

- [*Din Psikolojisi*] -

**DİASPORİK YAŞAMIN PSİKO-ANATOMİSİ – VI:
MÜSLÜMAN-TÜRK GÖÇMENLERİN
KENDİNİ GERÇEKLEŞTİRME – YAŞAMI SÜRDÜRME NEDENLERİ –
DİNSEL BAŞA ÇIKMA DURUMLARI
ÜZERİNE NİTEL BİR ÇALIŞMA**

Mustafa KOÇ

Doç. Dr., Balıkesir Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi,
Din Psikolojisi Bilim Dalı &
Manevi-Psikolojik Danışmanlık Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdürü
Balıkesir, Türkiye
Assoc. Prof., Balıkesir University, Faculty of Theology,
Department of Psychology of Religion &
Director for Spiritual Counselling Application and Research Center
Balıkesir, Turkey
mustafakoc@balikesir.edu.tr
orcid.org/0000-0003-1299-7963

ÖZET

Yedi ayrı makale dizisinden oluşan araştırmanın bu altıncı makalesinde, öncelikle Müslüman-Türk göçmenlerin “kendini gerçekleştirme” durumları üzerine elde edilen nitel bulgulara yer verilmiştir. Daha sonra ise adı geçen göçmen çalışma grubunun “yaşamı sürdürme nedenleri ile dinsel başa çıkma” durumları üzerine saptanan diğer nitel verilerin analizleri yapılmıştır. Araştırma konusuna ilişkin yapılan nitel analizler sonucunda; “(a) kendini gerçekleştirmeyle ilgili olarak Müslüman-Türk göçmen katılımcıların potansiyel ve yeteneklerinin farkında oldukları; fakat diasporik yaşamın zorlukları sebebiyle potansiyel ve yeteneklerini açığa çıkaramadıkları; (b) yaşamı sürdürme nedenleriyle ilgili olarak da, göçmenlerin diasporik yaşamlarını sürdürmelerinin en önemli nedenlerinin çocukları olduğu; dinsel inanç ve değerlerinin ise diasporik yaşamı sürdürme nedenlerine pozitif katkılar yaptığı; (c) dinsel başa çıkma durumlarıyla ilgili olarak da göçmen katılımcıların önemli bir çoğunluğunun problemlerle başa çıkma süreçlerinde dinsel inançlarının öncelik durumuna sahip olduğu; duayı, kader inancını ve dini-sosyal desteği dinsel başa çıkma mekanizmalarında aktif olarak kullandıkları” gibi bulgular elde edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Göçmen, Diasporik yaşam, Azınlık grup, Kendini gerçekleştirme, Yaşamı sürdürme nedenleri, Dinsel başa çıkma

ABSTRACT

Psycho-anatomy of the diasporic life-VI: A qualitative study on Turkish-Muslim immigrants' self-actualization – reasons for living – religious coping

This sixth article of the research, composed of seven individual articles, initially provides the obtained qualitative findings on Turkish-Muslim immigrants' "self-actualization". It, then, analyses the other qualitative findings, based on the mentioned sample group's 'reasons for living and religious coping'. As a result of the qualitative analysis of the research, some of the findings are as follows: "(a) regarding the self-actualization, Muslim-Turkish immigrant participants are aware of their potential and abilities; but they were unable to reveal their potential and abilities due to the difficulties of diasporic life; (b) as to the reasons for living, the most important reasons for maintaining diasporic living of immigrants are their children; however their religious beliefs and values have a positive impact on their reasons for diasporic living; (c) in respect to the religious coping, in the process of coping with the problems of the significant majority of immigrant participants, their religious beliefs have priority; they have actively used prayer, believe in destiny and religious-social support in their religious coping mechanisms.

Keywords: Immigrant, Diasporic life, Minority group, Self-actualization, Reasons for living, Religious Coping

GİRİŞ

Sosyo-ekonomik ve politik sebeplerle bireylerin yer/mekân değiştirmesi olarak tanımlanabilecek olan göç olgusu, yer değiştirmenin niteliğine göre iç-göç veya dış-göç biçiminde ortaya çıkabilmektedir. Ayrıca göçler, çeşitli nedenlerle zorunlu veya bireylerin kendi istekleriyle serbestçe gerçekleştirdikleri gönüllü göç şeklinde de olabilmektedir. Göç sosyal psikoloji literatürüne bakıldığında, göç eden bireylerin/grupların her zaman aynı şekilde isimlendirilmedikleri de görülmektedir. Dolayısıyla bir coğrafyadan başka bir coğrafyaya bir şekilde göç eden bireylere "göçmen, mülteci, sığınmacı, misafir, azınlık" gibi birbirinden farklı isimlendirmeler yapılabilmektedir. Sonuç olarak her ne sebeple olursa olsun bir mekân değişikliği yaşamış olduklarından göçmenlerin psikolojik durumları, sözü edilen bu göç deneyiminden az veya çok olumsuz yönde etkilenebilmektedir (Aydın, 2017: 302).

Göç olgusunun modern biçiminin genel görüntüsüne bakıldığında, küreselleşmenin pek çok olguyu ve durumu etkilediği gibi göç olgusunu da biçimlendirdiği görülmektedir. Dolayısıyla küreselleşme, göç sebebinin oluş-

masından göç kararının alınmasına kadar, hatta göç edilecek yerin seçimi ve göç edilen yerdeki yaşama koşullarının belirlenmesine kadar, geniş bir yelpazede göç görünümleri üzerinde oldukça etkili izler bırakabilmektedir. Küreselleşmenin, sosyo-politik ve ekonomik yapılarda ortaya çıkardığı değişimler ve bu değişimlerin birbirlerini tetiklemesinin hızı, göç sürecinin daha sert yaşanması sonucunu doğurmaktadır. Sürecin getirdiği bu anomik gelişmeler, sosyal bilimcilerin göç olgusunu daha karmaşık ve çok boyutlu ele alarak holistik bir bakış açısı geliştirmelerini zorunlu kılmaktadır. Ancak sosyal bilimciler tarafından böyle bir bakış açısının geliştirilmesi, ulus aşırı nüfus hareketleri, bunun getirdiği çok-kültürlülük ve gerek uzak coğrafyalar arasında gerekse de yakın coğrafyalar içinde oluşan yeni tip topluluklar vb. gibi pek çok yapısal faktörlerin yapılacak analizlerde göz önünde bulundurulmasını zorunlu kılmaktadır. Dolayısıyla bu sınır aşırı yaşanan göç eksenli demografik hareketler, sadece ekonomik temelli değil, aynı zamanda politik ve kültürel temelli olarak da değerlendirilmelidir (Çağlayan, 2006: 88-89).

Sosyo-psiko-antropo-teolojik bir içeriğe sahip olan diaspora kavramıyla yakın ilişkide olan en önemli kavramlardan biri “göç”tür. Küreselleşmeyle birlikte farklılaşan göç olgusu, siyasi kaygılar, eğitim, evlilik ve aile birleşimi gibi birçok farklı nedenler tarafından da biçimlenmiştir. Uluslararası göçün çoğunlukla ekonomik nedenlere dayandığının altını çizen sosyolog Wingens ve arkadaşları, son dönemlerde aile birleşimi gibi nedenlerin de öne çıktığını belirtmektedirler. Nitekim sosyolog Faist (2003) de, uluslararası göçü “bir ulus devletten diğerine gerçekleşen bir hareket”in ötesine taşıyarak “çok sayıda bağ ile çok sayıda ulus devlet içindeki iki ya da daha çok konumu ve hareket edenler ile kalanlar arasındaki çeşitli bağları özetleyen, çok-boyutlu ekonomik, siyasi, kültürel ve demografik bir süreç” olarak tanımlamaktadır (Faist, 2003: 30’dan akt. Yıldız, 2014: 384-385).

Küreselleşmenin, göç olgusunu ve sürecini dinamik kılan bir etken olduğu unutulmamalıdır. Bu sebeple sosyal psikolojik bir olgu olarak göç, göçün yapısı ve biçimi üzerinde etkili olan küreselleşme süreci, yeni nesil göç biçimlerini ortaya çıkmıştır. Örneğin; ‘uluslararası göçün politik yapısı, sanayileşmiş ülkelere doğru olan ekonomik temelli göçler, küresel ekonomi içerisindeki göçmen işgücünün yapısı, uluslararası göçün yeni formları, göçmenlerin göç ettikleri ülkelerdeki uyum sorunları’ küreselleşme süreciyle birlikte yeni biçimlenmeler kazanmıştır. Dolayısıyla geline bu noktada, göç eden aktörün kim olduğundan başlayarak göç edilen yerin niteliklerine kadar pek çok göç faktörü, küreselleşme süreci tarafından etkilenmekte ve her göçün diğerinden farklı olmasını beraberinde getirmektedir. Sözü edilen bu durum da, göç üzerine çalışan sosyal bilimcilerin genelleme yapabilme olasılığını giderek zayıflatmaktadır.

Göç olgusuna ilişkin genel bir değerlendirme yapılacak olursa, göçü konu alan çalışmaların odak noktasının 'göç' mü yoksa 'göçmen' mi olduğu çoğu zaman açık değildir. Daha betimleyici bilgi verme iddiasında olan çalışmaların, göç ve göçmen ayrımını net şekilde yapması gerekmektedir. Çünkü bu iki olgu, her ne kadar birlikte ve karşılıklı etkileşim içerisinde ortaya çıksa da, bir çalışma içerisinde farklı noktalara işaret etmekte ve çalışmayı farklı yönere doğru ilerletebilmektedir. Bu bağlamda göç çalışmaları, daha çok yapısal ve üst yapısal etkenlere, göçmen çalışmaları ise daha çok bireysel tercihlere ve bunları belirleyen çoklu etkenlere yönelebilir (Çağlayan, 2006: 89-90).

Bu makalede, diasporik yaşam süren göçmenlerin azınlık yaşam deneyimlerine ilişkin ele alınan psikolojik olgulardan birincisi 'kendini gerçekleştirme'dir. "Kendini gerçekleştirme / self-actualization: Yetenekleri, hedefleri ve yetileri de kapsayan göçmen bireyin kişiliğinin bütün yanlarının dengeli ve uyumlu biçimde gelişimini; yapısal ve kişisel potansiyellerinin gerçekleştirilmesini" betimlemektedir (Budak, 2000: 580). Hümanistik psikologlara göre birey davranışlarını yöneten en önemli güdü "kendini gerçekleştirme" güdüsüdür. Dolayısıyla hümanistik psikologlar beslenme, korunma, nesli sürdürme gibi fizyolojik ihtiyaçların önemini kabul etmekle birlikte göçmen bireyin insan olarak daha üst düzeyde bazı ihtiyaçları olup bunları doyurmayı çalıştığını ileri sürmüşlerdir. Bu üst düzeydeki ihtiyaçlar ise "saygı görmek, bilgi edinmek, güzellikten zevk almak" gibi salt bireye özgü ihtiyaçlardır. Hümanistik psikolog Maslow'un, tümüne "gelişme ihtiyaçları / growth needs" dediği bu yüksek düzeydeki ihtiyaçlar, ancak yemek ve içmek gibi temel ihtiyaçlar doyurulduktan sonra ortaya çıkabilirler (ayrıca krş. Ek-10).

İnsan doğasının temelde "iyi" olduğuna inanan hümanistik psikologlar, bu doğanın elverişli ortamda gelişme ve sosyalleşme yolunda gelişeceğini kabul etmektedirler. Hümanistik psikologlara göre göçmen bireyde gelişme için kuvvetli bir potansiyel vardır. Dolayısıyla gelişme güdüsü göçmen bireyin kalıtsal yapısında vardır. Birey, davranışları "uyaran-tepki" formülüyle açıklanacak ve kontrol altına alınabilecek pasif bir canlı değildir. Davranışları salt gerilim azalması ilkesiyle açıklanamayacak olan göçmen bireyde yalnız ihtiyaçları giderme ve gerilimden kurtulma güdüsü değil; aynı zamanda gelişme, ilerleme ve kendini aşma güdüsü de bulunmaktadır. Her ihtiyacın doyurulması, ihtiyaçlar hiyerarşisinde yeni bir ihtiyacın ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu durumda gerilimden kurtulma ve statik bir dengeye kavuşma ne mümkündür, ne de arzulanmaktadır. Hümanistik psikolog Maslow'a (1968) göre "açlık, susuzluk ve cinsellik gibi yoksunluk güdüleri, aslında gerilimi azaltmayı ve denge kurmayı sağlar; gelişme güdüleri ise uzak ve çoğu kez erişilmez hedeflere duyulan ilgide gerilimi devam ettirmektedir" (Maslow, 1968: 31'den akt. Kuzgun, 1972: 169-170).

Modern psikoloji tarihinde, “kendini gerçekleştirme” kavramını yazılarda kullanan ilk psikoloğun Carl Gustav Jung olduğu ileri sürülmektedir. Jung’a göre, biyolojik ihtiyaçlar hayatın gençlik yıllarında önemli olsa da, yerlerini zamanla doyum sağlayan yüksek düzeydeki yaşamsal amaçlara bırakmaktadır. Kişiliğin sürekli gelişme eğiliminde olduğunu vurgulayan Jung’a göre göçmen birey uyumlu, dengeli ve olgun bir benlik oluşturma potansiyeline sahiptir. Bu ise başlangıçta farklılaşmış bir bütünün zamanla uyumlu bir şekilde gelişerek ayrışması olan bireyleşme sürecini, daha sonra da bu ayrışmış sistemlerin bütünleşmesini vurgulamaktadır. Bu bütünleştirme sürecinde temel güdü, zıt eğilimleri uzlaştırma ve birliğe erişmektir (Kuzgun, 1972: 170; Yıldız, 2004: 138).

Öte yandan varoluşçu psikologlar ise bireyin sahip olduğu tüm potansiyellerinin gerçekleşmesinin gerekliliğini vurgulamışlardır. Bu bağlamda kendini gerçekleştirme olgusu, farklı düşünürler tarafından ‘erdem, sorumluluk, özgürlük, anlam istemi’ gibi çeşitli yaklaşımlarla ele alınmıştır. Temel ihtiyaçlarında doyuma ulaşmış sağlıklı bireyi yöneten en önemli güdü olarak belirtilen kendini gerçekleştirme, yalnızca göçmen bireye özgü olan üst düzey ihtiyaçlardandır. Kendini gerçekleştirmek, birey için bir lüks değil, temelde varoluşsal bir gerekliliktir. Analitik psikolojinin kurucusu Jung’a göre hayatın amacı; göçmen bireyin kişisel potansiyelinin bilincine varıp, özyle kavradığı gerçeğin peşine düşüp, kendisi açısından kusursuz birey olmaya çabalayabilmektir. Kendi gerçek özüne ulaşan göçmen birey, yaşama negatif bakmayıp mutlu, neşeli, canlı, olumlu, kendine güveni olan ve manevi yaşamını zenginleştirebilendir. Aksi halde göçmen bireyin kendini, kapasitesini, anı, duygu ve gizil güçlerini tanımaktan duyduğu korku, birçok psikolojik rahatsızlığının da sebebi olabilir (Göcen & Konar, 2014: 377).

Göçmen bireyin var oluşunu en üst düzeyde anlamlı kılabilmesi, büyük ölçüde “kendini aşma” sürecinde göstereceği başarıya bağlıdır. Kendini aşma, göçmen bireyin kendisinin dışında veya ötesinde bir amaca veya inanca yönelmesi, bu yolda kendini adanması anlamına gelmektedir. Göçmen birey, var oluşunun derinliklerinde kök salmış bu yeteneğini güncelleştirdiği andan itibaren kişiliğinin gizli yönlerini keşfedebilir ve onları en üst düzeyde pekiştirebilir (Tokur, 2013: 151).

Birey organizmasını dinamik bir sistem olarak gören hümanistik psikolog Rogers’a göre bireyin sadece bir yaşam amacı ve bir güdüsü vardır. Tüm davranışları açıklamaya yeterli olan bu güdü ise kendini gerçekleştirme güdüsüdür. Bu güdü, organizmanın kalıtımın belirlediği yönde gelişip farklılaşarak daha otonom ve daha sosyalleşmiş duruma gelmesi demektir. İleri doğru gelişme eğilimi ise ancak seçenekler açıkça algılanıp yeterli şekilde sembolize

edilebilirse gerçekleşebilir. Dolayısıyla göçmen birey, geliştirici ve geriletici davranış yollarını ayırt etmedikçe kendini gerçekleştiremez. İyi seçim, iyi ve kötü hakkındaki bilgiye dayanmaktadır. Göçmen birey, bunu bilirse iyiyi seçmeye yönelebilir. Psikolog Rogers'a göre kendini gerçekleştirme, sosyal evrimin sonu ve psikoterapinin sonal amaçlarındandır. Kendini gerçekleştiren bireyi "kapasitesini tam olarak kullanan / fully functioning" biçiminde betimleyen psikolog Rogers, kendini gerçekleştiren bireylerin başlıca özelliklerini dört başlık altında toplamaktadır:

- i. Yaşantılara daha açık olabilmek: Uyarıcıları çarpıtmadan, rahatça algılama, duyguların farkında olma, onları bastırma gereğini duymamaktır.
- ii. Daha varoluşsal yaşayabilmek: İlke ve kurallara sıkı sıkıya bağlanmaksızın hayatın her anını tam olarak yaşayabilmektir.
- iii. Organizmaya daha fazla güvenebilmek: Homeostatik tepkileri davranışlara rehber olarak almaktır.
- iv. Daha bütüncül fonksiyonda bulunabilmek: Mümkün olduğu kadar çok ve doğru uyaran alabilmek için organizmayı tam kapasiteli çalıştırmaktır (Rogers, 1951: 487-491; Rogers, 1961: 9'dan akt. Kuzgun, 1972: 172-173; Yıldız, 2004: 139).

Her göçmen bireyin psikolojik yaşamı, birçok yönüyle temel ihtiyaçların doyurulması eğiliminde olması ya da kendini gerçekleştirme anlamında farklı yaşanabilmektedir. Bu bağlamda sağlıklı gelişen çocuklar, uzak hedefler veya geleceği düşünerek yaşamazlar. Kendilerini hoş tutmak ve anı yaşamakla fazlasıyla ilgilidirler. Sadece yaşarlar, yaşamaya hazırlanmazlar. Dolayısıyla nasıl olur da gelişmeye çalışmadan, sadece var olarak ve özlerindeki etkinlikten hoşlanarak ileri doğru yavaş yavaş ilerlemeyi, örneğin; sağlıklı biçimde gelişmeyi ve gerçek benliklerini keşfetmeyi başarabilirler? Ne gelişim, ne de kendini gerçekleştirme ya da benliğin keşfedilmesi, özellikle çocukta amaç edinilen şeyler değildir, bunlar yalnızca gerçekleşirler (Yıldız, 2004: 141-142).

Bütün potansiyelini ortaya çıkarma isteğinde olan göçmen bireyin bu olgunlaşma arzusu, her bireyin içinde olan bir dürtüdür. Bütün bireylerde doğuştan, sağlıklı olmaya ve sahip olduğu potansiyelleri gerçekleştirmeye yönelik "aktif irade" vardır. Göçmen bireydeki bu eğilim 'dürüstlük, sevgi, nezaket, cesaret, adalet' gibi iyi değerlere yönelik olan temelde kendini gerçekleştirme isteğidir. Göçmen birey, eğer isterse kendine özgü nitelikler geliştirmenin bir yolunu bulabilir. İşte o zaman "gerçek özün eşsiz canlı güçlerini, yani kendi duygu düşünce ve ilgilerinin netlik ve derinliğini, kendi kaynaklarını kullanma yetisini, iradesinin dayanıklılığını, sahip olacağı özel yetenek

ve becerilerini, kendini anlatabilme ve kendiliğinden duygular üzerinden başkalarıyla ilişki kurma yetisini” geliştirebilir (Göcen & Konar, 2014: 376).

