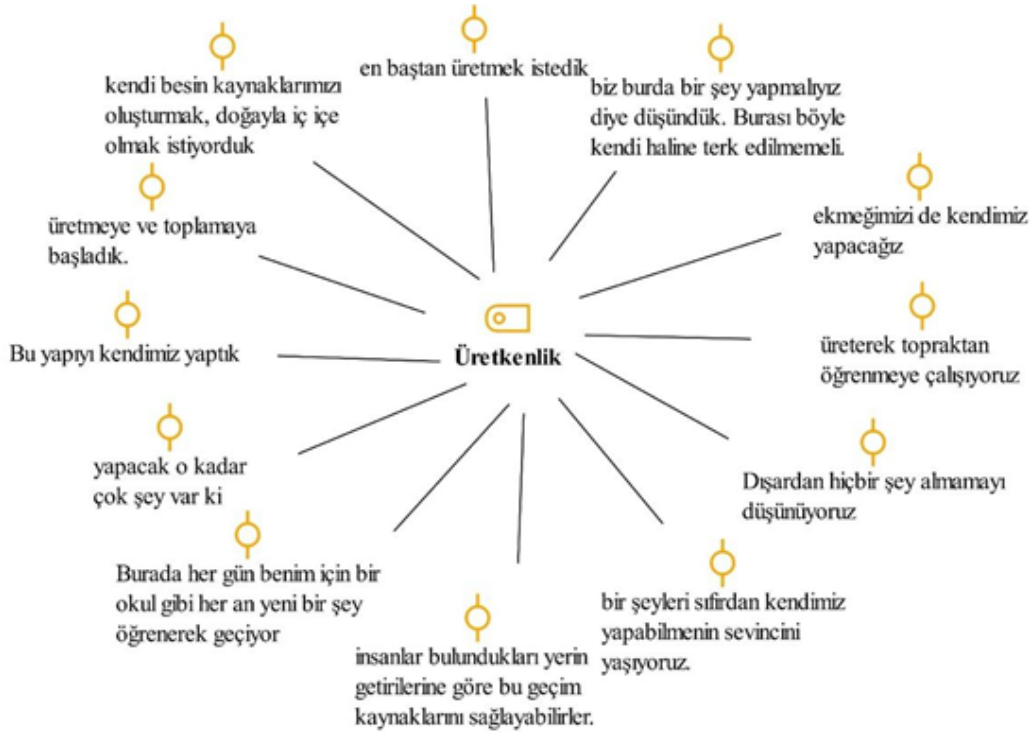
İnsanın canı neden sıkılır ya da canı sıkılınca ne yapar? AVM'de sinemaya veya yemeğe gider. Aynı insanlar, aynı yüzler. Bir araya gelip başkalarından söz eden insan grupları. Asıl sıkıcı olan bu. Köyceğiz'de hiç sıkılmıyorum. Bir de orası çiftlik. Çalışıyoruz orada, iş bitmiyor ki. Tembeller sıkılır. Çalışan adam sıkılır mı? Ayrıca ben yazarım. Boş vaktim nasıl olsun?

Özellikle bazı göçmenler yeni mekanlarında şehirdeki tüketim odaklı hayatlarının aksine sürekli bir üretim içindedirler. Üretirken aynı zamanda öğrenmekte ve kendilerini geliştirmektedirler. Doğa ve toprakla da ilişki içinde olan bireyler burada başkası için değil kendileri için çalıştıklarını vurgulamışlardır. Tarımla uğraşanlar saatlerce emek verseler de şehirdeki gibi zorlanmadıklarını aktarmışlardır. Aşağıda videolardan bir alıntı paylaşılmıştır:

...Yani ben buradan birkaç hafta uzaklaşayım, şuraya tatile gidiyim gibi bir zaman yok. Ama burada o fedakarlığı kendim için yapıyorum, bunun gerekli olduğunu düşünüyorum, bu yüzden bir şekilde buna uyum sağlıyorum, bu fedakarlığı yapmak istiyorum. Dolayısıyla bu bana eziyet olmuyor. O yüzden eski hayatımızdan tabii böyle farklılıkları var. (9.Video)

Aşağıda Şekil 5'te videolardaki göçmenlerin yeni mekanlarında edindikleri yeni uğraşlar ve üretim biçimleri alıntılarla gösterilmektedir. Özellikle tarım yapan ve toprakla uğraşan göçmenlerde üretimin yoğunlaştığı görülmektedir.

Şekil 5. Üretkenlik



g. Minimalizm

Minimalizm en az malzemeyle, en yoğun etkiyi yaratmayı amaçlar (Şenol, 2016). Arargüç (2016) Robert Browning'in "az çoktur" sözüyle bunu aktarır. Minimalizm, kapitalist toplumunun bireyleri daha fazla tüketmeye teşvik ettiği bir dönemde bu duruma bir tepki olarak doğmuştur (a.g.e.). Bireyler daha fazla kazanmaya ve daha fazla harcamaya yönlendirilmekte ve bir kısır döngüye hapsolmaktadırlar. Bu yüzden, mutluluk teorilerinin de gösterdiği gibi yalnızca daha fazla kazanç mutluluk getirmemektedir. Buradan yola çıkarak günümüzde bireyler daha fazla kazanmaya değil daha az harcamayla daha minimal yaşamaya yönelmektedirler. Maddiyattan

ziyade manevi yatırım ve kendine zaman ayırabilecekleri bir yaşam tarzının mutluluk getirdiği düşünülmektedir. Bu anlamda refah göçü daha yüksek bir kazanç sağlamasıyla değil sosyal etkinlik, bireysel faaliyet ve sosyal sorumluluk içeren ve harcamada daha minimal bir sistemle yaşam kalitesini artırmaktadır. Göçmenler de minimal bir yaşam tarzının önemini belirtmiş ve bunun onlara iyi geldiğini söylemişlerdir. Bu yaşam tarzı bir sosyal sorumluluk olarak düşünülebilir; üstelik ünlülerin bu mesaj kaygısında olduğu görülmektedir. Bu kaygı yazılarına, şarkılarına ve ürettikleri eserlere yansımaktadır.

