



*bilimname XL, 2019/4, 273-311*  
Geliş Tarihi: 10.10.2019, Kabul Tarihi: 23.12.2019, Yayın Tarihi: 31.12.2019  
doi: <http://dx.doi.org/10.28949/bilimname.646577>

## SURİYELİ MÜLTECİLERİN KULLANDIKLARI BAŞA ÇIKMA YÖNTEMLERİ İLE DİNDARLIKLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ\*

✉ Mustafa ULU<sup>a</sup>

✉ Harun ÇELİK<sup>b</sup>

### Öz

Bu çalışmada Türkiye’de geçici koruma altına alınan Suriyeli sığınmacıların sıkıntılarla başa çıkma yöntemleri, dindarlık düzeyleri ve bunlar arasındaki ilişkiler araştırılmıştır. Başa çıkma yöntemlerini belirlemek için dünya genelinde en yaygın ve güvenilir olarak kullanılan bir ölçek tercih edilmiştir. Dindarlık düzeylerini tespit etmek için kullanılan ölçeğe ise daha önce geliştirilmiş İslami dindarlık ölçekleri psikometrik açıdan eleştirel bir yöntemle irdelenerek karar verilmiştir. Bu ölçeklerle hazırlanan metin, tesadüfi örneklem yoluyla seçilen gönüllü sığınmacılara anket tekniğiyle uygulanarak veriler toplanmıştır. Katılımcıların tamamı Kayseri ilinde yaşayan, 15 yaşın üzerinde, Müslüman ve geçici koruma altına alınan Suriyelilerdir.

Yapılan araştırma sonucunda, sığınmacıların dindarlıkları arttıkça daha işlevsel ve sorun (problem) odaklı başa çıkma yöntemleri kullandıkları görülmüştür. Sığınmacılarda dindarlığın ibadet boyutu arttıkça *olumlu yeniden yorumlama*, *kabullenme*, *duygusal sosyal destek kullanma*, *araçsal sosyal destek kullanma* ve *zihinsel olarak ilgiyi kesme* yöntemlerinin kullanımı da artmaktadır. *Mizahın* kullanımı ise ibadetin artmasıyla ters orantılı olarak azalmaktadır. Diğer taraftan inanç boyutu attıkça *yadsıma (inkar)* başa çıkma yöntemi kullanımının da arttığı; işlevsiz başa çıkma yöntemleri olan *mizah* ve *madde kullanımının* ise azaldığı görülmüştür.

**Anahtar kelimeler:** Din Psikolojisi, Dindarlık, Başa Çıkma Yöntemleri, Suriyeli Sığınmacılar, Sığınmacı Psikolojisi.



\* Bu çalışma, “Geçici koruma altına alınan suriyelilerin dindarlık düzeyleri ve başa çıkma yöntemleri” (2019) isimli yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

<sup>a</sup> Doç. Dr., Erciyes Üniversitesi, [mustafaulu@erciyes.edu.tr](mailto:mustafaulu@erciyes.edu.tr)

<sup>b</sup> Dr., Erciyes Üniversitesi, [haruncelik@erciyes.edu.tr](mailto:haruncelik@erciyes.edu.tr)

## THE RELATIONSHIP BETWEEN USE OF COPING STRATEGIES AND RELIGIOSITY AMONG SYRIAN REFUGEES

In this study; coping strategies, levels of religiosity, and their relationship among registered Syrian refugees in Turkey are investigated. In order to assess coping strategies, a common and reliable worldwide scale is chosen. The scale used to determine the religiosity levels of the Syrian refugees is decided by examining the previously developed Islamic religiosity scales from a psychometric review perspective. Data are collected by questionnaire technique using the text composed of the two scales applying to voluntary refugees selected by random sampling. All of the participants are Muslim and Syrian refugees who are over 15 years old and living in Kayseri.

As a result of the research, it is observed that as the religiosity among refugees rises, they use more functional and problem-focused coping strategies. As practice dimension of religiosity among refugees rises *positive reframing, acceptance, using emotional support, using instrumental support* and *self-distraction* coping reactions also rise. Inversely, *humor* strategy reduces as practices rise. On the other hand, it is demonstrated that as practice dimension of religiosity rises using the coping strategy *denial* also rises, and *humor* and *substance use* which are dysfunctional coping strategies reduce.

[The Extended Abstract is at the end of the article.]



### Giriş

Yaşadığı ekonomik sıkıntılar nedeniyle 17 Aralık 2010'da henüz 26 yaşında seyyar bir satıcı olan Tarık el-Tayyib Muhammed Buazizi'nin kendisini ateşe vermesi, Tunus, Libya, Mısır ve Yemen gibi ülkelerle birlikte Suriye'de ortaya çıkan iç karışıklıkların da ilk kıvılcımını oluşturmuştur. Kısa bir süre içerisinde bu kıvılcım, oldukça büyük bir yangına dönüşmüş ve "Arap Baharı" olarak isimlendirilen bu süreç, etkili olduğu ülkelerde iç savaşlar ve siyasi iktidarların değişimine sebep olmuştur. Bu durumdan en fazla etkilenen ülke ise hiç kuşkusuz Suriye'dir. Ülkede yaşanan iç savaş sonucunda çok sayıda insan hayatını kaybetmiş ve kitlesel göç hareketleri meydana gelmiştir. Bu göç hareketi başta komşu ülkeler olmak üzere Avrupa ve dünyanın geri kalanını büyük ölçüde etkilemiş, uluslararası tedbirlerin alınması zorunluluğunu ortaya çıkarmıştır. Suriye ile 940 km sınıra sahip olan Türkiye de ilk olarak 2011 yılının Nisan ayında başlayan göç dalgasından ciddi bir şekilde etkilenmeye başlamıştır. İç karışıklık ve çatışmaların devam etmesi sebebiyle göç, her geçen yıl daha da artmıştır. Sınır kapıları açık tutulduğundan Türkiye'de geçici koruma altına alınan

Suriyeli sığınmacı sayısı 10 Ekim 2019 itibariyle 3.674.588'i bulmuştur ("Geçici Koruma", 2019). Bu insanların salt göç nedeniyle yaşadıkları; toplumlarıyla olan coğrafi ve kültürel bağlarının kopması, göç sonundaki belirsizlik, işsizlik ve istihdam zorluğu, geride kalan aile fertleriyle yeniden bir araya gelme konusundaki endişeler, dil engeli, kültürel uyum sağlama zorlukları gibi sıkıntıların (Kirmayer vd., 2011, s. 961) yanında iç karışıklık esnasında fiziksel yaralanma, yakınlarının ölümüne veya yaralanmalarına şahit olma, tecavüz, işkence, tutuklanma, soykırım (Nicholl & Thompson, 2004, s. 353) gibi psikolojik açıdan dramatik olarak ifade edilebilecek olaylar da yaşamaları birçoğunun çeşitli başa çıkma yöntemlerine sürekli olarak başvurmalarını zorunlu hale getirmiştir.

Sığınmacıların karşılaştıkları sıkıntılar travma düzeyinde de olabilmektedir. Yaşanılan travmaların sığınmacı psikolojisi üzerinde önemli etkileri olmaktadır. Türkiye'de geçici koruma altına alınan Suriyeli sığınmacılar üzerine yapılan bir çalışmada travma sonrasındaki stres bozukluğu (TSSB) sıklığı %30,7; kronik TSSB oranı %93,5 olarak belirlenmiş ve en az bir travmaya maruz kalan sığınmacı oranı ise %98 olarak tespit edilmiştir. TSSB tanısı konulanlarda yakın arkadaş veya eş-çocuk hariç olmak üzere aile üyelerinden birinin kaçırılmasına, işkenceye maruz kalmasına, rehin alınmasına veya ölümüne şahit olmak, çatışma sebebiyle kamuya açık alanlarda cesetler görmek ve savaştan etkilenmiş bir bölgede bulunmak gibi travmatik olayların bu tanının konulmadığı sığınmacılara oranla istatistiksel olarak daha fazla bulunduğu tespit edilmiştir (Sağaltıcı, 2013). Uyum sağlamadaki sıkıntılar strese sebep olmakta, bu stres bireylerin gündelik hayatını da etkilemekte özellikle de depresyon, kaygı, kimlik ve rol karmaşası, yabancılaşma gibi psikolojik ve somatik sıkıntılara neden olmaktadır (Berry, 1997).

Göç sürecinde insanların davranış ve zihniyetlerinde, sosyal ve kültürel hayatın genelinde bir değişim ve farklılaşma yaşanmaktadır. Mültecilerin önceki yaşamıyla göç ettikleri bölgelerdeki mevcut kültür arasında bir etkileşim, çatışma ve uyum sürecini beraberinde getirmektedir. Çünkü göç eden birey ve toplum sadece fiziksel olarak değil, psiko-sosyal ve kültürel ortamlar arasında da bir etkileşim ve geçiş yaşamaktadır. Göç edenlerin geniş bir kitleyi oluşturması durumunda, hem göçmenler hem de göç alan toplumlar bu durumdan ciddi bir şekilde etkilenmektedirler (Çelik, 2012, s. 298). Tüm bu yeni koşullar, sığınmacılar üzerinde stres oluşturan kaynaklar haline gelebilmektedirler. Dolayısıyla sığınmacıların psikolojik sağlıkları için tüm bu sıkıntılarla başa çıkmaları gerekmektedir. Aksi takdirde bunalma, depresyon, psikosomatik belirtiler, uyku düzensizliği,

dikkat eksikliği, intihar ve travma sonrası stres bozukluğu gibi önemli ruhsal bozukluklar yaşanabilmektedir (Buz, 2008; Gündüz, 2011; Lee, Shin, & Lim, 2012; Warfa vd., 2012).

İnsanların sıkıntılarıyla başa çıkmak için kullandıkları yöntemlerin belirlenmesi amacıyla yürütülen çalışmalardan elde edilen bulgular üzerinden bazı başa çıkma modelleri geliştirilmiştir. Bu modellerden biri olan Lazarus ve Folkman'ın (1984) *tehdidin algılanması*, tehdiye karşı gösterilecek *tepkinin tasarlanması* ve tasarlanan *tepkinin icra edilmesi* aşamalarını içeren *Başa Çıkma Modeli*, literatürde yaygın olarak kabul görmüştür. Bu modelde her üç unsur genellikle, bilişsel ve davranışsal yöntemleri içerecek şekilde *sorun odaklı ve duygu odaklı başa çıkma yöntemleri* olmak üzere iki başlık altında kategorize edilmektedir. Sorun odaklı başa çıkma yönteminde, daha çok strese neden olan kaynaklara ve bu kaynakların ortadan kaldırılmasına veya etkisinin azaltılmasına odaklanılmakta (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989, s. 268), bu yapılırken de kendini kontrol etme, sorumluluk alma, sorunu çözmek için planlar kurma ve sorunun olumlu taraflarını düşünme gibi stratejiler (Terzi, 2009, s. 131) uygulanmaktadır. Duygu odaklı başa çıkma yönteminde ise doğrudan stres kaynağı yerine stres içeren duygular üzerinde durularak stres kaynağının etkisi azaltılmaya çalışılmaktadır (Carver vd., 1989, s. 267). Sıkıntıyı inkar etme, ondan uzak durmaya çalışma, diğer insanlarla konuşma, destek arama, duygu odaklı başa çıkma stratejileri olarak kabul edilmekte ve bu sayede de sıkıntıyı duygusal olarak yönetmek hedeflenmektedir (Terzi, 2009, s. 131). Bir veya daha fazla başa çıkma yöntemi bir veya daha fazla sıkıntıya karşı kullanılabilir. Sıkıntının çözüm yollarının bulunduğu veya bilindiği durumlarda daha çok sorun odaklı başa çıkma, kontrol edilemeyen veya engellenmenin mümkün olmadığı durumlarda ise daha çok duygu odaklı yöntemler kullanılmaktadır (Carver vd., 1989, s. 268).

Yapılan çalışmalar sosyo-demografik özelliklerin, baskın kültürel yapının, eğitim ve gelir düzeyinin, cinsiyet ve yaşın etkili başa çıkma ve uyum üzerinde büyük bir etkisinin bulunduğunu göstermektedir (Miranda & Matheny, 2000). Benzer şekilde dinin de başa çıkma sürecine önemli etkileri bulunmaktadır. Bilhassa Suriyeli sığınmacılar için din, daha fazla güvene ihtiyaç duydukları yeni bir ortamda yaşamaya çalışırken ev sahibi Türklerle sahip oldukları ortak değerleri oluşturmaktadır. Dinin Suriyeli sığınmacıların davranışları üzerinde oldukça önemli etkileri bulunmakta, bu da yapılan psikolojik araştırmalarda dinin etkilerinin de araştırılmasını oldukça önemli hale getirmektedir.

