

GÖÇMEN YALNIZLIĞININ SOSYO-PSİKOLOJİK AÇIDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

Ebulfez Süleymanlı
Melek Çaylak
Ceren Atlı
Zeynep Sena Akdağ
Suzan Değirmenci

Özet: Çalışmamızda yalnızlık olgusunun genel çerçevesi belirlenerek göçmenlerin yeni yaşam alanı olarak hayatlarını idame ettikleri mekânlara yönelik ayrışma durumları, toplumsallaşma süreçlerinde sosyal ilişkiler kurabilme kapasiteleri, yaşadıkları ülkeye ait hissetmeleri ve memnuniyetleri ile yalnızlığa dair algılarının araştırılması hedeflenmektedir.

Çalışma grubu olarak İstanbul, Şanlıurfa ve çevre illerde yaşayan 49 katılımcı ile görüşülmüştür. Araştırmada amaçlı tabakalı örneklem kullanılmıştır ve yarı yapılandırılmış anket formu ile veriler toplanmıştır. Verilerin analizinde ilişkisel tarama yöntemlerinden yararlanılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yalnızlık, Göçmenler, Göçmen Yalnızlığı, Sosyo-Psikolojik

THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL EVALUATION OF MIGRANT LONELINESS

Ebulfez Süleymanlı
Melek Çaylak
Ceren Atlı
Zeynep Sena Akdağ
Suzan Değirmenci

Abstract: The general framework of loneliness is determined in this study, and it is aimed to investigate the separation status of migrants as a new living space, their capacity to establish social relations in their socialization processes, their feelings about the country they live in, and their perception of loneliness.

The sample consisted of 49 participants living in Istanbul, Şanlıurfa and neighboring cities. The purposeful stratified sampling was used in the study and data was collected with a semi-structured questionnaire form. Relational scanning methods were used in the analysis of the data.

Keywords: Loneliness, Immigrants, Migrant Loneliness, Psychosocial

GÖÇMEN YALNIZLIĞININ SOSYO-PSİKOLOJİK AÇIDAN DEĞERLENDİRİLMESİ

Ebulfez Süleymanlı*
Melek Çaylak**
Ceren Atlı***
Zeynep Sena Akdağ****
Suzan Değirmenci*****

GİRİŞ

Yalnızlık yeni bir olgu olmasa da yaşadığımız modern çağda sık görülen ve hatta bazı mekansal ve kültürel yapılar açısından oldukça sıradanlaşan bir gerçekliğe dönüşmüştür. Yalnızlık, sosyal bilim teorisyenlerinin sıklıkla bahsettiği sadece bir psikolojik yaklaşımdan öte aynı zamanda toplumsal bir gerçekliğinin de var olduğu önemli bir olgudur. Yalnızlık modernite ve modern dünya paradigmasından bağımsız düşünülmemelidir. Bu açıdan değerlendirildiğinde sosyoloji biliminin ilk düşünürlerinin, belli sosyal sorunları ifade ederken bireyselleşme üzerinde durmaları ve bu süreç ile toplumsal aidiyetlerinin oluşmasında engelleyici birtakım faktörlerinde içerisinde bulunduğu göz ardı edilmeyecek bir gerçektir. O sebeple söylemek gerekir ki modern toplumun en önemli göstergelerinden biri olan bireyselleşme olgusu, yalnızlığın önemli bir etkeni olarak kodlanmaktadır. Bu da gösteriyor ki yalnızlık sadece bireysel psikolojik bir durum olmaktan çıkarak, kolektif yapı içerisinde bireyin tecrübe ettiği bir durumdur. Özellikle yalnızlık olgusunun mekânsal, ilişkisel, dini, ekonomik, kültürel, siyasal, sınıfsal vs. birçok sosyolojik boyutundan bahsedilebilir olması, meselenin toplumsal boyutunun irdelenmesi açısından önemli bir çıkış noktası sağlamaktadır. (Ulutaş & Gökçen, 2019). 1830'lar gibi erken bir tarihte yalnızlığın toplumsal boyutunun da dikkate alındığı Amerika'da Demokrasi adlı eserinde Tocqueville, bir mektubunda insanlar arasında yalnızlığın çöldeki yalnızlıktan daha