Şehir yaşamıyla kıyaslandığında bazı beyaz yakalılar için tüketim anlamında fark gözlemlenmiştir. Hayatı sadeleştirmek, minimal bir hayat yaşamak, harcamaların ve tüketimin azalması ile üretkenliğin artması yaşanan önemli değişimler arasındadır. Özellikle tarım ve sanatla uğraşan bazı göçmenler için bu durum daha da öne çıkmaktadır. Şehirden uzakta yaşayan ünlüler daha az ile mutlu olduklarını, yavaşladıklarını, minimal bir hayat yaşadıklarını ve değerli ilişkilere vakit ayırdıklarını aktarmışlardır. Örneğin, fazla tüketimden ve lüksten kaçındıklarını anlatan yazar Mine Söğüt eşiyile birlikte evlerini mütevazı bir biçimde dekore ettiklerini söylüyor (4. Röportaj):

Ne sadeleşmesi, tam tersi üredim. Ben atmam, çoğalırım. Hep söylüyorum; ben artarak öleceğim, azalarak değil. Bahadır'la çöpten ev kurarız adeta, kıymetli bir şey olmaz evlerimizde. Bunların çoğu parayla satın alınmış şeyler değil; kendi uydurduklarımız. Aldıklarımız ise eskicilerden, antikacıardan falan değil. Ben bir harcama olarak görmem evi. Ekonomik davranırım o nedenle. Mümkün olduğunca basit, ucuz, uyduruk şeylerle düzerim. Bahadır da öyledir. Bit pazarı hastasıyız. Bit pazarında 20 liraya neler alabileceğinizi hayal dahi edemezsiniz.

Nil Karaibrahimgil minimal yaşam tarzının, sadeleşmenin ve kaliteli ilişkilerin önemini vurgularken telaş etmemenin olumlu taraflarını gördüğünü anlatıyor (1. Röportaj):

(Karantina günlerinde öğrendim) Telaşsız olmayı. Her sabah meditasyon ve her gün yoga yapmayı. Biz bize kalmayı. Az öz olmayı. Ama en çok telaşsız olmayı. Suçluluk duymadan yavaşlamayı.

Hiçbir şeye ve kuruma ihtiyacımız yokmuş, bir tek birbirimize ve dayanışmaya ihtiyacımız varmış.

Basit bir hayatın güzel ve öz olduğunu aktaran şarkıcı Göksel, hayatımızda yalnızca önemli olanlara yer vermemiz gerektiğini vurguluyor (5. Röportaj):

Gereksiz endişelerle kendimi çok hırpalamış olduğumu anlıyorum. Eskiden dert ettiğim pek çok şey şimdi artık çok önemsiz. İçindeyken rutinim haline gelen yaşam şeklimin beni ne kadar yorduğunu hiç fark etmemişim. Halbuki biraz dışına çıkmak, biraz da dinlenmek ne kadar kolaymış. Mutlu olmak için ihtiyaç duyduğumu düşündüğüm çok şeye aslında hiç ihtiyacım olmadığını da fark ettim. Hayat en basit haliyle çok daha güzel. Kendimi öz halime en yakın ve özgür hissediyorum.

Aşağıda minimalist ve sade yaşam tarzıyla ilişkili olan videolardan bazı alıntılar aktarılmıştır:

...Bizim özümüz toprak, özümüz doğa, özümüz doğal tarım, ekolojik tarım. Ama malesef şehirde bu kadar insanı beslemek için doğal tarım yetmiyor. (5.Video)

...Zengin değilim, param yok. Huzurum var, yeter. Toprakla saadet oluyor, karnım doyuyor. Domatesim, salatalığım, marulum, maydanozum, patlıcanım, biberim yani bir mutfak ihtiyacının hepsi zaten arkada yetişiyor. (10.Video)

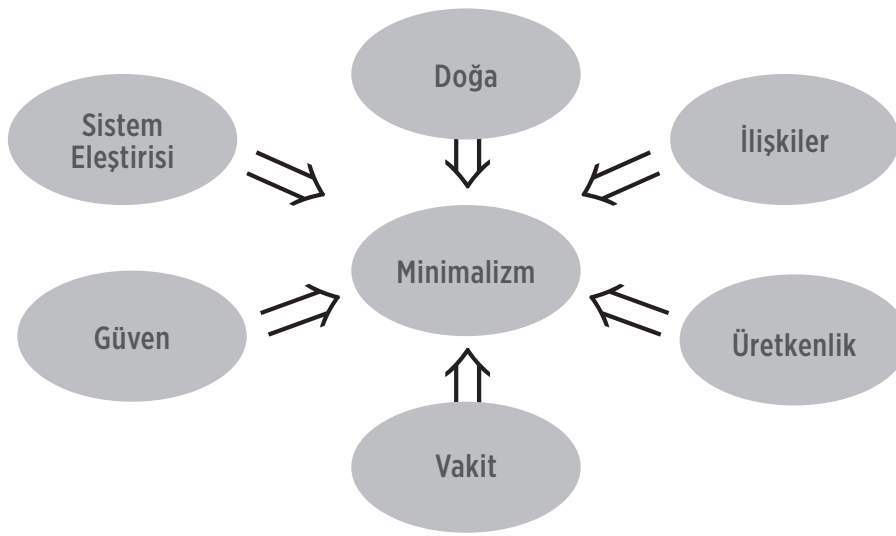
Aşağıda Şekil 6'da minimalist bir yaşamı benimseyen bireylerin geçirdikleri bu değişimi anlatan video alıntılarında yer verilmiştir.