---

Dindarlık ile psikoloji arasındaki ilişkinin daha bilimsel olarak incelenmesi ve tıp ile psikoloji alanlarındaki en önemli dergilerde yayımlanması ancak son çeyrek yüzyılda başarılabilmiştir. Tıp alanındaki bu ilk araştırmaları yapan öncü araştırmacılar Jeffrey S. Levin, David B. Larson ve Harold G. Koenig olmuşlardır (Moreira-Almeida, Lotufo Neto, & Koenig, 2006, s. 244). Bu araştırmacılar dindarlık ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için araştırmalarını, toplumun her kesiminde yer alan insanlar ve sadece tıbbi hastalıkları bulunan (psikolojik rahatsızlıkları bulunmayan) yetişkinler üzerinde yapmışlardır. Daha sonraları bu alanda yapılan çalışmalar ciddi şekilde artmıştır. Araştırmacıların büyük çoğunluğu dindarlığın ruh sağlığı ve hastalıkların tedavisi üzerinde olumlu, sadece az bir kısmı ise olumsuz etkisi olduğunu savunmaktadır (Roger & Hatala, 2018, s. 34). Az da olsa dindarlığın hastalara olumsuz etkisi olduğunu savunan çalışmalar da mevcuttur. Ancak bu akım gün geçtikçe zayıflamaktadır. Nitekim son 15 yıl göz önüne alındığında dindarlığın olumsuz etkileri olduğunu savunan Gall vd. (2009) tarafından göğüs kanseri olan kadınların düşük dindarlık düzeyinden yüksek dindarlık düzeyine geçmeleri durumunda uyumlarını kötü etkileyen manevi şüpheler yaşayabileceklerinin savunulduğu araştırma gibi.) çalışmalar bir elin parmaklarını geçmemektedir. Rizvi ve Hossain (2017) yaptıkları çalışmada mutluluk ile dindarlık arasındaki ilişkiyi araştırmışlar; huzur, yaşam kalitesi, hayattan tatmin olma gibi durumlar ile ruhsal ve duygusal konforu sağlayan duygularla bağlantısını kurdukları mutluluğun dindarlık ile olumlu artan bir ilişkisi olduğunu, dindarlığın mutluluğu olumlu olarak etkilediğini, bu alanda 1996-2015 yılları arasında dünya genelinde yapılan araştırmaları inceleyerek ortaya koymuşlardır.

Bu çalışmada ise Suriyeli sığınmacıların karşılaştıkları sıkıntılar, bu sıkıntılar ile başa çıkmak için başvurdukları yöntemler, başvuru yöntemleri ile dindarlık düzeyleri arasındaki ilişkiler araştırılmıştır. Bu amaçla, kullanılan başa çıkma yöntemlerini belirlemek için geliştirilen başa çıkma ölçekleri ile dindarlık düzeylerini belirlemek için geliştirilen dindarlık ölçekleri incelenmiş ve bunlar arasından en uygun olduğuna karar verilenler seçilerek araştırmada kullanılmışlardır. Elde edilen bulgular ile yapılan değerlendirmeler de araştırma sonuçları ile sunulmuştur.

### **A. Sığınmacı Psikolojisi**

Suriye'nin çıkan iç savaş öncesindeki nüfusunun %74'ünü Sünni ve %11,5'ini Nusayri Müslümanlar, %10'unu Hıristiyan, %3'ünü Dürziler oluşturmaktadır (Şenzeybek, 2013, s. 470). Bu insanların 5,6 milyondan

fazlası iç savaş ve karışıklıklar nedeniyle göç etmek zorunda kalmıştır. Ülkesini terk etmek zorunda kalanların %65'ine tekabül eden yaklaşık 3,7 milyonu Türkiye'ye, kalan kısmı ise sırasıyla Lübnan, Ürdün, Irak, Mısır ve Kuzey Afrika gibi diğer ülkelere sığınmışlardır ("Situation Syria Regional Refugee Response", 2019). Suriye halkının büyük çoğunluğunu oluşturdukları gibi Türkiye'ye sığınan edenlerin büyük bir kısmını da Müslümanlar oluşturmaktadır.

Başka bir ülkeye sığınmak, tüm sıkıntıların geride bırakıldığı anlamına gelmemektedir; mülteciler, yerleştikleri bölgelere de birçok sıkıntıyı beraberinde getirebilmektedirler. Sığınma sürecinden önce ülkelerinde maruz kaldıkları taciz, zulüm, şiddet, etnik ve dini ayrımcılık gibi travmatik olaylara ek olarak yerleşilen ülkede karşılaşılan hor görülme, suçlu ya da kaçak muamelesi görme ve dışlanma gibi durumlar sığınmacılarda çaresizlik ve güvensizlik gibi duygulara neden olmaktadır. Sığınılan bölge insanlarıyla aralarındaki dil, kültür, inanç farklılıkları da sığınmacılar üzerinde yabancılaşma hissi oluşturmaktadır. Bu gibi birçok açıdan risk altında olan sığınmacılara destek olunmadığı takdirde, sorunların şiddeti daha fazla artmaktadır. Suriyeli sığınmacıların Türkiye'de yaşadıkları sorunlar arasında psikolojik, sosyo-ekonomik, eğitim, kültürel ve sağlık sorunları sayılabilir. Ev sahibi toplumun, sığınmacılara yönelik önyargı ve olumsuz tutumları, dil sorunlarıyla birleşerek sığınmacıların sosyal sorunlar yaşamalarına neden olmakta ve yeni yerlerine uyum sağlamalarına engel teşkil etmektedir (Tanay Akalın, 2016, ss. 57-64).

Sığınmacılarda ruh sağlığını olumsuz olarak etkileyen etmenleri göç öncesi, göç sırası ve göç sonrası diye ayırmak mümkündür. Göç öncesi risk etmenleri olarak, sığınmacıların kendi ülkelerinde ekonomik, eğitim ve mesleki durumlarının kötü olması, siyasi istikrar, sosyal destek ve sosyal ağın bozulması sayılabilir (Kirmayer vd., 2011, s. 961). Birçok sığınmacı henüz ülkesini terk etmeden tecavüz, işkence, savaş, tutuklanma, cinayet, fiziksel yaralanma, soykırım gibi travmatik olaylar yaşamakta veya bu olaylara tanıklık etmektedir (Nicholl & Thompson, 2004). Göç sırasındaki olumsuz etmenler; gidilen yol, süre, zorlu yaşam koşulları (elverişsiz mülteci kamplarında barınma gibi), şiddet görme, aile ve toplumsal bağın kopması, göç sonrası ile ilgili belirsizlik, kaçma ve sığınılan ülkeye gelme esnasında yaşanan travmatik deneyimlerdir. Göç sonrasında ise, göçmen veya mülteci statüsü hakkındaki belirsizlik, işsizlik ve istihdam zorluğu, sosyal statü, aile ve sosyal ortam kaybı, geride kalan aile fertleriyle yeniden bir araya gelme ile ilgili endişeler, dil öğrenme, kültürel uyum sağlama gibi zorluklar ruh sağlığını olumsuz etkileyen etmenlerdir (Kirmayer vd., 2011, s. 962). Yapılan

çalışmalarda, sığınmacılarda göç öncesi travmalara nispeten göç sonrası stres etmenlerinin ruh sağlığını daha olumsuz etkilediği belirtilmektedir (Demirbaş & Bekaroğlu, 2013; Teodorescu, Heir, Hauff, Wentzel-Larsen, & Lien, 2012).

Farklı bir çevreyle birlikte sığınmacılar yeni bir ekonomik ortamla karşılaşmakta, kültürel olarak çeşitli dil ve inançlarla bir araya gelmektedirler, bu da sığınmacıların sosyal ve ekonomik sorunlar yaşamalarına öncülük etmektedir. Suriyeli sığınmacılar yerleştikleri bölgelerde maddi sıkıntılar nedeniyle asgari ücretten de düşük ve çoğunlukla sigortasız çalıştırılmaktadırlar (Cengiz, 2018, s. 28), ancak bu sigortasızlık hali sığınmacılar açısından birçok sıkıntıya neden olmaktadır. Diğer taraftan işverenlerin daha ucuz maliyet nedeniyle Suriyelileri tercih etmeleri durumunda, işini kaybetmekten ya da düşük çalışma ücretiyle çalışmak zorunda kalmaktan endişe eden yerel çalışanlar da işveren ve sığınmacı işçilere tepki gösterebilmektedirler.

Sığınmacılar ile yerel halk arasındaki münasebetlere İslam dininin ilk yıllarından bu yana büyük bir önem verilmiştir. Zira İslam Peygamberinin bizzat kendisi de göç etmek zorunda kalmış, arkadaşlarıyla birlikte doğup büyüdüğü Mekke'den ayrılarak Medine'ye sığınmıştır. *Hicret* olarak isimlendirilen bu göç sonrasında yerel halk (ensar) ile göçmenler (muhacir) arasındaki münasebetleri düzenleyen, uygun bulunan davranışların teşvik, olumsuz davranışların ise menedildiği, her iki tarafın da iyi münasebetlerinin övüldüğü birçok ayet ve hadis bulunmaktadır. Hicretin ilk yılında Peygamber, muhacirlerin hayatlarını kolaylaştırmak ve yerli halk ile tam bir kaynaşma sağlayıp bütünleştirmek için her bir muhacir ile bir ensarı kardeş ilan etmiştir. *Muahât* olarak isimlendirilen bu ilandan sonra yerli halk, sahip olduğu birçok şeyin yarısını muhacir kardeşlerine vermiştir. Ensarın bu türden samimi davranışları üzerine, "*Onlardan (muhacirlerden) önce o yurda (Medine'ye) yerleşmiş ve imanını da gönüllerine yerleştirmiş olanlar, hicret edenleri severler. Onlara verilenlerden dolayı içlerinde bir rahatsızlık duymazlar. Kendileri son derece ihtiyaç içinde bulunsalar bile onları kendilerine tercih ederler. Kim nefsinin cimriliğinden, hırsından korunursa, işte onlar kurtuluşa erenlerin ta kendileridir.*" (el-Haşr, 59/9) ayeti nazil olmuştur. Berâ İbni Âzib'dan rivayet edildiğine göre Peygamber de Medineli Müslümanlar hakkında "*Ensarı ancak mü'min olan sever, onlara ancak münâfık olan düşmanlık eder. Ensarı seveni, Allah da sever; onlara düşmanlık edene de Allah düşmanlık eder.*" (Buhârî, Menâkıbu'l-ensâr 4; Müslim, İmân 129) buyurmuştur. Muhacirler hakkında ise "*Zulme uğradıktan sonra Allah yolunda hicret edenlere gelince, elbette onları dünyada güzel bir şekilde*

*yerleştiririz. Ahiret mükâfatı ise daha büyüktür. Keşke bilselerdi...”* (el-Nahl, 16/41) ayeti nazil olmuştur. Daha birçok ayet ve hadisle sığınmacı ve yerli halk arasındaki kaynaşma teşvik edilmiş, birbirlerinin hukukuna riayet etmeleri sağlanmıştır. Dolayısıyla her ne kadar aynı şartlarda olmasa da daha sonraki dönemlerde de göç edecek ve ev sahipliği yapacak Müslüman topluluklara örnek teşkil edebilecek ilişkiler ortaya konulmuştur.

Türk milleti ile aynı dinî değerlere sahip olan Suriyeli sığınmacılar için din, bilhassa daha fazla güvene ihtiyaç duydukları yeni bir ortamda yaşamaya çalışırken başvurdukları önemli bir referans olabilmektedir (Erkan, 2016, s. 15). Böylece gerek sığınmacılar gerekse yerel halk, İslam dininin ensar ve muhacir kavramları ile meydana getirdiği kaynaştırıcı ve bütünleştirici etki sebebiyle ortaya çıkan yeni toplumsal koşullara uyum sürecini daha hızlı gerçekleştirebilmektedirler. Ayrıca dinin ırkçılığı yasaklaması; yardımlaşma, paylaşma, kardeşlik, birlik ve beraberlik gibi evrensel değerleri teşvik etmesi de uyum sürecine olumlu katkı sağlamakta ve bu anlamda bireyde oluşan endişe, korku, kaygı gibi psikolojik sıkıntıların en önemli nedeni olan güvensiz ortamlarda koruyucu bir etkiye sahip olmaktadır. Nitekim bu evrensel değerler ekseninde yaşama ve hareket etmenin strese karşı direnci yükselttiği, kaygı düzeyini düşürerek yaşam doyumunu arttırdığı yapılan araştırmalarla (Uygur, 2016) desteklenmiştir. Türkiye’deki üniversite öğrencileri üzerine yapılan bir araştırmanın bulguları, daha dindar sığınmacı öğrencilerin kültürel uyumlarının daha iyi olduğunu, bu nedenle sığınmacı öğrencilerin manevî rehberlik ve destek bulmalarının uyum sürecine daha fazla katkı sağladığı sonucunu ortaya koymaktadır (Özcan, 2019b, s. 144). Böylece din, ülkemize sığınan Suriyelilerin psikolojik sıkıntılarıyla başa çıkmalarında olduğu gibi sosyal uyumlarının sağlanmasında da olumlu bir etkiye sahiptir.

### **B. Başa Çıkma Yöntemleri**

Başta çıkma genellikle bilişsel ve davranışsal yöntemleri içerecek şekilde, *sorun* ve *duygu* odaklı başa çıkma yöntemleri (Folkman & Lazarus, 1985) olmak üzere iki sınıfta irdelenmektedir. Kendini kontrol etme, sorumluluk alma, sorunu çözmek için planlar kurma ve sorunun olumlu taraflarını düşünme gibi eğilimler sorun odaklı başa çıkma yöntemi olarak kabul edilir. Sıkıntıyı inkâr etme, ondan uzak durmaya çalışma, diğer insanlarla konuşma, destek arama duygu odaklı başa çıkma yöntemi olarak kabul edilir, bu sayede duygusal sıkıntıyı yönetmek hedeflenir (Terzi, 2009, s. 131).