Kendini gerçekleştirme kavramına ampirik bir yöntemle yaklaşan hümanistik psikolog Maslow (1970), geçmişte yaşamış ve halen yaşamakta olan seçkin kimseler üzerinde, klinik metodoloji kullanarak derinliğine yürüttüğü incelemeleri sonucunda, kendini gerçekleştiren bireylerin en belirgin özellikleri olarak şunları saptamıştır:

1. Gerçeği olduğu gibi algılayabilmek: Arzu, beklenti ve önyargıların etkisi altında olmadan, nesne, olay ve insanları oldukları gibi algılayabilmek; genel, soyut ve kalıplaşmış yargılardan daha çok somut ve taze yaşantılara değer verebilmek.
2. İçten geldiği gibi davranabilmek: Kuralları, merasimi, kalıplaşmış davranış biçimlerini gereksiz olarak görüp içten geldiği şekilde hareket edebilmek; dışardan dayatılan kurallardan çok kendi geliştirdiği değerler sistemine göre davranabilmek.
3. Probleme dönük olabilmek: Genellikle kişisel olmayan, insanlıkla ilgili bir problem alanına yönelebilmek; felsefi ve etik alanlardaki temel sorunlarla uğraşabilmek.
4. Kendine yeterli olabilmek: Problemini kendi başına çözebilmek, olağanüstü kriz durumlarıyla başa çıkabilmek; başkalarından yardım, destek ve iltifat beklememek.
5. Çevreden bağımsız olabilmek: Bireyleri, yoksunluk güdülerinin doyum aracı olarak görmemek; fiziksel ve sosyal çevreden bağımsız olarak yaşayabilmek.
6. Takdir edebilmek: Yaşamdaki güzellikleri devamlı olarak taze ve saf bir şekilde algılayabilmek ve beğenebilmek; güzellikler karşısında coşuklu bir ruh haline sahip olabilmek.
7. İnsanlıkla özdeşleşebilmek: İnsanlığa derin bir sempati duyabilmek, kendini insanlara yakın hissedebilmek.
8. Demokratik karakter yapısına sahip olabilmek: Irk, sınıf, eğitim ve siyasal inanç farkı gözetmeksizin insanlarla dostluk kurabilmek; insanlarda soy, şöhret, servet yerine bilgi, hüner ve iyi kişilik özelliklerine saygı duyabilmek.
9. Esprili olabilmek: Kaba ve başkalarını küçük düşürücü şakalardan hoşlanmamak; ince, filozofik değeri olan, güldürürken düşündüren nükteler yapabilmek.

10. Yaratıcılık: Herhangi bir alanda yeni ve orijinal bir eser meydana getirebilmek.
11. Sosyal kalıplaşmaya karşı direnebilmek: Kültürün geliştirdiği davranış kalıplarını benimseme zorunluğunu ve modayı yakından izleme gerekliliğini duymamak (Maslow, 1970: 11'den akt. Kuzgun, 1972: 173-174).

Psikolog Frankl'a göre kendini gerçekleştirme, göçmen bireyin sahip olduğu potansiyellerin yerine getirilmesine vurgu yapmaktadır. Burada göçmen bireyin yaşam ödevi, benliğini geliştirecek potansiyellerin gerçekleştirilmesi olarak algılanmaktadır. Bu nedenle Frankl, kendini gerçekleştirmenin düzeyinin gerçekleştirilen potansiyellerin niceliğine bağlı olduğunu ileri sürmektedir. Yaşamın potansiyellerinin kayıtsız olmadığını vurgulayan Frankl, bu potansiyellerin, anlamların ve değerlerin ışığında değerlendirilmesi gerektiğini belirtmektedir. İşte bu noktada, göçmen bireyin seçme yeteneği ve özgürlüğü ortaya çıkmaktadır. Herhangi verili bir zamanda göçmen bireyin olası seçimlerinden yalnızca biri, onun yaşam ödevinin zorunluluğunu yerine getirmektedir. Göçmen birey, seçimini var olan potansiyeller yığınıyla ilgili olarak yapmaktadır. Dolayısıyla göçmen birey, ya kendisini gerçekleştirme yönünde bir adım atabilir veya o hedeften uzaklaşabilir. Herhangi bir potansiyelini gerçekleştirildiği zaman kalıcı olarak gerçekleştiren birey, onu hiçbir zaman yok edemez (Frankl, 2001: 259-270; Yıldız, 2004: 142-143).

İnsanlık tarihi boyunca bireye özgü niteliklerin gerçekleştirim alanı olan kendini "bilme" ve onu "gerçek kılma", evrensel bir değer olarak ortaya çıkmaktadır. Sözü edilen bu değer, modern psikoloji tarihinde hümanist psikolojinin literatüre kazandırdığı kendini gerçekleştirme kavramına karşılık geldiği söylenebilir. Buna rağmen kendini gerçekleştirme ve onu da içine alan kendini bilme sürecinin başlangıcı, ilk insan Hz. Âdem'e kadar dayandırılabilir. Çünkü kendini gerçekleştirme, göçmen bireyin kendi içinde gelişmesine ve kişiliğinin birliğine yönelik bir arayış, istek ve özlemdir. Aynı zamanda bireyle var olduğu için insani ama bir o kadar da teolojik bir olgudur. İslam teolojisinin insan anlayışına göre birey, yaratılmışların en değerli olanıdır. Çünkü birey doğarken birçok potansiyeli yanında getirir ve onu kullanarak yaşamını kurabilir. Dolayısıyla göçmen bireyin kendini bilmesi ya da kendini geliştirmesi için verilen yaşam süresinde kendini gerçek kılma çabası, doğuştan getirdiği ve yalnızca bireye özgü olan varoluşsal bir durumdur (Göcen & Konar, 2014: 367).

Olguya ilişkin buraya kadar aktarılanlardan da görülüyor ki kendini gerçekleştirme, temelde bir gelişme çabasıdır. Göçmen birey davranışlarını yöneten bir güdü olan kendini gerçekleştirme, aynı zamanda ulaşılmaya çalışı-

lan bir gelişme düzeyi olarak da anlaşılabilir. Kendini gerçekleştirme, yaşam boyunca devam eden bir süreç olduğu için göçmen birey, hayatının belli bir döneminde kendini gerçekleştirme yönünden belli bir düzeye sahip olabilir ve bu konuda kişilerarası bireysel farklılıklar bulunabilir. Kendini gerçekleştirme kavramına önem veren psikologlar, kendini gerçekleştirmeyi kolaylaştırıcı ya da engelleyici çevre koşulları bağlamında özellikle ana-baba tutumları üzerinde durmuşlardır (Kuzgun, 1972: 174).

Öte yandan kendini gerçekleştirme olgusu, hümanist psikolog Maslow'un özellikle ihtiyaçlar hiyerarşisinin en üst basamağındaki bireyin psikolojik sağlığı üzerinde olumlu etkileri olan "potansiyellerin gerçekleşmesi" ve "kişiliğin bütünleşmesi" gibi iki ana yapı üzerinde yükselmektedir (Budak, 2000: 385; Marshall, 1999: 396; Göcen & Konar, 2014: 368). Yaşamı boyunca bir gelişim sürecinde olan göçmen birey, bu süreçte belirli gelişim ödevlerini yerine getirerek kendini geliştirebilir. Gelişim ödevlerini yerine getirirken kendi içinden ve dış çevresinden gelen faktörlerin etkisinde kalarak davranışlarını düzenleyebilir. Bu süreç içerisinde göçmen birey, davranışlarını pozitif bir yönde geliştirerek ilerleyebilir. Sözü edilen bu ilerleme, temelde göçmen bireyin doğumla birlikte getirdiği tüm potansiyelleri en iyi şekilde kullanması, yani kendini gerçekleştirme sürecidir. Kendini gerçekleştirme süreci, 'aile, sosyal çevre ve eğitim' ile ilişkili olabildiği gibi göçmen bireyin dinsel ilgi ve algısı, kendi yaşamına tutum ve davranış olarak yansıtması anlamına gelebilecek "öznel dindarlık formlarıyla" da ilişkilidir.

Çeşitli inanç sistemlerinden oluşan dinsel yapılar, aile, iş ve sosyal yaşam ile günlük olayların yorumlanması gibi konularda etkili olmasının yanı sıra göçmen bireyin sahip olduğu potansiyel yetenekleri geliştirmesi olarak betimlenebilecek kendini gerçekleştirme süreçlerinde de etkili olabilmektedir. Çünkü din, getirdiği ilkeler ve belirlediği ideal hedeflere bağlı olarak yaşayan inançlı göçmen bireyin kendisiyle barışık ve potansiyellerinin farkında olmasını, bunların geliştirilmesi için çaba harcamasını amaçlamaktadır. Dolayısıyla din, göçmen bireyin sadece kendisiyle sınırlı kalmayıp ötekilerle sağlıklı ilişkiler geliştirerek insanlık yararına işler yapmasını istemektedir. Bunun da ötesinde göçmen bireye, insanüstü bir varoluşun kapılarını aralayan din, ona kendini aşma olanağı vermektedir. Göçmen bireyin sürekli kendini yenilemesini isteyen din, var olan potansiyelini kullanarak her gün biraz daha ileriye gitmesini isteyebilir. İşte bütün bunlar, kendini gerçekleştiren göçmen bireyin sahip olacağı özellikler arasında yer alabilir (Ayten, 2005: 185-186).

Din psikoloğu Özdoğan'a (1997) göre, kendini gerçekleştirme bağlamında insan-din ilişkisine bakıldığında evrensel değerlerin öne çıktığı söylenebilir.

Örneğin; ahlaklı olmak, bireyin evrensel boyutudur. Yani göçmen bireyler hangi dine inanırlarsa inansınlar, yüksek değerler önem taşımaktadır. Dolayısıyla yüksek değerler, dönemden döneme değişikliğe uğramaz. Örneğin; ‘verilen sözü tutmak, dürüst olmak, çalışkan, yardımsever, vefalı, güvenilir, doğru sözlü, inşafı olmak, karşılık beklemeden iyilik yapmak’ gibi değerler, her dönemde ve kültür çevresinde aynı anlamı taşımaktadırlar. Bu açıdan bakıldığında dinler, göçmen bireydeki yüksek ahlak değerlerini gerçekleştirme doğrultusunda özünde gömülü olan insan olma potansiyelini uyandırmaya çalışabilir. Böyle yorumlandığında temelde kendini gerçekleştirme, göçmen bireyin insanlığının dışavurumu olarak da yorumlanabilir (Özdoğan, 1997: 359-360).

Din, ideal hedef koyarak kendini gerçekleştirme sürecine vurgu yaptığı gibi bu süreçte de inanan göçmenlere psiko-sosyo-teolojik bir destek sağlayabilir. Kendini gerçekleştirme süreci, kısa zamanda ortaya çıkacak bir gelişme veya değişme değildir. Bu süreçte göçmen birey, başa çıkmayı gerektirebilecek bazı yaşamsal engellemelerle karşılaşabilir. İşte bu noktada din, göçmen bireye acılara katlanma gücü vermesinin yanı sıra kendini gerçekleştiren göçmene ölümü kabul etmede yardımcı olarak varoluşuna ebedilik duygusu katabilir. Dolayısıyla din, yaşamın geçiciliğiyle hayal kırıklığına uğrayan göçmen bireye, kendini gerçekleştirme yolunda motive eden ideal hedefler gösterebilir (Ayten, 2005: 188).

Kendini gerçekleştirme ihtiyacı, temelde bir kuvvet kaynağını ve desteğini gerektirebilir. Bu bağlamda konuya psiko-sosyo-teolojik açıdan bakıldığında göçmen bireyin kendini gerçekleştirmesini sağlayan temel kuvvet kaynaklarından biri de “vicdan”dır. Dolayısıyla vicdan gelişimi ile kendini gerçekleştirme düzeyinin yükselmesi arasında pozitif bir korelasyondan söz etmek mümkündür. Göçmen bireyi kendini anlama, kendini tanıma ve kendini gerçekleştirme yolunda yürütecek olan vicdandır. Bireyin öncelikle kendi vicdanına karşı sorumlu olduğunun altını çizen psikolog Fromm (1995), “insanın vicdanına göre hareket edeceğim demesinden daha büyük bir onurla söyleyebileceği başka hiçbir şey yoktur,” söylemini vurgulamıştır. İnsanlık tarihi boyunca, bildikleri ve inandıkları şeylerden vazgeçmeleri için yapılan her türlü baskıya rağmen, adalet, sevgi ve doğruluk ilkelerine bağlı kalan göçmen birey vicdanı, insan ve soyunun gelişme sürecinde oldukça önemlidir (Fromm, 1995’den akt. Özdoğan, 1997: 361).

Olguya ilişkin sonuç olarak denilebilir ki, kendini gerçekleştirme sağlıklı ve mutlu bir kişilik yapısını beraberinde getirmektedir. Bu süreçte aktif olan “potansiyellerin gerçekleşmesi” ve “kişiliğin bütünleşmesi” olguları, göçmen bireyin birçok sorununu çözebilecek varoluşsal bir gereksinimdir. Göçmen

bireyin benliğindeki çatışmalar sona erip doğal yapı açığa çıktığında onun sağlık, mutluluk, olgunluk ve bilgelik gibi tüm üstün nitelikleri de gerçekleşebilir. Tüm bu olumlu özellikler, zaten göçmen bireyin özgün doğasının zengin ve güzel yönleridir. Buradaki temel konu ise vicdanın rehberliğinde yaşamaya devam edebilmektir. Çünkü ancak kendine dürüst olabilen göçmen birey, doğal yapısındaki bu güç ve değerleri geliştirip açığa çıkartmanın önündeki tüm korku ve engelleri yenebilir ve insanlığını gerçekleştirebilir.

Özellikle tasavvuf psikolojisi perspektifinden bakıldığında İslam teolojisinin örnek model olarak gösterdiği “olgun insan/insan-ı kâmil” ideali, kendini gerçekleştirmiş birey modeliyle birebir örtüşmesine de benzeşen yönlerinin olduğunu söylemek mümkündür (Koç, 2018b: 58-72). Hümanistik psikoloji ve din psikolojisinin bu konudaki çalışmaları, insani değerleri özleyen mutlu ve erdemli bir yaşam sürme konusunda arayış içinde olan modern bireye yardımcı olabilir. Dünyaya gelen bireyin sahip olduğu ilk şey, öncelikle kendisidir. Dolayısıyla “Ben kimim? Nerden geldim” gibi varoluşsal sorularına da yine en önemli ipucundan ve en güvenilir yolu kendi fark edip onu izleyerek cevap bulabilir (Göcen & Konar, 2014: 380-381).

Öte yandan bu makalede analizi yapılan bir diğer olgu ise diasporik yaşamla oldukça ilişkili olan ‘yaşamı sürdürme nedenleri’dir. Psikolojik bir kavram olarak ‘yaşamı sürdürme nedenleri / reasons for living, “intihar ve girişimi, iletişimsizlik, yalnızlık ve umutsuzluk” gibi psiko-sosyal içerikli birçok diasporik yaşam değişkeniyle ters ilişkilidir. Konuyla ilgili yapılan ampirik çalışmalardaki (i) hayata bağlılık, (ii) umut ve sosyal destek, (iii) dinsel engeller ve (iv) mücadele’ gibi yaşamsal faktörlerin yaşamı sürdürme nedenleri kapsamında değerlendirildiği görülmektedir (Batıgün, 2008: 65-75).

Yukarıda da görüldüğü gibi yaşamı sürdürme nedenlerinin önemli bileşenlerinden biri ‘sosyal destek’tir. Sosyal destek / social support; göçmen bireyin stresle ve yaşamsal sorunlarla başa çıkması konusunda arkadaşlar, aile üyeleri, yardım grupları, kamu kuruluşları, sivil toplum örgütleri gibi başkalarının sağladığı her türlü açık ve örtük desteği ifade etmektedir (Budak, 2000: 688). Buna göre içinde yaşadığı psiko-sosyal çevreden az veya çok sosyal destek alan göçmen bireyler, yaşamlarını sürdürme motivasyonlarına da daha fazla sahip olabilirler.

Konuya ilişkin oluşturulan literatüre bakıldığında, öznel iyi oluş ile sosyal ilişkiler arasında pozitif yönde etkileşim bulunduğu görülmektedir. Yani içinde yaşadığı psiko-sosyal çevreden az veya çok sosyal destek alan göçmen bireyler, yaşamlarını sürdürme motivasyonlarına sahip olabilirler. Çok sayıda arkadaşı ve aile üyeleri olan bireylerin öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olma eğiliminde olduğu belirtilmektedir. Bir sosyal ağ içerisinde bu-

lunmanın bireylerin ekonomik ve yasal sorunlar gibi olumsuz yaşantılardan kaçınmasına yardımcı olacağı ve olumlu duygular yaşamalarını sağlayacağı ifade edilmektedir. Sosyal destek kapsamında ilgilenme, empati, değer verme gibi duygusal destek, göçmen bireye aynı zamanda bir sorun karşısında öneri veya yeni bakış açıları sunma gibi bilgi desteğinin yanı sıra ekonomik destek ve bir gruba ait olma duygusunu veren ağ desteği sağlayabilir. Sosyal desteğin stresten koruyucu etkisinin olduğu belirtilmektedir. Sosyal bir iletişim sırasında alınan sosyal desteğin ardından göçmen bireyler bu durumu değerlendirebilir. Daha sonra göçmen birey, stresli durumla başa çıkmaya başlayabilir ve böylece hem fiziksel hem de psikolojik iyi oluş gerçekleşebilir. Diasporik yaşamı sürdürme nedenleri kapsamında sosyal destek amacıyla sosyal ilişkilerde bulunmak, hem psikolojik hem de fiziksel sağlığın anahtarlarından biri olarak gösterilmektedir. Ayrıca literatürde, yalnızlık ve yalıtılmışlık duygularının daha fazla sağlık sorunu yaşamayla ilişkili olduğu belirtilmektedir (Yalçın, 2015: 21-22).

Diasporik yaşamdaki sosyal destek, göçmen bireyin yakın çevresinden yardım isteme ve diğerlerinin vereceği desteği kabul etmesiyle ilişkilidir. Araştırmalar, sosyal desteğin fiziksel ve ruhsal sağlık üzerinde olumlu etkileri olduğunu göstermektedir. Konuyla ilgili yapılan ampirik çalışmalarda, ‘sosyal destek ile mutluluk, memnuniyet ve kendine güven arasında anlamlı bir ilişki olduğunu; ihtiyaç duyulan destek ile uyum arasında güçlü bir ilişki olduğunu; sosyal desteğin strese karşı tampon etkisi olduğunu’ belirtmişlerdir. Sosyal desteğe sahip olan bireylerin daha sağlıklı oldukları saptanmıştır (Doğan, 2016: 31).

Diasporik yaşam nedenleri bağlamında üzerinde durulması gereken bir diğer olgu da intihardır. Batılı sosyolog Durkheim (1986), “bireyin kendi isteğiyle gerçekleştirdiği davranışının olumlu ya da olumsuz doğrudan ya da dolaylı sonucu olarak ortaya çıkan her türlü ölüm olayını intihar” olarak tanımlamıştır. İntihar davranışı ise intihar bilimcileri tarafından intihar olgusunu ve intihar girişimlerini içinde barındıran göçmen bireyin kendi yaşamına kendi elleriyle son vermesi yönündeki düşünce ve girişimleri de kapsayan geniş bir kavram olarak ele alınmaktadır. İntihar denilince akla yalnızca ölümle sonuçlanmış olaylar geliyor olmasına karşın intihar davranışı, düşünceyle başlayan ve ölümle sonlanan bir davranış örüntüsü ve süreci olarak anlaşılmaktadır. Bu davranış örüntüsü (i) intihar düşüncesi, (ii) intihar girişimi ve (iii) tamamlanmış intihar olarak ele alınmaktadır. Sırasıyla bu örüntüde yer alan “(a) intihar düşüncesi, göçmen bireyin kendini öldürmeyi düşünmesi ve bu yönde ölüm planı yapması, (b) intihar girişimi göçmen bireyin kendini öldürme amacıyla davranışsal girişimde bulunması,

(c) tamamlanmış intihar ise göçmen bireyin kendini öldürmesi olayı” olarak tanımlanabilir (Eskin 2003; Eskin 2007: 15-35; Yavuz, 2013: 14-15).