* Prof. Dr., Üsküdar Üniversitesi Sosyoloji Bölümü

** Öğr. Gör., Üsküdar Üniversitesi SMYO

*** Üsküdar Üniversitesi Sosyoloji Bölümü Yüksek Lisans Öğrencisi

**** Üsküdar Üniversitesi Sosyoloji Bölümü Öğrencisi

***** Üsküdar Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü Öğrencisi

acımasız olduğunu ileri sürmektedir (Svendsen, 2018, s.12-13). Modern toplumların kurulması, bireyselleşme, modern kapitalist dünya düzeni, iş bölümü, uzmanlaşma, liberal siyasal söylem, seküler hayat anlayışı vb. etkenler ile birey artık kendi hayatına yön verebilen, bireysel karara verme yetisine sahip, gelenek ve köklerinden bağımsız, rasyonel hareket edebilen ve bu tanımlamalar içerisinde yalnızlığında içerisinde yaşamaya mahkum hale getirilmektedir. Modern toplumun dönüşümselliğini Durkheim'in ifadesi ile mekanik dayanışmanın yerini organik dayanışmaya bırakması ile izah edecek olursak; bireylerin rasyonel hareket etmelerine, duygusal ve kollektif yapının yerini, resmi ilişkiler ile iş bölümü ve uzmanlaşmanın alması ile kollektif bilinçten uzaklaşma ile aidiyet duygularının ve dayanışma eğilimlerinin azalmaya başlaması aynı zamanda bireylerin içinde buldukları topluma karşı yabancılaşmalarına sebebiyle verecektir. Burada Marx'ın yabancılaşma kavramı durumu açıklayan önemli bir kavram olmakla birlikte bireylerin işine, emeğine, kendisine ve topluma yabancılaşması yalnızlaşmanın da birtakım emarelerini taşımaktadır. Dolayısıyla bireyselleşme toplumsal bir dönüşümün yaratmış olduğu bir takım yeni süreçlerin sonucu olarak yalnızlaşma dikkate değer bir konu olarak karşımızda durmaktadır.

Bireyselleşme ve yalnızlığın arttığı üzerine ittifak eden son dönem çalışmalarda sorun merkezli toplum tanımlamaları revaçtadır. Dolayısıyla ilk dönem sosyolojisinde her şeye gücü yeten ve her şeyi açıklayan "toplum" kavramı artık gündelik yaşamdaki ilişkilerin ve duyguların ifade edilmesinde kullanılan yardımcı bir kavram halini almıştır (Ulutaş & Gökçen, 2019). Yalnızlığın türleri ve türevleri, yalnızlığa maruz bırakılma ve yalnızlık istenci duygu durumunun karmaşık oluşundan ziyade toplumsallaşma biçimlerine göre değişmektedir. Bu da gösteriyor ki toplumsal yapıda olan köklü değişimler ve sosyal hareketler toplumun da süreç içerisinde değişimini beraberinde getirmekle birlikte bireysel olarak da hissedilen yeni sosyal sorunların doğmasına sebebiyet vermektedir. Hele ki günümüzde küreselleşmenin yıkıcı etkilerinin olduğu gerçeğini de kabul edersek bu sosyal sorunların toplumsal bir riske dönüşmesi söz konusudur.

Yalnızlık deneyimini göz önüne alarak Weiss, sosyal izolasyon yalnızlığı ile duygusal izolasyon yalnızlığı arasında ayırım yapmaktadır. Sosyal izolasyon yalnızlığı, Weiss'e göre ilgi çekici bir sosyal ağın olmamasından kaynaklanmaktadır. Buna karşın duygusal sosyal yalnızlık ise yakın bir bağlanma ilişkisinin yoksunluğundan kaynaklanmaktadır. Bu tip bir yalnızlık, Weiss'in iddiasına göre ancak tatmin edici bir bağlanma ilişkisinin kurulmasıyla hafif-

letilebilmektedir (DiTommaso & Spinner, 1997). Weiss'e (1973) müteakip çalışmalarda yalnızlık, sosyal ve duygusal olarak iki ayrı biçimde ele alınmıştır. Duygusal yalnızlık; bireyin başkalarına yakın duygusal bağlanmalarının olmamasından, sosyal yalnızlık ise; bireylerin diğer insanlarla sosyal ilişkisinin az olmasından veya olmamasından kaynaklanan yalnızlık kategorileridir.

Rokach da (2014) yalnızlığı dair birtakım maddelerde ortak bir kanaate varıldığını dillendirmektedir. Bu konsensüse göre: yalnızlık bir ayrılık deneyimidir, bağlayıcı anlamların yitimidir; yalnızlık acı vericidir ve tahammülü zordur, yalnızlık bireyi bir anlam arayışına itmektedir (Ulutaş & Gökçen, 2019). Bu ifadeler bize yalnızlığın bireyselleşme, aidiyet noksanlığı, toplumsala uyum sağlama durumunda güçlük gibi birtakım durumların birey üzerindeki yıkıcı etkisine vurgu yapıldığı görülmektedir. Dolayısıyla yalnızlık yine sadece psikolojik ve bireysel bir huşu olmaktan çıkarak sosyalleşme sürecine tam ve aktif katılmama ile de doğrudan ilişkilidir.