Moos ve Billings (1982) ise *değerlendirme*, *sorun* ve *duygu* odaklı



olmak üzere başa çıkma üç başlıkta sınıflandırmışlardır. Değerlendirme odaklı yöntemde, sıkıntılı durumun anlaşılması ve belirli bir kalıba oturtulması hedeflenmektedir. Bu süreçte, tehdit kaynağı bulunur ve sıkıntıya yönelik bakış açısı değiştirilebilir. Sorun odaklı yöntemde sıkıntının sonuçları ele alınarak gerçekliğinin kabul edilmesine ve durumun daha normal görülmesine çalışılır. Duygu odaklı yöntemde, sıkıntı sonrasında duyguların yönetilmesi ve duygusal dengenin korunması için çalışılır. Ayrıca Holahan, Moos ve Schaefer (1996) de başa çıkmayı *etkin* ve *kaçınmacı* olmak üzere iki sınıfa ayırmışlardır. Etkin başa çıkma yöntemleri, sıkıntının mantıksal olarak analizini ve değerlendirmesini, bir destek ve rehber aramayı ve sorunun çözümü için gayret göstermeyi ifade ederken kaçınmacı başa çıkma yöntemleri ise bilişsel olarak kaçınma, teslim olma, görmezden gelme gibi psikolojik sıkıntılarla ilişkilendirilmiştir.

Bir diğer araştırmada ise deneysel çalışmalara dayanılarak *özümseme*, *uyum* ve *kaçınma* olmak üzere üç sınıflandırma yapılmıştır (Oláh, 1995). Özümseyici başa çıkmada sorun odaklı başa çıkmaya benzer şekilde sıkıntı kaynağının davranışsal ve bilişsel olarak değiştirilmesi hedeflenmektedir. Uyarak başa çıkmada, çevreye uyum sağlamak için kişi kendini bilişsel ve davranışsal olarak değiştirme eğilimindedir. Kaçınma yönteminde ise stres kaynağından fiziksel ve psikolojik olarak uzaklaşmaya yardımcı olan davranışsal ve bilişsel eylemlere başvurulur.

Başta çıkma yöntemlerinin birçok farklı şekillerde sınıflandırılması mümkündür. Bir sıkıntıyla başa çıkılırken de bu farklı yöntemlerin birçoğu aynı sıkıntıya karşı kullanılabilir. Birey bu yöntemleri kullanırken yaşadığı kültürü de göz önünde bulundurur. Yani bir başa çıkma yöntemi bir kültür tarafından teşvik de edilebilir yasaklana da bilir (Lazarus & Folkman, 1984, s. 228). Dolayısıyla birey, karşılaştığı sıkıntılarla başa çıkma yöntemlerindeki tercihini etkileyecek olan mevcut sıkıntılarının değerlendirilmesi sürecinde kültüre ilişkin özellikleri de dikkate almaktadır.

Başta çıkmayı konu alan kuramsal yapılara dayanılarak birçok ölçme aracı geliştirilmiştir. Bunlardan en yaygın olarak kullanılanlar arasında Folkman ve Lazarus'un (1985) *Başta Çıkma Yolları Ölçeği* (Ways of Coping), Endler ve Parker'ın (1990) *Çok Boyutlu Başta Çıkma Envanteri* (Multidimensional Coping Inventory), Tobin vd. (1989) tarafından geliştirilen *Başta Çıkma Stratejileri Envanteri* (Coping Strategies Inventory), Carver vd. (1989) tarafından hazırlanan *Başta Çıkma Envanteri* (COPE Inventory) ile Carver'ın (1997) *Kısa Başta Çıkma* (Brief COPE) ölçeği bulunmaktadır. Ülkemizde de başta çıkma yöntemlerini belirlemek amacıyla

Özbyay ve Şahin (1997) tarafından *Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanteri*, Türküm (2002) tarafından *Stresle Başa Çıkma Ölçeği* ile Aydın (2005) tarafından *Stresle Başa Çıkma Yöntemleri Ölçeği* geliştirilmiştir.

### C. Dindarlığın Boyutları ve Ölçülmesi

Dindarlık, çok boyutlu bir olgudur. Bu boyutlar birçok bilim dalı tarafından incelenabilmektedir. Gerek bireysel bir özellik olması bakımından psikoloji ve gerekse en temel konularından birisi olması sebebiyle din psikolojisi, dindarlık konusu üzerinde önemle durmaktadır. Din psikolojisi ilk dönemlerden itibaren konu üzerine yoğunlaşmıştır. William James ile başlayan dindarlığın boyutlarını belirleme çalışmaları bu konuda üç farklı yaklaşımın oluşması ile sonuçlanmıştır:

- a. Tek boyutlu yaklaşım: Din psikolojisinde dindarlık olgusu, ilk olarak tek boyutlu yaklaşımla ele alınmıştır. William James'in öncülük ettiği bu yaklaşımda dindarlık "*duygu*" boyutu ile ele alınmıştır. *The Varieties of Religious Experience*'de dini tecrübenin esas niteliği olarak duyguları vurgulamaya yönelik açık bir eğilim bulunmaktadır. Bu, dini tecrübenin doğasını açıklamak için örnek olarak travmatik duygusal tecrübeleri seçmesi ile de net bir şekilde pekiştirilmiştir.
- b. İki kutuplu yaklaşım: 1950'lerde Allport, *dışgüdümlü* ile *içgüdümlü* dindarlık arasında önemli bir ayrım yapmıştır. Buna göre dışgüdümlü bireyler, dini kendi amaçları için kullanma eğilimindeyken içgüdümlü bireyler, kendi temel motivasyonlarını dinde bulmaktadırlar. Kucaklayıcı bir inanca sahip olarak bu bireyler, dini içselleştirmeye ve tamamen takip etmeye çabalamaktadırlar.
- c. Çok boyutlu yaklaşımlar: Bu yaklaşıma Glock ve Stark öncülük etmektedirler. Geliştirdikleri beş boyutlu modelde dindarlığın, *ideolojik (inanç)*, *uygulama (ibadet)*, *duygusal (tecrübî)*, *bilgi (entelektüel)* ve *etki* boyutlarına sahip olduğu kabul edilmektedir. Glock ve Stark'tan sonra King tarafından 9 boyutlu; Batson ve Ventis tarafından 3 boyutlu; Cornwall tarafından 6 boyutlu modeller de geliştirilmiştir. 1999 yılında da Fetzer Enstitüsünün incelemelerinde dindarlık olgusu on iki bileşenli bir yapı olarak değerlendirilmiştir. Bu bileşenler, *günlük manevi tecrübeler*, *anlam*, *değerler*, *inançlar*, *bağışlayıcılık*, *özel dini uygulamalar*, *dini/manevi başa çıkma*, *dini destek*, *dini/manevi geçmiş*, *bağlılık*, *organizasyonel dindarlık* ve *dini tercih*'tir (Fetzer Institute, 1999; Ulu, 2013, ss. 29-61).

Genel anlamda ise dindarlığı ölçmeye dayalı ampirik din psikolojisi

çalışmalarında Batılı Hıristiyan toplulukların belirgin bir etkisi bulunmaktadır (Yablon, Francis, & Robbins, 2014, s. 74). Batılı yaklaşımlar, dindarlığı üniter bir yapı olarak ele almakta ve dinî topluluklar arasındaki değişimi ortaya koymaktan ziyade bireysel kişilik değişkenlerine atıfta bulunarak varyasyonları açıklamaktadırlar (Burch-Brown & Baker, 2016, s. 787). İslam ise birçok yönden diğer dinlere benzese de pek çok yönden de diğer dinlerden oldukça farklıdır (Abu-Raiya & Pargament, 2011, s. 93). Daha önce yapılan çalışmalar, diğer dinler üzerinde yapılan araştırmalar neticesinde elde edilen verilere dayanılarak yapılan genellemelerin İslam dinine uygulandığı durumda, doğruluğu yüksek sonuçların elde edilemediğini ortaya koymaktadır. Ayrıca geliştirilen İslami dindarlık ölçeklerinden bir kısmının da psikometrik açıdan yeterli olduklarını söylemek zordur (Jana-Masri & Priester, 2007, s. 177).

Katılımcıların dindarlık düzeylerini en iyi şekilde tespit etmek için nelerin yapılması gerektiğine dair daha önce birçok araştırma yapılmıştır. Araştırmacıların bir kısmı bu tespiti yaparken doğruluğu yüksek olan ölçme tekniklerinin kullanılması gerektiğini savunurken diğer bir kısmı ise katılımcılara doğrudan hangi dine mensup olduklarının, kendilerini dindar olarak tanımlayıp tanımlamadıklarının sorulması ve buna göre hareket edilmesi gerektiğini savunmaktadırlar (Ahrold & Meston, 2010, s. 191).

Dindarlık üzerine yapılan güncel araştırmalara (örneğin, Saroglou, 2009; Whitley Jr, 2009) bakıldığında dindarlığın, ya insanların mensup oldukları dinlerin değerlerine ne ölçüde katıldıklarının ya da insanların yaşamlarını dini değerlere göre ne ölçüde düzenlediklerinin bir göstergesi olarak alındığı görülmektedir. Bu iki yaklaşım dindarlık düzeylerini ölçmek için geliştirilen ve psikometrik açıdan anlamlı ölçeklerin temelini oluşturmaktadır. Bu bağlamda geliştirilmiş önemli ölçekler arasında Allport ve Ross'un (1967) geliştirdiği *Dini Yönelim Ölçeği* (Religious Orientation Scale), Batson ve Schoenrade (1991) tarafından geliştirilen *Arayış Ölçeği* (Quest Scale), Glock ve Stark (1965) tarafından geliştirilen *Glock-Stark Dindarlığın Boyutları Ölçeği* (Dimensions of Religiosity Scale), Altemeyer ve Hunsberger'in (1992) oluşturdukları *Dini Tutuculuk Ölçeği* (Religious Fundamentalism Scale) ile Francis ve Stubbs'in (1987) hazırladığı *Hıristiyanlığa Yönelik Dini Tutum Ölçeği* (Attitudes toward Christianity Scale) sayılabilir. Bu ölçeklerin psikolojik açıdan oldukça değerli oldukları ve dinin karmaşık yapısını anlamakta oldukça yardımcı oldukları kabul edilmektedir (Mahudin, Noor, Dzulkifli, & Janon, 2016, s. 110). Ancak modern bilim her dinin kendi şartlarında değerlendirilmesi, genellemelerden kaçınılması, değerlendirmelerin özelde yapılması gerektiğini vurgulamaktadır. Bu açıdan

İslami dindarlık ölçeklerine bakıldığında, bu ölçekleri İslam inançları göz önüne alınarak geliştirilip geliştirilmediğine göre ayırmak gerekmektedir.

İslami dindarlığı ölçmek için geliştirilmiş ölçekler daha önce yapılan eleştirel araştırmalarda, teorik açıklık, örneklemin temsil kabiliyeti, doğruluk, geçerlilik, genellenebilirlik açılarından irdelenmiş, ölçeklerin kuramsal olarak anlamlı ve doğruluğu yüksek oldukları; ancak uygulama ve tahmin geçerliliklerinde soru işaretlerinin bulunduğu sonucuna varılmıştır (Abu-Raiya & Pargament, 2011, s. 99; Mahudin vd., 2016, s. 110). İslami dindarlık ölçeklerinden bir kısmı Hıristiyan inancına göre geliştirilen ölçeklerden uyarlanmışken bir kısmı da dini bir bakış açısından ziyade motivasyon ve tecrübelerin seküler psikolojik yönleri kullanılarak hazırlanmıştır. Dünya genelindeki İslami ölçeklerde olduğu gibi ülkemizde de dindarlığı ölçme amacıyla yapılan çalışmaların büyük oranda Batılı ölçeklere dayandığı görülmektedir. Bu nedenle, dindarlığın ölçülmesine ve değerlendirilmesine yönelik girişimlerde metodoloji açısından özgünlük sorunu bulunmaktadır (Subaşı, 2004, s. 99). Türkiye’de dindarlığın tespiti üzerine yapılan araştırmalar daha çok dini hayatın gözlemlenmesine dayanmaktadır. Şablonu Batı’ya ait olsa da Türkiye’deki değerlerin esas alındığı ve bu değerlerin metodolojik bir çerçevede ele alındığı çalışmalar da bulunmaktadır. Bu çalışmalardan ilkinin Mehmet Taplamacıoğlu (1962) yapmıştır. Yapılan diğer çalışmalar ise Erdoğan Fırat (1977), Recep Yaparel (1987), Kayhan Mutlu (1989), Münir Koştaş (1995) ve M. Emin Köktaş’a (1993) aittir. Dindarlığın ölçülmesi için yapılan bu çalışmalarda Lenski, Glock, King ve Hunt gibi araştırmacıların yaptıkları çalışmalar ve bulgularından faydalanılmıştır (Subaşı, 2004, s. 100; Yoğurtçu, 2009, s. 15).