Şekil 6. Tüketim Azlığı



Özetlemek gerekirse, ters göç hareketinde bulunan bireylerin göç sonrası geçirdiği değişimler göz önünde bulundurulduğunda doğanın etkisi, güven duygusu, kendine vakit ayırma, daha sağlam ilişkiler, üretkenlik ve sistem eleştirisi neticesinde daha minimalist bir yaşantı sürdürdükleri gözlemlenmektedir. Yani mekân değişimi bireylerin hayat tarzında da bir değişim yaratmaktadır. Özellikle bazı göçmenlerde daha yoğun olarak gözlemlenen bu değişim aşağıda Şekil 7’de gösterilmeye çalışılmıştır.

Şekil 7. Ters Göç Sonrası Minimalist Yaşam Dönüşümü



3. Sonuç ve Öneriler

Ters göç yapanların mülakat, video ve röportajlarının verileri temellendirilmiş kuram yöntemiyle analiz edilmiştir. Bu yöntem bir durumun soyut şemasını yani kuramını keşfetmeye çalışır (Creswell, 2013). Bu yöntemle bireylerin birbirleriyle ve mekânla ilişkileri tespit etmek amaçlanır. Toplanan veriler sınıflandırılır, görsel olarak sunulur ve kuramsal öneriler getirilir. İç içe geçmiş karmaşık veriler arasındaki ilişkiler çözülmek istenir. Araştırmacı olguları yakından gözlemler ve katılımcıdır. Olgulardaki örüntüler, benzerlik ve farklılıklar ortaya konur. Alandan elde edilen veriler ışığında veriler bu şekilde temellendirilir. Özellikle yeni olguları açıklamak ve kavram geliştirmek için temellendirilmiş kuram faydalıdır. Örneklem için homojen bir grup seçilir ve kültürel bir çalışma yapılır. Bu yöntem bütüncül bir bakış açısı geliştirmeye yarar.

Bu çalışmadaki verileri özetlemek gerekirse, göçmenlerin göç ettikleri mekânda geçirdiği değişimler “güven, ilişkiler, vakit, doğa, sistem karşıtlığı, üretkenlik ve minimalizm” olmak üzere yedi ana tema başlığı altında incelenebileceği görülmektedir. Bütün bu temalar ise literatürün de öngördüğü gibi BPS sağlık durumunda iyileşmeye sebep olmaktadır. Bireyler güven duydukları ortamda daha az endişelenmekte, gelecek kaygıları

azalmakta, kendilerini toplumda daha önemli, değerli ve faydalı hissetmektedirler. Bunun yanı sıra şehrin stresinden uzak olmak rahatlamaya, huzurlu bir sosyal ortamda bulunmak toplumsal iyimserliğe ve bunlar da kaliteli bir uykuya sebep olmaktadır. Şehre kıyasla burada kendilerine daha çok vakit ayıran bireyler fiziksel aktivite, sağlıklı beslenme, kaliteli sosyal ilişkiler ve hobileriyle hayatlarını zenginleştirmektedirler. Göçmenlerin çoğu sabah erken kalkmakta, günlerini aktif geçirmekte ve daha sağlam ilişkiler kurmaktadır. Son olarak, doğayla geçirdikleri zaman dolayısıyla felsefi anlamda bir değişim yaşayan göçmenler doğada huzur bulduklarını, doğanın onlara şifa verdiğini, farkındalık kazandırdığını aktarmışlardır. Mutluluk ölçümleri ve teorilerinden de yola çıkarak ters göç yapan bireylerin yeni yaşam biçimleri dolayısıyla yaşam doyumlarında ve BPS sağlık seviyelerinde bir artış olduğu gözlemlenmiştir.

Çoğu göçmen küçük şehir hayatını beğendiğini iletse de özellikle bazı göçmenlerin göç ettikleri yerde okul, hastane, AVM, restoran, Starbucks gibi şehir imkanlarının olmasını olumlu buldukları tespit edilmiştir. Genellikle küçük şehrin avantajları öne çıkmakla beraber buralarda bir takım eksiklikler de hissedilmektedir. Küçük yerlerdeki dezavantajlar internet kesilmeleri, su kesintileri, evi ısıtmanın zorluğu, alışveriş imkanının az olması, sosyo-kültürel etkinliklerin kısıtlılığı ve uzakta kalan aile ile arkadaşlara duyulan özlem olarak ortaya çıkmaktadır. Geniş ailesi ile birlikte göç edenlerin dışındakiler ailelerini özlediklerini ve hemen hepsi eski arkadaş ortamlarını aradıklarını söylemiştir. Bir kişi özellikle pandemiden sonra yalnız kaldığı şehre dönmek istediğini iletmiştir. Kaygı sorusuna çoğunluk doğa için kaygılandıklarını, bazıları ekonomi ve ülke için üzüldüğünü ve biri de çocukları için endişe duyduklarını iletmiştir. Ancak çoğunluğu küçük yerlerde kendilerini büyük şehre göre daha güvende hissettiklerini söylemişlerdir. Bu temaların haricinde bazı göçmenlerde kendi mesleki alanlarında üretkenlik, minimal yaşam ve mesaj kaygısı öne çıkmaktadır. Buradaki hayatın üretkenliklerine katkıda bulunduğunu ve yeni mekanlarında çalışmaya, üretmeye devam ettiklerini anlatmışlardır. Sanatçılar yalnızca gerekli olduğunda şehre gidip gelerek çalışmaya etmişler ve kimisi bunun yanı sıra yeni işlere girişmişlerdir. Hepsi evlerinde bir stüdyo, çalışma odası veya kütüphane oluşturarak işlerini uzaktan yürütmüşlerdir.