İntihar davranışını anlayabilmek ve yordayabilmek oldukça karmaşık ve güç bir iştir. Bazı yaklaşımlara göre demografik değişkenler, psikiyatrik semptomlar, sosyal destek ve günlük yaşam stresi gibi durumsal faktörler birlikte değerlendirilmelidir. İntihar davranışının görülme sıklığı ve bu sıklığı etkileyen sosyo-demografik değişkenler, değiştirilemeyecek nitelikte olup genel risk faktörü kategorisinde değerlendirilmektedir. İntihar davranışının düşünce, girişim ya da ölümlerle sonlanmış olup olmamasına, cinsiyete, yaş gruplarına, içinde yaşanılan topluma ve coğrafyaya, ait olunan etnik gruba, dinsel inanca göre değişkenlik gösterdiği, yapılan çalışmalarda belirtilmiş olmasına rağmen intihar riski olan göçmen bireyleri, ana bir çerçeve içine alması açısından önem taşımaktadır (Yavuz, 2013: 14-15).

İntihar yöntemi açısından değerlendirildiğinde, intihar davranışı olan göçmen bireylerin seçimlerinde kişinin ruhsal yapısı, cinsiyeti, yaşı ve toplumsal değerlerinin etkili olduğu görülmektedir. İntihar girişiminde bulunan göçmen bireylerin en sık tercih ettikleri yöntemlerin başında ilaçla kendini zehirleme gelmektedir. Acı vermemesi ve ulaşılabilir olması nedeniyle bu yöntemin daha kolay tercih edildiği söylenilebilir. İntiharda kullanılan ilaçlar arasında analjezikler ve psikotropik ilaçlar başta gelmektedir. Dünya’da yaygın olarak uygulanan intihar girişimi yöntemleri ise ‘ilaç alma, ası, yüksek yerden atlama, bilek damarlarını kesme, ateşli silahla kendini vurmaktır.’ 2001–2011 yılları arasındaki TÜİK verilerine bakıldığında, Türkiye’de intihar edenlerin % 51.9’unun kendini asarak intihar ettiği görülmüştür. En sık kullanılan diğer yöntemler sırasıyla; ateşli silahlar kullanmak (% 26), yüksekte atlama (% 10), kimyevi yöntemler kullanmak (% 5.3) olarak sınıflandırılmıştır. Bu verilere bakıldığında, Türkiye’de tamamlanmış intihar için en çok kullanılan yöntemin ası olduğu görülmektedir. Dünya Sağlık Örgütü’nün verilerine bakıldığında ise erkeklerin ası yöntemini, kadınların ise kendini zehirleme yöntemini daha çok tercih ettikleri raporlanmıştır (Yavuz, 2013: 18-19).

Diasporik yaşamı sürdürme nedenleri bağlamında intiharı engelleyen bazı davranışlar vardır. Bu davranışlar göçmen bireye göre değişebilir. Fakat bütün göçmen bireylerde intiharı engelleyen ortak nedenler de bulunabilir. Söz konusu nedenler, intihar üzerine yapılan çalışmalar sonucu ortaya çıkarılmıştır. Psikolog Frankl, Nazi kamplarından kurtulmayı başarabilen tutukluların yaşama isteklerini nasıl korudukları sorusuna cevap aramıştır. Kamplardan kurtulan esirlerin ifadelerinden yola çıkarak konuyla ilgili yapılan araştırmalar sonucunda, mahkûmların gelecekle ilgili beklentilerinin ve

yaşamlarıyla ilgili inançlarının olmasının acı verici olaylarda bile yaşamalarını sağladıkları görülmüştür. Psikolog Linehan ve arkadaşlarına (1983) göre intihar eden ile etmeyen bireyleri birbirinden ayıran en önemli faktör, sahip oldukları inanç sistemleridir. Bu inanç sistemlerine yaşamı sürdürme nedenleri adı verilmektedir. Bu nedenler ise 'hayatta kalma ve baş etme inançları, aileye karşı sorumluluk, çocukla ilgili kaygılar, intihar korkusu, sosyal açıdan onaylanmama ve ahlaki/dinsel engellerdir' (Linehan ve ark., 1983: 276-286; Engür, 2008: 67-68).

Psikolog Batıgün (2008) tarafından yapılan görgül bir araştırmada, kadın ve erkeklerdeki intihar olasılığının yordanmasında kişilerarası ilişki tarzları, yaşamı sürdürme nedenleri, yalnızlık ve umutsuzluk değişkenlerinin pozisyonlarının saptanması amaçlanmıştır. Araştırma, Ankara, İzmir ve Mersin illerinde oturan 18-60 yaş arası 1003 denekle gerçekleştirilmiştir. Kadın ve erkekler için ayrı ayrı yapılan regresyon analizleri sonucunda, "yalnızlık", "umutsuzluk" ve "hayata bağlılık" her iki cinsiyet için de ortak yordayıcılar olarak bulgulanmıştır. Ayrıca kadınlarda besleyici tarzın ve sosyal desteğin eksikliği; erkeklerde ise ketleyici iletişim tarzı ve eğitim, intihar olasılığının yordayıcıları olarak denkleme girmiştir (Batıgün, 2008: 65-75).

Yine konuyla ilgili olarak psikolog Gürkan & Dirik (2009) tarafından yapılan bir başka ampirik çalışmada ise üniversite öğrencilerinde intihar düşünce ve davranışlarıyla ilişkili faktörlerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini Uludağ Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde okuyan lisans öğrencileri (n=385) oluşturmaktadır. İstatistiksel analiz sonuçlarına göre, intihar düşünce ve davranışları ile cinsiyet, ayrıca başa çıkma yolları ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Yaşamı sürdürme nedenleri ile cinsiyet arasında ise anlamlı bir ilişki olduğu ve kız öğrencilerin erkek öğrencilerden daha çok yaşamı sürdürme nedenlerine sahip oldukları belirlenmiştir (Gürkan & Dirik, 2009: 58-69).

Yukarıda da görüldüğü gibi diasporik yaşamı sürdürme nedenlerinin bişenlerinden bir diğeri de 'dinsel/ahlaki engeller'dir. Yani inandığı dinsel öğretilere bağlı olarak yaşamını düzenleyen göçmen bireyler, diasporik yaşamlarını sürdürme motivasyonlarına daha fazla sahip olabilirler. Zira tüm dinsel öğretilerde yaşamı sonlandırma 'büyük günah' olarak konumlandırılmaktadır (örneğin; Kur'an-ı Kerim; Nisa Süresi, 66). Konuyla ilgili olarak psikiyatr Eskin (2004) tarafından yaşamı sürdürme nedenlerinden biri olarak görülen dinin, ergenlerin intihar davranışlarını engelleyip engellemediğini belirleyebilmek amacıyla Türkiye'deki normal liseler ve imam hatip liseleri karşılaştırılmıştır. Araştırma sonucunda dinsel inançların intihar davranışını engellediği ampirik olarak belirlenmiştir. Dinin intiharı yasaklaması, formel

düzeyde din eğitimi alan öğrencilerin intihara olumsuz bakmalarına neden olmaktadır. Son olarak ergenlerin, intihar eden kurbanlara yönelik öznel tutumlarına bakıldığında ise din eğitimi alan ergenlerin, almayanlara göre kurbanları daha kabul edici ve olumlu tutum sergiledikleri görülmüştür (Eskin, 2004: 536-542).

Öte yandan konuyla ilgili olarak Türk din psikolojisi literatüründe, din psikoloğu Koç (2013) tarafından yapılan özel olarak klinik psikoloji içerikli yaşamı sürdürme nedenleri konusuyla sınırlandırılarak Müslüman Türk diasporası üzerine ilk kez bir saha araştırması yapılmıştır. Sözü edilen bu çalışmanın temel amacı, diasporik yaşam sürdüren Müslüman Türk göçmenlerin iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelimleri ile yaşamı sürdürme nedenleri arasındaki ilişkileri incelemektir. Araştırmanın örneklemi, başkent Londra başta olmak üzere İngiltere'nin çeşitli şehirlerinde yaşayan ve yaşları 18 ile 74 arasında değişen 207 katılımcıdan oluşmaktadır. Ölçme araçları olarak ise, (i) Kişisel Bilgi Formu, (ii) Her Yaş İçin Uygun Dinsel Eğilim Ölçeği ve (iii) Yaşamı Sürdürme Nedenleri Envanteri kullanılmıştır. Bulguların istatistiksel analizinde, Pearson Moment Korelasyon Analizi, t Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi gibi parametrik istatistiksel analiz teknikleri uygulanmıştır. Konuyla ilgili yapılan psikometrik analizler sonucunda, 'iç-güdümlü dinsel yönelim ile yaşamı sürdürme nedenlerinden dinî engeller alt boyutu arasında pozitif; dış-güdümlü dinsel yönelim ile de negatif yönde bir ilişki olacağını' ön gören hipotezin doğrulandığı saptanmıştır. Elde edilen bu bulgular, İngiltereli Müslüman Türk Diasporasını hayata bağlayan ve onları intihardan uzak tutan yaşamı sürdürme nedenleri süreçlerinde, iç-güdümlü ve dış-güdümlü dinsel yönelimlerin dinsel yaşam üst başlığında önemli bir rol oynadığını göstermektedir (Koç, 2013: 155-181).

Konuyla ilgili olarak yine din psikoloğu Kartopu (2014) tarafından yapılan bir diğer saha çalışmasında ise yaşamı sürdürme nedenlerinin Tanrı algısıyla ilişkisi ele alınmıştır. Çalışmada, yaşamı sürdürme nedenlerinin Tanrı algısı ve çocukluk dönemi Tanrı anlatısına göre farklılaşıp farklılaşmadığı temel problem olarak ele alınmıştır. Örneklemini Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Yüksek Okulu, İletişim Fakültesi, İlahiyat Fakültesi ve Mühendislik Fakültesi öğrencilerinin oluşturduğu gruba Yaşamı Sürdürme Nedenleri Ölçeği uygulanmış, Tanrı algısı ve çocukluk dönemi Tanrı anlatısıyla ilgili sorular yöneltilmiştir. Ampirik araştırma sonuçlarına göre öznel Tanrı algısı ve çocukluk dönemi Tanrı anlatısı açısından yaşamı sürdürme nedenleri ve hayata bağlılık düzeyine göre gruplar arası anlamlı bir farklılaşma tespit edilmiştir (Kartopu, 2014: 887-903).

Ayrıca bu makalede diasporik yaşam süren göçmenlerin azınlık yaşam deneyimlerine ilişkin ele alınan psiko-teolojik olgulardan sonuncusu ise 'dinsel

başta çıkma'dır. "Dinsel başta çıkma / religious coping: Bireyin karşı karşıya kaldığı problemlerle başta çıkma süreçleri ve stratejilerinde inandığı dinsel inançlar ve pratikler gibi kutsal referanslarını kullanarak sorunlarının çözümüne çabalamaktır." Zor diasporik yaşam olayları karşısında göçmenlere sığınılacak bir liman olabilen dinsel inançlar, zorlu süreçte yaşanan çaresizlik ve korku duygularına dayanma gücünü artırabilmektedir. Eğer göçmen birey, kendisini seven ve koruyan bir Tanrı'ya inanıyorsa bu algıları, yaşadığı olayla başta çıkmasına olumlu olarak daha çok yardım edebilmektedir. Ancak olayı ilahi bir ceza gibi görme, Tanrı'nın gücünden şüpheye düşme gibi olumsuz dinsel algılamalar ise göçmen bireyin stresle sağlıklı olarak başta çıkmasının önüne geçebilmektedir (Karakaş & Koç, 2014: 570).

Göçmen bireylerin yaşamlarındaki önemli olaylar, onları duygusal, sosyal ve fiziksel olarak etkilemenin yanı sıra psikolojik olarak da etkileyebilmektedir. Psikolojik bir bakış açısıyla analiz edildiğinde, 'tehditler, meydan okumalar, kayıplar, buhranlar' gibi yaşamın kriz anlarında, göçmen bireyin kutsal referansları, onun bu travmatik durumunu kişisel gelişimi için bir fırsata çevrilebilir. Travma ve trajedi dönemlerinde göçmenler, dünyadaki dinler tarafından yüzyıllardır deneyimlenen bir takım kaynaklardan yararlanabilirler. Ancak, yaşamlarında başta çıkması çok zor olaylarla karşılaşan göçmen bireyler için din, bir yük ve bir mücadele sebebi de olabilir. Bu tip göçmen bireyler tarafından din, acılarıyla ve sıkıntılarıyla başta çıkma zorluklarına eklenmiş başka bir boyut gibi algılanabilmektedir (Pargament ve ark., 2005: 479; Pargament ve ark., 2013: 377-378).

Diasporik yaşam olayları karşısında göçmen, karşılaştığı problemlerle başta çıkabilmek için üç temel dinsel başta çıkma tarzı kullanabilmektedir. Birincisi, bireysel yönelimin ağırlıklı olduğu ve dinsel inançların dikkate alınmadığı, Tanrı'dan yardım beklemeden yani Tanrı'yı devre dışı bırakarak sorunu kendisi çözmeye çalışma olarak tanımlanabilecek olan 'kendini yönlendirme / self-directing'; ikincisi, bireyin problemini erteleyip tevekkül inancı kapsamında sorunun çözümünü Tanrı'dan beklemesi olarak betimlenebilecek olan 'erteleme / deferring; üçüncüsü ise birlikte hareket edip bir taraftan sorunun çözümüne yönelik kişisel çabada bulunma ve aynı zamanda da Tanrı'nın yardımını beklemesi olarak belirtilebilecek olan 'işbirlikçi / collaborative' tarzlardır (Pargament, 1997: 180-183; Apaydın, 2016: 71).

Modern psikoloji tarihine önemli etkileri olan Freud (2012), Jung (1992), Fromm (1991) ve Frankl (1975) gibi bilinen psikologlar, göçmen bireylerin yaşadıkları sorunların üstesinden gelme süreçlerinde dinin olumlu veya olumsuz ne kadar belirleyici olabileceği üzerinde durmuşlardır. Bu çerçevede bazı psikologlar, dinin göçmen bireyin diasporik yaşamındaki zor za-

manlarında “teselli sunma” ve “kontrol duygusu kazandırma” işlevinden bahsederken, bazıları da dinin bu tür zamanlardaki “anlam sunma” ve “umut aşılama” rolleri üzerinde durmuştur. Din psikoloğu Pargament’in (1997) görüşleriyle son şeklini alan ‘dinsel başa çıkma teorisi / theory of religious coping’ de, gündelik diasporik yaşamda gerek ruhsal gerekse bedensel olsun yaşanan sıkıntı, zorluk ve problemlerle başa çıkma sürecinde dinden nasıl ve ne düzeyde destek alındığını ön plana çıkartmaktadır. Eğer göçmen birey sorunlarıyla başa çıkarken Tanrı’yla işbirliğine dayalı olumlu bir yaklaşım benimsiyorsa, bunun o göçmenin bedensel ve ruhsal sağlığına olumlu katkı sağladığı ileri sürülebilir. Ancak göçmen birey olumsuz bir dinsel başa çıkma süreci benimsemişse, bedensel ve ruhsal sağlığı bu durumdan olumsuz etkilenebilmektedir (Pargament, 1997: 223; Ayten ve ark., 2012: 47-48).

Olumlu ve olumsuz yönleriyle bir bütün olan diasporik yaşamını belli hedefler çerçevesinde anlamlandıran göçmen, varoluşunu ve ruhsal dünyasını koruyabilmek için oluşturduğu bu anlam ve kontrol duygusunu asla kaybetmek istemeyebilir. Ancak göçmen, bu anlam ve kontrol duygusunun tehdit edildiği stresli anları kaçınılmaz olarak yaşayabilir. Bu anlar bazen bir sevilenin kaybı ve önemli sağlık problemleri gibi ciddi tehditler olabildiği gibi bazen de bir otobüsün kaçırılması veya önemli bir randevunun unutulması gibi görece daha az stresli durumlar olabilmektedir. Anlam ve kontrol kaybına sebep olan bu durumların yanı sıra yakınıni kaybetme ve trafik kazası geçirme gibi durumlar, sadece bir ya da birkaç göçmeni etkileyen durumlar olabildiği gibi sel, fırtına, deprem ve savaş gibi büyük kitleleri etkileyen durumlar da olabilmektedir. Bu tür zor durumlarla karşılaştıklarında göçmen bireyler, zorluklara katlanılabilmek, acılarına teselli bulabilmek, hayatın sürekliliğini sağlayabilmek ve hayata yeniden tutunabilmek için bilişsel ve duygusal birçok çaba ve etkinlik içerisine girebilirler.

İşte göçmen bireylerin “zor zamanlarında sergiledikleri bu anlam arayışı” çabası ve diasporik yaşamın getirdikleri ile kendi beklentileri arasında oluşan zıtlığı gidermek için yaptıkları tüm etkinlikler, psikolojide başa çıkma süreci olarak değerlendirilebilmektedir. Göçmenin zor ve sıkıntılı zamanlarında girmiş olduğu bu süreç, pek çok düşünce, duygu ve davranışı içerisinde barındırabilmektedir. Göçmen bireyin diasporik yaşama karşı genel yöneline bağlı olarak dinsel veya seküler içerikler taşıyabilmektedir. Bu süreç bazen spor yapma, sinemaya gitme ve eğlenme gibi seküler temelli olabileceği gibi dua ve ibadet etme şeklinde dinsel içerik de taşıyabilmekte veya her ikisini de birlikte içerebilmektedir. Dinin veya kutsal motiflerin başa çıkma süreçlerine katılması durumuna ise “dinsel başa çıkma süreci” denilebilmektedir. Göçmenin kendisini inandığı aşkın varlığa yakın hissetmesi, ondan yardım dilemesi, onun yardımıyla sorunların üstesinden gelebileceğini dü-

şünmesi ve buna uygun olarak dua ve ibadetleriyle başa çıkma sürecinden destek bulmasında olduğu gibi din, göçmenin başa çıkma süreçlerine olumlu bir şekilde katılabilmektedir. Ayrıca din, göçmenin diasporik yaşamda başına gelenleri Tanrı'nın bir cezalandırması olarak algılayıp onun sevgi ve merhametinden ümit kesmesi, ona öfke duyarak ondan uzaklaşması tarzında da başa çıkma sürecine katılabilmektedir (Ayten & Sağır, 2014: 5-6).

Din psikologları Murat & Kızılgeçit (2017) tarafından bireylerin dinsel başa çıkma tarzları ve psikopatolojileri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını saptamak ve bu değişkenlerin sosyo-demografik değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığını hem hastalar, hem de hasta olmayanlar üzerinde ortaya koymak amacıyla bir alan çalışması yapılmıştır. Psikiyatride tanısı olan (çalışma grubu, n=150) ile herhangi bir psikiyatrik tanı almamış (karşılaştırma grubu, n=150) olan örneklem grubu üzerinde yapılan bu araştırma sonucunda karşılaştırma grubunun olumlu dinsel başa çıkma puanı, çalışma grubundan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca demografik değişkenler açısından da her iki grupta da bir takım farklılaşmalar söz konusudur. Bu kapsamda hem psikopatolojisi olan bireylerin, hem de sağlıklı bireylerin genel olarak dinsel başa çıkmayı kullandıkları; sağlıklı bireylerin olumlu dinsel başa çıkmayı, psikopatolojisi olan bireylerin ise olumsuz dinsel başa çıkmayı daha çok kullandıkları saptanmıştır. Bu bulgulardan hareketle, psikopatolojinin daha çok olumsuz dinsel başa çıkmaya veya olumsuz dinsel başa çıkmanın daha fazla psikopatolojiye yol açtığı söylenebilir (Murat & Kızılgeçit, 2017: 111-151).