## **D. Yöntem**

### **1. Örneklem**

Bu çalışmada, katılan Suriyeli sığınmacıların 269’undan elde edilen veriler kullanılmıştır. Sığınmacıların büyük çoğunluğu Kayseri’nin Sahabiye, Küçük Mustafa, Osmanlı ve Selçuklu mahallelerinde ikamet etmektedirler. Toplumun farklı kesimlerinden Suriyeli sığınmacılara ulaşmak ve tesadüfi olarak katılımcı seçmek için Kayseri Organize Sanayi Bölgesi’nde çalışan, Kayseri Spor ve Gençlik İl Müdürlüğü Gençlik Merkezleri faaliyetlerine katılan ve Aile Sağlığı Merkezlerine başvuranlar gibi muhtelif sığınmacılarla görüşülerek araştırmada katılımcı çeşitliliği sağlanmıştır.

Araştırmaya katılmaları istenen sığınmacıların başta tedirgin oldukları gözlemlenmiştir. Tedirgin olan veya çekinen sığınmacıların, verecekleri bilgilerin siyasi veya istihbarat amaçlarıyla kullanılmasından

endişe duydukları anlaşılmış, bu nedenle katılımcı sığınmacılara bilgilerin sadece akademik çalışmalarda kullanılmak maksadıyla toplandığı anlatılmıştır. Cevaplamak istemedikleri soruları da boş bırakabilecekleri kendilerine söylenmiştir. Bu tedirginliğin giderilmesinde, saha çalışmasında yardımlarına başvurulmuş -iyi derecede Türkçe bilen- Suriyeli sığınmacıların önemli katkıları olmuştur. Böylece veriler güvenilir olarak, sadece istekli katılımcılardan toplanmıştır. Toplanan 269 sığınmacı verisinden 6 kişinin yaşını, 10 kişinin cinsiyetini, 6 kişinin Türkiye’de bulunduğu süreyi, 24 kişinin savaş nedeniyle kaybettiği yakınının bulunup bulunmadığını, 15’inin çalışma durumunu, 24’ünün eğitim durumunu ve 13 kişinin de medeni durumunu belirtmedikleri görülmüştür. Bazı sorulara cevap verilmemesinde sorularda yer alan seçeneklerden hiçbirinin katılımcının durumunu karşılamamasının da etkili olduğu düşünülmektedir.

## **2. Veri Toplama Araçları**

Bu çalışmada nicel araştırma metodlarından anket tekniği kullanıldığı için araştırmanın amacına uygun şekilde kişisel bilgiler, dindarlık ve başa çıkma ölçeklerinin yer aldığı bir metin hazırlanmıştır. Çalışma, Suriyeli sığınmacılara uygulanacağından anket dili tamamen Arapça olarak hazırlanmıştır. Kişisel bilgiler bölümündeki eğitim durumu gibi ülkeye göre değişebilen tüm bilgiler, Suriyeli araştırmacıların kontrolünde düzenlenmiştir. Araştırmada kullanılan dindarlık ölçeğinin, müellifleri tarafından geliştirilen ve Arapça olan şekli kullanılmıştır. Kullanılan başa çıkma ölçeğinin ise orijinal dilinin İngilizce olması sebebiyle Hamdan-Mansour (2013) tarafından Arapça’ya uyarlanan versiyonu yine Suriyeli bazı araştırmacıların kontrolünden sonra kullanılmıştır.

Araştırmaya katılmaya istekli olan Suriyeli sığınmacılara, tek yaprak üzerinde üç bölümden oluşan anket formu verilmiş ve yapmaları gerekenler Arapça olarak kendilerine bildirilmiştir. Her bir katılımcı tarafından doldurulan formda kişisel bilgiler bölümü ile dindarlık ve başa çıkma ölçeği maddeleri yer almaktadır.

### **a. Kişisel Bilgi Formu**

Katılımcıların kişisel bilgi bölümünde cevapladıkları sorular doğum yılı, cinsiyet, Türkiye’ye geldikleri yıl, iç çatışmalar nedeniyle kaybedilen bir yakının bulunup bulunmadığı, medeni, eğitim, çalışma durumları şeklindedir. Hazırlanan bu formda toplam yedi soru yer almaktadır. Bu sorulardan doğum yılı, Türkiye’ye geldikleri yıl ve iç çatışmalar nedeniyle kaybettiği bir yakınının bulunup bulunmadığı (var/yok) soruları katılımcılar tarafından elle yazılarak doldurulmuş, diğer sorular ise sunulan seçenekler

işaretlenerek cevaplanmıştır. Cinsiyet için kız ve erkek seçenekleri sunulmuş; medeni durumu için ise evli, bekâr, dul ve nişanlı seçeneklerine yer verilmiştir. Eğitim durumu eğitimsiz (okumamış), ilköğretim, ortaöğretim, yükseköğretimi yarıda kalmış (bitirememiş), yükseköğretim mezunu şeklinde beş seçenekle verilmiştir. Çalışma durumu ise çalışıyor, işsiz/hasta ve öğrenci olmak üzere üç seçenektir.

#### **b. Kısa Başa Çıkma Ölçeği (KBÇÖ)**

Çalışmada başa çıkma ölçeği olarak Carver (1997) tarafından geliştirilen *Kısa Başa Çıkma* (Brief COPE) ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçek yine Carver vd. (1993) tarafından, yapılmış diğer araştırmalar da incelenerek, en olgun haline getirilen Başa Çıkma (COPE) ölçeğinin kısaltılmış halidir. Carver yaptığı çalışmayla toplam 60 maddeden oluşan 15 boyutlu ölçeğin en olgun hali veya tam sürümü olarak da isimlendirilebilen ölçekte yer alan 2 boyutu çıkarmaya, 3 boyutu güncellemeye ve daha önce ölçekte bulunmayan 1 boyutu da ilave etmeye karar vermiştir. Daha önce yapılan çalışmalarda kanıtlanamadığı ve destek görmediği için çıkarılmasına karar verilen 2 boyut, *kendini sınırlandırma* ve *diğer etkinlikleri bırakmadır*. Ölçeğin kısa halinde *duygulara odaklanma ve ortaya koyma* maddesi *duyguları ortaya koyma* şeklinde güncellenmiştir. Güncellenen diğer 2 boyut ise *olumlu yeniden yorumlama* ve *zihinsel olarak ilgiyi kesmedir*. Ayrıca Carver, diğer ölçekleri (Bolger, 1990; McCrae & Costa Jr, 1986) incelediğinde ölçeğin olgun halinde bulunmayan *kendini suçlama* boyutunun da KBÇÖ'ye eklenmesine karar vermiştir. Diğer taraftan ölçeğin olgun halinde her boyutu temsil eden 4 madde bulunurken KBÇÖ'de her boyut için 2 madde yer almıştır. Ölçeğin her boyut için maddelerinin dörtten ikiye azaltılması esnasında çıkarılacak maddeleri seçerken Carver, maddelerin olgun ölçekteki benzer şekilde en fazla yüklenenleri ile kendi edindiği tecrübelerle toplum tarafından daha anlaşılır olduğunu düşündüğü maddeleri tercih etmiştir. Böylece KBÇÖ, 14 boyut ve 28 maddeden oluşan, 1 (hiç yapmam) ile 4 (çoğunlukla yaparım) arasında değişen 4'lü Likert formatında hazırlanmıştır. Boyutlar toplam varyansın %72.4'ünü açıklamaktadırlar. KBÇÖ'de yer alan boyutların Cronbach alfa katsayıları Tablo 1'de sunulmuştur. Bu güvenilirlik katsayısının asgari sınırı farklı alanlar için farklılık gösterebilmekle birlikte psikometrik olarak kabul edilebilecek en düşük alfa katsayısının 0,50 olduğu (Nunnally, Bernstein, & Berge, 1967) göz önüne alındığında ölçeğin tüm boyutlarının yeterince güvenilir olduğu hatta *kabullenme*, *yadsıma* ve *duyguları açığa vurma* dışındakilerin güvenilirlik katsayılarının 0,60'ın da üzerinde olduğu görülmektedir.

Bu araştırmada KBÇÖ'nün çeviri yöntemiyle (Chapman & Carter, 1979) elde edilen Arapçası (Hamdan-Mansour, 2013) kullanılmıştır. KBÇÖ de uygulanmadan önce farklı Suriyeli araştırmacılara tetkik ettirilmiş, yapılan incelemelerde ölçeğin 24. maddesinde yer alan “تعلمت كيفية العيش معه” cümlesinin istenen “*sorunla birlikte yaşamayı öğrenme*” manasını tam ifade edemediği belirtildiğinden bu cümlenin “لقد تعلمت العيش معها” şeklinde değiştirilmesi kararlaştırılmıştır. Ölçek maddeleri ve hangi boyutlara ait oldukları Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Başa çıkma ölçeği madde ve boyutları

Sıra	Madde	Boyut	Alfa Katsayısı
2	Bulduğum durumla ilgili bir şeyler yapmaya yoğunlaşırım.	Etkin başa çıkma	0,90
7	Durumu daha iyi hale getirmek için uğraşırım.		
14	Neler yapmam gerektiğine dair kendime bir yol çizmeye çalışırım.	Planlama	0,82
25	Nasıl bir yol izlemem gerektiğini düşünürüm.		
12	Daha olumlu taraflarını görebilmek için farklı bakış açıların geliştirmeye çalışırım.	Olumlu yeniden yorumlama	0,73
17	Olayların iyi yanını görmeye çalışırım.		
20	Böyle bir sorunun var olduğu gerçeğini kabullenirim.	Kabullenme	0,73
24	Sorunla birlikte yaşamayı öğrenirim.		
18	Sorunla ilgili şakalar yaparım.	Mizah	0,71
28	Sorunla alay ederim veya dalga geçerim.		
22	Dini ve manevi inançlarımda huzur bulmaya çalışırım.	Dine yönelme	0,71
27	Dua ederim ya da meditasyon yaparım.		
5	Diğer insanlardan teselli veya duygusal destek alırım.	Duygusal sosyal destek kullanma	0,69
15	Başkasının sempatisini ve anlayışını alırım.		
10	Diğer insanlardan yardım ve tavsiye alırım.		0,68

23	Ne yapmam gerektiğiyle ilgili başka insanlardan yardım veya tavsiye almaya çalışırım.	Araçsal sosyal destek kullanma	
1	Sorun olan şeyleri aklımdan atmak için kendimi işe ya da başka türlü etkinliklere veririm.	Zihinsel olarak ilgiyi kesme	0,65
19	Sorun hakkında daha az düşünmek için sinemaya giderim, TV seyredirim, kitap okurum, başka hayaller kurarım, uyurum ya da alışverişe çıkarım.		
3	Kendime “bunların gerçek olmadığını” söylerim.	Yadsıma	0,64
8	Aslında böyle bir sorunun var olmadığına inanmaya çalışırım.		
9	Olayla ilgili hoş olmayan hislerimden kurtulmak için bir şeyler söylerim.	Duyguları açığa vurma	0,64
21	Olumsuz duygularımı dışarı vururum.		
4	Kendimi daha iyi hissetmek için alkol ya da sakinleştirici alırım.	Madde kullanımı	0,57
11	Sorunu geçirmeme yardımcı olsun diye alkol ya da ilaç alırım.		
6	Sorunla başa çıkmayı denemeyi bırakırım.	Davranışsal olarak ilgiyi kesme	0,54
16	Sorunu çözmek için çabalamaktan vazgeçerim.		
13	Kendimi hesaba çekerim.	Kendini suçlama	0,50
26	Olaylarla ilgili kendimi suçlarım.		

### c. Dindarlık Ölçeği

Dindarlık ölçeği olarak Koenig, Zaben, Khalifa, ve Shohaib (2014) tarafından geliştirilen *Müslüman Dindarlık Ölçeği* (Muslim Religiosity Scale) kullanılmıştır. Bu ölçek, Arapça olarak geliştirilmesi, kısa olması, Suudi Arabistan ve İran gibi farklı Müslüman ülkelerde de kullanılmış ve geçerliliği ortaya konulmuş olması (Al Zaben, Khalifa, vd., 2015; Saffari, Koenig, Ghanizadeh, Pakpour, & Baldacchino, 2014), güvenilirlik test tekrarı sonucunun yüksek çıkması (Al Zaben, Sehlo, Khalifa, & Koenig, 2015)



sebepleriyle tercih edilmiştir.

*Müslüman Dindarlık Ölçeği* 13 madde ve 2 boyuttan oluşmaktadır. 10 madde ile İbadet, 3 madde ile de İnanç boyutları ölçülmektedir. Ölçek 5'li Likert formatında olup her madde en düşük 1 en yüksek 5 olarak puanlanmaktadır. Ölçeğin tamamı için Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0,68; ibadet boyutu için 0,64 ve inanç boyutu için 0,93 olarak hesaplanmıştır (Koenig vd., 2014). Ölçeğin madde ve boyutları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Dindarlık ölçeği madde ve boyutları

Sıra	Madde	Boyut	Alfa Katsayısı
1	Farz olan ibadetleri ne kadar sıklıkla camide veya cemaatle yapıyorsunuz?	İbadet	0,64
2	Ne kadar sıklıkla kendi başınıza -yalnız- ibadet ediyorsunuz?		
3	Farz olan ibadetleri aksatıyor musunuz? Namazları kazaya bırakıyor veya cem ediyor musunuz?		
4	Ne kadar sıklıkla Kur'an veya dini kitaplar okuyorsunuz?		
5	TV veya radyoda ne kadar sıklıkla dini programlar izliyor veya dinliyorsunuz?		
6	Her yıl zekâtınızı veriyor musunuz?		
7	Sadaka veriyor musunuz?		
8	Ne kadar sıklıkla oruç tutuyorsunuz?		
9	Ne kadar sıklıkla hacca gidiyorsunuz?		
10	Ne kadar sıklıkla umreye gidiyorsunuz?		
11	Allah'ın varlığını hayatımda hissediyorum.	İnanç	0,93
12	Tüm hayatımı dini inançlarıma göre yaşarım.		
13	Hayatımdaki tüm işlerimi dinime uygun şekilde yapmaya uğraşırım.		