Aynı zamanda yalnızlık, bir şeyleri birilerine açmanın gereksiz yahut yetersiz olduğu düşüncesinin hâkim olduğu zamanlarda kendisini gösterebildiği gibi farkındalığın gerçekleşebilmesi anlamında olumlu bir imgeye de işaret etmektedir. Bireyin kendisini dinlemesinin, hayatı anlamlı kılan şeyleri keşfetmenin bir yolu olabileceği gibi; çatışmanın, kavganın ve bunalımın tetikleyicisi de olabilmektedir. Yalnızlık çoğunlukla bireyin yakın ve sosyal ilişki kurmadaki yetersizliğine dayanmakta (Ernst & Cacioppo, 1999) ve genellikle kişilerarası ilişkilerle ilgili olumsuz duygularla ilişkilendirilmektedir (Je Dong-Gierveld, 1987). DiTommaso ve diğerleri (2003). Bağlanma, sosyal beceri ve yalnızlık arasındaki ilişkileri incelediği çalışmalarda, güvenli bağlanan kişilerin sosyal becerilerinin daha iyi olduğunu ve bunun da bireyin daha az yalnızlık hissetmesi ile sonuçlandığı görülmüştür (Özdemir & İlhan, 2012). Sosyalleşmenin en önemli özelliklerinden biri, bireylerin toplumun diğer üyeleri ile iletişim kurabilme yetisi kazandırmasıdır. Bu açıdan yalnızlığın bu iletişim kurma ağının oluşmasına engel olduğu, hatta bizatihi oluşmamasına sebep olduğu gerçeğini, bireylerin yaşadıkları toplumla olan sosyalleşmeleri ve topluma olana aidiyetlerini etkilediği ve kabul görmeleri, benimsenmeleri, ve aynı zamanda diğer üyelerle duygusal ve iletişimsel bir yakınlık kurmaları ile de yakından ilişkilidir.

Sosyal hareketlerin hızlı bir şekilde gerçekleşmesi, küreselleşme, savaşlar, afetler ve bunlara bağlı olarak göçler insanların kendi toplumsal ve kültürel bağlarından koparak, yeni bir toplumsal yapı içerisinde hayatlarını idame ettirmelerine sebep olmaktadır. Bu açıdan özellikle günümüz insanı için travmatik boyutlara ulaşması nedeniyle acı verici ve istenmeyen bir durum olan

yalnızlıktan en çok etkilenen kesimlerin başında ise göçmen gruplar gelmektedir. Nitekim kişinin alıştığı ortamın ayrı kalması, yabancılaşma, kendini değersiz görme, yakınlarının yokluğu ve hayatta kalanları geride bırakmanın verdiği pişmanlık hissi göçmenlerin yalnızlığa itilmesine neden olan etmenler arasında yer almaktadır. Göç sonrası dönemde, bireylerin içinde yaşamaya başladığı yeni toplumdaki kültürel farklar ise yalnızlık düzeyinin artmasında son derece etkili olabilmektedir. Bu süreçte göçmen yalnızca dış dünyada değil, iç dünyasına da yabancılaşmakla birlikte bir yere ait olmakta zorlanmaktadır. Ayrıldıkları ülkedeki “ben” ile gittikleri topraklarda şekil verilen “ben” de farklılaşmakta, köksüzlük hissini baskın çıkmasına neden olmaktadır. Toplum içerisinde göçmen kendini bir gruba, topluluğa ait hissetmez, yaşadığı yeri benimsemez veya sosyal açıdan beklentileri karşılanmaz ise kendisini yalnız hissedebilmektedir. Bu durum göçmenin ruhsal sağlığını olumsuz etkileyebileceği gibi toplumsal uyum sorunlarına da neden olabilmektedir. Savaş ile başlayan sosyal sorunların daha da derinleşmesi ve göçmelerin anavatanları ile yeni yaşam mekanları arasında sıkışan kimlikleri yalnızlığı tetikleyici bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır.

Literatüre bakıldığında yalnızlık ile ilgili birçok araştırma yapılmasına karşı, göçmenlerin yalnızlığını açıklamaya yönelik görece daha az sayıda betimsel çalışma bulunduğu gözlenmiştir. Özellikle son dönemlerde Orta Doğu’dan Türkiye’ye gerçekleşen düzensiz göç dalgaları sonrasında meydana gelen uyum sorunları göçmen yalnızlığının sosyo-psikolojik açıdan ele alınmasının gerekliliğini ortaya koymaktadır. Alanyazına bu konuda katkıda bulunulacağı düşünülerek gerçekleştirilen bu çalışmada göçmenlerde yalnızlık düzeylerinin, göçmenlerin yeni yaşam alanı olarak hayatlarını idame ettirdikleri mekanlara yönelik ayrışma durumları, toplumsallaşma süreçlerinde sosyal ilişkiler kurabilme kapasiteleri, yaşadıkları ülkeye ait hissetmeleri ve memnuniyetleri ile yalnızlığa dair algılarının araştırılması hedeflenmektedir.

Bu ana amaç doğrultusunda aşağıdaki araştırma sorularına yanıtlar aranmıştır:

1. Sosyodemografik faktörlere göre göçmenlerin yalnızlık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
2. Türkiye’de kendi hemşehrileri dışında arkadaşı olma durumuna göre göçmenlerin yalnızlık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
3. Türkiye’de bulunmasından memnuniyet durumuna göre göçmenlerin yalnızlık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?
4. Mekânsal ayrışmanın göçmen yalnızlığı düzeyindeki rolü nedir?