Diasporik yaşamdaki deneyimlenen olumsuzluklar karşısında Tanrı'ya sığınmak, hem olayın anlamlandırılmasını hem de olaydan dolayı göçmenin düşüncelerinin ve duygularının farkına varmasını sağlayabilmektedir. Yaşadığı olumsuz olayın kendi öz kaynaklarını açacağını gören göçmen birey, yardım arayışına girebilmektedir. Böyle durumlarda, pek çok göçmen için ilk yardım kaynaklarından biri merhamet edici Tanrı'dır. Başka bir ifadeyle, Tanrı'ya sığınma ve ondan destek alarak zorluklar karşısında sabır ve metanet gösterme eğilimi, göçmenin kendini güçlü hissetmesine ve zorluklarla başa çıkmasına, diasporik yaşamdaki acıların da olduğu gerçeğiyle yüzleşerek olgunlaşmasına katkı sağlayabilmektedir. Bu türden bir dinsel başa çıkma süreci, özellikle fiziksel ve ruhsal açıdan rahatsız olan göçmenlerin zorluklarla mücadele düzeyini arttırabilmekte, göçmenin iç huzuru kazanmasını sağlayabilmekte, hastalığını kabullenip onunla mücadele etmede göçmen bireye güç kazandırabilmektedir (Ayten ve ark., 2012: 48). Özelden ise İslami öğretiler, Müslüman göçmenleri sabırlı olmaya, dua etmeye ve Allah'a güvenmeye yöneltebilmektedir. İslami inançlar, diasporik yaşamın zorluklarına karşı anlamlı yorum katabilmektedir. Dolayısıyla dinsel öğretilere

göre diasporik yaşamdaki negatif olayların göçmene sabırlı olmayı öğreten ve manevi gelişimine katkısı olan bir yapısından söz edilebilir (Aflakseir & Coleman, 2011'den akt. Karakaş & Koç, 2014: 571).

Din psikologları Ayten & Sağır (2014) tarafından Suriyeli sığınmacılarda dindarlık, dinsel başa çıkma etkinliklerine başvurma ile depresif eğilimler arasındaki ilişkileri tespit etmek üzere ampirik bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri, Ağustos-Kasım 2013 tarihleri arasında Kilis ilinde yaşayan Suriyeli sığınmacılardan (n=553) toplanmıştır. Sözü edilen bu görgül araştırmadan elde edilen sonuçlar şunlardır:

- i. Suriyeli göçmenlerin dindarlık düzeylerinin yüksek olduğu, depresif eğilimlerinin normalin üzerinde olduğu, olumlu dinsel başa çıkma etkinliklerine olumsuz dinsel başa çıkma etkinliklerinden daha fazla başvurdukları görülmüştür.
- ii. Dindarlık bakımından, kadın göçmenler ile erkek göçmenler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.
- iii. Kadın göçmenlerin olumlu dinsel başa çıkma etkinliklerini erkeklere göre daha sıklıkla kullandıkları anlaşılmıştır.
- iv. Olumsuz dinsel başa çıkma bakımından, kadın göçmenler ile erkek göçmenler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.
- v. Kadın göçmenlerin depresif eğilimlerinin erkek göçmenlere göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.
- vi. Yaş ile dindarlık arasında olumlu bir ilişki tespit edilmiştir. Yaş ile olumsuz dinsel başa çıkma ve depresif eğilim arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı ilişki tespit edilememiştir.
- vii. Dindarlığın depresif eğilim üzerinde etkisi tespit edilemezken, hem olumlu hem de olumsuz dinsel başa çıkmanın depresif eğilimler üzerinde olumlu etkisinin olduğu tespit edilmiştir (Ayten & Sağır, 2014: 16-17).

Göçmen birey, diasporik yaşamın devinimi içerisinde en hafifinden en şiddetlisine kadar düşünce ve duygu dünyasında gerilim oluşturacak pek çok olayla karşılaşabilmektedir. Eğer göçmenin diasporik yaşama karşı genel yöneliminde din önemli bir yer tutuyorsa, göçmen bireyin zorluklarla başa çıkma süreçlerinde “dua etme, yaşadıklarını kutsal bir alanla ilişkilendirme, hayra ya da şerre yorma, imtihan edildiğini düşünme, cezalandırıldığı fikrine kapılma, ibadet etme, Tanrı'nın kudretine ve merhametine sığınma, Yüce kudrete öfkelenerek varlığını ve gücünü sorgulama, ümitsizliğe kapılma” gibi zengin bir içeriğe sahip etkinlikler göstermesi mümkündür. Bütün bu dinsel içerikli etkinlikler, “dinsel başa çıkma” olarak değerlendirilebilmekte-

dir. Göçmenin yaşadığı olaylar karşısında aldığı bu türden tutum ve tavırlar, onun diasporik yaşama ilişkin ümidini koruyabilme ve bir anlam bulabilme becerisiyle, yani psikolojik dayanıklılığıyla yakından ilişkilidir. Aynı zamanda göçmenin kendisini anlam ve kontrol yönünden tehdit eden her olay ve durum karşısında sergileyeceği dinsel veya seküler içerikli başa çıkma etkinlikleri, onun kendi hayatı hakkında yaptığı öznel olumlu değerlendirmelerini oluşturan diasporik yaşam doyumunu düzeyini de olumlu veya olumsuz bir şekilde etkileyebilmektedir (Batan & Ayten, 2015: 68-69).

Öte yandan olumlu dinsel başa çıkma tarzı kullanan göçmenler, Tanrı'yla güvenli bir bağ kurma eğiliminde olabilmektedirler. Olumsuz dinsel başa çıkma tarzında ise Tanrı'ya daha az güven duyan bir ilişki, dış dünyaya ilişkin görüşü alt üst olmuş veya güvensiz, amaç ve anlam bulmada dinsel çatışmayı yansıtan durumu vurgulayabilmektedir. Bu olumsuz tarz, daha büyük duygusal stres, daha zayıf bir diasporik yaşam kalitesi, daha fazla psikolojik semptom ve diğerlerine karşı ilgisizlik gibi özellikleri çağrıştırmaktadır. Olumlu dinsel başa çıkma, göçmenin yaşadığı travma sonrası stresin bir takım etkilerinde inanç ve inanç topluluğu sayesinde rahat, kontrol, bağlanma ve işbirliği sağlama hissi uyandırabilmektedir. Göçmenin kendinden geçtiği diasporik yaşam durumlarında, Tanrı rahatın ve anlamın kaynağı olabilmektedir. Rehber arama ve Tanrı'yla destek sağlama, yalnızlık ve yalıtılmışlık duygusunu azaltabilmektedir. Dinsel inançlara yönelme, göçmenin diasporik yaşamında her şeye gücü yeten ve her yerde her zaman var olan bir eş, daha fazla kontrol duygusu sağlayabilmektedir. Ayrıca bir inanç topluluğuyla bağ kurmak, göçmene bir destek sistemi sağlayabilmekte, kişisel kimliği geliştirebilmekte ve diğerleriyle içten derin ilişkiler kurabilmektedir. Dinsel başa çıkmanın yararlı bileşenleri, göçmenin algılanan savunmasızlığını, yalıtılmışlığını, bilişsel çelişki durumlarını ve travma sonrası stresin etkilerini azaltabilmektedir. Sonuç olarak göçmenler, olumlu dinsel başa çıkmayı olumsuzdan çok daha fazla kullanabilmektedirler (Eryücel, 2013: 253-254).

Din psikologları Batan & Ayten (2015) tarafından yapılan görgül bir çalışmada, yetişkin bireylerin dinsel başa çıkma tutum ve davranışları, psikolojik dayanıklılıkları ve yaşam doyumunu düzeyleri arasındaki ilişki ve etkileşimleri ele alınmıştır. Araştırmada yaşları 18 ile 59 arasında değişen örneklem grubuna (n=512), "Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği", "Dinî Başa Çıkma Ölçeği" ve "Yaşam Doyumu Ölçeği" uygulanmıştır. Elde edilen bulgular, olumlu dinsel başa çıkma ile yaşam doyumunu ve psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu; psikolojik dayanıklılığın artmasıyla birlikte yaşam doyumunun da arttığını göstermiştir. Bu ampirik bulgulara göre, olumsuz dinsel başa çıkma ile yaşam doyumunu ve psikolojik dayanıklılık arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Değişkenler

arası ilişkiler ve yaşam doyumunu açıklayıcılık gücünü yansıtan regresyon analizi sonuçları ise olumlu dinsel başa çıkma ve psikolojik dayanıklılığın yaşam doyumunu üzerinde olumlu bir etki yarattığını ortaya koymuştur.

Yukarıdaki adı geçen bu araştırma sonuçlarına göre; yaşam doyumunu ile dinsel başa çıkmanın hayra yorma, Allah'a yönelme, dinsel yakınlaşma alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulgulanmıştır. Buna göre bireyin hayatında gerilim oluşturucu herhangi bir sorunla karşılaştığında ibadet etme, dua etme, hayra yorma, Allah'a sığınma, Onun merhametini ümit etme gibi olumlu dinsel başa çıkma etkinliklerine başvurma sıklığı arttıkça yaşam doyumunun da arttığı anlaşılmıştır. Olumlu dinsel başa çıkma ile yaşam doyumunu arasında olumlu ilişkinin olduğunu öngören hipotez desteklenmiştir. Psikolojik dayanıklılığın aile desteği, kendine güven, sosyal yeterlik, gerçekçi hedefler gibi alt boyutları ile olumlu dinsel başa çıkma toplam ve bazı alt boyutlar arasında olumlu ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bu bulgu, olumlu dinsel başa çıkma ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olacağını öngören hipotezin desteklendiğini göstermektedir. Allah'a yakınlaşmaya çalışan, tövbe eden, öfkesinin ve kızgınlığının azalması için Allah'tan yardım dileyen, yaşanan olumsuz olayların ardından Allah'ın kendilerine yeni bir fırsat ve hayatta yeni bir amaç vermesini dileyen bireylerin aynı zamanda ailelerinden destek görme, almış oldukları kararlara güvenme ve sosyal ilişkiler kurabilme becerilerinin de yüksek düzeyde olabileceği anlaşılmıştır (Batan & Ayten, 2015: 67-92; ayrıca krş. Uysal ve ark., 2017: 139-160).

Din psikoloğu Eryücel (2018) tarafından dinsel yönelim ve başa çıkma ilişkisini demografik değişkenler ve mesleki deneyim bağlamında incelemek amacıyla yapılan başka bir saha çalışmasında (n=167) ise katılımcıların iç-güdümlü dinsel yönelim puanları en yüksek; sorgulayıcı dinsel yönelim puanları ise en düşük olarak bulunmuştur. Başa çıkma stratejilerinden alınan puanlar ise sırasıyla planlı davranış, büyüme-olgunlaşma, duygu kontrolü, kabullenme, yardım arayışı, gizleme-saklama ve kadercilik şeklinde saptanmıştır. İç-güdümlü dinsel yönelim ile kabullenme, duygu kontrolü, kadercilik, yardım arayışı, gizleme-saklama ile olumlu yönde anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Dış-güdümlü dinsel yönelimin, başa çıkma stratejilerinden sadece kadercilik ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Mesleki deneyimi en fazla olan katılımcıların daha dış-güdümlü dinsel yönelim, daha az duygu kontrolü, daha az planlı davranış ve daha fazla yardım ve destek arayışını tercih ettikleri tespit edilmiştir (Eryücel, 2018: 393-412).

Dinsel inanç sistemlerinin ve dinsel bir dünya görüşünün fonksiyonlarından biri de, göçmen bireylere diasporik yaşamlarında çaba gösterecekleri

vizyon ve hedeflerine ulaşmasında yardımcı olacak stratejiler sunmasıdır. Din sabır, fedakârlık, mücadele vb. duyguları kuvvetli tutarak diasporik yaşamın acı ve ıstıraplarını hafifleten, yaşam gücünü besleyen motive edici bir güç olarak göçmeni psikolojik anlamda koruyabilmektedir. Dinsel inancı sayesinde göçmen, sağlam ve güçlü bir maneviyata sahip olarak, diasporik yaşamın getirdiği çeşitli engeller karşısında mücadele edebilme gücü bulabilmekte ve stres, kaygı ve depresyondan kendisini koruyabilmektedir (Muz, 2009: 126).

Din psikoloğu Eryücel (2013) tarafından başa çıkma sürecinde olumlu dinsel başa çıkma bileşenlerini ve bunların kriz yönetimiyle ilişkisini görmenin yanı sıra, yaşam olaylarının farklılığının dinsel başa çıkma süreciyle ilişkisini tanımlayabilmek amacıyla nitel bir çalışma yapılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme formunun kullanıldığı bu çalışma (n=52) sonucunda, 26 katılımcının olumlu dinsel başa çıkma kullandığı tespit edilmiştir. Araştırmada yaşam olayının ne olduğundan çok bireylerin buna verdikleri tepkinin başa çıkma süreçleri üzerinde etkili olduğu, yaşam olaylarının inanç gelişimi ve dönüşümü üzerinde son derece önemli olduğu bulunmuştur. Başa çıkma sürecinin olumlu ve etkili yönetilmesinde inanç, emek, sabır ve kabullenmenin farklı sonuçlar ortaya çıkardığı görülmüştür (Eryücel, 2013: 251-271).

Bu detaylı teorik giriş bağlamında, 'özel, sosyal, dinsel' vb. çeşitli diasporik yaşam boyutlarının temel özelliklerinin yanı sıra 'kimlik, anomi, yalnızlık, sosyal dışlanma, asimilasyon ve entegrasyon' gibi diasporik olgular ile 'kendini gerçekleştirme, yaşamı sürdürme nedenleri, ümitsizlik, kaygı ve depresyon' gibi çeşitli ruh sağlığı parametreleri hakkında, diasporik yaşam süren Müslüman-Türk göçmenlerin öznel görüşlerini ortaya koymayı amaçlayan bu nitel çalışmanın -devam niteliğindeki- altıncı makalesinde ise konuyla ilgili olarak Müslüman-Türk göçmenlerin "kendini gerçekleştirme-yaşamı sürdürme nedenleri-dinsel başa çıkma durumları" üzerine elde edilen nitel veri analizlerine devam edilmiştir (araştırmayla ilgili önceki makaleler için bkz. Koç, 2016a: 89-128; Koç, 2016b: 271-313; Koç, 2017a: 65-112; Koç, 2017b: 295-348; Koç, 2018a: 51-96).

d. Bulgular (devam)

Diasporik yaşamın psiko-anatomisini konu alan makalenin bu bölümünde, Birleşik Krallık sınırları içerisinde yaşayan Müslüman-Türk göçmenlerin "kendini gerçekleştirme-yaşamı sürdürme nedenleri-dinsel başa çıkma durumları" üzerine bilgi toplamak amacıyla oluşturulan yapılandırılmış röportaj soruları (n=8 [soru=56-63]) esas alınarak kayda geçirilen röportaj metinlerinin alt temalarına göre çözümlerine yer verilmiştir (bu makalede kullanılan röportaj soruları için ayrıca bkz. Ek-9: Diasporik Yaşamın Psiko-Anatomisi Üzerine Röportaj Soruları).

Bu makalede, içerik analizi sonucunda elde edilen bulgular, “(a) kendini gerçekleştirme; (b) yaşamı sürdürme nedenleri (c) dinsel başa çıkma, (d) dinsel başa çıkma aracı olarak dua pratiği, (e) dinsel başa çıkma aracı olarak kader inancı, (f) dinsel başa çıkma aracı olarak dini-sosyal destek” durumları olmak üzere altı nitel tema altında toplanmıştır. Temalandırma bağlamında katılımcı düşünceleri aşağıda sunulmuştur.

* Röportajlar – [Mülakatlar]

“*Araştırmacı*: Benim açımdan yaptığımız röportaj oldukça keyifli geçiyor. Umarım sizin için de öyledir. O halde kaldığımız yerden devam ediyoruz. Eğer izin verirseniz biraz da kendini gerçekleştirme, yaşamı sürdürme nedenleri, dinsel başa çıkma durumlarınız üzerinde konuşalım istiyorum.”

xiii. Kendini Gerçekleştirme:

[Soru] = 56. *Hayatınız boyunca, gerek özel ve sosyal yaşamınızda gerekse iş hayatınızda kendi içinizde var olduğuna inandığınız gizil potansiyelinizi ve yeteneklerinizi keşfedip bunları doğru olarak kullanabildiğinizi düşünüyor musunuz? Yani, şu andan geri dönüp baktığınızda örneğin benim mühendislik veya inşaat, yemek vs. işlerinde şöyle potansiyelim ve yeteneklerim vardı. Dolayısıyla ben şu anki yaptığım işimde ve mesleğimde bu potansiyelimi ve yeteneklerimi kullanabiliyorum, diyebilir misiniz?*

+*Denek-1=R-1: [S. Y.; E / 46]* “Evet, potansiyelim var olduğunu keşfettim. Fakat şu ana kadar yeteneklerimi ve potansiyelimi doğru şekilde kullanamadım. Çünkü şu ana kadar yeteneğimin olduğu mesleği yapmaya imkân bulamadım. Sinema üzerine bir yeteneğim vardı aslında. Bunun için burada Edinburgh’ta koleje de gittim. Fakat yanlış eğitim almışım orada. Bana pratik eğitim lazım iken ben uzun süreli teorik eğitimini almaya çalıştım. Fakat bunu da başaramadım. Çünkü bu eğitime yabancı dilim yetmedi.”

+*Denek-2=R-2: [M. K.; E / 36]* “Ben kendi açımdan söylüyorum, evet diyorum. Potansiyelimi ve yeteneğimi keşfettim ve şu anda bu yeteneğim üzerine bir iş yapıyorum. Çünkü dediğiniz gibi benim yeteneğimde var altyapımda var. Marangozluk işleri yapıyorum ve bir iş yaptığımda, üzerim kirlendiğinde, bir şey yaptığımda, bu çok hoşuma gidiyor. Ondan para kazanacak da olsam bir şey yarattığım zaman bu beni çok mutlu ediyor. Beni çok memnun ediyor. Eee, ne oluyor bu kişisel olarak rahatlatıyor beni, çok olmasa da huzur olarak beni rahatlatıyor.”

+*Denek-3=R-3: [Ü. Ç.; E / 45]* “Tabi ki yeteneklerim var ve kullanıyorum. Ama ne derece kullanıyorum, o tartışılır. O karara ben yorum yapmış olmayayım ama ben kendimin açıkçası daha üst düzey konumlarda olmasını istedim. Ki insan olarak buna layık olduğumu düşünüyorum ama bu da Rabbimin bir rızası ki, bunu böyle görmüş bize, bu hayatı. Bu yaştan sonra yapacak bir şey yok diye düşünüyorum. Rabbimden gelen baş göz üstüne diyeyim artık. Benim sezgilerim çok kuvvetlidir aslında. Yani ben perşembenin gelişi çarşambadan belli olur atasözünden hareket edersek, olacakları önceden sezinleyebiliyorum. Bu da herhalde hayat tecrü-

besinden kaynaklanıyor. Çünkü küçüklükten beri ben halkla ilişkilerde iyiyimdir. Bu konuyla epeyce uğraşmışımdır. İnsanlığa daha fazla hizmet edebilirdim, diye düşünüyorum.”

+Denek-4=R-4: [Y.K.; E / 38] “Potansiyelimi ve yeteneklerimi biliyorum. Fakat tam olarak olmasa da kısmen evet şu anki mesleğimde kullandığımı düşünüyorum. Mesleğim mühendislik, bu arada.”

+Denek-5=R-5: [M. E. A.; E / 44] “Potansiyelimi ve yeteneklerimi keşfettim, evet. Fakat şu anda kullanabiliyor muyum? Hayır, kullandığımı düşünmüyorum.”

+Denek-6=R-6: [D. V.; K / 26] “İlginç bir soru. Potansiyelimi ve yeteneklerimi biliyorum aslında. Ama daha yeteneklerimi kullanma fırsatım olmadı henüz diyeyim yani. Ama Türkiye’de okuduğum üniversite yanlıştı. Bu kesin. Bana uygun değildi yani aslında. Şimdi sevdiğim istediğim alanda burada Edinburgh’ta kendimi geliştirmek istiyorum.”