### 3. Araştırmanın Hipotezleri

Bu araştırmanın ana hipotezi "*Dindarlık ile işlevsel başa çıkma yöntemleri arasında anlamlı bir ilişki vardır, dindarlığın artmasıyla birlikte Suriyeli sığınmacılar daha etkili başa çıkma yöntemleri kullanırlar.*"

şeklindedir. Bu ana hipotez ile bağlantılı olarak alt hipotezler de aşağıdaki gibi sıralanabilir:

1. *Dindarlık düzeyleri ile demografik özellikler arasında anlamlı ilişkiler mevcuttur.* Dindarlık cinsiyete, yaşa, medeni duruma, eğitim ve çalışma durumuna göre farklılaşmaktadır. Erkekler, yaşı büyük olanlar, çalışanlar, evliler, eğitim düzeyi yüksek olanlar daha dindardırlar.
2. *Türkiye’de kalma süresi arttıkça dindarlık azalmaktadır.* Türkiye’de din ile devlet işleri birbirinden ayrı olduğu, dini kurallara uymayı teşvik eden bir yapı bulunmadığı için sığınmacıların dindarlıkları zamanla azalacaktır.
3. *En az bir yakınını savaş nedeniyle kaybetme gibi travmatik olaylar yaşayanlar daha dindardırlar.*
4. *Dindarlık düzeyleriyle bağlantılı olarak başa çıkma yöntemleri de anlamlı olarak farklılaşmaktadır.* Dindarlık düzeyi yüksek olanlar işlevsel başa çıkma yöntemlerini, dindarlık düzeyleri düşük olanlar ise işlevsel olmayan başa çıkma yöntemlerini kullanırlar.
5. *Başta çıkma yöntemleri ile demografik özellikler arasında anlamlı ilişkiler mevcuttur.* Kadınlar, gençler, işsizler, bekârlar, eğitim düzeyi düşük olanlar işlevsel olmayan başa çıkma yöntemlerini daha fazla kullanırlar.
6. *Türkiye’de kalma süresi arttıkça işlevsel olmayan başa çıkma yöntemlerinin kullanımı da artar.* Türkiye’de gün geçtikçe sığınmacılar, ülkelerindeki iç karışıklığın biteceğine ve vatanlarına döneceklerine dair ümitleri azalır. Ümitsizlik ve çaresizlik nedeniyle etkili başa çıkma yöntemlerinin kullanımı azalır.
7. *En az bir yakınını savaş nedeniyle kaybetme gibi travmatik olaylar yaşayanlar daha etkili başa çıkma yöntemleri kullanırlar.*

## **E. BULGULAR**

### **1. Başa Çıkma Ölçeği**

Türkiye’de geçici koruma altına alınan Suriyelilerin sıkıntılarıyla başa çıkmada en fazla dine yönelme, olumlu yeniden yorumlama ve planlama yöntemlerini kullandıkları görülmektedir (bkz. Tablo 3). Bu yöntemlerin kullanılması, literatürle tutarlı bir şekilde sığınmacıların sıkıntılı zamanlarında diğer insanlar gibi daha fazla dua ettiklerini, sıkıntıları birer imtihan olarak gördüklerini, tevekkül, şükür ve sabır gösterdiklerini ortaya koymaktadır (Ayten, 2012, ss. 77-88). Araştırma sonucunda Suriyeli

sığınmacılarda her işte bir hayır olduğu, başa gelen sıkıntılarda da hikmetlerin bulunduğu kanaatinin hakim olduğu görülmektedir. Bir taraftan sabır ve tevekkül gösterirken diğer taraftan da sıkıntıların giderilmesi için elinden geleni yapmakta ve problemin ortadan kaldırılmasına dair planlar yapmaktadırlar.

Tablo 3. Başa çıkma ölçeği boyutlarının ortalama ve standart sapma değerleri

Boyut	n	En Düşük	En Yüksek	Ortalama	SS
Etkin başa çıkma	269	1	4	3,0632	,83404
Planlama				<b>3,0743</b>	,78230
Olumlu yeniden yorumlama				<b>3,0781</b>	,88174
Kabullenme				2,9312	,77141
Mizah				<b>2,2714</b>	,70629
Dine yönelme				<b>3,4981</b>	,66705
Duygusal sosyal destek kullanma				2,6506	,79093
Araçsal sosyal destek kullanma				2,7881	,81250
Zihinsel olarak ilgiyi kesme				2,8680	,99732
Yadsıma				2,5037	,81382
Duyguları açığa vurma				2,7268	,75722
Madde kullanımı				<b>1,5242</b>	,94453
Davranışsal olarak ilgiyi kesme				2,5632	,85065
Kendini suçlama				<b>2,4424</b>	,81693

Tablo 3'teki değerlerden görüldüğü üzere sığınmacıların en az kullandıkları başa çıkma yöntemleri ise kendini suçlama, mizah ve madde kullanımınıdır. Nitekim başa gelen her musibette bir hikmetin var olduğuna inanan birinin sıkıntılar nedeniyle kendini suçlaması, sıkıntıyı hafife alması veya alay etmesi, sıkıntılarında uzaklaşmak için uyuşturucu, alkol veya sakinleştirici gibi maddeler kullanması inancıyla ters düşmesine neden olacaktır. Sığınmacıların oldukça işlevsel olan (Steinhardt & Dolbier, 2008, s. 447) sorun odaklı etkin başa çıkma, planlama, olumlu yeniden yorumlama

Tablo 4. Başa çıkma ölçeği boyutları arasındaki korelasyon

Boyutlar		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
yad	Pearson														
	p	,002	,000	,010	,013	,043	,006	,000	,000	,009	1				
zık	Pearson	,629**	,456**	,470**	,290**	-,066	,481**	,223**	,156*	1					
	p	,000	,000	,000	,000	,284	,000	,000	,010						
asd	Pearson	,152*	,304**	,293**	,148*	,188**	,195**	,356**	1						
	p	,013	,000	,000	,015	,002	,001	,000							
dsd	Pearson	,203**	,315**	,299**	,144*	,117	,172**	1							
	p	,001	,000	,000	,018	,055	,005								
din	Pearson	,440**	,306**	,351**	,234**	-,041	1								
	p	,000	,000	,000	,000	,508									
miz	Pearson	-,081	,144*	,110	,132*	1									
	p	,183	,018	,073	,030										
kbl	Pearson	,324**	,349**	,218*	1										
	p	,000	,000	,000											
oyy	Pearson	,440**	,397**	1											
	p	,000	,000												
pln	Pearson	,437**	1												
	p	,000													
ebc	Pearson	1													
	p														
Pearson		,160**	,296**	,386**	,252**	,253**	,246**	,326**	,304**	,197**	,317**				
p												1			

kes	dik		mad		dav
	Pearson	p	Pearson	p	
,158	,086	,001	,203**	,454**	,008
,012	,153*	,000	,270**	,122*	,000
,781	,017	,000	,233**	,138*	,000
,313	,062	,035	,129*	,133*	,000
,000	,330**	,000	,262**	,313**	,000
,436	,048	,006	,166**	,452**	,000
,043	,123*	,000	,314**	,091	,000
,001	,199**	,000	,231**	,032	,000
,419	,049	,004	,176**	,512**	,001
,001	,202**	,000	,308**	,132*	,000
,004	,174**	,000	,379**	,140*	
,000	,291**	,158	,086	1	
,125	,094		1		
					1

Anlamlılık düzeyi \*\*. p < 0,01 \*. p < 0,05  
1 (ebc): Etkin başa çıkma, 2 (pln): Planlama, 3 (oyy): Olumlu yeniden yorumlama, 4 (kbl): Kabullenme, 5 (miz): Mizah, 6 (din): Dine yönelme, 7 (dsd): Duygusal sosyal destek kullanma, 8 (asd): Araçsal sosyal destek kullanma, 9 (zik): Zihinsel olarak ilgiyi kesme, 10 (yad): Yadsıma, 11 (dav): Duyguları açığa vurma, 12 (mad): Madde kullanımı, 13 (dik): Davranışsal olarak ilgiyi kesme, 14 (kes): Kendini suçlama.

ve kabullemeyi en yüksek oranlarda kullandıkları görülmektedir. En fazla kullanılan başa çıkma yöntemleri göz önüne alındığında, sıkıntıların karmaşık yapıları nedeniyle onlarla başa çıkmada tek bir yöntem yerine birden fazla yöntemin birlikte kullanılmasının gerektiği durumlarda, sığınmacıların farklı yöntemler arasından daha çok sorun odaklı başa çıkma yöntemlerine başvurdukları anlaşılmaktadır.

KBÇÖ boyutları arasındaki korelasyon ise Tablo 4'te verilmiştir. Yöntemlerin birçoğu arasında anlamlılığı yüksek fakat zayıf doğru ve ters yönlü ilişkiler bulunmaktadır. İlişkinin en yüksek çıktığı boyutlar ise *zihinsel olarak ilgiyi kesme* ile *etkin başa çıkma* arasındaki olumlu ilişkidir. *Zihinsel olarak ilgiyi kesme*, *etkin başa çıkma* ve *madde kullanımı* arasındaki ilişki, sığınmacıların karşılaştıkları sıkıntıları aşırı düşünmemek için kendilerini işlerine verme veya kitap okuma, alışverişe çıkma gibi faaliyetlerde buldukları ölçüde madde kullanımından uzaklaştıklarını ve durumu daha iyi hale getirmek için etkin başa çıkma yöntemini daha fazla kullandıklarını göstermektedir. Ayrıca dine yönelme de arttıkça madde kullanımının azaldığı ve etkin başa çıkmanın arttığı görülmektedir.

## 2. Dindarlık Ölçeği

Geçici koruma altına alınan Suriyelilerin ibadet boyutunda en yüksek puanı farz namazlarını camide, iş yerinde veya evde cemaatle kılma maddesinden aldıkları görülmektedir. Sonraki en yüksek puan ise

sığınmacıların namazlarını sadece ara sıra birleştirdiklerini veya ibadetlerini ara sıra kazaya bıraktıklarını ifade etmektedir. Hac ve umre ibadeti ise en düşük puan alınan maddeler olmuştur. Sığınmacıların zaten yurtlarını terk etmek zorunda kalmış olmaları, ülke değiştirmede türlü sıkıntılara maruz kalmış olmaları ve maddi imkanlarının elverişsiz olması nedeniyle, daha çok maddi imkanlarla yapılan bu ibadetleri yerine getirmekte zorlandıklarını göstermektedir. Şüphesiz bu ibadet madde ortalamalarının düşük çıkmasında umrenin farz olmaması, hacca gitmekle mükellef olmak için ise şartların yerine gelmemesinin de etkisi bulunmaktadır. İnanç boyutunda ise en yüksek puan hayatını dini inançlarına göre yaşama, en düşük puan ise yaptığı işlerde veya verdiği kararlarda dine uygunluğun önde gelmesi maddesinden alınmıştır. Ortalama olarak aslında tüm inanç boyutu değerleri oldukça yüksektir (bkz. Tablo 5).

Tablo 4. Dindarlık ölçeği maddelerinin puan değerleri

Boyut	Madde	n	En Düşük	En Yüksek	Ortalama	SS
İbadet	Namazı cemaatle kılma	269	1	5	4,59	,915
	Şahsi ibadet				3,66	1,188
	Kazaya bırakma/cem				3,99	1,194
	Kur'an okuma				3,02	1,215
	Dini program				2,71	1,324
	Zekât				3,58	1,501
	Sadaka				3,49	1,039
	Oruç				3,28	,844
	Hac				1,42	1,056
	Umre				1,38	,951
İnanç	Hissetme	269	1	5	4,67	,700
	Yaşama				4,69	,627
	Önde tutma				4,48	,655

Sığınmacıların inanç boyutu maddelerinden aldıkları puanların ortalamaları ibadetinkinden çok daha yüksektir. İbadet boyutu ile inanç boyutu arasında anlamlı ( $p<0,01$ ) olmakla birlikte zayıf bir doğrusal ilişkinin

( $r=0,281$ ) de olduğu görülmektedir (bkz. Tablo 6). İnançtaki bir artış esnasında ibadette de bir artış meydana gelmektedir. Standart sapma değerlerinden ise sığınmacı puanlarının ibadet boyutundaki zekat maddesi ortalamasından en fazla saptığı, dolayısıyla en farklı cevapların bu maddeye verildiği (heterojen dağıldığı) görülmektedir. Birbirine en yakın cevapların ise inancını yaşama maddesine verildiği, dolayısıyla en homojen dağılımın bu maddede olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Dindarlık ölçeği boyutlarının ortalama ve standart sapma değerleri

Boyut	n	Ortalama	Standart sapma	Korelasyon
İbadet	269	3,1160	,54402	0,281
İnanç		4,5911	,55039	$p<0,01$

### 3. Dindarlık ile Başa Çıkma Yöntemleri Arasındaki İlişki

Dindarlık boyutları ile başa çıkma boyutları arasındaki korelasyon katsayıları *ibadet* boyutunun *mizah*, *madde kullanımı* ve *kendini suçlama* boyutlarıyla bir ilişkisi olmadığını; diğer başa çıkma yöntemleriyle doğru yönde bir ilişkisi bulunduğunu ortaya koymaktadır. *İbadet* boyutunun en fazla ilişkili olduğu, yani ibadetin artmasıyla en fazla artış gösteren başa çıkma boyutlarının sırasıyla *olumlu yeniden yorumlama* ( $r=0,406$ ), *zihinsel olarak ilgisi kesme* ( $r=0,396$ ) ve *etkin başa çıkma* ( $r=0,340$ ) yöntemleri olduğu görülmektedir. *İnanç* boyutunun ise doğru yönde en fazla ilişkili olduğu başa çıkma yöntemi *dine yönelme* ( $r=0,298$ ) iken ters yönde ilişkili olduğu yöntemler ise *madde kullanımı* ( $r=0,492$ ) ve *mizahtır* ( $r=0,297$ ). Dolayısıyla inanç arttıkça en fazla artan başa çıkma yöntemi *dine yönelme*, en fazla azalanlar ise *madde kullanımı* ve *mizah* olmaktadır (bkz. Tablo 7).