3.1. Eksenel Kodlama ve Tipoloji

Mülakatlar, videolar ve röportajlardan elde edilen veriler doğrultusunda refah göçmenlerinin göç sonrası ilişkileri, yeni mekanlarındaki etkinlikleri ve yaşam ilkeleri (minimalizm) kategorileri eksenel kodlamada gruplandırılmıştır. Ters göç yapan bireylerin açık kodlaması ve seçici kodlaması her alanda ortak olan ve tekrar eden ve en çok vurgulanan yani çekirdek kod doğa kavramıdır. Doğaya yaklaşmak ve doğada daha çok vakit geçirmek isteyen bireyler refah göçünde bulunmuşlardır. Doğayla ilişkileri güçlenmiş, doğada daha çok vakit geçirdikleri etkinliklerde bulunmuşlar ve sonucunda doğayı korumak için yaşam biçimlerinde minimalistik bir değişim meydana gelmiştir. Diğer sebeplerle beraber göçmenler doğaya yakın yaşadıkları ve doğada vakit

geçirdikleri için onların yaşam memnuniyetleri artmıştır. Ayrıca doğada buldukları süre boyunca temiz hava, hareket, beslenme, rahatlama ve diğer sebeplerden dolayı BSP sağlık seviyelerinde artış olmuştur. Aşağıda Tablo 1'de eksenel kodlamanın detayları gösterilmektedir.

Tablo 1. Refah Göçü Eksenel Kodlama

	İlişkiler	Etkinlikler	İlkeler
Açık Kodlama Sentezi	Aile	Spor	Üretkenlik
	Arkadaşlar	Yemek Yapmak	Tüketim Azlığı
	Yerli Halk	Kaliteli Uyku / Rahatlama	Yavaşlamak
	Çocuklar	Sosyalleşmek	Farkındalık
	Hayvanlar	Hobiler	Minimalizm
	Kendi Bedeni	Sosyal Sorumluluk	Çevre Etkinlikleri / Dönüşüm
	Doğayla İlişki	Doğada Olmak	Doğayı Korumak

Doğa çekirdek kodu üzerinden birbirleriyle ilişkilendirilerek sınıflandırılan kategoriler *Agroeko Göçmenler*, *Mikro-kentliler* ve *Bohemler*dir. Bu kategoriler doğa ile olan ilişkileri üzerinden değerlendirilmiş ve sınıflandırılmıştır. Agroeko Göçmenler daha marjinal ve işini bırakıp tamamen tarım veya hayvancılıkla uğraşan bireyleri temsil etmektedir. Onları ayırtıran anahtar kelime sistem karşıtlığıdır. Mikro-kentliler işlerine uzaktan devam eden beyaz yakalılardır. Bunlar aslında bir şehir özlemi içerisinde olup oradaki imkanları tercih etmektedirler. Agroeko Göçmenler doğayı korumak ve onunla uyumlu yaşamak isterken, Mikro-kentliler gittikleri yerde küçük bir kent yaratmakta ve kent yaşantısını buraya getirmektedirler. Bohemler ise işlerine uzaktan devam edebilen veya gittikleri yerlerde yeni meslekler edinen kesimi temsil etmektedir. Bunlar doğada bilinç kazanmakta, bu durum işlerine ve eserlerine yansımakta ve şehirde kalanlara ulaşarak bir bilinç yaratmaktadır. Onları ayırtıran en önemli özellik sosyal sorumluluktur.

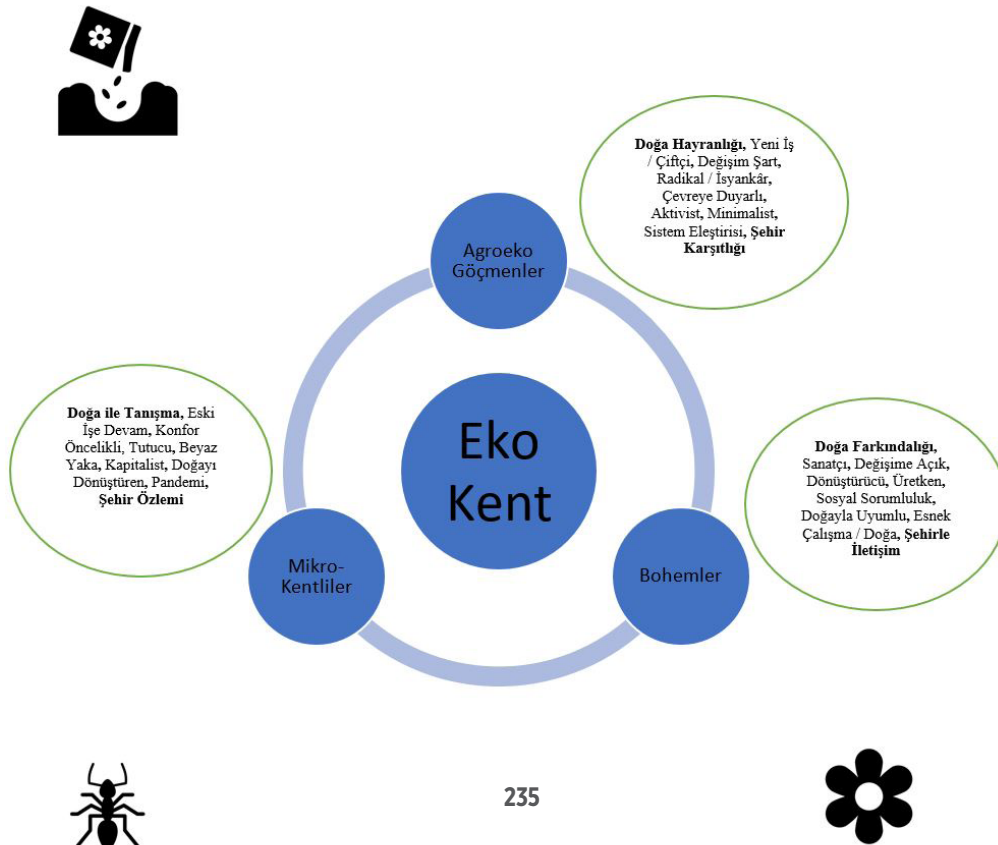
Tipolojide eski işlerini bırakıp tarım ve hayvancılıkla uğraşanlar, yani Agroeko Göçmenler daha ziyade sisteme karşı olan ve tarıma dönmek isteyen bir grubu oluşturmaktadırlar. Biraz anarşik, direnişçi, kapitalizme karşı bir yapıya sahiptirler. Bazılarının video çekmelerinde böyle bir mesaj kaygısı gizli olduğu söylenebilir. Mikro-kentliler sisteme daha yakın durmaktadırlar. Aynı sistemi uzak ve doğal bir ortamdan devam ettirmek istemektedirler. Şehir yaşantısını sevmekte ve okul, hastane, AVM, restoran, Starbucks gibi olanaklarını beğenmektedirler. Burayı küçük şehir gibi düşünmekte ve mesleklerini çoğunlukla değiştirmemektedirler. Bohemler yani sanatçılar, editörler ve