5. TV ve sosyal medya kullanımının göçmen yalnızlığı üzerinde etkisi var mı?
6. Kovid-19 sürecinde göçmenlerin yalnızlık düzeyleri farklılaşmakta mıdır?

GÖÇMEN YALNIZLIĞININ BOYUTLARI ÜZERİNE KURAMSAL YAKLAŞIMLAR

Genel olarak baktığımızda göçmen gruplarda yalnızlığın oluşumuna birçok değişkenin neden olduğu görülmektedir. Bu değişkenlerden biri olan toplumsallaşmanın gerçekleştiği çevrede mekânsal özellikler önemli bir yere sahiptir. Nitekim göçmenlerin yalnızlığı söz konusu olduğunda yalnızlık ve mekanın birbiriyle ilişkili olarak yeni bir olgu oluşturduğu gözlemlenmektedir. Öyle ki kuşakların bile göçmen yalnızlığını farklı toplumsallık durumlarına tabii olmaları nedeniyle yalnızlık olgusunun bireyde yarattığı durum tanımlamasını çeşitlendirmekte; sorgulanmasında nicel yöntemler olduğu kadar nitel yöntemlerden de yararlanılmasını gerekli kılmaktadır.

Svendsen'in (2018) tek başınlık ve yalnızlık kavramları arasında ayırım yaptığı üzere tek başınlık yalnızlık durumunu daha olumlu bir şekilde tanımlamaya ve kişilerin kendilerini gerçekleştirmelerine olanak tanımaktadır. Bu tanıma eşlik eden özellikler ise kimsesizlik ve dışlanma olmuştur. Ancak şunu belirtmek önemlidir ki göçmen yalnızlığında damgalama süreçlerinin rolüyle istenilen bir yalnızlığın oluşmasına rastlanılması enderdir. Burada daha çok henüz entegrasyonun sağlanmaması sebebiyle zorunlu yalnızlıktan bahsedilebilir.

Alanyazın incelendiğinde, çocuk göçmenler (Kirova, 2001; Androff ve ark., 2011; Lu & Zhou, 2013), ergen göçmenler (Rich Madsen ve ark., 2016; Herz & Lalander, 2017) ve yaşlı yetişkin göçmenler üzerine (Kim, 1999; Hossen, 2012; Fokkema & Naderi, 2013; De Jong Giervel ve ark., 2015; Wu & Penning, 2015) yalnızlık çalışmalarının yapıldığı gözlemlenmektedir. Genel olarak çalışmalar göçmenler ve yerel halk arasındaki yalnızlık düzeylerinin karşılaştırılmasını içermektedir. Birçok araştırmanın sonucuna göre bu iki grup arasında yalnızlık açısından anlamlı bir farklılık gözlenmiştir.

Alanyazındaki araştırmalar kuşaklara göre de ayrıştırılmıştır. Özellikle de yaşlı göçmenlerin yalnızlığı üzerine birçok çalışma yapıldığı görülmektedir. Hemen hemen bütün çalışmalarda ortak nokta şudur ki hem iç göç hem de dış göç, göç eden bireyde büyük etkiler bırakmaktadır. Bir göçmenin yaşı, cinsiyeti, göç nedeni, üyesi olduğu toplumsal sınıf, eğitim düzeyi, kültürel geçmişi ve ülkede kalma süresi ne kadar olursa olsun göçmenlik durumundan dolayı, bireyin iç dünyasında birtakım değişiklikler meydana gelmektedir

(Şahin, 2001). Özellikle afet, savaş ve ekonomik zorluklar gibi çeşitli sebepler yüzünden zorunlu olarak göç etme durumunda kalan bireyler yalnızlık ve sosyal izolasyon deneyimleyebilmektedirler (Tuzlu & Bademli, 2014).

Göçün bireyde sebep olduğu durumlara karşı hem risk faktörleri hem de koruyucu faktörler bulunmaktadır. Bu bağlamda risk faktörleri sosyoekonomik statüde veya ekonomik gelirden düşüklük ile sağlıkta bozulmayken; koruyucu faktörler sosyal destek ve geniş sosyal ağı içermektedir. Kaynak ülke ve hedef ülke arasındaki kültürel, dinsel ve dilsel benzerlik ile yerel topluluğa katılım göstermek göçmenlerin ait olma hissiyatını güçlendirerek sosyal entegrasyonu kolaylaştırmaktadır. Örneğin 2017 yılında yapılmış nitel bir araştırmaya göre, 57 yaş ve üstü Romanyalı göçmenlerin, ister 30 yıl, ister 7 ay önce göç etmiş olsunlar, kiliseye gitmelerinin yalnızlık hissine engel olduğu ortaya çıkmıştır (Ciobanu & Fokkema, 2017). Bir başka deyişle, dini faaliyetlerde bulunmak da yalnızlığa karşı koruyucu bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Din bireye ayrı bir toplumsallık deneyimi sunarak, içinde bulunulan durumla baş etme mekanizması olma özelliğini kazanmaktadır. Bu açıdan örneklem çerçevesi değerlendirildiğinde göçmenlerin Müslüman olması ve hedef ülke olan Türkiye’de yaşayanların çoğunluğunun Müslüman olması, toplumsal entegrasyonu güçlü kılabilen bir etken olmakla birlikte yalnızlığın azalmasına da etki edecektir. Fakat dini inanç dışında kültürel etkenlerinde entegrasyon konusunda önem arz ettiği de bir gerçektir bu açıdan sosyal ve kültürel doku ayrılıkları sebebi ile bu entegrasyon durumu tam anlamıyla gerçekleşmemektedir.