*Dine yönelmenin* sığınmacılar açısından oldukça işlevsel bir başa çıkma yöntemi olduğu anlaşılmaktadır. *Mizah* boyutunun ise sığınmacılarda *madde kullanımı* ve *kendini suçlama* ile doğru, işlevsel başa çıkma yöntemleriyle ise ters orantılı olarak kullanıldığı görülmektedir. Dolayısıyla işlevsel başa çıkma yöntemlerini kullanan sığınmacıların sıkıntılarını hafife almak ve alay etmekten uzak durdukları, artan inanç ile mizah boyutunun ters ilişkili olduğu görülmektedir. Dolayısıyla sığınmacıların *mizah boyutunu işlevsel olmayan bir başa çıkma yöntemi* olarak kullandıkları sonucuna varılabilir.

Dindarlığın artmasıyla daha etkili ve işlevsel başa çıkma yöntemleri olan *olumlu yeniden yorumlama* ve *etkin başa çıkma* yöntemleri kullanımının da arttığı, işlevsel olmayan *madde kullanımının* ise azaldığı görülmektedir. Bu noktada, *zihinsel olarak ilgiyi kesme* boyutunun ancak *kişilerin kullanım*

Tablo 6. Dindarlık boyutları ile başa çıkma boyutları arasındaki korelasyon

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
kes																
,010	,202**															
-2,14**	-0,91															
-0,86	,203**															
,153*	,270*															
-0,17	,233**															
,062	,129*															
,330**	,262**															
,048	,166**															
,123*	,314**															
,199**	,231**															
-0,049	,176**															
,202**	,308**															
,174**	,379**															
,291**	,086															
,094	1															
1																



\* Anlamlılık düzeyi:  $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$

Dindarlık Ölçeği; 1 (ibd): İbadet, 2 (inc): İnanç.

Başa Çıkma Ölçeği; 3 (ebc): Etkin başa çıkma, 4 (pln): Planlama, 5 (oyy): Olumlu yeniden yorumlama, 6 (kbl): Kabullenme, 7 (miz): Mizah, 8 (din): Dine yönelme, 9 (dsd): Duygusal sosyal destek kullanma, 10 (asd): Araçsal sosyal destek kullanma, 11 (zik): Zihinsel olarak ilgiyi kesme, 12 (yad): Yadsıma, 13 (dav): Duyguları açığa vurma, 14 (mad): Madde kullanımı, 15 (dik): Davranışsal olarak ilgiyi kesme, 16 (kes): Kendini suçlama.

tarzlarına göre işlevsel olup olmadıklarına karar verilebileceği (Carver vd., 1989, s. 269) yorumu göz önüne alınırsa *zihinsel olarak ilgiyi kesme* üzerinde biraz daha durulması gerektiği ortaya çıkmaktadır. Tablo 4'te Suriyeli sığınmacıların *zihinsel olarak ilgiyi kesme* başa çıkma yöntemi kullanımının artmasıyla *etkin başa çıkma* yöntemi kullanımının da arttığı hatta tablodaki en yüksek ilişkinin ( $r=0,629$ ) *zihinsel olarak ilgiyi kesme* ile *etkin başa çıkma* yöntemleri arasında olduğu görülmektedir. Ayrıca Tablo 8'de de sığınmacıların *zihinsel olarak ilgiyi kesmeyi* diğer işlevsel başa çıkma yöntemleriyle birlikte kullanıyor olmaları *zihinsel olarak ilgiyi kesmenin de işlevsel bir başa çıkma yöntemi* olarak kullanıldığına kanıt oluşturmaktadır. Dolayısıyla sığınmacılar yaşadıkları sıkıntılarda takılıp kalmamak için başka etkinliklerde de yer alarak sıkıntılarını zihinlerinden uzaklaştırmaya çalışmakta bu sayede diğer işlevsel başa çıkma yöntemlerini de kullanabilmektedirler denilebilir.

#### a. Dindarlığın İbadet Boyutu ve Başa Çıkma Yöntemleri

Dindarlık ile başa çıkma boyutları arasındaki sebep sonuç ilişkilerinin ortaya koyulabilmesi için burada Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi gerçekleştirilmiştir. Regresyon analizine başa çıkmanın 14 boyutu bağımsız değişken, dindarlığın ibadet boyutu ise bağımlı değişken olarak tanımlanmıştır. Analiz, başa çıkma boyutlarının ibadetteki varyansı %34,6 oranında açıkladığını göstermektedir. Başa çıkma yöntemlerinden *olumlu yeniden yorumlama* ( $\beta=,193$ ;  $p < 0,05$ ), *kabullenme* ( $\beta=,171$ ;  $p < 0,05$ ), *duygusal sosyal destek kullanma* ( $\beta=,121$ ;  $p < 0,05$ ), *araçsal sosyal destek kullanma* ( $\beta=,192$ ;  $p < 0,05$ ), *zihinsel olarak ilgiyi kesme* ( $\beta=,202$ ;  $p < 0,05$ ) ve *mizah* ( $\beta=-,160$ ;  $p < 0,05$ ) ibadetteki varyansı anlamlı olarak açıklamaktadırlar. Buna göre sığınmacılarda ibadet arttıkça *olumlu yeniden yorumlama*, *kabullenme*, *duygusal sosyal destek kullanma*, *araçsal sosyal destek kullanma* ve *zihinsel olarak ilgiyi kesme* yöntemlerinin kullanımı da artmaktadır. *Mizahın* kullanımı ise ibadet arttıkça azalmaktadır (bkz. Tablo 8).

Bu bulguya benzer şekilde, yetişkinlerde dindarlığın bilgi-ibadet ve sosyal boyutu ile sıkıntıdan etkilenme derecesi arasında anlamlı olumsuz ilişkinin tespit edildiği araştırmalar (Yoğurtçu, 2009, s. 144) mevcuttur. Bu

araştırmalarda dindarlığın ibadet boyutunun artmasıyla sıkıntılardan daha az etkilenildiği görüldüğünden, buradaki bulgulara dayanarak da, sıkıntılardan daha az etkilenme nedenlerinden birinin işlevsel başa çıkma yöntemlerinin kullanılması olduğu savunulabilir. Ayrıca Türkiye'deki mülteci öğrenciler üzerine yapılan deneysel bir çalışmada da *duygusal* ve *araçsal sosyal destek kullanımının* mültecilerin depresyon düzeylerini azalttığı sonucuna varılmıştır (Özcan, 2019a, s. 1015). Buradaki bulgulardan da dindarlığın artmasıyla bu başa çıkma yöntemlerinin arttığının anlaşılıyor olması dindarlığın ve sosyal desteğin sığınmacılarda depresyonu azalttığını göstermektedir.

Tablo 7. İbadet için çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları

Boyutlar	$\beta$	t	p	R <sup>2</sup>
<b>Etkin başa çıkma</b>	,023	,314	,754	0,346
<b>Planlama</b>	-,034	-,531	,596	
<b>Olumlu yeniden yorumlama</b>	,193	2,961	<b>,003</b>	
<b>Kabullenme</b>	,171	3,012	<b>,003</b>	
<b>Mizah</b>	-,160	-2,732	<b>,007</b>	
<b>Dine yönelme</b>	,115	1,762	,079	
<b>Duygusal sosyal destek kullanma</b>	,121	2,044	<b>,042</b>	
<b>Araçsal sosyal destek kullanma</b>	,192	3,315	<b>,001</b>	
<b>Zihinsel olarak ilgiyi kesme</b>	,202	2,633	<b>,009</b>	
<b>Yadsıma (İnkar)</b>	,067	1,158	,248	
<b>Duyguları açığa vurma</b>	-,086	-1,366	,173	
<b>Madde kullanımı</b>	,137	1,854	,065	
<b>Davranışsal olarak ilgiyi kesme</b>	,047	,801	,424	
<b>Kendini suçlama</b>	-,029	-,504	,615	

### b. Dindarlığın İnanç Boyutu ve Başa Çıkma Yöntemleri

Başta çıkma boyutlarının bağımsız değişken, dindarlığın inanç boyutunun ise bağımlı değişken olarak tanımlandığı regresyon analizinde başta çıkma boyutlarının inançtaki varyansı %33,2 oranında açıkladığı görülmektedir. Başta çıkma yöntemlerinden *mizah* ( $\beta=-,159$ ;  $p<0,05$ ), *yadsıma (inkar)* ( $\beta=,152$ ;  $p<0,05$ ) ve *madde kullanımı* ( $\beta=-,385$ ;  $p<0,05$ )

inançtaki varyansı anlamlı olarak açıklamaktadırlar. Buna göre sığınmacılarda inanç attıkça *yadsıma (inkar)* başa çıkma yöntemi kullanımının da arttığı; işlevsiz başa çıkma yöntemleri olan *mizah* ve *madde kullanımının* ise azaldığı anlaşılmaktadır. Bunlar içinden en güçlü açıklama oranı ise *madde kullanımına* aittir (bkz. Tablo 9). İnanç arttıkça İslam dininde zaten haram olan sarhoşluk veren alkol, uyuşturucu gibi maddelerin yanında sakinleştirici ilaç kullanımının da azaldığı görülmektedir. İnanç boyutuyla dindarlığın artması başa gelen sıkıntıların hafife alınmasını veya alay edilmesini de azaltmaktadır.

Tablo 8. İnanç için çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları

Boyutlar	$\beta$	t	p	R <sup>2</sup>
Etkin başa çıkma	,029	,399	,690	0,332
Planlama	,106	1,625	,105	
Olumlu yeniden yorumlama	-,074	-1,130	,259	
Kabullenme	,083	1,449	,149	
Mizah	-,159	-2,697	<b>,007</b>	
Dine yönelme	,080	1,223	,222	
Duygusal sosyal destek kullanma	-,011	-,180	,857	
Araçsal sosyal destek kullanma	-,045	-,765	,445	
Zihinsel olarak ilgiyi kesme	-,029	-,371	,711	
Yadsıma (İnkâr)	,152	2,623	<b>,009</b>	
Duyguları açığa vurma	,083	1,297	,196	
Madde kullanımı	-,385	-5,136	<b>,000</b>	
Davranışsal olarak ilgiyi kesme	-,108	-1,807	,072	
Kendini suçlama	-,099	-1,705	,089	

### Değerlendirme ve Sonuç

Araştırmanın sonuçları, *ibadetin* artmasıyla sığınmacıların *etkin başa çıkma, olumlu yeniden yorumlama, kabullenme, duygusal sosyal destek kullanma, araçsal sosyal destek kullanma* ve *zihinsel olarak ilgiyi kesme* gibi sorun ve duygu odaklı başa çıkma yöntemlerini daha fazla kullandıkları görülmüştür. *İnancın* artması ise işlevsiz başa çıkma yöntemlerinden olan *madde kullanımı, yadsıma (inkar)* ve *mizahın* kullanılmasını azaltmaktadır.

Dolayısıyla *dindarlık ile işlevsel başa çıkma yöntemleri arasında anlamlı bir ilişki vardır, dindarlığın artmasıyla birlikte Suriyeli sığınmacılar daha etkili başa çıkma yöntemleri kullanırlar* ana hipotezi doğrulanmıştır. Dindarlık düzeyi yüksek olanlar işlevsel başa çıkma yöntemlerini, dindarlık düzeyleri düşük olanlar ise işlevsel olmayan başa çıkma yöntemlerini kullanmaktadırlar.

Sığınmacıların en fazla kullandıkları başa çıkma yöntemlerinin *dine yönelme*yle birlikte *etkin başa çıkma* ve *planlama* olması, sığınmacıların sıkıntı anında sadece daha fazla dua etmekle kalmayıp fiili olarak da sıkıntılarını giderilmesi için mücadele ettiklerini, her işte bir hikmetin olduğu düşüncesiyle sıkıntılarının *olumlu taraflarına* da bakarak mücadeleden vazgeçmediklerini, dolayısıyla *madde kullanımı* gibi kaçınmacı bir başa çıkma yöntemine oldukça az başvurdukları görülmüştür.