yazarlar ise kendi içlerinde yeni yerlerinde bir hayat kuranlar, şehirde çalışmaya devam edip vakit buldukça küçük yerlerde yaşayanlar ve iş oldukça şehre gidenler olarak ayrılmaktadırlar. Kimisi aynı zamanda tarımla da uğraşırken bazıları Agroeko Göçmenlerden farklı olarak sadece kendi işlerini uzaktan devam ettirmektedirler. Çoğunluğu kendi işlerini bırakmadan hayatlarını farklı bir mekânda geçirmektedirler. İdeolojik olarak daha barışçıl ve yapıcı ve sistemi düzeltme çabasında olan bir yapıdadırlar. Agroeko Göçmenler ile Bohemler minimalist bir yaşam tarzına sahiptirler. Bohemler, Agroeko Göçmenler gibi sistemi eleştirmekle birlikte düzeni tamamen reddetmek yerine şehirden bağlarını koparmadan bu duruma dikkat çekmek ve değiştirmek için çabalamaktadırlar.

3.2. Metafor ve Hikâye

Metafor olarak cam bir faunadaki toprak (agroeko göçmenler), mikroorganizmalar (mikro-kentliler) ve bitkiler (bohemler) düşünülebilir. Bütün bu oluşum bir cam faunadaki ekosistemi anımsatmaktadır. Aslında aynı faunada birbirlerine faydaları vardır ve denge yaratıp birlikte yaşamaktadırlar. Agroeko Göçmenler tarım yapmakta, yeşil ile doğayı korumakta ve bu yüzden metafor olarak toprakla temsil edilmektedirler. Mikro-kentliler tüketim odaklıdır ancak teknolojiyi geliştirerek fayda sağlarlar. Bu anlamda ekosistemdeki mikroorganizmalara benzerler. Bohemler ise çevre konusunda toplumsal bilinç yaratarak üretirler. Sürekli bir üretim içerisinde olduklarından bitkilere benzemektedirler. Bütün bu durum geleceğin teknolojik eko köylerinin bir prototipi gibi görülebilir. Bu dönüşüm aşağıda Şekil 8 ile gösterilmektedir.

Şekil 8. Refah Göçmenlerinin Fauna Metaforu – Eko Kent Dönüşüm Şekli



İlişkisel sosyoloji çerçevesinde ters göç etmenin biyolojik (sağlıklı yemek, egzersiz, temiz hava, iyi uyku), psikolojik (az stres, vakit çokluğu, rahatlık, güven, doğa, rehabilitasyon) ve sosyal (küçük yer insanının rahatlığı, sağlam sosyal ilişkiler, yerlileri tanımak, sosyalleşmeye daha çok vakit, sosyal etkinlikler, aileye vakit, sosyal sorumluluk) etkilerinin BPS modele katkı sağladığı görülmektedir. Kapı kontrol teorisinde ele alındığı üzere bütün bunların sonucunda olumlu ruh hali ile stres, rekabet ve koşuşturmadan uzak olmak ve doğada vakit geçirmek olumlu bir psikoloji yaratarak sağlığı artırmaktadır. Kentleşme teorileri ise büyük kentlerin bireyi yalnızlaştırdığını ve gelecek kaygısını yükselttiğini anlatmaktadır. Şehir büyüdükçe, metropolleştikçe güven duygusu ve refah azalmaktadır. Koşurma, rekabet ve trafik artmaktadır. İlişkisel mekân teorilerinden yola çıkarak bireylerin kendilerini göreceli olarak küçük yerde güvende, önemli ve huzurlu hissettiği söylenebilir. İlişkisel sosyoloji temelinde bireylerin mekanla olan ilişkisi ele alındığında Simmel, Foucault, Bourdieu ve Lewin'in görüşleri öne çıkmaktadır. Foucault modern insanın mekâna hapsolarak kontrol edildiğini öne sürmüştür (Fu, 2021). İlişkisel mekân teorileri Simmel'in güç ilişkilerini temel alarak bireylerin mekânla, zaman ve sosyal sermaye doğrultusunda bir güç ilişkisinde olduğunu ileri sürer (a.g.e.). Bu anlamda Bourdieu'nun "habitus" kavramı bireylerin sosyal konumuna dayalı sembolik sermayelerinin hareket, düşünce ve duygularını etkilediğini öne sürmektedir (Kasapoğlu, 2019). Lewin ise bireylerin zaman ve mekanla sürekli, çok boyutlu, geometrik ve dinamik bir ilişki içerisinde olduğunu altını çizer (a.g.e.). Bu yüzden bireyler içerisinde buldukları mekânda, sosyal ortamda dinamik ilişkiler ile zamana bağlı olarak güç, güven hisseder ve ilişkilerini biçimlendirir. İlişkisel anlamda ters göç bireylerin sosyal sermayelerini ve ilişki biçimlerini değiştirerek güç ile güven duyguları üzerinde olumlu bir etki yaratmakta ve BPS sağlık seviyelerini artırmaktadır.