+Denek-7=R-7: [S. S.; K / 32] “Evet, yeteneklerimi biliyorum. Fakat kullanamıyorum şu anda. Aslında moda sektöründe eğitim almayı tercih ederdim. Ama kader böyleymiş. Yapacak bir şey yok.”

xiv. Yaşamı Sürdürme Nedenleri

[Soru] = 57. *Bu ülkede bir göçmen olarak yaşarken hayatınızın en kötü zamanlarında bile kendinizi değerli görüp yaşamak için bir anlam ve neden bulabilir misiniz? Bunu hayatınızdan bir örnek vererek açıklayabilir misiniz?*

+Denek-1=R-1: [S. Y.; E / 46] “Hayatımın en kötü zamanlarında kızıma sarıldım. Şu anda boşandığım İskoç eşimden bir kızım var. Çok kötü günlerimde kızımla mutlu olmaya çalıştım. O beni ayakta tuttu. Ona iyi bir baba olabilmek ve onun hayatını güvence altına almaya çalışmak gibi bir amacım olmuştur. Bunun dışında hiçbir şey beni mutlu etmiyor.”

+Denek-2=R-2: [M. K.; E / 36] “Şimdi en kötü zamanlarda tabi, ne dedik? Gurbetin gurbetindeyiz, dedik. Şimdi Türkiye’de insan, her zaman kötüyü yaşar. Her zaman günlük güneşlik neşeli olacaksın, diye bir şey yok hayatta. Türkiye’de yaşıyorsun kötü bir zorluk, buraya geldiğin zaman da yaşıyorsun bu tip zorlukları. Fakat burada daha zor oluyor psikolojik olarak tabi ki. Ne diyorsun? Yalnızım diyorsun, aman diyorsun anan yok, baban yok, kardeşin yok, emmim yok, nasıl olacak bu ülkede yaşam derdine düşüyorsun. Ben buradayım ya şimdi. Benimde kimsem yok. Burada ben ne yapıyorum? Benim Türkiye’ye gittiğim zaman da kimsem yok. Ne dedik? Göbek kordonumuz kesildiği zaman sen Allah’la baş başasın hayırlı uğurlu olsun yoluna devam et. Kötü durum yaşadım. İskoç asıllı eşimden ayrıldım, psikolojim bozuldu. Depresyona girdim. Bir çocuğum var şu anda ondan. Babadan ayrı. Anneyle yaşıyor. Ama yaşamam için çocuğum bana her zaman bir neden ve motivasyon kaynağı olmuştur. Bu çok nettir yani benim için.”

+Denek-3=R-3: [Ü. Ç.; E / 45] “Yaşamak Rabbimin bizlere bahsettiği yüce bir nimettir bence. Memnun olsak da olmasak da, can bizim emanetimiz. Rabbimizin bize verdiği emanettir. Yaşadığımız sürece o emanete sahip çıkıyoruz.”

+Denek-4=R-4: [Y.K.; E / 38] “Aklıma bir örnek gelmiyor.”

+Denek-5=R-5: [M. E. A.; E / 44] “Bu dünyadaki hayatımızın bir imtihan olduğuna inanıyorum. Böyle olunca da hayatım boyunca karşılaştığım sorunları anlamlandırmada zorlanmadığımı söyleyebilirim.”

+Denek-6=R-6: [D. V.; K / 26] “Benim bu ülkede en güzel yaşama nedenim öğlumdur. Onu düşününce aklıma takılan bütün dertler ve sorunlar gidiyor. Mesela; niye burada olduğum? Niye her şeyi Türkiye’de bırakıp geldiğim gibi kendimi suçlayan sorular, oğlum sayesinde uçup gidiyor. Oğlum, kendi yaptıklarımından kendimi sorgulamadığım tek kazanımım bu ülkede.”

+Denek-7=R-7: [S. S.; K / 32] “Ben, kendim için değerli bir insanım. Yaptıklarımınla hem kendimi hem de çevremdekileri mutlu etmek olmuştur hep amacım. Benim varlığım çevremdekilere faydalı olmuştur yani manevi ve maddi.”

[Soru] = 58. *Dinsel inanç ve değerlerinizin yaşamı sürdürme nedenlerinize bir katkısı var mıdır? Varsa nasıl bir katkı sağlamaktadır?*

+Denek-1=R-1: [S. Y.; E / 46] “Eee, tabi ki dini inançlarımın katkısı olmuştur. Hayatımın en kötü zamanlarında başıma gelenleri anlamlandırmak için kader inancımı devreye sokuyorum. Başıma gelenlerin tamamının Allah tarafından geldiğine inanıyorum. Alın yazımmış diyerek baktım yaşadıklarımın. Bütün bunlar öğrenilmesi gereken yaşanması gerekenlermiş. Mesela, ben insanları hep kendim gibi görüyorum. Ama bir takım olaylar başıma geliyor. Allah da diyor ki insanlar senin düşündüğün gibi değil. İşte bu benim için öğretici bir olaydır. Allah tarafından bana verilmiş bir derstir, bir mesajdır. Bu gurbet elde yaşarken bu mesajı alıyoruz bir şekilde.”

+Denek-2=R-2: [M. K.; E / 36] “Elbette oldu. Mesela o dönem de o boşanma sürecinde ne anlamda bir neden buldum kendimi değerli görüp yaşamak için? Çocuğum vardı, hayat devam ediyordu, hayatın sonu değildi ki. Ayrıldığım zaman ne oldu? Psikolojik olarak etkiliyor tabi ki sevip de evlendiğin insandan ayrılmak. Düzenin bozuluyor; çocuğundan ayrılıyorsun. Mesela; o dönem de ne yaptım ben. Camiye gittim, namaz kıldım, Allah’ıma dua ettim. Allah’ım dedim, yalnızım dedim, bir tek sen varsın dedim, sana sığınyorum dedim, kurban olduğum ya Rab-bim, dedim. Sen dedim, hayırlar nasip eyle dedim, yolumda devam ettir dedim, çoluğumu çocuğumu bana gönder, dedim. Boşanma sürecimi dua yaparak ve camiye giderek atlattım. Namazla tabi ki de atlattım en güzel yolu odur tabi ki de. Edinburgh’ta yaşayan Pakistanlıların camileri var burada. Boşanma sürecinde oraya gittiğim zamanlarda kendini daha rahat hissediyordum psikolojik olarak. Elhamdülillah Müslümanız. Müslüman olmasaydık ne yapardık? Ne diyeyim? İçki içmem. Eğer kendime başka bir çözüm arasaydım, hadi camiye gideyim de namaz kılayım değil de, hadi puba (meyhane) gideyim de bir içki içeyim, derdim...”

+Denek-3=R-3: [Ü. Ç.; E / 45] “Rabbim beni değerli görmüş, beni muhatap almış, bana can vermiş, nimetler sunmuş, tüm nimetlerini emrimize vermiş de biz kendimizi mi değersiz göreceğiz? Bizim öyle bir lüksümüz yok. Rabbimin rızasına layık olmaya çalışıyorum. Bu tabi biraz önce de söylediğim gibi bir fırsat, nimet çok şükür, az da olsa yani çok kuvvetli bir imanımız olmayabilir ama olduğu kadarını dolu dolu yaşamaya çalışıyorum.”

+Denek-4=R-4: [Y.K.; E / 38] “Farklılık yok.”

+Denek-5=R-5: [M. E. A.; E / 44] "Elbette ki vardır. Bana göre Müslümanın inançları, ona yaşamının en zor zamanlarında bile bir teselli kaynağı olabilir. Ben bunu özel hayatımda hep yaşadım, hissettim yani. Kısacası pozitif anlamda önemli bir katkı sağladığını düşünüyorum ..."

+Denek-6=R-6: [D. V.; K / 26] "Olmaz mı? Şükür ediyorsunuz hep daha kötüsü olabilirdi diye. Sonuçta tüm olup bitenleri kadere bağlıyorum. Ben kendim ettim (gülüyor). Ayrıca ben biraz da polyannacı bir tipim galiba. Yani hep iyi şeyleri düşünüyorum öyle rahatlatıyorum kendimi."

+Denek-7=R-7: [S. S.; K / 32] "Dini inancın insan gelişimine ve birbirleriyle iletişimlerine büyük faydası var bence. Dini inanç doğru kullanıldığı sürece insanı dürüst, namuslu ve saygıyı bilen kişiler haline getirir. Ben de olabildiğince bu konsept içinde yaşamayı tercih ediyorum."

[Soru] = 59. *Bana hayatınızda olmasını çok istediğiniz 3 şeyi söyleyebilir misiniz?*

+Denek-1=R-1: [S. Y.; E / 46] "Hayatımda en çok olmasını istediğim üç şeyden birincisi, insanların birbirlerine karşı dürüst olmaları; ikincisi, huzurlu bir şekilde yaşanılması; üçüncüsü ise insanların birbirleriyle karşılık beklemeden yardımlaşmalarıdır."

+Denek-2=R-2: [M. K.; E / 36] "Mutlu bir insanlık istiyorum, tüm herkesin mutlu olmasını herkesin gülmesini istiyorum. Savaş istemiyorum. Dinin neydi? Senin dinin şeydu, benim dinim buydu. Sen Müslümansın, sen Hıristiyansın, sen ateistsin, sen Budistsin, sen siyahsın, sen Japonsun sen Türksün, ne bileyim bu tartışmaları da istemiyorum. Duymakta istemiyorum. İnsanların birbirlerine insan gibi davranmasını istiyorum. İnsanların birbirlerine değer vermelerini istiyorum. Mutlu insanlık istiyorum. Yeni gelen çocuklara bizim güzel şeyler yapıp, güzel şeyler bırakmamızı istiyorum. Dünyanın cennete dönmesini istiyorum."

+Denek-3=R-3: [Ü. Ç.; E / 45] "Hayatımda olmasını istediğim şu anda tek idealim var. Rabbimin indirdiği Kur'an-ı Kerim'i öğrenmek. İkinci, üçüncü yok."

+Denek-4=R-4: [Y.K.; E / 38] "Sağlık, mutluluk, aileme yakınlık."

+Denek-5=R-5: [M. E. A.; E / 44] "Evet, ilginç bir soru bence. Hayatı bu türden kategorik ayrımlarla yaşamaktan hoşlanmadığımı söyleyebilirim sadece."

+Denek-6=R-6: [D. V.; K / 26] "Masterimi ve doktoramı tamamlamak, çok iyi bir iş kadını olmak ve ailemle hep birlikte olmak."

+Denek-7=R-7: [S. S.; K / 32] "Allah izin verdiği sürece sağlıklı, mutlu ve huzurlu bir yaşam."

xv. Dinsel Başa Çıkma

[Soru] = 60. *Bilindiği gibi insanlar, tüm yaşamlarını hayatta mutlu olabilmek için düzenlerler. Fakat bazen hayatta bekledikleri veya beklemedikleri bir takım sorunlarla karşılaşabilirler. Bu tip durumlarda ise bu sorunları çözmek için çeşitli çabalar harcarlar. Böyle bir tabloda, sizin hayatta karşılaştığınız sorunlarla başa çıkmanızda dinsel inançlarınızın yeri nedir?*

+Denek-1=R-1: [S. Y.; E / 46] “Hayatta karşılaştığım sorunlarla başa çıkmaya çalışırken açıkçası dini inançlarımı çok fazla kullandığım söylenemez. Daha çok sıkıntularımı dünyevi bazı çözüm önerileriyle aşmaya çalışırım.”

+Denek-2=R-2: [M. K.; E / 36] “Şimdi karşımıza zorluk çıktığı zaman ne yapıyoruz? Bu hayatın zaten kuralı budur. Hayatta zorluk olacak, bunu kabul edeceğiz. Problemler bir hayat olmaz. Bu dünyaya geldiysen bu problemlere göğüs gereceksin. Eğer istemiyorsan psikolojin bozulacak. Psikolojinin bozulmasını istemiyorsan Cenabı Allah’a sığınacaksın. Böyle bir duruma geldiğim zaman, sıkıldığım ve daraldığım zaman, çıkış yolu bulamadığım zaman, ben bu gurbet elde yalnız bir adamım zaten ben panik olurum hemen. Her şeye panik olmamaya çalışacaksın. Vardır bundan da bir hayır, Allah göndermiş canı ve ruhu, bu bedeni aç da bırakmaz açık da. Allah’ıma çok şükür, şimdi aklımız başımızda ama o gün geldiği zaman bu tip şeylerle nasıl mücadele edeceksin. Kötüyü düşünerek kendini daha kötü psikolojilere sokmayacaksın. Kötü durumda gideceksin anan baban seni anlayın yok, oturup ağlayacaksın dinleyen yok. Gideceksin bir camiye bir köşesini seçeceksin, insanlardan uzak, ya herkes bunu yapmak zorunda değil de. Gidersin iki rekât namazını kılarırsın, vaazını dinlersin, ezanını dinlersin, sohbet dinlersin, ruhuna içersin ve yine devam ettim yoluma Allah’ım dersin. Böyle böyle oldu dersin. Benim başımda bir sorun var. Kurban olduğum ya Rabbim, sen büyüksün ve yaratansın, sen başkansın, sen bana buradan hayırlı bir zamanda en yakın zamanda bir hayırlar nasip edeceksin. Bu şekilde o güçle, o kuvvetle yoluna devam edersin...”

+Denek-3=R-3: [Ü. Ç.; E / 45] “Tabi ki dolu dolu yaşamaya çalışıyoruz. Bedava bir nimet o. Sınırsız bir nimet. Aklımızın aldığınca, gücümüzün yettiğince, imanımızın el verdiğince kullanmaya çalışıyoruz. Her şeyin Rabbimden geldiğine inandıktan sonra, teslimiyet olduktan sonra, zaten çözülmez, diye bir şey yok. Dünyada sorun tabii ki olacak, efendimiz (sav) bile çok müthiş şeylerden, mücadelelerden geçti. Bizler onun yanında neyiz ki, şikâyet bile haddimize değil.”

+Denek-4=R-4: [Y.K.; E / 38] “Aslında bu güzel bir soru. Din böyle zor durumlarda insanın başvurması gereken ilk yol olmalıdır.”

+Denek-5=R-5: [M. E. A.; E / 44] “Çok önemli bir yeri olduğunu söyleyebilirim kesinlikle. Ne zaman başım sıkışsa, ellerimi Rabbime açar, ondan sorunumun çözümünü dilerim. Ancak tabi ki fiili dua da önemlidir. Yani bence insan önce fiili duasını yapmalı, yani üzerine düşeni yapmalı, sonra da sözlü duasına devam etmeli. Çünkü inanan birisinin yaratıcısından başka sığınacak güvenli bir limanı yok. Kısaca, din olmasaydı hayat yaşanmaz olurdu. Böyle baktığımda o kerameti kendinden menkul olan ateistlere, kendilerini ateist olarak tanımlayanlara acıyorum doğrusu. Bu tür insanlar, aslında zavallı insanlar...”

+Denek-6=R-6: [D. V.; K / 26] “Her şeyin bir nedeni olduğunu düşünmek, hayırlısı böyleymiş, demek önemlidir bazı olumsuzluklar karşısında. Görmedim ama Allah’ın gördüğü bir şey olduğunu düşünmek bana iyi gelir.”

+Denek-7=R-7: [S. S.; K / 32] “Sabahlara kadar Allah’a dua eder ve işlerimin düzelmesi için elimden gelen çabayı gösteririm.”

[Soru] = 61. *Örneğin; sıkıntılı bir anınızda, bu sıkıntınızın geçmesi için dua etmek aklınıza gelir mi? Dua eder misiniz? Veya bir dostunuzdan sizin için dua etmesini ister misiniz? Veya herhangi bir isteğinizin gerçekleşmesi için hiç hacet/ihtiyaç namazı kıldınız mı?*

+Denek-1=R-1: [S. Y.; E / 46] "Evet ederim tabi ki. Samimi bulduğum arkadaşlarımdan bazen dua etmelerini isterim. Ama isteklerimin gerçekleşmesi için hiç böyle bir namaz kılmadım."

+Denek-2=R-2: [M. K.; E / 36] "Şimdi dua etmek için başında bir sıkıntı problem olması gerekmez. Dua edeceğim şimdi, Allah'ım kurban olduğum Allah'ım benim başım sıkıştı ben daraldım benim başımda problem var, deyip dua etmek olmaz. Her zaman dua edeceksin. Kendine de dua edeceksin, ben daraldım, ben sıkıldım, bana yardım et. Kendine de dua etmeyeceksin, eğer dua edersen herkese dua edeceksin, kendin için de dua edeceksin, herkes için de dua edeceksin. Sadece kendin için dua edersen ne olursun? Bencil olursun. Cenabı Allah bencil insanları sever mi? Sen paylaşmadıktan sonra... Yine dua edeceksin sıkıntılar geldiğinde, mutlu olduğunda dua edeceksin. Mesela; dışarıda oksijeni içine çekeceksin ve dua edeceksin. Allah'ım! Kurban olduğum Allah'ım! Diyeceksin, oksijeni bana verdin içime çekiyorum, sağlığım sıhhatim var, diyeceksin ve şükredeceksin. Mutluluğu bulduğun zaman şükredeceksin, mutluluk budur. İşte böyle mutlu olacaksın. Yok, param yok, evim yok, arabam yok. Öyle mutlu olunmaz, onlar da olur, Cenabı Allah sana çelme takar, tepenin üstüne düşersin bu sefer daha kötü olur. Varken kaybetmek daha zordur. Zaten yokken yok, yani öyle yaşar gidersin, ekmeğe soğan sana kebab gibi gelir ama her zaman kebab yiyip sonra ekmeğe soğana düştüğün zaman bu sefer işin daha da zor olur. Ama her zaman her ne şartta olursa olsun Cenab-ı Allah'ın büyüklüğünü ve yüceliğini unutmayacaksın, dua etmek için kötü zaman bakmayacaksın. Her zaman dua edeceksin. Al beni, en baştan kendimden biliyorum. Ben en başta beş vakit namazımı kılıyordum. Hayır, şu anda ne kadar Müslümanlığı yaşıyorum, o tartışılır. Ama Cenab-ı Allah'ın birliğine, Cenab-ı Allah'ın yüceliğine, her şeyi yapacak kudreti olduğuna inanıyorum. Her şeyi görmüş bugüne kadar biri olarak, hiçbir şeyi istemedim, çok şeyim olsun yani, şuyum olsun buyum olsun hiçbir zaman istemedim. Çünkü buradaki Türklerin, para için ev için şan şöret için birbirlerini kırdıklarını çok gördüm. İnsanlara bakıp da o insanın gerçek bir insan olmadığını gördüm. O yüzden ben böyle kişileri gördüğüm zaman midem bulanıyor üzüldüyorum, üzüldüyorum, üzüldüyorum... Ya bakıyorum adama, ya bu dünya geçici kardeş! Hepimiz öleceğiz. Al her şey senin olsun, niye birbirimizi kırıyoruz ki, gel paylaşalım, gel beraber yürüyelim varsa hakkımızda Cenab-ı Hak yazdıysa varsa kaderde... Bak şimdi kadere geldik (gülüyor)."

+Denek-3=R-3: [Ü. Ç.; E / 45] "Dua hayatımızın her aşamasında var. Sadece sıkıntıya düştüğümüzde değil, gevşek zamanımızda da dua ediyoruz. Rahatlığımızda da dua ediyoruz. Bugünlerimizi aratma ya Rabbi diyoruz. Sıkıntılı günlerimizde de Allah'ım beterinden sakla diyoruz. Tabii hacet namazı da kılıyorum zaman zaman."

+Denek-4=R-4: [Y.K.; E / 38] "Yeterince değil."

+Denek-5=R-5: [M. E. A.; E / 44] “Az önce de söyledim size. Dua en önemli enstrüman bir inanan mümin kimse için. Dua konusu çok önemlidir. Hele ki bu karmaşık dünyada çok önemlidir yani.”

+Denek-6=R-6: [D. V.; K / 26] “Dualarımda hiçbir şey istemem, dediğim gibi genelde tövbe ve şükür ederim. Sanki ben namazımı kılmadığım için Allah’tan bir şey istemeye hakkım yokmuş gibi hissediyorum yani. Resmen bir şey isterken utanıyorum derler ya yüzüm olmuyor.”

+Denek-7=R-7: [S. S.; K / 32] “Evet, evet, evet.”