Burada dikkat çekilmesi gereken bir husus da başa çıkma yöntemi olarak *dine yönelme*nin dindarlığın ibadet boyutunu yeterince anlamlı olarak açıklayamadığıdır. Yani dindarlık arttığında, sıkıntılarla başa çıkmak için sadece dine yönelme, daha fazla dua etme değil bunlarla birlikte ve bunlardan belki daha fazla olarak sorun ve duygu odaklı başa çıkma yöntemleri sığınmacılar tarafından kullanılmaktadır. Yani sığınmacıların veya genel olarak insanların bir dine mensup olmaları onların sadece dini başa çıkma yöntemleri kullandıkları anlamına gelmemektedir. Dolayısıyla Müslüman sığınmacıların başa çıkma yöntemlerini ölçmek için *dini* başa çıkma ölçekleri (Özcan, 2019b; Sağır, 2014, 2018) yerine, başa çıkmanın genel boyutlarının bulunduğu ölçeklerin kullanılmasının daha isabetli olduğu düşünülmektedir.

Diğer taraftan inancın artması *inkar* başa çıkma yönteminin kullanılmasını da arttırmaktadır. Yani sığınmacılar aslında dünyanın bir imtihan yeri olduğunu, sıkıntılarının gerçek olmadığını, hayatın gelip geçici olduğu gibi sıkıntılarının da daima devam etmeyeceğini düşünmektedirler. Normal şartlarda sıkıntılarının inkarı, işlevsel olmayan bir başa çıkma yöntemi iken bu yönüyle, sığınmacılara sabır ve metanet sağlayabildiği için onlar açısından işlevsel bir başa çıkma yöntemi olabileceğine dair kanaat oluşturmaktadır.

Bu araştırma sonucuna göre son 15 yıldır yapılan araştırmaların bulgularına paralel olarak dindarlığın sığınmacıların psikolojisi üzerindeki sadece olumlu etkilerinden bahsetmek mümkündür. Zorunlu göçü yaşayan Suriyelilerin %65'ine tekabül eden Türkiye'de yaşayan 3,7 milyonluk kısmının fiziksel ihtiyaçlarının karşılanmasının ve ekonomik sorunlarının

giderilmesinin yanında eğitim, dil, sosyolojik ve psikolojik sorunlarının çözümünde de yardımda bulunulması gerekmektedir. Sığınmacıların artan dindarlıklarının başa çıkmada oluşturduğu olumlu etkiye istinaden dindarlıklarının azalmasına sebebiyet veren durumlar varsa bunların tespit edilmesi için daha fazla akademik çalışmalar yapılması gerekmektedir.

Bu durumlardan biri muhtemelen sığınmacılara özel bir dini rehberliğin yapılmamasıdır ki Türkiye’de geçirilen sürenin beş yılın üzerine çıkmasıyla hem dindarlık azalmakta hem de pek işlevsel olmayan başa çıkma yöntemleri artmaktadır. Dindarlığın azalmasının psikolojik sorunlar ortaya çıkarması mümkün olduğundan bu konuda kaydedilecek ilerlemelere önemli bir ihtiyaç olduğu anlaşılmaktadır.

Dindarlığın ruh sağlığı için temin ettiği olumlu etki göz önüne alındığında diğer maddi destekler yanında dini ve psikolojik rehberliğe en fazla ihtiyacı olan kesimler; Türkiye’de kalma süresi beş yılı geçenler (ki bunlar gün geçtikçe kendilerini daha çaresiz hissetmektedirler), çalışmayan veya çalışmayan sığınmacılar, Türkiye’ye sığınalı henüz iki yılı geçmeyen sığınmacılar (ki bir yakınına kaybeden veya göç nedeniyle yaşadığı sıkıntılar henüz yeni olanlar, daha çeşitli ve fazla başa çıkma yöntemlerine başvurmak zorunda kalmışlardır) şeklinde sıralanabilir.

Her ne kadar bu çalışmadaki araştırma örneklemini sadece Kayseri’den seçilmiş ve örneklemdaki erkek oranı yüksek çıkmış, yaş ortalaması yüksek olan sığınmacılara fazla ulaşılamamış olsa da (ki bunda Türkiye’ye gelen sığınmacılar arasında yaşlıların fazla olmaması, yaşlıların ülkelerini terk edememiş olmalarının da etkisi vardır) yapılan bu araştırma sonuçlarının Türkiye geneli için de önemli ipuçları taşıdığı savunulabilir.



#### KAYNAKÇA

- ABU-RAIYA, H., & PARGAMENT, K. I. (2011). Empirically based psychology of Islam: Summary and critique of the literature. *Mental Health, Religion & Culture, 14*(2), 93-115. DOI: 10.1080/13674670903426482
- AHROLD, T. K., & MESTON, C. M. (2010). Ethnic Differences in Sexual Attitudes of U.S. College Students: Gender, Acculturation, and Religiosity Factors. *Archives of Sexual Behavior, 39*(1), 190-202. DOI: 10.1007/s10508-008-9406-1
- AL ZABEN, F., KHALIFA, D. A., SEHLO, M. G., AL SHOHAIB, S., BINZAQR, S. A., BADREG, A. M., ... KOENIG, H. G. (2015). Religious Involvement and Health in Dialysis Patients in Saudi Arabia. *Journal of Religion and*

*Health*, 54(2), 713-730. DOI: 10.1007/s10943-014-9962-8

- AL ZABEN, F., SEHLO, M. G., KHALIFA, D. A., & KOENIG, H. G. (2015). Test-Retest Reliability of the Muslim Religiosity Scale: Follow-Up to "Religious Involvement and Health Among Dialysis Patients in Saudi Arabia". *Journal of Religion and Health*, 54(3), 1144-1147. DOI: 10.1007/s10943-015-0025-6
- ALLPORT, G. W., & ROSS, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of personality and social psychology*, 5(4), 432.
- ALTEMEYER, B., & HUNSBERGER, B. (1992). Authoritarianism, Religious Fundamentalism, Quest, and Prejudice. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 2(2), 113-133. DOI: 10.1207/s15327582ijpr0202\_5
- AYDIN, K. B. (2005). Akış kuramına dayalı stresle başa çıkma grup programının ergenlerin stresle başa çıkma stratejilerine etkisi. *Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Ankara: Türkiye.*
- AYTEN, A. (2012). Tanrı'ya Sığınmak-Dinî Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma. *İstanbul: İz Yayıncılık.*
- BATSON, C. D., & SCHOENRADE, P. A. (1991). Measuring religion as quest: 1) Validity concerns. *Journal for the scientific study of Religion*, 416-429.
- BERRY, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied psychology*, 46(1), 5-34.
- BOLGER, N. (1990). Coping as a personality process: A prospective study. *Journal of personality and social psychology*, 59(3), 525.
- BURCH-BROWN, J., & BAKER, W. (2016). Religion and reducing prejudice. *Group Processes & Intergroup Relations*, 19(6), 784-807.
- BUZ, S. (2008). Türkiye'deki sığınmacıların sosyal profili. *Polis Bilimleri Dergisi*, 10(4), 1-14.
- CARVER, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol' too long: Consider the brief cope. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92. DOI: 10.1207/s15327558ijbm0401\_6
- CARVER, C. S., POZO, C., HARRIS, S. D., NORIEGA, V., SCHEIER, M. F., ROBINSON, D. S., ... CLARK, K. C. (1993). How coping mediates the effect of optimism on distress: A study of women with early stage breast cancer. *Journal of Personality and social psychology*, 65(2), 375.
- CARVER, C. S., SCHEIER, M. F., & WEINTRAUB, J. K. (1989). Assessing coping

strategies: A theoretically based approach. *Journal of personality and social psychology*, 56(2), 267.

- CENGİZ, E. (2018). *Suriyeli Ortaokul Öğrencilerinin Psikososyal Uyum Sorunları ile Demografik Özellikler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi). Çağ Üniversitesi, Mersin.
- CHAPMAN, D. W., & CARTER, J. F. (1979). Translation Procedures for the Cross Cultural Use of Measurement Instruments. *Educational Evaluation and Policy Analysis*, 1(3), 71-76. DOI: 10.3102/01623737001003071
- ÇELİK, C. (2012). Göç, Kentleşme ve Din. *Din Sosyolojisi*, (Ed. N. Akyüz, İ. Çapcıoğlu), Ankara: Grafiker Yayınları, 297-306.
- DEMİRBAŞ, H., & BEKAROĞLU, E. (2013). Evden uzakta olmak: Sığınmacıların/mültecilerin psikolojik sorunları ve alınacak önlemler. *Kriz dergisi*, 21(1), 11-24.
- ENDLER, N. S., & PARKER, J. D. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of personality and social psychology*, 58(5), 844.
- ERKAN, E. (2016). Suriyeli Göçmenler ve Dini Hayat: Uyum, Karşılaşma, Benzeşme Gaziantep Örneği. *İlahiyat Akademi Dergisi (Gaziantep Üniversitesi İlahiyat Fakültesi)*, 3(4), 1-35.
- FETZER INSTITUTE. (1999). *Multidimensional Measurement of Religiousness/Spirituality for Use in Health Research: A Report of the Fetzer Institute/National Institute on Aging Working Group*. Miami: John E. Fetzer Institute.
- FIRAT, E. (1977). *Üniversite Öğrencilerinde Allah İnancı ve Din Duygusu* (Doktora). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- FOLKMAN, S., & LAZARUS, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of personality and social psychology*, 48(1), 150.
- FRANCIS, L. J., & STUBBS, M. T. (1987). Measuring attitudes towards christianity: From childhood into adulthood. *Personality and Individual Differences*, 8(5), 741-743. DOI: 10.1016/0191-8869(87)90075-4
- GALL, T. L., KRISTJANSSON, E., CHARBONNEAU, C., & FLORACK, P. (2009). A longitudinal study on the role of spirituality in response to the diagnosis and treatment of breast cancer. *Journal of Behavioral Medicine*, 32(2), 174-186. DOI: 10.1007/s10865-008-9182-3

- Geçici Koruma. (2019, Kasım 14). Geliş tarihi 24 Kasım 2019, gönderen İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Genel Müdürlüğü website: <https://www.goc.gov.tr/gecici-koruma5638>
- GLOCK, C. Y., & STARK, R. (1965). *Religion and Society in Tension*. Chicago: Rand McNally.
- GÜNDÜZ, Z. Y. (2011). Almanya'daki Türkiye kökenli göçmenlerin sağlık durumları: "göç hasta eder" den "göç sağlığa iyi gelir" e geçiş için öneriler. *Onlar Bizim Hemşehrimiz*, 85.
- HAMDAN-MANSOUR, A. M. (2013). Depression, psychological distress and coping skills among patients diagnosed with type-II Diabetes Mellitus. *Life Science Journal*, 10(4).
- HOLAHAN, C. J., MOOS, R. H., & SCHAEFER, J. A. (1996). *Coping, stress resistance, and growth: Conceptualizing adaptive functioning*. Oxford, England: John Wiley & Sons.
- JANA-MASRI, A., & PRIESTER, P. E. (2007). The development and validation of a Qur'an-based instrument to assess Islamic religiosity: The religiosity of Islam scale. *Journal of Muslim Mental Health*, 2(2), 177–188.
- KIRMAYER, L. J., NARASIAH, L., MUNOZ, M., RASHID, M., RYDER, A. G., GUZDER, J., ... for the Canadian Collaboration for Immigrant and Refugee Health (CCIRH). (2011). Common mental health problems in immigrants and refugees: General approach in primary care. *Canadian Medical Association Journal*, 183(12). DOI: 10.1503/cmaj.090292
- KOENIG, H. G., ZABEN, F. A., KHALIFA, D. A., & SHOHAIB, S. A. (2014). Measures of Religiosity. İçinde *Measures of Personality and Social Psychological Constructs* (ss. 530-561). London, United Kingdom: Academic Press.
- KOŞTAŞ, M. (1995). *Üniversite öğrencilerinde dine bakış*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- KÖKTAŞ, M. E. (1993). *Türkiye'de dinî hayat*. İstanbul: İşaret Yayınları.
- LAZARUS, R. S., & FOLKMAN, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- LEE, Y. M., Shin, O. J., & Lim, M. H. (2012). The psychological problems of North Korean adolescent refugees living in South Korea. *Psychiatry investigation*, 9(3), 217.
- MAHUDIN, N., NOOR, N., DZULKIFLI, M., & JANON, N. (2016). Religiosity among muslims: A scale development and validation study. *Makara*
-



*Hubs-Asia*, 20(2), 109–121.