Bunun yanı sıra bazıları sosyal sorumluluk projelerinde bulduklarını ve bundan dolayı kendilerini iyi hissettiklerini iletmislerdir. Bu da ekonomik kriterlerden ziyade bireylerin içinde buldukları toplumsal durum, toplumdaki konumları, kaliteli ilişkiler, hobiler, sosyal sorumluluk etkinlikleriyle daha mutlu oldukları gerçeğine ışık tutmakta ve bu mutluluk literatürünü desteklemektedir. Analizlerde özellikle, doğa çekirdek kavram olarak ortaya çıkmaktadır. Göçmenlerin benzerlik ve farklılıkları göz önüne alındığında Agroeko Göçmenler, Mikro-kentliler ve Bohemler olmak üzere üç kategori ortaya çıkmaktadır. Bunlar doğa ile olan ilişkileri, tutumları ve yaşam biçimleri ve topluma sağladıkları katkı bakımından ayrılmaktadırlar. Bu sistem çerçevesinde kendi içlerinde bir denge ve döngü oluşturmaktadırlar. Bu açıdan bakıldığında, ters göç edenlerin sistemleri geleceğin teknolojik eko köylerinin bir prototipi biçiminde olduğu düşünülebilir.

Ters göçte bulunan bireylerin buna sebep olan etkenleri, yaşam koşulları, kırılma noktaları bu kararlarında önem taşımaktadır. Ayrıca geçirdikleri süre, buraya alışmalarında etkilidir. Bazı bireyler pandemide mekân değiştirmiş sonrasında geri dönmüştür. Bazıları pandemide göç etmiştir ve yakın gelecekte yine mekân değiştirebilirler.

Daha uzun süre göç etmiş olanlar ise kararlı olup kesin göç edenlerdir. Bu anlamda ters göç sürecinin uzun vadeli incelenmesi gereklidir. Araştırma sonuçları görüşülen kişilerle sınırlıdır ve yörelere genellenemez. Bunun yanı sıra, ileride toplanacak nitel veriler ve alan araştırmaları daha genel bir yorum yapmayı sağlarken araştırmayı genişletebilir. Pilot bölgelerden elde edilecek sonuçlar diğer göçmen bölgelerinde refahın sağlık üzerindeki etkileri bakımından araştırmacılara ve sosyal hizmet uzmanlarına ışık tutabilir. Ayrıca başka çalışmalarda ortaya çıkabilecek olan yeni tipolojiler de mümkündür. Bu konuda yapılacak farklı bölgelerdeki çalışmalarla literatür zenginleşecektir.

4. Ekler

Ek 1. Mülakat Soruları

1. Demografik sorular: Yaş, cinsiyet, medeni hal, çocuk, eğitim, yaşadığı yer, geldiği şehir, ekonomik durum. Kiminle yaşıyorsunuz?
2. Büyük şehirden göç etme sebepleriniz nelerdir? Göç etmeniz Covid sonrası mı yoksa öncesi döneme mi denk geliyor? Kent yaşamı hakkında ne düşünüyorsunuz?
3. Ne kadar zamandır burada yaşıyorsunuz? Göç ettiğiniz yeni belde hakkında ne düşünüyorsunuz?
4. Göçtüğünüz yeni beldede uyum sorunu yaşadınız mı? Yerliler sizi nasıl karşıladılar?
5. Burada geçiminizi nasıl sağlıyorsunuz? Ekonomik olarak memnun musunuz? Boş zamanlarınızda nelerle uğraşıyorsunuz?
6. Aradığınız özellikleri burada bulabildiniz mi? Şehir hayatında özlediğiniz şeyler var mı?
7. Burada sosyal çevreniz, etkinlikleriniz nasıl? Aileniz ile ne sıklıkla görüşüyorsunuz?
8. Doğa ile ilişkiniz nasıldır?
9. Buraya gelmeden önce ve sonra refah ve stres seviyenizi karşılaştırırsanız fark var mıdır? Başka değişim yaşadınız mı? (Beslenme, fiziksel aktivite, boş zaman vb.)
10. Buradaki yaşam sağlığını nasıl etkiliyor? Göç etmenizde sağlık sebepleri var mı? (Sağlık sorunu vb.)
11. Sizce geldiğiniz yere bir katkı sağladığınızı düşünüyor musunuz?
12. Hayatınızdan genel olarak memnun musunuz? Değiştirmek istedikleriniz var mı?
13. Gelecekte kaygı duyar mısınız? Kendinizi yaşadığınız yere ait ve özgür hissediyor musunuz?
14. Şehre geri dönmeyi düşünüyor musunuz?
15. İnsanın doğayı kontrol etmesi hakkında ne düşünüyorsunuz?