[Soru] = 62. *Bazen günlük hayat içerisinde beklemediğiniz istenmedik bir sonuçla karşılaşsanız bunu kadere yükler misiniz? Yani bu durum karşısında, kaderde bunu da yaşamak varmış. Ne yapalım tarzında bir yaklaşım sergiler misiniz? Yoksa bu tamamıyla benim hatamdı. Bir şeyler yapabiliydim, diye mi bakarsınız?*

+Denek-1=R-1: [S. Y.; E / 46] “Beklemediğim sonuçlarla karşılaştığım zaman bunları kendi hatam olarak da görürüm, ama ayrıca kaderimde varmış yaşamam gereken şeyler, diye de düşünürüm. Bir taraftan da insan kendi kaderini kendisi çizer, diye düşünüyorum.”

+Denek-2=R-2: [M. K.; E / 36] “Şimdi iyi istiyorsan iyi gelir, kötü istiyorsan kötü gelir. Kader gerçek, enerji gerçektir. Olumlu enerji verirsen olumlu enerji alırsın, olumsuz verirsen olumsuz alırsın. Ben diyorum ya, hiçbir şeye başlamadım, yoluna koydum oldu. Şimdi buna kader mi diyelim? Ben istedim oldu, ben Cenabı Allah’tan kalpten istedim oldu. Ben pişman mıyım olduğuna? Değilim. Benim için iyisi neyse o oldu. Yani bu iki kişiyle yaşanan bir şey olduğu için benim hatamdı. Herkesin hatasıdır, kimse dört dörtlük değildir. Karşıdaki insanında hatası vardır. Benimde hatam vardır. Yani benim hatam vardır. Böyle hatalarda insanlar birbirleriyle konuşmaları lazım. Söylemesi lazım. Ya ben burada hata yapıyorum. En baştan işin en başından samimiyet yoksa insanın kalbinde samimiyet yoksa gayesi amacı birlikte bir şey yapmak, ekmek yemek, azsa az çoksa çok deyip paylaşmak. Ya adam zaten hep planlanmışsa, ben kendi yaşadığımdan eksilirsem, benim sevilmediğimi, kullanıldığımı gayet açık bir şekilde görürüm. Evladım orada. Ben evladımı alacağım zaman, gel kardeşim ben kızımı alacağım dediğim zaman, adamın altıya beş kala, on kala geldiğine şahit olduğum zaman bunaltma beni. Burada ekmek yiyeceğim kardeşim ya gel, kardeşim burada beraber ekmek yiyelim. Sen niye bir hafta gidiyorsun, ben niye bir hafta gidiyorum, millete para vereceğimize kendimiz şu değirmeni çevirelim diyorum. Eee, bu dediğime adam hayır derse ben ne diyeyim? Bu kader mi? Tabi ki kader, ben bunu istedim oldu. Allah’ım nasip etsin Cenab-ı Allah’tan iste, iyiyi iste, hayırlısını iste. Kötüyü iste Cenab-ı Allah onu da verir. Ama ne diyor kurban olduğum Allah, ruhu, kalbi, beyni dürüst insanlarla karşılaştırsın. Bizi tutup ta şeytan ruhundaki insanlarla karşılaştırmamasın. Ya kurban olduğum insan ruhuna girmiş şeytanlar, ortamızda dolanıyor. Allah Allah diyorlar ama kendi hayatlarında ticareti samimi yapmıyorlar. Hz. Muhammed efendimiz ticaret yapmıştır. Bunlar peygamberdir, çevredeki insanlar ticaret yaparlarsa, bu tip ticaret yaparlarsa tamam, deriz. Yani ticaretin anlamı buysa yanında ki karısının, çocuğunun, çoluğunun arkasında durmak, sırt vermek, bunlarla ekmek yiyeceğim, arkadaşşıma vereceğim, ben bu kadar ekmek

Yiyemesem de yarı yarıya kafamızı sokacağız. Problemler çoğalacak, eğer istemiyorsan çekersin toplarsın neyin varsa toplayabiliyorsan, bir de o var çekersin gidersin. Allah'a dua edersin. Eğer sen düzgünsen, düzgün olduğuna inanıyorsan, başın dik alnın açık gezersin, insanlarla sohbet edersin görürsün de. Ama bazı insanların, insanları bu tip kullanma, insanlardan fayda alma olduğu zaman sen benim gibi diyeceksin, hata sende diyeceksin. Belki ben hatalıyım ama insanlardan uzaklaşıyorsun. İşte ne dedik buradaki Türkler, Türklerle burada iş yapıyor. Evet, çünkü karşıdaki insan yetersiz sen ondan fazlasın. Bu insanın sen kapısını açıyorsun. Bu insan, seni dağıttığı zaman sen onunla ekmeğini neden paylaştın ki. Kardeşi değilsin, babası değilsin, bir kan bağı yok yani. Kan bağı olsa da değişmez bu, çünkü yapacağı yol yok. Yapacağı bir şey yok. Yani o işi yapacak, çatır çatır zaten olmuş. Zaten arkadaş her şey patır putur gelmiş, zaten yokluk. Zaten senin o kazandığın işi orada alacak ya da o adamla gidip paylaşacak, fakat yetersiz olduğu için onu biliyor. Karşıdaki insan fazla olduğunu görüyor senin. Kiskançlıktan seni ne yapıyor? Öldürüyor atıyor ama yok sen, ben burada dururum devamda haklıyım, savaşıyorum da dersin ama bu sefer ne olur, tatsızlıklar başlar. Tatsızlıklar zaten olur ama kırıcı olmaya başlar. Sonuç olarak bütün bu olanları kaderime değil, kendi hatama bağlıyorum. Kader nedir? Kader benim oraya girmemi nasip etti. Cenab-ı Allah dedi ki oğlum dedi bak, sen bunu istedin al, dedi. Bu senin olsun, o yoldan geçmeyi bile bana nasip etti ama bu olayların böyle olması kader mi? Kader değil. Bu kişilerle alakalı bir şeydir. Burada ne kader diyebiliriz, burada Allah'ın kişilerle olan şeyi. Ya buna nasıl kader diyelim ki. Kader diyemeyiz. Güzel şeyler kader, kötü şeyler kader, burada samimiyet bozukluğu ve insanların birbirine egoistliği var. Cenab-ı Allah herkesi yaratırken herkesi Müslüman yaratmamıştır. Cenab-ı Allah'ın en sevdiği melek, şeytandır. Hepimizin içine şeytan koymuş. Kimisine az koymuş, kimisine çok koymuş. Artık kimisi hayatın içinde şeytandan daha fazla şeytan olmuş. Kimisi de ya kardeşim ben bazı şeyleri az yapıyorum da, yani bu ticari ilişkilerimde samimi olmuyor. Cenab-ı Allah bir yere koyar, derdine düşmüş. Yani burada kader, diyemeyiz. Bu kendi hatası, karşıdaki kişinin de hatası. Bunu tamir edecek iki kişi ve bir de Cenab-ı Allah var. Onun hakkı bende, benim hakkım onda ise öbür tarafta herkes kendi cezasını çeker. Ne kadar inancım var? Allah'a çok fazla inancım var benim. Allah'a senin kadar inancım var ama senin sevapların nedir? Beş vakit namazdır ama ben ne yapıyorum? Cuma'dan Cuma'ya bazen gidiyorum camiye, bazen gitmiyorum. Onun hesabını da ben vereceğim."

+Denek-3=R-3: [Ü. Ç.; E / 45] "Eğer benim etkim, yetkim, aklımın yettiği bir şey olup da onu yapmadıysam da ondan kaynaklanan bir şeyse, o kader değil, o benim suçumdur. Üzerine düşeni yaparsınız, tedbirinizi almışsınızdır, takdiri Allah'a bırakmışsınızdır ama yine de olmuştur. İşte bu tabi ki de kaderdir. Artık bu olana saygı göstermekten başka yapacağımız bir şey yoktur."

+Denek-4=R-4: [Y.K.; E / 38] "Duruma göre eğer kendimi sorumlu görüyorsam bir sonraki sefere aynı beklenmedik sonuç olmaması için çaba gösteririm."

+Denek-5=R-5: [M. E. A.; E / 44] "Duruma göre yani. Eğer hata işlediysem direkt ona yüklerim ve bir daha aynı hatayı işlememeye çalışırım. Yok, benden kaynaklanmayan bir sonuçla karşılaşırsam, kaderde bunu da yaşamak varmış derim si neye çekerim sonuçta."

+Denek-6=R-6: [D. V.; K / 26] “Aklım bu benim hatamdı derim ama baktım kendimi çok yıpratıyorum hemen içimden bir polyanna çıkar ve hayırlısı buymuş der (gülüyor).”

+Denek-7=R-7: [S. S.; K / 32] “Doğruyu söylemek gerekirse kadermiş der, unutmaya çalışırım.”

[Soru] = 63. *Bu ülkede yaşadığınız problemlerle başa çıkmanızda Türkiye’den gelen cami/din görevlilerinin ve/veya cemaatin size olumlu bir katkısı oluyor mu?*

+Denek-1=R-1: [S. Y.; E / 46] “Hayır, Edinburgh’ta cami ve cemaatle hiç ilişkim olmadığı için yurt dışında bugüne kadar böyle bir katkı görmedim. Fakat Türkiye’ye gittiğim zamanlar camiye gidiyordum. Orada huzur bulduğumu söyleyebilirim. Çünkü camide Allah ile konuştuğuma inanıyordum. Onun beni dinlediğine inanıyordum, huzur buluyordum.”

+Denek-2=R-2: [M. K.; E / 36] “Şimdi kişiye faydası oluyor elbette. Fayda nedir? Fayda ona baktığımız da oluyor, olmuyor, diyemeyiz. Yani fayda ne beklediğine bağlıdır. Maddi fayda mı istiyorsun manevi fayda mı? Bunlar nedir? Güzeldir. Diyanet’in Türkiye’den buraya gönderdiği imamlar vaaz veriyor, dinliyorsun, arkasında namaz kılıyorsun daha güzel adabıyla. Bir de diğer ülkelerdeki Müslümanların arkasında namaz kılmak farklı ve kendi dilinden vaaz dinlemek farklıdır. Bu tamamıyla daha güzel ama yine de cami Allah’ın evidir. Ruhunla oraya gidiyorsun ve ruhun güzelleşiyor. Kendi mescidinde de ruhun güzelleşiyor ama tabi psikolojik olarak kendi Türk imamının arkasında kendi dilinden kendi vatanından onun arkasında namaz kıldığın zaman ruhen daha güzel oluyor, hoş oluyor, öyle diyeyim. Fayda olarak ne fayda görürsün? İşte Türkçe vaaz dinlersin, söylenenin her şeyini anlarsın, söylenenin vaazlar daha etkili olur. Maddi olarak fayda ne verir? Allah herkesin rızkını Cenab-ı Allah verir, eğer varsa orada bir ekmek yiyeceksin. Bir iş yapıyorsan, kabiliyetin varsa hani bir kişi gel kardeşim şurada bir soğan ekmek ye, der. O da Cenab-ı Allah’ın işi kismet. Şimdi kader kismet yine karşılaştı. Senin oraya gitmen kaderdir, kismetin orada varsa bu da insanların birbiriyle kişisel diyalogundan kaynaklanır. Senin kabiliyetin nedir? Adamın bakkalı vardır. Sen boş geziyorsundur, kasiyersindir, gel kardeşim senin mesleğin kasiyerlik, sen gel bizim kasamızda çalış, der. Sen iyi bir insansın, sana burayı teslim ederim beraber çalışalım anlamında bu da kismettir.”

+Denek-3=R-3: [Ü. Ç.; E / 45] “Tabi ki olur, olmaz mı? Akıl akıldan her zaman üstündür. Burada zaten manevi sorunlar, psikolojik sorunları ve maddi sorunları da getirir beraberinde. Teşhisi koymakta hata olursa, beraberinde hata hatayı getirir. Tabi ki manevi olarak kendimizi güçlü hissedersen, oradan güç alırsak daha kısa sürede sorunların üstesinden gelebileceğimize inanıyorum. Çok şükür ki hayatımda cami eksenli bir sosyal çevre var Londra’da. Çok şükür var. Muhakkak, olmazsa olmaz. Nasıl ekmek, su ihtiyaç ise o da bir gurbetçi için ihtiyaçtır.”

+Denek-4=R-4: [Y.K.; E / 38] “Hayır.”

+Denek-5=R-5: [M. E. A.; E / 44] “Evet, kesinlikle oldu ve oluyor. Biz ailecek Londra’da yaşadığımız için burada eski bir oluşum olan A... Camii oluşumunun hayatımda çok faydasını gördüm. Gerek sosyal gerekse özel hayatımızda bu tip oluşumlar,

bu ülkede çok önemli. Buralarda görev yapan Diyanet'in gönderdiği din görevlisi arkadaşlardan da imkânlar ölçüsünde faydalanmaya çalıştık. Özellikle çocuklar için çok yararı oldu. Din eğitimi aldırırım onlara buralardan. Allah eksikliklerini vermesin bu camilerimizin, cemaatimizin ve hocalarımızın inşallah."

+Denek-6=R-6: [D. V.; K / 26] "Şu ana kadar bizim dernekteki hocadan bu anlamda bir yardım talebinde bulunmadım. Ama elbette ki Hıristiyan bir ülkede, benim dinimle ilgili bir resmi din görevlisinin olması, caminin olması çok önemli bir durum. Kandil gecelerinde derneğe gidiyoruz. Oradaki hoca bize mevlit okuyor. Harika bir duygudur bu. Çocuğum büyük olsaydı. Mutlaka din eğitim için aldırma için bu Türk din görevlisinden yardım talep ederdim."

+Denek-7=R-7: [S. S.; K / 32] "Tabi ki evet."

SONUÇ

İnsanoğlu, toprağı işlemeyi keşfetmesiyle birlikte göçebe düzenden yerleşik düzene geçmeye başlamıştır. Ancak tarih boyunca insanların farklı yöreler, bölgeler ve ülkeler arasındaki hareketliliği farklı etkenler sebebiyle hep devam edegelmiştir. Göç olgusu, bireyin daha iyi bir yaşam sürdürme mücadelesinde önemli bir yere sahiptir. Ekonomik, toplumsal ya da siyasal nedenlerden kaynaklanan göç olayları, zorunlu veya gönüllü bir biçimde, ülke sınırları içinde ya da farklı ülkeler arasında gerçekleşebilmektedir. Küreselleşen dünya düzeninde göç olgusunun önemi daha da artmış bulunmaktadır. Küreselleşme, uluslararası göçün farklı yönlerine doğru gelişmesi üzerinde kaçınılmaz bir etkiye sahip durumdadır. Dolayısıyla uluslararası göçün pek çok ülke için önemli bir olgu haline geldiği görülmektedir. Çeşitli nedenlerle gerçekleştirilen göç, farklı kültürlerin karşılaşmasına neden olmakta ve farklı kültürlerden gelen göçmenlerin de bir arada yaşamlarını sürdürme zorunluluğu, uyum ve çatışmaya ilişkin önemli sorunlar ortaya çıkarabilmektedir (Aksoy, 2012: 292-293).

Göç, her ne şekilde olursa olsun gittikçe artan bir biçimde ev sahibi yerli ve/veya göçmenin yaşamını etkilemeye devam etmektedir. Bugün Suriye'de meydana gelen olaylardan, Afganistan'da uzun yıllardır devam eden savaş ve istikrarsız duruma, ekonomik yönden az gelişmiş ülkelerdeki işsizlik ve geçim sorunlarına kadar birçok nedenin yakın ya da öngörülebilir bir zaman içerisinde ortadan kalkacağına ya da azalacağına ilişkin somut bir veri veya bir öngörü bulunamamaktadır. Göçmenlerin buldukları ülkelerde çeşitli şekillerde emeklerinin sömürülmesinin yasal tedbirlerle önüne geçilmesi ve kendi kültürlerini koruyabilme olanaklarının tanınarak o ülkeye uyum sağlamlarını kolaylaştıracak adımların atılması da oldukça önemli bir durumdur. Her şeyden önce unutulmamalıdır ki göç sosyal bir olaydır. Çok yönlü ilişkiler ve etkileşimleri içeren göç süreciyle birlikte ortaya çıkan sorunların, yine çok yönlü politikalar ve yaklaşımlarla ele alınması çok daha yerinde olacaktır (Yılmaz, 2014: 1698-1699).

Göç olgusunun en önemli boyutu, doğal olarak mekânsal ilişkide ortaya çıkmaktadır. Göç, gönüllü veya zorunlu, kısa ya da uzun dönemli olsun, göçmenlerin diasporik yaşamını toplumsal, siyasal, ekonomik ve kültürel olarak etkileyen başlıca unsur, yaşanılan mekânın değiştirilmesidir. Bu mekân değişimi yakın ya da uzak mesafeli olabileceği gibi aşılın idari ve siyasal sınırlar göç olgusuna farklı anlamlar da yükleyebilmektedir. Göç olayları, aynı ülke içinde gerçekleşmesi durumunda 'iç göç'; farklı ülkeler arasında gerçekleşmesi durumunda ise 'dış göç' veya 'uluslararası göç' olarak ifade edilmektedir. Bugün dünya nüfusunun % 3'ü doğduğu ülkeden farklı bir ülkede yaşamını sürdürmekte olup gelişmiş ülke nüfuslarındaki göçmen payı, 1970 ile 2000 yılları arasında ikiye katlanmış durumdadır. Küreselleşme olgusu, uluslararası göçün hem az gelişmiş ve geliştirmekte olan ülkeler, hem de gelişmiş ülkeler açısından artan oranda öneme sahip olmasına yol açmaktadır. Bunun başlıca nedeni ise uluslararası göçün büyük bölümünü işgücü akışının oluşturmasıdır. Dolayısıyla ülkeler arasındaki gerek iş ilişkileri gerekse ekonomik farklılıklar, göçmen iş gücünün yasal ya da yasadışı hareketlerini artırabilmektedir (Aksoy, 2012: 294).