Göçmenlerin yalnızlık riskine etki eden bir diğer faktör ise hangi kuşaktan göçmen olmalarıyla ilişkilidir. Ayrıca, kalış süresi ve ötekileştirmeye karşı karşıya kalma yalnızlığa sebep olabilmektedir. Buna göre, göç eden ilk kuşak sonraki kuşaklara göre daha fazla risk altındadır. Örneğin, Danimarka’da ergen göçmenler üzerine yapılan bir çalışmaya göre, göçmenlerin torunlarının değil de göç eden kişilerin Danimarka kökenli ergenlere göre daha fazla yalnızlık riskiyle karşı karşıya buldukları ortaya çıkmıştır (Rich Madsen ve ark., 2016). Bu sebeple birincil müdahale ve psiko-sosyal destek kritik bir öneme sahiptir. Ülkemize göç eden göçmenler açısından durum değerlendirildiğinde geldikleri yıl ve kaçınıcı kuşak oldukları, hedef ülke kültür ve diline aşına olup olmamak toplumsal aidiyeti etkilemekte ve bu da yalnızlık düzeyleri üzerinde bir etken oluşturmaktadır. Ülkemizde göçmenlere yönelik sosyal hizmet ve eğitim faaliyetlerinin entegrasyon çalışması kapsamında değerlendirilmesi göçmen yalnızlığının kuşaklar arasında birtakım farklar oluşturduğunu da bizlere göstermektedir. Özellikle

göçmen çocukların yalnızlığı üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde, alanyazında bu çalışmaların sınırlı olduğu ve yalnızlık olgusunun çocuklarda daha çok psiko-sosyal sorunlar kategorisi çerçevesinde ele alınması kuşaklar arası eğitim faaliyetleri ile entegrasyon sürecinin yapılandırıldığı, dolayısıyla toplumsal bütünleşme içerisinde çocukların daha hızlı adaptasyon sağladığı ve yalnızlık olgusu ile toplumsal anlamda daha az muhatap oldukları görülmektedir. Fakat Göçmen çocukların eğitsel performansları ile sosyal, kültürel ve psikolojik adaptasyon konusunda bugüne kadar yapılan en kapsamlı çalışma sonucunda (Rumbaut, 2000) bu çocuklarda daha düşük benlik saygısının düşük okul performansı ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır (Akt: Kirova, 2001). Nitekim bir başka çalışmada, göçmen okullarında izole edilen göçmen çocuklar arasında, normal kentsel devlet okullarına kayıtlı olan göçmen öğrencilere göre daha zayıf akademik başarı düzeyi saptanmış ve yalnızlık oranları yüksek bulunmuştur (Lu & Zhou, 2013). Ayrıca bir yerden başka bir yere sürekli hareket etmek de güvensizlik ve izolasyon duygularını tetiklemektedir.

Kirova'nın 2001 yılında yapmış olduğu nitel araştırma bulguları oldukça çarpıcıdır: Göçmen çocuklar sadece kendilerini evlerinde hissetme duygularını değil, aynı zamanda ev dışı alanda oynama zevklerini de kaybetmektedirler. Oyun oynarken akranları tarafından dışlanan çocuklar kendilerinin fiziksel ve dil becerilerine kusurlar atfedebilmekteler. Hatta zaman bile onlar için sanki uzatılmış, hiç bitmeyecekmiş gibi hissettirebilmektedir (Kirova, 2001). Bu sebeple sosyal uyumu hedefleyen programların göçmenleri izole etmekten; mekânsal, fiziksel ve dilsel bir şekilde içe alıcı/dahil edici özelliklere sahip olması gerekmektedir.

Herz ve Lalander'a (2017) göre, refakatçisi olmayan veya birincil bakıcılardan ayrı olan genç göçmenler yalnızlıktan en çok mustarip olan dezavantajlı gruplardandır. Buna göre, İsveç'te 15-25 yaş arasındaki gençlerle bir yıl boyunca yapmış oldukları etnografik gözlem ve görüşmeler doğrultusunda şu sonuçlara ulaşılmıştır: Gençlerin yaşamlarını yönetmede kontrol eksikliği yaşadıklarında ve kimsenin onlar için üzülmediğini hissettiklerinde yalnızlık ortaya çıkmaktadır. Böylece yalnızlık yeni sosyal temas ve arkadaşlar edinecek baş edilebilir hale gelmektedir. Ayrıca sürekli "refakatçisi olmayan biri" olarak etiketlenmek konusunda gençler hayal kırıklığı yaşayabilmekte ve bu etiketlemeye karşı bir direnç ve eleştirel yansıma oluşturabilmekteler. Bu durum göçmen çocuklarının başıboş olarak damgalanmalarına işaret etmesi açısından önem taşımaktadır.