Ek 2. YouTube Videoları

Video #	Video Başlığı
1. Video	Şehirden Kaçanlar Bir Köyceğiz Hikayesi Şehirden Köye Göçen Beyaz Yakalılar https://www.youtube.com/watch?v=aXroLDQzEbU&t=3s
2. Video	Şehirden Kaçanlar: Amerika'dan Burdur'a Göç https://www.youtube.com/watch?v=vqnnhPuWaAc
3. Video	Şehirden kaçanlar: İstanbul'dan Rize, Fındıklı'ya "Keşke herkes bıraksa keşmekeşi" https://www.youtube.com/watch?v=kVEUwT9wvNQ&t=253s
4. Video	Şehirden kaçanlar: Gökçeada'da bir bilgisayar mühendisi https://www.youtube.com/watch?v=TVcNvuRpBYM&t=1s
5. Video	İstanbul'u Terkedip Dalaman'a Göçtük Tersine Göç Bizim Hikayemiz ve Sebeplerimiz https://www.youtube.com/watch?v=YUaH7omjvzs
6. Video	Köye Nasıl Göç Ettik Nasıl Para Kazanıyoruz Başımızdan Geçenler Şehirden Köye Göç 30.Bölüm https://www.youtube.com/watch?v=eW_E8mdNLyc&t=1s
7. Video	Şehirden kaçanlar: Silifke'de meyvecilik "Kırsalı istiyordum, özlediğim hayatı burada kurdum" https://www.youtube.com/watch?v=CsQUWUeAiSY&t=2s
8. Video	Şehirden Köye Minimalizm ve Minimal Yaşam Mustafa Yılmaz Özel Röportaj https://www.youtube.com/watch?v=zdv9K_GNaVo&t=4s
9. Video	Şehirden kaçanlar: Plazadan tarlaya "Modern ve doğaya saygılı tarım" https://www.youtube.com/watch?v=QeVLPWT_zBE&t=2s
10. Video	Beyaz Yakalı İşinden İstifa Etti Köye Yerleşip Çiftçi Oldu // Sevdiğin İşi Yap https://www.youtube.com/watch?v=hRUbZbYO58E

Ek 3. Röportajlar

Röportaj #	Röportaj Başlığı
1. Röportaj	<i>Ayşe Arman</i> . "Nil Karaibrahingil Artık Doğada Yaşıyor" (23 Mayıs 2020) https://www.armanayse.com/nil-karaibrahingil-artik-dogada-yasiyor/
2. Röportaj	<i>Hürriyet</i> . "Dedeme Özür Borcum Vardı" (29 Ekim 2016), https://www.hurriyet.com.tr/kelebek/magazin/yilmaz-erdogan-merak-edilenleri-cengiz-semerciogluna-anlatti-40262296
3. Röportaj	<i>Redbull</i> . "O Artık Kuşadası'nın Yerlisi" (03 Temmuz 2017), https://www.redbull.com/tr-tr/hayko-cepkin-in-kusadasi-ndaki-yasami
4. Röportaj	<i>Alldecor</i> . "Kurtarılmış Cennet", https://senguldurucu.com/img/portfolio/bahad%C4%B1r-mine%20roportaj.pdf
5. Röportaj	<i>Hürriyet Kelebek Pazar</i> . "Bu Köy Benim Hayal Ürünüm, Yaşadığım Her Şey de O Rüyanın İçinde Geçiyor Sanki" (14 Haziran 2020), https://www.hurriyet.com.tr/galeri-gokselin-yeni-hayati-40209433/4

Kaynakça

- Adevi, A. A., & Martensson, F. (2013). Stress rehabilitation through garden therapy: The garden as a place in the recovery from stress. *Urban Forestry & Urban Greening*, 12, 230-237.
- Altundal Öncü, M., & Somuncu, M. (2017). Küresel bir eğilim olarak refah göçü: Dağlık alanlarda yeni mekan organizasyonunu anlamak.
- Ambrose, G., Das, K., Fan, Y., & Ramaswami, A. (2020). Is garden associated with greater happiness of urban residents? A multi-activity dynamic assessment in the twin-cities region, USA. *Landscape and Urban Planning*, 198, 103776.
- Arabacı, Z., Hasgül, E., & Serpen, A. S. (2016). Türkiye’de kadın göçmenlik ve göçün kadın sağlığı üzerine etkisi, *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 36, 129-144.
- Arargüç, M. F., (2016), Sanattan edebiyata minimalizm ve edebi bir uygulama: Ann Beattie’nin “The rabbit hole as likely explanation”, *Ankara Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü Dergisi*, 37, 88-113.
- Bhatti, M., & Church, A. (2001). Cultivating natures: Homes and gardens in late modernity. *Sociology* 35, 365-383.
- Cieslik, M. (2017). *The Happiness Riddle and the Quest for a Good Life*, Palgrave Macmillan (Birinci Basım: 2016).
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative Inquiry and Research Design*. Sage (3rd Ed.).
- David, F. (2004). Georg Simmel, The Sociology of Space, *CSISS Classics, California Digital Library*.
- Doğaner, S. (2019). *Beşeri ve İktisadi Coğrafya Araştırmaları*. Flora Turizmi: Orman, Çiçek ve İnsan. İstanbul: Eski Babil Yayınları.
- Dushkova, D., & Ingatieva, M. (2020). New trends in urban environmental health research: from geography of diseases to therapeutic landscapes and healing gardens. *Geography, Environment, Sustainability*, 13(1), 159-171.
- Ergüven, M. H. (2019). Sağlıklı yaşamda doğal bir wellness trendi: orman banyosu, *Journal of Academic Social Science Studies*, 76, 65-73.
- Eroğlu, A., & Arslan, S. (2018). Yenidoğanda Ağrının Algılanması, Değerlendirilmesi ve Yönetimi, *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 8(1), 52-60.
- Ertem, M. (2021). Huzurevinde yaşayan bireylerin psikososyal ve fiziksel işlevlerinin değerlendirilmesi, *İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 6(1), 113-120.
- Fu, Y. (2021). Towards relational spatiality: Space, relation & Simmel’s modernity, *Sociology*, 1-17.
- Gieryn, T. F. (2000). A Space for Place in Sociology, *Annual Review of Sociology*, 26, 463-496.
- Gosnell, H., & Abrams, J. B. (2009). Amenity migration: Diverse conceptualizations of drivers, socioeconomic dimensions, and emerging challenges, *GeoJournal*.