- McCRAE, R. R., & COSTA Jr, P. T. (1986). Personality, coping, and coping effectiveness in an adult sample. *Journal of personality*, 54(2), 385–404.
- MIRANDA, A. O., & MATHENY, K. B. (2000). Socio-Psychological Predictors of Acculturative Stress among Latino Adults. *Journal of Mental Health Counseling*, 22(4), 306. Geliş tarihi gönderen a9h.
- MOOS, R. H., & BILLINGS, A. G. (1982). Conceptualizing and measuring coping resources and processes. *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects*, 2.
- MOREIRA-ALMEIDA, A., LOTUFO NETO, F., & KOENIG, H. G. (2006). Religiousness and mental health: A review. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 28(3), 242–250.
- MUTLU, K. (1989). Bir Dindarlık Ölçeği (Sosyolojide Yöntem Üzerine Bir Tartışma). *İslami Araştırmalar*, 3(4).
- NICHOLL, C., & THOMPSON, A. (2004). The psychological treatment of Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) in adult refugees: A review of the current state of psychological therapies. *Journal of Mental Health*, 13(4), 351-362. DOI: 10.1080/09638230410001729807
- NUNNALLY, J. C., BERNSTEIN, I. H., & BERGE, J. M. (1967). *Psychometric theory* (C. 226). New York: McGraw-Hill.
- OLÁH, A. (1995). Coping strategies among adolescents: A cross-cultural study. *Journal of Adolescence*, 18(4), 491-512. DOI: 10.1006/jado.1995.1035
- ÖZBAY, Y., & ŞAHİN, B. (1997). *Stresle başa çıkma tutumları envanteri: Geçerlik ve güvenirlik çalışması*. Program adı: IV. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Ankara.
- ÖZCAN, Z. (2019a). Göçün Travmatik Etkilerini Azaltmada Sosyal Desteğin Rolü Üzerine Deneysel Bir Araştırma. *Bilimname*, 37(1).
- ÖZCAN, Z. (2019b). Mülteci Öğrencilerin Kültürel Uyumluları ile Dinî Başa Çıkmaları Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*, 23(1), 127-147. DOI: 10.18505/cuid.510680
- RIZVI, M. A. K., & HOSSAIN, M. Z. (2017). Relationship Between Religious Belief and Happiness: A Systematic Literature Review. *Journal of Religion and Health*, 56(5), 1561-1582. DOI: 10.1007/s10943-016-0332-6

- ROGER, K. S., & HATALA, A. (2018). Religion, spirituality & chronic illness: A scoping review and implications for health care practitioners. *Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought*, 37(1), 24-44. DOI: 10.1080/15426432.2017.1386151
- SAFFARI, M., KOENIG, H. G., GHANIZADEH, G., PAKPOUR, A. H., & BALDACCHINO, D. R. (2014). Psychometric Properties of the Persian Spiritual Coping Strategies Scale in Hemodialysis Patients. *Journal of Religion and Health*, 53(4), 1025-1035. DOI: 10.1007/s10943-013-9700-7
- SAĞALTICI, E. (2013). *Suriyeli mültecilerde travma sonrası stres bozukluğu taraması* (Tıpta Uzmanlık). Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.
- SAĞIR, Z. (2014). Suriyeli mültecilerde dini başa çıkma ve ruh sağlığı. *Unpublished Master's thesis*. Marmara University, İstanbul, Turkey.
- SAĞIR, Z. (2018). Suriyeli Kadın Mültecilerde Kültürel Uyum, Ruh Sağlığı ve Din. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. İstanbul Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- SAROGLOU, V. (2009). Religiousness as a Cultural Adaptation of Basic Traits: A Five-Factor Model Perspective. *Personality and Social Psychology Review*, 14(1), 108-125. DOI: 10.1177/1088868309352322
- Situation Syria Regional Refugee Response. (2019, Kasım 14). Geliş tarihi 24 Kasım 2019, gönderen Birleşmiş Milletler Mülteci Örgütü website: <https://data2.unhcr.org/en/situations/syria>
- STEINHARDT, M., & DOLBIER, C. (2008). Evaluation of a Resilience Intervention to Enhance Coping Strategies and Protective Factors and Decrease Symptomatology. *Journal of American College Health*, 56(4), 445-453. DOI: 10.3200/JACH.56.44.445-454
- SUBAŞI, N. (2004). *Gündelik hayat ve dinsellik*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- ŞENZEYBEK, A. (2013). Suriye'de Dürzi-Nusayri-İsmaili ve Sünni İlişkileri. *e-Makalat Mezhep Araştırmaları Dergisi*, 6(2), s-469.
- TANAY AKALIN, A. (2016). *Türkiye'ye gelen Suriyeli göçmen çocukların eğitim sorunları* (Basılmamış Doktora Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- TAPLAMACIOĞLU, M. (1962). *Yaşlara Göre Dini Yaşayışın Şiddet ve Kesafeti Üzerinde Bir Anket Denemesi*.
- TEODORESCU, D. S., HEIR, T., HAUFF, E., WENTZEL-LARSEN, T., & LIEN, L. (2012). Mental health problems and post-migration stress among multi-traumatized refugees attending outpatient clinics upon

- resettlement to Norway. *Scandinavian Journal of Psychology*, 53(4), 316-332.
- TERZİ, Ş. (2009). Bilişsel Değerlendirme Ölçeği'nin uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(1), 127-141.
- TOBIN, D. L., HOLROYD, K. A., REYNOLDS, R. V., & WIGAL, J. K. (1989). The hierarchical factor structure of the coping strategies inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 13(4), 343-361. DOI: 10.1007/BF01173478
- TÜRKÜM, A. S. (2002). Stresle Başa Çıkma Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(18), 25-34. DOI: 10.17066/pdrd.67144
- ULU, M. (2013). *Dindarlığın Tanımı, Boyutları ve Ölçülmesi Üzerine Psikolojik Bir Araştırma: Erciyes Üniversitesi Öğrencileri Örneği* (Doktora). Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- WARFA, N., CURTIS, S., WATTERS, C., CARSWELL, K., INGLEBY, D., & BHUI, K. (2012). Migration experiences, employment status and psychological distress among Somali immigrants: A mixed-method international study. *BMC Public Health*, 12(1), 749.
- WHITLEY Jr, B. E. (2009). Religiosity and attitudes toward lesbians and gay men: A meta-analysis. *International Journal for the Psychology of Religion*, 19(1), 21-38.
- YABLON, Y. B., FRANCIS, L. J., & ROBBINS, M. (2014). The Katz-Francis Scale of Attitude toward Judaism: Internal Consistency Reliability and Construct Validity among Female Undergraduate Students in Israel. *Pastoral Psychology*, 63(1), 73-78. DOI: 10.1007/s11089-013-0523-y
- YAPAREL, R. (1987). *Yirmi-Kırk Yaşları Arası Kişilerde Dini Hayat ile Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma* (Doktora). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- YOĞURTÇU, F. (2009). *Yetişkinlerde Dindarlık ve Ruh Sağlığı* (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adapazarı.



## THE RELATIONSHIP BETWEEN USE OF COPING STRATEGIES AND RELIGIOSITY AMONG SYRIAN REFUGEES\*

Mustafa ULU<sup>a</sup>

Harun ÇELİK<sup>b</sup>

### Extended Abstract

Internal disturbance and civil war that have started in 2011 in Syria caused the people to suffer important problems. One of these problems is the destruction or threatening of the relatives and the environment in which they live. Therefore, most of the people had to take refuge in neighbor countries to overcome these problems. However, this asylum brings many difficulties. The problems experienced by asylum-seekers can be categorized under three headings as the ones that caused compulsory immigration, the problems encountered during the asylum process, and the problems experienced in the settled areas. Psychological dramatic events such as physical injury, witnessing the death or injury of relatives, rape, torture, arrest, genocide (Nicholl & Thompson, 2004, p. 353) during internal disturbance are often the causes of forced migration; disruptions of geographical and cultural ties with the society, uncertainty at the end of migration, unemployment and employment difficulties, concerns about reunion with the remaining family members, language barriers, difficulties in cultural adaptation (Kirmayer et al., 2011, p. 961) are among the problems encountered. All these problems become sources of stress on asylum-seekers and require them to resort to various coping methods continually. Otherwise, they may experience important mental disorders such as suffocation, depression, psychosomatic symptoms, sleep disorder, attention deficit, suicide, and post-traumatic stress disorder.

---

\* This work has been derived from the one of the authors' master thesis entitled "Levels of religiosity and coping strategies among registered Syrian refugees."

<sup>a</sup> Assoc. Prof., Erciyes University, mustafaulu@erciyes.edu.tr

<sup>b</sup> Ph.D., Erciyes University, haruncelik@erciyes.edu.tr

Some coping models have been developed based on the findings obtained from studies conducted to determine which methods people use to deal with their problems. The most widely accepted models are those that deal with coping under two headings: problem-oriented and emotion-oriented coping methods. The problem-oriented coping method focuses more on stress-causing resources and their elimination or mitigation, with strategies such as self-control, taking responsibility, establishing plans to solve the problem, and thinking about the positive sides of the problem. In the emotion-oriented coping method, the effect of the stress source is tried to be reduced by focusing on stress-containing emotions instead of direct stress sources (Carver et al., 1989, p. 267). Denial of distress, trying to stay away from it, chatting with other people, seeking support are accepted as emotion-oriented coping strategies, and thus, it is aimed to manage the distress emotionally. One or more coping methods may be used against one or more difficulties. It is seen that in situations where stress solutions exist or are known, problem-oriented coping methods, in situations where it is not possible to control or prevent it, mostly emotion-oriented methods are used (Carver et al., 1989, p. 268).

In this study, the effect of asylum seekers' religiosity on coping methods was investigated. A more scientific study of the relationship between religiosity and psychology and its publication in the most important journals in the fields of medicine and psychology took place only in the last quarter-century. Recently, studies in this area have increased significantly. The majority of researchers argue that religiosity has a positive effect on mental health and the treatment of illnesses, while only a few have a negative effect (Roger & Hatala, 2018, s. 34). Although some studies are defending the negative effects of religiosity on patients, this trend is weakening day by day. When the last 15 years are taken into consideration, studies that defend the negative effects of religiosity have decreased considerably. On the other hand, it is understood from the researches examining the relationship between happiness and religiosity that happiness has an increasing positive relationship with religiosity and that religiosity positively affects happiness.

Islam provides important guidance for asylum-seekers to cope with the problems they face. The relations between asylum-seekers and local people have been given great importance since the early years of Islam. Because the Prophet Mohammad himself had to emigrate, he left Mecca where he was born and raised and took refuge in Medina with his friends. Therefore, many verses and hadiths regulate the relations between native people (Ansar) and immigrants (Muhajir) after this forced migration, which is called Hijra,

encouraging the appropriate behaviors, prohibiting negative behaviors and praising the good relations of both sides. Through these verses and hadiths, the integration between asylum-seekers and native people was encouraged and they were ensured to obey each other's law. Therefore, although not under the same conditions, relations that could serve as an example for coping with the problems that will emigrate and host Muslim communities in later periods have been put forward.

Considering the guidance provided by Islam, it is assumed that there is a significant relationship between religiosity and functional coping methods, and with the increase in religiosity, that Syrian asylum-seekers will use more effective coping methods. It is predicted that coping methods will differ significantly with religiosity levels, and those with high religiosity will use functional coping methods and those with low religiosity levels will use non-functional coping methods.

The questionnaire technique, which is one of the quantitative research methods, was used in the study, and the questionnaire containing personal information, religiosity and coping scales were prepared by the purpose of the research. Since the study will be applied to Syrian asylum-seekers, it ensures that the language of the questionnaire is Arabic completely. All information, which may vary by country, such as educational status in the personal information section, is regulated by Syrian researchers. The form of the religiosity scale used in the study, which was developed by the authors and which was in Arabic, was used. The version of the coping scale used was used after the control of some Syrian researchers. The data obtained from 269 of the Syrian refugees who participated in the study were evaluated. It was understood that the asylum-seekers who were asked to participate in the research were concerned about the use of the information they would provide for political or intelligence purposes. However, they were told that they could leave questions that they did not want to answer. Syrian asylum-seekers, who are fluent in Turkish, who had been assisted in the field study, had important contributions to this uneasiness. Thus, the data were reliably collected only from willing participants.

As a result of the increase in worship, it was seen that asylum-seekers used problem and emotion-oriented coping methods such as effective coping, positive reinterpretation, acceptance, using emotional, social support, and instrumental social support and mentally disabling attention. Increased beliefs, on the other hand, have reduced the use of substance and denial, which are dysfunctional coping methods.

---

Therefore, there is a significant relationship between religiosity and functional coping methods. With the increasing religiosity, the hypothesis confirms that Syrian asylum-seekers use more effective coping methods. Those with high religiosity use functional coping methods, and those with low religiosity use non-functional coping methods.

The coping methods using by asylum-seekers intensely are effective coping and planning with approaching to religion indicates that asylum seekers are not only praying more at the moment of distress but are actually struggling to eliminate the distress, that they do not give up the struggle by looking at the positive sides of the problems with the thought that there is wisdom in everything that comes to the fore, that therefore they have rarely used an avoidant coping method, such as substance use. It is also important to note that turning to religion as a method of coping does not adequately explain the worship dimension of religiosity. In other words, when religiosity increases, the problem and emotion-oriented coping methods are used by asylum-seekers to cope with the problems, not only to religion and to pray more. That is, the fact that asylum-seekers or people, in general, are members of a religion does not mean that they use only religious coping methods. Therefore, it is considered that it is more appropriate to use general coping dimensions instead of religious coping scales to measure the coping methods of Muslim asylum-seekers.

On the other hand, it was seen that increasing belief also increased the use of denial coping methods. In other words, asylum-seekers think that the world is a place of examinations, that the problems are not real, that life is temporary and the problems will not always continue. Under normal circumstances, denial of distress is a non-functional coping method, whereas denial is a functional coping method since it is used by asylum-seekers with functional coping methods and can provide patience and patience to asylum-seekers.

**Keywords:** Psychology of Religion, Religiosity; Coping Strategies; Syrian Refugees; Psychology of Refugees.