Göçmen çocuklarda ve ergenlerde bir başına/ yalnız olma (*being alone*) durumu değil, yalnızlık hissi (*loneliness*) daha fazla gözlemlenirken, yaşlı göçmenlerde yalnız olma hali belirgin bir şekilde gözlemlenebilmektedir. Genç göçmenler ebeveynlerine kendilerine katılmaları için sponsor olabilmektedir veya ebeveynler çocuklarına ve torunlarına yakın olmak için göç edebilmektedir. Bu yaşlılar yeni bir dünyaya göç ettiklerinde, tanıdık yaşam tarzlarından ve aile ilişkilerinden kopmaktalar. Maddi kaynakların az olması ve sosyal destek ağlarının eksikliği yabancılaşma ve izolasyon duygularını da artırmaktadır (Hossen, 2012).

Farklı ülkelerde yapılan çeşitli çalışmalar, yaşlı göçmenlerin yalnızlık duygularına özellikle duyarlı olduklarını göstermiştir (De Jong Gierveld ve ark., 2015; Fokkema & Naderi, 2013; Wu & Penning, 2015). Bunun sebebi ise yaşlı göçmenlerin sosyal faaliyetlerinin ve ağlarının eş ve arkadaşların ölümü, yaşlanmaya bağlı sağlık ve hareket kısıtlılığı sorunları, dil, maddi kaygılar, ayrımcılık ve kültürel çatışma gibi çeşitli faktörler yüzünden önemli ölçüde kısıtlanmış olmasıdır (Ciobanu & Fokkema, 2017). Yaşlı göçmenler farklı kültürel değerleri ve normları ifade biçimleri nedeniyle, genellikle yerli vatandaşlardan oluşan bir ağdan yoksunlukları nedeniyle sosyal aktivitelere katılma olasılıkları daha düşüktür. Dahası, yaşlı göçmenler sağlık hizmetlerinden, özellikle huzurevleri, evde bakım ve yaşlılara yönelik evler gibi uzun süreli bakım hizmetlerinden daha az faydalanmaktadır.

Fokkema ve Naderi'nin 2013 yılında Almanya'daki 50 yaş üstü Türklerin ve yerli yetişkinlerin yalnızlık oranları arasında yaptığı bir karşılaştırmaya göre göçmenlerin yalnızlığı daha fazla bulunmuştur (Fokkema, Naderi 2013: 290). Ancak bu durumun asıl sebebinin sağlık ve sosyoekonomik koşullardaki farklılıklardan kaynaklandığı ortaya çıkmıştır. Her ne kadar bir eşe ve çocuklarla uyumlu bir ilişkiye sahip olmak yalnızlığa karşı korumada önemli olsa da kötü sağlık ve düşük sosyoekonomik durumun risklerine karşı koymak için açıkça yetersizdir. Bu sebeple göçmen yaşlı yetişkinlerin sağlığını ve sosyoekonomik durumunu iyileştirmeyi veya daha fazla dikkate almayı amaçlayan müdahaleler yapılmalıdır.

Celeleddin Çelik'in Almanya'da yaşayan Türk göçmenlerin kimlik ve dinle ilgili sorunlarını ele aldığı çalışmasında sosyal donanımsızlık içindeki Türkler için yabancı bir ülkede yaşanan mağduriyet, yalnızlık ve dışlanmışlık duygusunun büyüttüğü kimlik ve sığınma arayışı, bir dayanışma ve kimlik ağı olarak marjinal dini grup ve cemaatlerin, bu ihtiyaca cevap verme potansiyellerini harekete geçirdiği vurgulanmaktadır. (Çelik 2008)

Çocuk göçmenlerin yalnızlığı ileriki hayatlarında büyük izler bırakacak bir rol oynarken, ergen göçmenler damgalanma ile karşı karşıya gelerek sosyal uyumun sağlanmasına yönelik direnç gösterebilmektelerdir. Aynı zamanda göçle birlikte göçmenler üzerinde oluşan kültürel şok deneyimleri göçmen yalnızlığının oluşmasında önemli bir rol oynamaktadır. Hedef ülke ile arada oluşan dilsel, dinsel ve kültürel farklar kültür şokunu artırmakta ve buna bağlı olarak toplumsal bağ azalmakla birlikte yalnızlık düzeylerinin artmasına da sebebiyet verebilmektedir. Diğer taraftan Sosyal damgalama sebebi ile, göçmen, mülteci vb. sıfatlarla etiketlenen bireyler iş, istihdam, sosyal ilişki kurma, ikamet edecek konut bulma, eğitim alma vb birtakım faaliyetlerden mahrum kalacak ve bu durumlar yalnızlaşmalarının da derinleşmesine sebebiyet verecektir. Yaşlı göçmenler ise sağlık koşulları ve eksik sosyal destek yüzünden derin bir yalnızlık hissi yaşayabilmektedir. Böylece yaş gözetmeksizin göçmenlerin yalnızlıktan mustarip olma riski daha belirgin bir biçimde ortaya çıkmaktadır. Göçmenlik olgusu göç eden bireyin psiko-sosyal varlığını tehdit etmektedir, yalnızlık hissi ise ontolojik güven eksikliğine sebep olmaktadır. Bu yüzden farklı gruplar için çeşitli faktörler yalnızlık miktarını değiştirirse de yapılacak müdahaleler ve programların grupların ihtiyaçlarını göz önünde bulundurarak yapılması gerekmektedir.

ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Göçmen grupların yalnızlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelendiği bu çalışmada ilişkiisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkiisel tarama modelleri iki ve daha çok sayıdaki değişken arasındaki birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2004).

Çalışmamızın bağımlı değişkeni olarak yalnızlık düzeyi belirlenmiş olup, bağımsız değişken olarak göçmenlerin cinsiyet, yaş, medeni durum, ekonomik durumu, ikamet yeri gibi demografik özellikleri ile boş zaman faaliyetleri, mekânsal ayrışma, toplumsal aidiyet, sosyalleşme durumları ve sosyal medya kullanımı gibi faktörler belirlenmiştir. Bu çerçevede yalnızlık düzeyinin bağımsız değişken olarak belirlenen faktörlerle ilişkisi incelenecektir. Normal dağılımın sağlanması için cinsiyet değişkeni eşit tutulmaya çalışılmıştır.

Araştırmanın Evreni, Örnekleme ve Kısıtları

Bu araştırmanın çalışma grubu, göçmen grupların fazla olduğu İstanbul, Şanlıurfa, Adana, Gaziantep ve Osmaniye illerinden yaşları 17-83 arasında

olan 24 erkek, 25 kadın olmak üzere 49 katılımcıdan oluşmaktadır. Bu araştırmanın örneklemini belirlemek amacı ile tabakalı amaçsal örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemin temel özelliği, evrenin bazı özelliklerine (cinsiyet, yaş, vb.) göre kotalar koyarak seçim yapılmasına dayanmaktadır. Bu bağlamda cinsiyet üzerinden eşitlik sağlanmaya ve çalışmamızda cinsiyete bağlı bir değişkenlik olup olmayacağı da test edilecektir.

Veriler toplanırken etik ilkeler göz önünde bulundurulmuş, katılımcılara araştırmanın amaçları açıklanmıştır. Anket formları doldurulmadan önce göçmenlere bu bilgilerin bilimsel amaçlar dışında kullanılmayacağı ifade edilerek, anket formlarına ad ve soyad yazmalarının gerekli olmadığı belirtilmiştir. Türkçe dilini konuşmayan katılımcılar için tercüman desteği alınmıştır.

1- Bu araştırma İstanbul ve Şanlıurfa illeri sınırları içerisinde ikamet eden göçmen gruplarla sınırlıdır.

2- Bu çalışmada incelenen, yalnızlık düzeyi göçmenlerin cinsiyet, yaş, medeni durum, ekonomik durumu, ikamet ettiği yer, sosyal medya kullanımı ve boş zaman faaliyetleri, mekânsal ayrışma, toplumsal aidiyet, sosyalleşme durumları nitelikleriyle sınırlıdır.

Veri Toplama Araçları ve Analizi

Araştırmada veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış “Göçmen Yalnızlığını Sosyo-Psikolojik Açıdan Değerlendirme” görüşme formu kullanılmıştır.

10 adet soru ise sosyodemografik bilgileri edinme amaçlı sorulmuştur. Arından entegrasyonun tespiti için Türkçe dil bilgisi, Türk uyruklu arkadaşlar edinme durumu, Türk TV kanallarını izleme durumu sorulmuştur. Yalnızlıkla mekansal bağlamda ilişkili olan hanehalkı sayısı ve ikamet edilen yerler sorulurken; koruyucu faktörleri tespit etmek için var olan sosyal destek ağı ile boş zaman aktiviteleri sorulmuştur. Bunlara ek olarak yalnızlığın oluşmasında hem geleneksel hem de sosyal medyanın rolünü tespit edici sorular yer almaktadır. Son olarak Kovid-19 sürecinin göçmen yalnızlığına etkisi sorulmuştur.

Elde edilen veriler IBM SPSS Statistics 22 programına aktarılarak analiz edilmiştir. Verilerin, normal dağılım gösterip göstermedikleri incelenmiş, yapılan analizler bu doğrultuda gerçekleştirilmiştir.



BULGULAR

Sosyodemografik Bulgular

Araştırmada 24 erkek, 25 kadın olmak üzere 49 katılımcı yer almıştır. 17-83 yaşları arasında bulunan katılımcıların yaş ortalaması 32,8'dir. Katılımcıların eğitim düzeyi bağlamında değerlendirildiğinde %32,7 üniversite mezunu; %26,5 lise, %16,3 ilköğretim ve %2 yüksek lisans mezunu oldukları görülmektedir. Katılımcıların %22,4'ü ise okur-yazar değildir.