- Graham, S., & Healey, P. (1999). Relational concepts of space and place: Issues for planning theory and practice, *European Planning Studies*, 7(5), 623-646.
- Güzel, E. (2016). Dijital kültür ve çevrimiçi sosyal ağlarda rekabetin aktörü: Dijital habitus, Gümüşhane Üniversitesi *İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 4(1), 82-103.
- Hjerpe, E., Hussain, A., & Holmes, T. (2020). Amenity migration and public lands: Rise of the protected areas, *Environmental Management*, 66, 56-71.
- İslamoğlu, E., Yıldırım, S., & Abdurrahman, B. (2014). Türkiye’de tersine göç ve göçü teşvik eden uygulamalar: İstanbul ili örneği. *Sakarya İktisat Dergisi*. 3(1), 68-93.
- Karaküçük, S., Ayyıldız Durhan, T., & Çakır, M. (2020). Türkiye’de geçici koruma statüsündeki Suriyelilerin boş zaman davranışlarına etki eden faktörler, *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 41, 510-528.
- Karaman, H., & Kavak, G. Ç. (2020). Ağrı kliniğimizin bir yıllık olgu analizi. *Pamukkale Tıp Dergisi*, 3(1), 17-22.
- Kasapoğlu, A. (2008). *Madalyonun İki Yüzü: Hastalık ve Sağlık*. Phoenix Yayınevi.
- Kasapoglu, A. (2019). A road map for applying relational sociology. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 6(1), 448-488.
- Kepek, E. B., & Uğuzman, T. (2018). Haydi köyümüze geri dönelim! Tersine göçün sosyoekonomik etkileri: Yeniol köyü örneği, *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 40(2), 11-36.
- Kirel, S. (2014). Erich Fromm’un Şiddete Yaklaşımı ve Bir Örnek Film, "Falling Down - Sonun Başlangıcı". *Marmara İletişim Dergisi*, 9(9), 259-284. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/maruid/issue/442/3434>
- Korucu, S., Çalışkan Söylemez, Ş., & Oksay, A. (2021). Biyopsikososyal yaklaşım ve gelişim süreci, *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 12(30), 689-700.
- Kosaka, K. (2007). A Sociology for Happiness: Beyond Western versus Non-Western Perspectives, *Research Article*, September 1, 56(2), 113-126, <https://doi.org/10.1177/0038022920070303>
- Koyuncu, F. M. (2004). Kronik pelvik ağrıda yönetim. *Türk Jinekoloji ve Obstetrik Derneği*.
- Lee, A-Y., Kim, S-Y., Kwon, H. J., & Park, S-A. (2021). Horticultural therapy program for mental health of prisoners: A case report, *Integrative Medicine Research*, 10, 1-8.
- Moss, L. A. G., & Glorioso, R.S. (2014). *Global Amenity Migration*. The New Ecology Press.
- Pringle, S., & Guaralda M. (2018). Images of urban happiness: a pilot study in the self-representation of happiness in urban spaces, *International Journal of the Image*, 97-122.
- Steincke, E., Cede, I. P., & Fliesser, U. P. (2009). *Development patterns of rural Depopulation areas, Demographic Impacts of Amenity Migration on Italian Peripheral Regions*, 195-214.
- Südaş, İ., & Mutluer, M. (2010). Daha iyi bir hayata doğru: Yaşam biçimi göçü. *Ege Coğrafya Dergisi*, 19(1), 31-47.
- Şenol, N., (2018), Minimalist sanat akımının moda üzerindeki etkisine genel bir bakış, *Art-Sanat*, 9, 437-448.

- Tampieri, A. (2017). Urbanization and its effects on the happiness domains, University of Bologna.
- Terzibaş, P. (2020). *Mutluluk Ekonomisi ve Easterlin Paradoksunun Testi*. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Ekonomi ve Finans Yüksek Lisans Tezi.
- Teymur, N. (2004). "Research in Socio-Spatial Disciplines". In Evaluation of Performance in Social Sciences. Ed. İlhan Tekeli & Necdet Teymur. Ankara: UNESCO.
- Topçu, İ., & Dişsiz, M. (2018). Doğum eyleminde kullanılan manipülatif ve beden temelli tamamlayıcı- alternatif yöntemler, *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 1(2), 33-37.
- Varışoğlu, Y., & Ünlü, G. (2020). Türkiye'deki tezlerde doğum ağrısının yönetiminde kullanılan nonfarmakolojik yöntemlerin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 23(1), 45-52.
- Winters, J. V., & Li, Y. (2015). Urbanization, natural amenities, and subjective well-being: evidence from U.S. counties, *IZA Discussion Paper Series*, 8966.
- Witte, D., & Schimitz, A. (2021). Relational sociology on a global scale: Field-theoretical perspectives on cross-cultural comparison and the re-figuration of space(s), *FQS* 22(3), Art. 5.