'Özel, sosyal, çalışma, cinsel ve dinsel' vb. çeşitli diasporik yaşam boyutlarının yanı sıra, 'yalnızlık, asimilasyon ve entegrasyon' gibi diasporik olgular ile 'kendini gerçekleştirme, yaşamı sürdürme nedenleri, ümitsizlik, kaygı ve depresyon' gibi çeşitli ruh sağlığı parametreleri hakkındaki öznel algılarına bağlı olarak diasporik yaşam süren Müslüman-Türk göçmenlerin görüşlerini ortaya çıkarmayı amaçlayan bu nitel çalışmanın altıncı makalesinde; Müslüman-Türk göçmenlerin "kendini gerçekleştirme, yaşamı sürdürme nedenleri, dinsel başa çıkma" durumları üzerine elde edilen nitel bulgular çerçevesinde aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır:

xiii. Kendini gerçekleştirme

- Kendini gerçekleştirmeye ilişkin potansiyel keşfi ve kullanımı: Diasporik yaşam, göçmenler için kendilerini gerçekleştirebilmek amacıyla önceden keşfedilen potansiyel ve yeteneklerin sınırlı ve sorunlu yaşam koşulları sebebiyle ortaya çıkarılmasını ve uygulanmasını engelleyebilecek doğal bir yapıya sahiptir. Araştırmaya katılan Müslüman-Türk göçmenlere, kendini gerçekleştirme durumlarıyla ilgili açık uçlu sorular sorulmuştur. Bu bağlamda göçmenlere gizil potansiyellerini ve yeteneklerini keşfedip bunları doğru olarak kullanıp kullanmadıklarıyla ilgili bir soru yöneltilmiştir (bkz. Soru-56). Dolayısıyla elde edilen bulgulara ilişkin nitel yorumlar ise şu şekildedir: Katılımcı göçmenlerin kendini gerçekleştirme durumlarına yönelik verdikleri cevaplarına baktığında, hepsinin (n=7) kendilerine özgü bazı gizil potansiyellerinin

ve yeteneklerinin olduğunu düşündükleri görülmüştür (bkz. Soru-56; Denek: 1 & 2 & 3 & 4 & 5 & 6 & 7). Ancak verilen açık uçlu cevaplara bakıldığında ise ayrışmanın sahip olunan potansiyel ve yeteneklerin kullanılıp kullanılmadığı noktasında olduğu saptanmıştır. Yani göçmen deneklerin önemli bir çoğunluğunun (n= 5) farkında oldukları potansiyel ve yeteneklerini doğru kullanamadıkları tespit edilmiştir (bkz. Soru-56; Denek: 1 & 3 & 5 & 6 & 7). Örneğin; “Evet, potansiyelim var olduğunu keşfettim. Fakat şu ana kadar yeteneklerimi ve potansiyelimi doğru şekilde kullanamadım. Çünkü şu ana kadar yeteneğimin olduğu mesleği yapmaya imkân bulamadım. Sinema üzerine bir yeteneğim vardı aslında. Bunun için burada Edinburgh’ta koleje de gittim. Fakat yanlış eğitim almışım orada. Bana pratik eğitim lazım iken, ben uzun süreli teorik eğitimini almaya çalıştım. Fakat bunu da başaramadım. Çünkü bu eğitime yabancı dilim yetmedi.” (E/46); “Tabi ki yeteneklerim var ve kullanıyorum. Ama ne derece kullanıyorum o tartışılır. ... ama ben kendimin açıkçası daha üst düzey konumlarda olmasını isterdim. Ki insan olarak buna layık olduğumu düşünüyorum ama bu da Rabbim’in bir rızası ki, bunu böyle görmüş bize, bu hayatı. ...” (E/45); “Potansiyelimi ve yeteneklerimi keşfettim, evet. Fakat şu anda kullanabiliyor muyum? Hayır, kullandığımı düşünmüyorum.” (E/44); “...Potansiyelimi ve yeteneklerimi biliyorum aslında. Ama daha yeteneklerimi kullanma fırsatım olmadı henüz diyeyim yani. Ama Türkiye’de okuduğum üniversite yanlıştı. Bu kesin. Bana uygun değildi yani aslında...” (K/26); “Evet yeteneklerimi biliyorum. Fakat kullanamıyorum şu anda. Aslında moda sektöründe eğitim almayı tercih ederdim. Ama kader böyleymiş...” (K/32). Göçmen deneklerin kendilerini gerçekleştirmelelerine ilişkin potansiyellerinin ve yeteneklerinin uygulanamamasına gerekçe olarak diasporik yaşamın zorluklarını gösterdikleri saptanmıştır. Bazı katılımcıların ise sahip oldukları potansiyel ve yeteneklerini uygulayamamalarını ise ‘kader inancı’na yükledikleri gözlenmiştir. Ayrıca yine konuyla ilgili verilen cevaplarda, diasporik yaşamda kendi potansiyel ve yeteneklerini uygulayabildiklerini söyleyen deneklerin (n=2) de olduğu tespit edilmiştir (bkz. Soru-56; Denek: 2 & 4). Örneğin; “...Potansiyelimi ve yeteneğimi keşfettim ve şu anda bu yeteneğim üzerine bir iş yapıyorum. Çünkü dediğiniz gibi benim yeteneğimde var, altyapımda var. Marangozluk işleri yapıyorum ve bir iş yaptığımda üzerim kirlendiğinde bir şey yaptığımda bu çok hoşuma gidiyor...” (E/36); “Potansiyelimi ve yeteneklerimi biliyorum. Fakat tam olarak olmasa da kısmen evet şu anki mesleğimde kullandığımı düşünüyorum...” (E/38). Sahip oldukları potansiyel ve yeteneklerini uygulayabildiklerini söyle-

yen deneklerin ortak özelliklerine bakıldığında ise eğitim düzeylerinin orta ve üst düzeyde olduğu görülmüştür. Ortaya çıkan bu nitel veriden hareketle kendini gerçekleştirme ile eğitim düzeyi arasında bir etkileşimden söz edilebilir.

xiv. Yaşamı Sürdürme Nedenleri

- Yaşamı sürdürme nedenini ve anlamını bulma: Göçmen katılımcıların diasporik sorunlar içinde yaşamlarını sürdürme nedenleri ve anlamını bulmayla ilgili düşüncelerinde de bazı çeşitlilikler tespit edilmiştir. Bu kapsamda deneklerin birisi dışında tamamının (n=6) çeşitli sebeplerle diasporik yaşamlarını sürdürme nedenleri ve anlamını buldukları saptanmıştır (bkz. Soru-57; Denek: 1 & 2 & 3 & 5 & 6 & 7). Katılımcıların, diasporik yaşamlarını sürdürme nedenlerini ise '(a) çocukları (n=3), (b) yaşamının kendisine emanet olarak verilmesi (n=1), (c) imtihan olgusuna yükleme yapma (n=1) ve (d) çevresine yardımcı olması (n=1)' olarak belirttikleri tespit edilmiştir (bkz. Soru-57; Denek: 1 & 2 & 3 & 5 & 6 & 7). (Yaşama nedeni ve anlamı olarak çocuklar)- Örneğin: "... Hayatımın en kötü zamanlarında kızıma sarıldım. Şu anda boşandığım eşimden bir kızım var. Çok kötü günlerimde kızımla mutlu olmaya çalıştım. O beni ayakta tuttu. Ona iyi bir baba olabilmek ve onun hayatını güvence altına almaya çalışmak gibi bir amacım olmuştur. Bunun dışında hiçbir şey beni mutlu etmiyor." (E/46); "...İskoç asıllı eşimden ayrıldım, psikolojim bozuldu. Depresyona girdim. Bir çocuğum var şu anda ondan. Babadan ayrı. Anneyle yaşıyor. Ama yaşamam için çocuğum bana her zaman bir neden ve motivasyon kaynağı olmuştur. Bu çok nettir yani benim için." (E/36); "Benim bu ülkede en güzel yaşama nedenim oğlumdur. Onu düşününce aklıma takılan bütün dertler ve sorunlar gidiyor. Mesela; niye burada olduğum? Niye her şeyi Türkiye'de bırakıp geldiğim gibi kendimi suçlayan sorular, oğlum sayesinde uçup gidiyor. Oğlum, kendi yaptıklarımın kendimi sorgulamadığım tek kazanımım bu ülkede." (K/26); (Yaşama nedeni ve anlamı olarak yaşamının kendisine emanet olarak verilmesi)- Örneğin: "Yaşamak Rabbimin bizlere bahsettiği yüce bir nimettir bence. Memnun olsak da olmasak da, can bizim emanetimiz. Rabbimizin bize verdiği emanettir. Yaşadığımız sürece o emanete sahip çıkıyoruz." (E/45); (Yaşama nedeni ve anlamı olarak imtihan olgusuna yükleme yapma)- Örneğin: "Bu dünyadaki hayatımızın bir imtihan olduğuna inanıyorum. Böyle olunca da hayatım boyunca karşılaştığım sorunları anlamlandırmada zorlanmadığımı söyleyebilirim." (E/44); (Yaşama nedeni ve anlamı olarak çevresine yardımcı olması)- Örneğin: "...Yaptıklarımınla hem kendimi hem de çevremdekileri mutlu etmek olmuştur hep amacım. Benim varlığım

çevremdekilere faydalı olmuştur yani manevi ve maddi.” (K/32). Elde edilen bu nitel bulgulardan, Türk göçmenler için ‘çocuk ve aile’ kavramlarının kutsallığını hala koruması sebebiyle bu kazanımlar, onlar için yaşamı sürdürme nedenleri ve anlamı olabilme değerine sahip olduğu söylenebilir.

- Dinsel inanç ve değerlerin yaşamı sürdürme nedenlerine katkısı: Öncelikle dış-göç deneyimi yaşadığı ülkede dinsel inanç ve değerlerinin diasporik yaşamı sürdürme nedenlerine pozitif katkısı olduğunu düşünen göçmen katılımcıların fazlalığı (n=6) dikkati çekmektedir (bkz. Soru-58; Denek: 1 & 2 & 3 & 5 & 6 & 7). Bunun yanı sıra sağladığı katkı içeriklerine bakıldığında ise inanmanın / iman etmenin kendisinin diasporik yaşamı sürdürme nedenlerine katkısı olduğunu belirten deneklerin (n= 3) bir dinsel inanç çeşidi olarak ‘kadere inanma’nın diasporik yaşamı sürdürme nedenlerine katkısı olduğunu belirten deneklerden (n=2) daha fazla olduğu saptanmıştır (bkz. Soru-58; Denek: 1 & 3 & 5 & 6 & 7). Örneğin; [inanmanın / iman etmenin kendisi]-“...Rabbimin rızasına layık olmaya çalışıyorum. Bu tabi biraz önce de söylediğim gibi bir fırsat, nimet çok şükür, az da olsa yani çok kuvvetli bir imanımız olmayabilir ama olduğu kadarını dolu dolu yaşamaya çalışıyorum.” (E/45); “...Elbette ki vardır. Bana göre Müslümanın inançları, ona yaşamının en zor zamanlarında bile bir teselli kaynağı olur. Ben bunu özel hayatımda hep yaşadım, hissettim yani. Kısacası pozitif anlamda önemli bir katkı sağladığımı düşünüyorum ...” (E/44); “Dini inancın insan gelişimine ve birbirleriyle iletişimlerine büyük faydası var bence. Dini inanç doğru kullanıldığı sürece insanı dürüst, namuslu ve saygıyı bilen kişiler haline getirir. Ben de olabildiğince bu konsept içinde yaşamayı tercih ediyorum...” (K/32); Örneğin; [kader inancı]-“...Hayatımın en kötü zamanlarında başıma gelenleri anlamlandırmak için kader inancımı devreye sokuyorum. Başıma gelenlerin tamamının Allah tarafından geldiğine inanıyorum. Alın yazımmış diyerek baktım yaşadıklarım hep. Bütün bunlar öğrenilmesi gereken yaşanması gerekenlermiş...” (E/46); “Olmaz mı? Şükür ediyorsunuz hep daha kötüsü olabilirdi diye. Sonuçta tüm olup bitenleri kadere bağlıyorum...” (K/26). Bunun yanında bir kalıtmacı da (n=1) konuyu daha çok dinsel pratik boyutunda değerlendirerek özellikle boşanma sürecinde diasporik yaşama nedeni olarak ‘camiye gitme, namaz kılma ve dua etme’ gibi dinsel pratiklerin pozitif katkılarını gördüğünü belirtmiştir (bkz. Soru-58; Denek: 2). Örneğin; “...o dönem de ne yaptım ben. Camiye gittim, namaz kıldım, Allah’ıma dua ettim. Allah’ım dedim, yalnızım dedim, bir tek sen varsın dedim, sana sığınyorum dedim, kurban olduğum ya Rabbim dedim. Sen de-

dim, hayırlar nasip eyle dedim, yolumda devam ettir dedim, çocuğumu çocuğumu bana gönder dedim. Boşanma sürecimi dua yaparak ve camiye giderek atlattım. Namazla tabi ki de atlattım en güzel yolu odur tabi ki de. Edinburgh'ta yaşayan Pakistanlıların camileri var burada. Boşanma sürecinde oraya gittiğim zamanlarda kendini daha rahat hissediyordum psikolojik olarak..." (E/36). Bu nitel sonuçların yanı sıra ayrıca bir göçmen katılımcı da (n=1) dinsel inanç ve değerlerinin diasporik yaşama nedenlerine belirgin bir katkısının olmadığını belirtmiştir (bkz. Soru-58; Denek: 4). Örneğin; "Farklılık yok." Ancak araştırmacı tarafından yapılan gözlemlerde, bu katılımcının dinsel yaşantısının oldukça zayıf olduğu ve seküler bir yaşam sürdürdüğü gözlenmiştir. Bunun yanı sıra bir önceki nitel veri setinde de görüldüğü gibi yine yaşamı sürdürme nedenini 'imtihan' olarak değerlendiren göçmen denegin diğer katılımcılara göre daha dindar bir yaşantısı olduğu gözlenmiştir (bkz. Soru-57; Denek: 5). Özetle elde edilen bu nitel veriler, göçmen bireylerin dinsel inanç ve değerlerinin, diasporik yaşamı sürdürme nedenlerini pozitif yönde etkilediği biçiminde yorumlanabilir. Elde edilen bu veriler de, konuyla ilgili literatür bulgularıyla uyumludur (bkz. Koç, 2013: 155-181).

- Diasporik yaşamda öncelikleri belirleme: Dış-göç deneyimi yaşadığı İskoçya/İngiltere'deki diasporik yaşamında katılımcıların soyut ve somut olmak üzere iki kategoride önceliklerini belirledikleri bulunmuştur. Buna göre soyut öncelikleri olduğunu belirten katılımcıların somut yaşamsal öncelikleri olan deneklerden daha fazla oldukları saptanmıştır. Elde edilen nitel verilerin tematik dağılımlarına bakıldığında ise soyut yaşamsal önceliği olduğunu belirten deneklerin "sağlık" (n=2), "mutluluk" (n=3), "huzur" (n=2), "yardımlaşma" (n=1) ve "dürüstlük" (n=1) gibi değerleri diasporik yaşamlarında daha fazla öncelikleri görülmüştür (bkz. Soru-59; Denek: 1 & 2 & 4 & 7). Örneğin; [soyut öncelikler]-"Hayatımda en çok olmasını istediğim üç şeyden birincisi, insanların birbirlerine karşı dürüst olmaları; ikincisi, huzurlu bir şekilde yaşanılması; üçüncüsü ise insanların birbirleriyle karşılık beklemeden yardımlaşmalarıdır." (E/46); "...Mutlu insanlık istiyorum. Yeni gelen çocuklara bizim güzel şeyler yapıp, güzel şeyler bırakmamızı istiyorum. Dünyanın cennete dönmesini istiyorum." (E/36); "Sağlık, mutluluk..." (E/38); "Allah izin verdiği sürece sağlıklı, mutlu ve huzurlu bir yaşam." (K/32). Buna karşın somut yaşamsal önceliği olduğunu belirten deneklerin ise "aileye yakınlık" (n=2), "eğitim ve iş kariyeri" (n=1) gibi diasporik önceliklere sahip oldukları tespit edilmiştir (bkz. Soru-59; Denek: 4 & 6). Örneğin; [somut öncelikler]-"...aileme yakınlık." (E/38);

“Masterimi ve doktoramı tamamlamak, çok iyi bir iş kadını olmak ve ailemle hep birlikte olmak.” (K/26). Ayrıca böylesine bir diasporik yaşamsal önceliğin kategorik ayrımını doğru bulmadığını belirten bir katılımcının olması da dikkat çekicidir (bkz. Soru-59; Denek: 5). Örneğin; “...Hayatı bu türden kategorik ayrımlarla yaşamaktan hoşlanmadığımı söyleyebilirim sadece.” (E/44).

xv. Dinsel Başa Çıkma

- Başa çıkma süreçlerinde dinsel inançların öncelik durumu: Müslüman-Türk göçmen katılımcıların verdikleri cevaplara bakıldığında, problemlerle başa çıkma süreçlerinde dinsel inançların fonksiyonelliği bağlamında bir denek (bkz. Soru-60; Denek: 1) dışında diğer tüm katılımcılarda dinsel inançlarının öncelik durumlarının olduğu görülmüştür (bkz. Soru-60; Denek: 2 & 3 & 4 & 5 & 6 & 7). Örneğin; [dinsel inançların öncelik durumu (-)]-“Hayatta karşılaştığım sorunlarla başa çıkmaya çalışırken açıkçası dini inançlarımı çok fazla kullandığım söylenemez. Daha çok sıkıntılarımı dünyevi bazı çözüm önerileriyle aşmaya çalışırım.” (E/46); Örneğin; [dinsel inançların öncelik durumu (+)]-“... Psikolojinin bozulmasını istemiyorsan Cenabı Allah’a sığınacaksın. ...Her şeye panik olmamaya çalışacaksın. Vardır bundan da bir hayır, Allah göndermiş canı ve ruhu, bu bedeni aç da bırakmaz açık da. Allah’ıma çok şükür şimdi aklımız başımızda ama o gün geldiği zaman bu tip şeylerle nasıl mücadele edeceksin. ...Gideceksin bir camiye, bir köşesini seçeceksin, insanlardan uzak ya herkes bunu yapmak zorunda değil de. Gidersin iki rekât namazını kılarırsın, vaazını dinlersin, ezanını dinlersin, sohbet dinlersin, ruhuna içersin ve yine devam ettim yoluma Allah’ım dersin. Böyle dersin. Benim başımda bir sorun var. Kurban olduğum ya Rabbim, sen büyüksün ve yaratansın, sen başkansın, sen bana buradan hayırlı bir zamanda en yakın zamanda bir hayırlar nasip edeceksin. Bu şekilde o güçle, o kuvvetle yoluna devam edersin.” (E/46); “...Her şeyin Rabbimden geldiğine inandıktan sonra, teslimiyet olduktan sonra, zaten çözülmez diye bir şey yok. Dünyada sorun tabii ki olacak, efendimiz (sav) bile çok müthiş şeylerden, mücadelelerden geçti. Bizler onun yanında neyiz ki, şikâyet bile haddimize değil.” (E/45); “...Din böyle zor durumlarda insanın başvurması gereken ilk yol olmalıdır.” (E/38); “Çok önemli bir yeri olduğunu söyleyebilirim kesinlikle. Ne zaman başım sıkışsa, ellerimi Rabbime açar, ondan sorunumun çözümünü dilerim. Ancak tabii ki fiili dua da önemlidir. Yani bence insan önce fiili duasını yapmalı, yani üzerine düşeni yapmalı, sonra da sözlü duasına devam etmeli. Çünkü inanan birinin yaratıcısından başka sığınacak güvenli bir limanı yok. Kısaca, din olmasaydı hayat yaşanmaz

olurdu...” (E/44); “Her şeyin bir nedeni olduğunu düşünmek, hayırlısı böyleymiş demek önemlidir bazı olumsuzluklar karşısında. Görmedim ama Allah’ın gördüğü bir şey olduğunu düşünmek bana iyi gelir.” (K/26); “Sabahlara kadar Allah’a dua eder ve işlerimin düzelmesi için elimden gelen çabayı gösteririm...” (K/32). Araştırmacı tarafından konuyla ilgili yapılan gözlemler sonucunda da, dinsel inançları güçlü göçmenlerin, diasporik yaşamlarında karşılaştıkları sorunların çözümünde dinsel inançlarının öncelik durumlarının daha belirgin olduğu tespit edilmiştir. Söz konusu bu nitel sonuç ise konuyla ilgili literatür bulgularıyla uyumludur.

- Dinsel başa çıkma aracı olarak dua ve hacet/ihtiyaç namazı pratiği: Göçmen katılımcıların önemli bir çoğunluğunun (n=6) diasporik yaşamlarında karşılaştıkları problemlerle dinsel başa çıkma süreçlerinde dua ettikleri belirlenmiştir (bkz. Soru-61; Denek: 1 & 2 & 3 & 5 & 6 & 7). Örneğin; [dua etme (+)]- “Evet ederim tabi ki. Samimi bulduğum arkadaşlarımdan bazen dua etmelerini isterim. Ama isteklerimin gerçekleşmesi için hiç böyle bir namaz kılmadım.” (E/46); “...Dua edeceğim şimdi Allah’ım kurban olduğum Allah’ım! Benim başım sıkıştı ben daraldım. Benim başımda problem var, deyip dua etmek olmaz. Her zaman dua edeceksin. Kendine de dua edeceksin. Ben daraldım, ben sıkıldım, bana yardım et, kendine de dua etmeyeceksin. Eğer dua edersen herkese dua edeceksin, kendin için de dua edeceksin, herkes için de dua edeceksin. Sadece kendin için dua edersen ne olursun – bencil olursun. Cenabı Allah, bencil insanları sever mi? Sen paylaştıktan sonra... Yine dua edeceksin sıkıntılar geldiğinde, mutlu olduğunda dua edeceksin...” (E/36); “Dua hayatımızın her aşamasında var. Sadece sıkıntıya düştüğümüzde değil, gevşek zamanımızda da dua ediyoruz. Rahatlığımızda da dua ediyoruz. Bugünlerimizi aratma ya Rabbi diyoruz. Sıkıntılı günlerimizde de Allah’ım betenden sakla diyoruz...” (E/45); “...Dua en önemli enstrüman bir inanan mümin kimse için. Dua konusu çok önemlidir. Hele ki bu karmaşık dünyada çok önemlidir yani.” (E/44); “Evet, evet, evet.” (K/32). Ayrıca dua ettiğini söyleyen katılımcılardan birisinin namaz kılmaması sebebiyle suçluluk ve günahkârlık duygusu yaşadığı için tövbe içerikli dualar ettiği saptanmıştır. Örneğin; “Dualarımda hiçbir şey istemem, dediğim gibi genelde tövbe ve şükür ederim. Sanki ben namazımı kılmadığım için Allah’tan bir şey istemeye hakkım yokmuş gibi hissediyorum yani. Resmen bir şey isterken utanıyorum, derler ya, yüzüm olmuyor.” (K/26). Bu nitel veri de diasporik yaşamda tüm olumsuz şartlara rağmen dinsel inancın canlılığının korunabildiği şeklinde yorumlanabilir. Öte yandan dinsel başa çıkma ara-

cı olarak hacet/ihtiyaç namazı kılan bir katılımcı olduğu saptanmıştır (bkz. Soru-61; Denek: 3). Örneğin; [hacet/ihtiyaç namazı kılma (+)]- "... Tabii hacet namazı da kılıyorum zaman zaman." (E/45). Konuyla ilgili dua ve namaz pratiklerini yeterince yapmadığını belirten bir katılımcı da bulunmuştur (Denek: 4). Örneğin; "Yeterince değil." (E/38).

- Dinsel başa çıkma aracı olarak kader inancı: Katılımcıların hepsinin (n=7) kader inancına sahip olduğu (bkz. Soru-62; Denek: 1 & 2 & 3 & 4 & 5 & 6 & 7), ancak dinsel başa çıkma aracı olarak kadere yapılan yorumlarda bireysel algıya dayalı çeşitlilik olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda fatalist (yazgıcı) bir kader inancına sahip olan katılımcıların (n=1) doğal olarak dinsel başa çıkma süreçlerinde de fatalist bir yorum yaptıkları (bkz. Soru-62; Denek: 7), yanı sıra kader inancına ilişkin daha çok bireysel sorumluluğu ön plana çıkartan bir anlayış (n=6) geliştiren göçmenlerin de yine bu tarzda bireysel sorumluluğu ön plana çıkaran öznel bir yorum yaptıkları görülmüştür (bkz. Soru-62; Denek: 1 & 2 & 3 & 4 & 5 & 6). Örneğin; [Fatalist yorum]-"Doğruyu söylemek gerekirse kadermiş der, unutmaya çalışırım." (K/32); [Bireysel sorumluluğa dayalı yorum]-"Duruma göre yani. Eğer hata işlediysen direkt ona yüklerim ve bir daha aynı hatayı işlememeye çalışırım..." (E/44); "Eğer benim etkim, yetkim, aklımın yettiği bir şey olup da onu yapmadıysam da ondan kaynaklanan bir şeyse, o kader değil, o benim suçumdur..." (E/45); "...Sonuç olarak bütün bu olanları kaderime değil, kendi hatama bağlıyorum. Kader nedir? Kader benim oraya girmemi nasip etti. Cenab-ı Allah dedi ki: oğlum dedi bak, sen bunu istedin al, dedi. Bu senin olsun, o yoldan geçmeyi bile bana nasip etti ama bu olayların böyle olması kader mi? Kader değil. Bu kişilerle alakalı bir şeydir. Burada ne kader diyebiliriz? Burada Allah'ın kişilerle olan şeyidir kader. Ya buna nasıl kader diyelim ki. Kader diyemeyiz..." (E/36). Elde edilen nitel verilere bakıldığında, katılımcıların dinsel başa çıkma süreçlerindeki bireysel sorumluluğu ön plana çıkartan kader anlayışının, fatalist yaklaşımdan daha fazla fonksiyonel olduğu saptanmıştır.
- Dinsel başa çıkma aracı olarak dini-sosyal destek: Göçmen katılımcıların önemli bir çoğunluğunun (n=5) diasporik yaşamlarında karşılaştıkları problemlerle dinsel başa çıkma süreçlerinde diasporik yaşam bölgelerindeki cami/din görevlisi ve/veya cemaatten dini-sosyal destek aldıkları tespit edilmiştir (bkz. Soru-63; Denek: 2 & 3 & 5 & 6 & 7). Bunun yanı sıra bazı göçmen katılımcıların da (n=2) bu türden bir dini-sosyal destek almadıkları görülmüştür (bkz. Soru-63; Denek: 1 & 4). Örneğin; [cami/din görevlisi ve/veya cemaatten dini-sosyal destek (-)]- "Hayır, Edinburgh'ta cami ve cemaatle hiç ilişkim olmadığı için

yurt dışında bugüne kadar böyle bir katkı görmedim. Fakat Türkiye'ye gittiğim zamanlar camiye gidiyordum. Orada huzur bulduğumu söyleyebilirim..." (E/46); "Hayır." (E/38); Örneğin; [cami/din görevlisi ve/veya cemaatten dini-sosyal destek (+)]- "...Diyamet'in Türkiye'den buraya gönderdiği Türk imamlar vaaz veriyor, dinliyorsun, arkasında namaz kılıyorsun daha güzel adabıyla. Bir de diğer ülkelerdeki Müslümanların arkasında namaz kılmak farklı ve kendi dilinden vaaz dinlemek farklıdır. Bu tamamıyla daha güzel ama yine de cami Allah'ın evidir. Ruhunla oraya gidiyorsun ve ruhun güzelleşiyor. Kendi mescidinde de ruhun güzelleşiyor ama tabi psikolojik olarak kendi Türk imamının arkasında kendi dilinden kendi vatanından onun arkasında namaz kıldığın zaman ruhen daha güzel oluyor, hoş oluyor, öyle diyeyim..." (E/36); "Tabi ki olur, olmaz mı? Akıl akıldan her zaman üstündür... Çok şükür ki hayatımda cami eksenli bir sosyal çevre var Londra'da. Çok şükür var. Muhakkak, olmazsa olmaz. Nasıl ekmek, su ihtiyaç ise o da bir gurbetçi için ihtiyaçtır." (E/45); "Evet, kesinlikle oldu ve oluyor. Biz ailecek Londra'da yaşadığımız için burada eski bir oluşum olan A... Camii oluşumun hayatımda çok faydasını gördüm. Gerek sosyal gerekse özel hayatımızda bu tip oluşumlar, bu ülkede çok önemli. Buralarda görev yapan Diyanet'in gönderdiği din görevlisi arkadaşlardan da imkânlar ölçüsünde faydalanmaya çalıştık..." (E/44); "...elbette ki Hıristiyan bir ülkede, benim dinimle ilgili bir resmi din görevlisinin olması, caminin olması çok önemli bir durum. Kandil gecelerinde derneğe gidiyoruz. Oradaki hoca bize mevlit okuyor. Harika bir duygudur bu..." (K/26); "Tabi ki evet." (K/32). Elde edilen bu nitel verilerden hareketle diasporik yaşamda göçmenlerin ait oldukları dinin kurumsal temsil mekânları olan camiler/mescitler, göçmenin dinsel ilgi ve bağlılığına göre diasporik yaşam problemleriyle başa çıkma süreçlerinde önemli birer mekanizma olduklarını söylemek mümkündür.

Sonuç olarak Müslüman-Türk göçmenlerin diğer yaşam alanlarının yanı sıra "kendini gerçekleştirme ve yaşamı sürdürme nedenleri"nin, doğası gereği psiko-patolojik semptomları çok karmaşık olan diasporik yaşamın olumsuz yönlerinden etkilendiği görülmüştür. Ayrıca bunun yanı sıra "diasporik yaşamı sürdürme nedenleri ile dinsel başa çıkma" durumları arasında pozitif bir etkileşimden de söz edilebilir.

KAYNAKÇA

- Aflakseir, A. & Coleman, P. G. (2011). Initial development of the Iranian Religious Coping Scale. *Journal of Muslim Mental Health*, 6 (1), 44-61.
- Aksoy, Z. (2012). Uluslararası göç ve kültürlerarası iletişim / International migration and intercultural communication. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5 (20), 292-303.
- Apaydın, H. (2016). *Din psikolojisi terimler sözlüğü*. İstanbul: Bilimkent Yayınları.
- Aydın, C. (2017). Göçmenlerin karşılaştıkları ve neden oldukları bazı psikolojik sorunlar ve çözüm önerileri üzerine bir analiz. [içinde] H. Kahya (ed.), *2nd International Scientific Researches Congress on Humanities and Social Sciences-2017* (ss. 301-312). İstanbul: e-Kitap Yayıncılık.
- Ayten, A. & Sağır, Z. (2014). Dindarlık, dinî başa çıkma ve depresyon ilişkisi: Suriyeli sığınmacılar üzerine bir araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 47, 5-18.
- Ayten, A. (2005). Kendini gerçekleştirme ve dindarlık: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 29 (2), 185-204.
- Ayten, A. ve ark. (2012). Dini başa çıkma, şükür ve hayat memnuniyeti ilişkisi: Hastalar, hasta yakınları ve hastane çalışanları üzerine ampirik bir araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 12 (2), 45-79.
- Batan, N. & Ayten, A. (2015). Dinî başa çıkma, psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu ilişkisi üzerine bir araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 15 (3), 67-92.
- Batıgün, A. D. (2008). İntihar olasılığı ve cinsiyet: İletişim becerileri, yaşamı sürdürme nedenleri, yalnızlık ve umutsuzluk açısından bir inceleme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23 (62), 65-75.
- Budak, S. (2000). *Psikoloji sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Çağlayan, S. (2006). Göç kuramları, göç ve göçmen ilişkisi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17, 67-91.
- Doğan, T. (2016). Psikolojik belirtilerin yordayıcısı olarak sosyal destek ve iyilik hali. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (30), 30-44.
- Engür, B. (2008). *Suç işlemiş ve işlememiş ergenler: Öfke, umutsuzluk ve yaşamı sürdürme nedenleri açısından bir inceleme*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Kara Harp Okulu Savunma Bilimleri Enstitüsü.
- Eryücel, S. (2013). Yaşam olayları ve olumlu dini başa çıkma / Life events and positive religious coping. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10 (23), 251-271.
- Eryücel, S. (2018). Dini yönelim ve başa çıkma. *Turkish Studies*, 13 (2), 393-412.
- Eskin M. (2003). *İntihar*. Ankara: Çizgi Tıp Yayınevi.
- Eskin M. (2007). İntiharda bilişsel davranışçı sağaltım yaklaşımları. *Kriz Dergisi*, 15 (2), 15-35.
- Eskin, M. (2004). The effects of religious versus secular education on suicide ideation and suicidal attitudes in adolescents in Turkey. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 39 (7), 536-542.
- Faist, T. (2003). *Uluslararası göç ve ulus-aşırı toplumsal alanlar*. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Frankl, V. (1975). *The unconscious god: Psychotherapy and theology*. Simon & Schuster.

- Frankl, V. (2001). Kendini gerçekleştirme ve kendini ifade etmenin ötesinde. [içinde] K. Sayar (ed.), *Ruh Hastalığını Anlamak* (ss. 257-271). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Freud, S. (2012). *The future of an illusion*. Broadview Press.
- Fromm, E. (1991). *Sahip olmak ya da olmak*. (çev. A. Arıtan). İstanbul: Arıtan Yayınevi.
- Fromm, E. (1995). *Erdem ve mutluluk*. (çev. A. Yörükán). Ankara: Türkiye İş Bankası Yayınları.
- Göcen, G. & Konar, A. (2014). Din psikolojisi açısından insan olma sürecinde kendini gerçekleştirme ve din. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 8 (15), 365-383.
- Gürkan, B. & Dirik, G. (2009). Üniversite öğrencilerinde intihar düşünce ve davranışları ile ilişkili faktörler: Yaşamı sürdürme nedenleri ve baş etme yolları. *Türk Psikoloji Yazıları*, 12 (24), 58-69.
- Jung, C. G. (1992). *Analitik psikolojinin temel ilkeleri*. İstanbul: Cem Yayınevi.
- Karakaş, A. C. & Koç, M. (2014). Stresle başa çıkma ve dini başa çıkma yöntemleri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3 (3), 569-590.
- Kartopu, S. (2014). Yaşamı sürdürme nedenlerinin Tanrı algısıyla ilişkisi. *Turkish Studies* 9 (2), 887-903.
- Koç, M. (2013). Dinsel yönelim ile yaşamı sürdürme nedenleri ilişkisi: İngiltereli Müslüman-Türk Diasporası üzerine bir saha çalışması. *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 12 (23), 155-181.
- Koç, M. (2016a). Diasporik yaşamın psiko-anatomisi-I: Müslüman-Türk göçmenlerin özel ve sosyal yaşamları üzerine nitel bir çalışma. *Balıkesir Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2 (1), 89-128.
- Koç, M. (2016b). Diasporik yaşamın psiko-anatomisi-II: Müslüman-Türk göçmenlerin çalışma ve cinsel yaşamları üzerine nitel bir çalışma. *Balıkesir Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 2 (2), 271-313.
- Koç, M. (2017a). Diasporik yaşamın psiko-anatomisi-III: Müslüman-Türk göçmenlerin dinsel yaşamları üzerine nitel bir çalışma. *Balıkesir Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 3 (1), 65-112.
- Koç, M. (2017b). Diasporik yaşamın psiko-anatomisi-IV: Müslüman-Türk göçmenlerin kimlik-anomi-sosyal dışlanma biçimlenmeleri üzerine nitel bir çalışma. *Balıkesir Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 3 (2), 295-348.
- Koç, M. (2018a). Diasporik yaşamın psiko-anatomisi-V: Müslüman-Türk göçmenlerin yalnızlık-asimilasyon-entegrasyon biçimlenmeleri üzerine nitel bir çalışma. *Balıkesir Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 4 (1), 51-96.
- Koç, M. (2018b). Tasavvuf psikolojisi ve hümanistik psikoloji perspektifinden ‘model insan’ üzerine karşılaştırmalı semantik analizler. [içinde] *Uluslararası İslam ve Model İnsan Sempozyumu: Bildiri Kitabı – I*. [ed. M. A. Özdoğan ve ark.], (ss. 58-72). Kahramanmaraş: Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Yayınları.
- Kur’an-ı Kerim
- Kuzgun, Y. (1972). Kendini gerçekleştirme. *Araştırma Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Felsefe Bölümü Dergisi*, 10 (1), 162-178.
- Linehan, M. M. ve ark. (1983). Reasons for staying alive when you are thinking of killing yourself: the Reasons for Living Inventory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51 (2), 276-286.

- Marshall, G. (1999). *Sosyoloji sözlüğü*, (çev. O. Akınhay & D. Kömürücü). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Maslow A. (1970). *Motivation and personality*. New York: Harper and Row Publishers.
- Maslow, A. (1968). *Toward a psychology of being*. New York: Van Nostrand.
- Murat, A. & Kızılgeçit, M. (2017). Dini başa çıkma ve psikopatoloji ilişkisi (Rize örneği). *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 6 (11), 111-151.
- Muz, S. (2009). *Bilişsel terapi ve dinî başa çıkma*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özdoğan, Ö. (1997). Kendini gerçekleştirme açısından insan-din ilişkisi. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 37 (1), 359-364.
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York: The Guilford Press.
- Pargament, K. I. ve ark., (2005). The religious dimension of coping: Advances in theory, research, and practice. [içinde] R. F. Paloutzian & C. L. Park (ed.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (ss. 479-495). New York: The Guilford Press.
- Pargament, K. I. ve ark., (2013). Başa çıkmanın dini boyutu: Teori, araştırma ve uygulamadaki gelişmeler. (çev. Ç. D. Balaban). [içinde] R. F. Paloutzian & C. L. Park (ed.), *Din ve maneviyat psikolojisi: Yeni yaklaşımlar ve uygulama alanları* (ss. 377-407). Ankara: Phoenix Yayınevi.
- Rogers, R. C. (1951). *Client centered therapy*. Boston: Henghton Mifflin Co.
- Rogers, R. C. (1961). *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin Co.
- Tokur, B. (2013). Gaye-anlam bağlamında kendini gerçekleştirmek. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 40, 149-162.
- Uysal, V. ve ark. (2017). Dini başa çıkma ile umut, hayat memnuniyeti ve psikolojik sağlık arasındaki etkileşim üzerine bir araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 52, 139-160.
- Yalçın, İ. (2015). İyi oluş ve sosyal destek arasındaki ilişkiler: Türkiye’de yapılmış çalışmaların meta analizi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26 (1), 21-32.
- Yaldız, F. (2014). Uluslararası göç ve diaspora ile ilişkili kavramlar. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3 (2), 382-403.
- Yavuz, Ö. Y. (2013). *Benlik kurguları intihar ve intihara yönelik tutumlar*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yıldız, M. (2004). İpek böceklerinde kendini gerçekleştirme kavramına ilişkin bazı ipuçları. *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 19, 137-152.
- Yılmaz, A. (2014). Uluslararası göç: Çeşitleri, nedenleri ve etkileri. *Electronic Turkish Studies*, 9 (2), 1685-1704.

E k l e r

Ek-9:

Diasporik Yaşamın Psiko-Anatomisi Üzerine Röportaj Soruları

[Benim açımdan yaptığımız röportaj oldukça keyifli geçiyor. Umarım sizin için de öyledir. O halde kaldığımız yerden devam ediyoruz. Eğer izin verirseniz biraz da kendini gerçekleştirme, yaşamı sürdürme nedenleri, dinsel başa çıkma durumlarınız üzerinde konuşalım istiyorum.]

• *Kendini Gerçekleştirme:*

56. Hayatınız boyunca, gerek özel ve sosyal yaşamınızda gerekse iş hayatınızda kendi içinizde var olduğuna inandığımız gizil potansiyelinizi ve yeteneklerinizi keşfedip bunları doğru olarak kullanabildiğinizi düşünüyor musunuz? Yani, şu andan geri dönüp baktığımızda örneğin benim mühendislik veya inşaat, yemek vs. işlerinde şöyle potansiyelim ve yeteneklerim vardı. Dolayısıyla ben şu anki yaptığım işimde ve mesleğimde bu potansiyelimi ve yeteneklerimi kullanabiliyorum, diyebilir misiniz?

• *Yaşamı Sürdürme Nedenleri:*

57. Bu ülkede bir göçmen olarak yaşarken hayatınızın en kötü zamanlarında bile kendinizi değerli görüp yaşamak için bir anlam ve neden bulabilir misiniz? Bunu hayatınızdan bir örnek vererek açıklayabilir misiniz?

58. Dinsel inanç ve değerlerinizin yaşamı sürdürme nedenlerinize bir katkısı var mıdır? Varsa nasıl bir katkı sağlamaktadır?

59. Bana hayatınızda olmasını çok istediğiniz 3 şeyi söyleyebilir misiniz?

• *Dinsel Başa Çıkma:*

60. Bilindiği gibi insanlar, tüm yaşamlarını hayatta mutlu olabilmek için düzenlerler. Fakat bazen hayatta bekledikleri veya beklemedikleri bir takım sorunlarla karşılaşabilirler. Bu tip durumlarda ise bu sorunları çözmek için çeşitli çabalar harcarlar. Böyle bir tabloda, sizin hayatta karşılaştığınız sorunlarla başa çıkmanızda dinsel inançlarınızın yeri nedir?
61. Örneğin; sıkıntılı bir anınızda, bu sıkıntınızın geçmesi için dua etmek aklınıza gelir mi? Dua eder misiniz? Veya bir dostunuzdan sizin için dua etmesini ister misiniz? Veya herhangi bir isteğinizin gerçekleşmesi için hiç hacet/ihtiyaç namazı kıldınız mı?
62. Bazen günlük hayat içerisinde beklemediğiniz istenmedik bir sonuçla karşılaşsanız bunu kadere yükler misiniz? Yani bu durum karşısında, kaderde bunu da yaşamak varmış. Ne yapalım tarzında bir yaklaşım sergiler misiniz? Yoksa bu tamamıyla benim hatamdı. Bir şeyler yapabilirdim, diye mi bakarsınız?
63. Bu ülkede yaşadığınız problemlerle başa çıkmanızda Türkiye'den gelen cami/din görevlilerinin ve/veya cemaatin size olumlu bir katkısı oluyor mu?

Ek-10:**Maslow'un gereksinimler hiyerarşisi**(Kaynak: <https://tr.wikipedia.org>)