Katılımcıların %59,2'si evliken, %34,7'si bekar ve %6,1'inin eşi vefat etmiştir. Ayrıca katılımcıların milliyetleri %34,7 Türkmen, %32,7 Arap, %28,6 Kürt, %2 Çerkes ve %2 Güney Sudan asıllı olmak üzere çeşitlilik göstermektedir. Katılımcıların meslek dağılımı ise oldukça geniştir. %20,4 öğrenci; %16,3 ev hanımı; %10,2 inşaat işçisi; %8,2 geçici işçi; öğretmenlik, mühendislik gibi farklı meslek gruplarından katılımcılar bulunmaktadır. Katılımcıların %51'i ise hiçbir yerde çalışmadığını belirtmiştir.

Eğitim Düzeyi	f	%
Üniversite	16	32,7
Lise	13	26,5
Okur-yazar değil	11	22,4
İlköğretim	8	16,3
Yüksek lisans	1	2

Tablo 1. Katılımcıların Eğitim Düzeyi

Katılımcıların %89,8'i savaş/çatışma nedeniyle, %4,1'i eğitim nedeniyle, %4,1'i siyasi nedenlerle ve %2'si ulus-ötesi evlilik yapma sebebiyle göç etmiş-

lerdir. Yani katılımcıların çoğunu savaş sebebiyle zorunlu olarak Türkiye'ye göç eden Suriye asıllı göçmenler oluşturmaktadır. Suriyeli katılımcıların birçoğunun göç etmeden önce Halep'te yaşadığı öğrenilmiştir. Bunun yanı sıra, göç ettikten sonra başta İstanbul olmak üzere Türkiye'nin iş istihdamı yüksek olan illerine yerleştikleri ulaşılan bir başka sonuçtur.

Katılımcılara masraflarını nasıl karşıladıkları sorulduğunda, yarıdan fazlasının aile üyelerinin çalışması yoluyla (%57,1) masraflarını karşıladıkları öğrenilmiştir. Bunu %26,5 ile aile üyelerinin çalışması ve sosyal desteklerle masraflarını karşılayanlar takip etmektedir. Yani göçmen ailelerin birçoğu işçi olarak çalışarak ve ek sosyal yardımlarla geçimini karşılamaktadır.

Göçmen Yalnızlığını Etkileyen Faktörler

Algılanan Yalnızlık ve Atfedilen Nedenler

Algılanan yalnızlık düzeyini saptamak için katılımcılara 0 ile 10 arasında yalnızlık düzeylerini konumlandırımları istenmiştir. Buna göre, %67,3'ü 0 ile 5 arasında konumlandırırken; % 32,7'si 6 ile 10 arasında konumlandırmıştır. 9 katılımcı hiç yalnız hissetmediğini belirtirken, katılımcıların yarısından çoğu (33 kişi) ileri düzeyde yalnızlık hissetmemektedir. Yalnızlık hissetmediğini belirten göçmenler hedef ülkede arkadaşlara sahip olduklarını belirtmişlerdir. Yalnızlık düzeyindeki artışla ilişkili olan özellikler aşağıdaki gibidir:

- Düşük maddi gelire sahip olanlar
- Düşük eğitim düzeyine sahip olanlar
- Yaşta artış
- Türkçe dilini konuşmayanlar
- Yaşanılan yere aidiyetleri düşük olanlar
- Kendi ülkelerine göç etmek isteyenler
- Düşük iletişim düzeyine sahip olanlar
- Sosyal medya kullanmayanlar

Yalnız Hissetme Sıklığı	f	%
Ara sıra	18	36,7
Hiçbir zaman	14	28,6
Nadiren	10	20,4
Çok sık	7	14,3

Tablo 1. Katılımcıların Yalnız Hissetme Sıklığı

Katılımcıların algıladıkları yalnızlığa atfettikleri nedenler tema olarak çeşitlilik göstermektedir. Ancak genel olarak katılımcılar ailelerinden ve ülkelerinden uzak olmanın, arkadaşlarının olmayışının ve yabancı olmalarının onları yalnızlığa ittiğini ileri sürmektedirler. *“Bence yalnızlığın birçok sebebi olabilir. Aile desteği ve en önemli sebebi kendini sevmiyorsan hep eksik ve yalnız hissedersin.”* (K7) Bu ifade yalnızlığı benlik saygısı ile ilişkilendirmektedir. Daha genç kuşaklar gelecek ve sosyal çevre kaygısı gibi yanıtlar verirken, yaşlı kuşaklar ise yalnızlık duyma sebebini kendi yaşlarına ve bu yüzden çok dışarı çıkmadıklarına atfetmektedirler. *“Yabancı olmam, arkadaşımın olmaması, ülkemden uzakta olmam, yaşlı olmam.”* (K49) aslında tam olarak göçmen yalnızlığının oluşmasında etkili olan faktörleri sıralamıştır.

Göçten önceki yalnızlık düzeyi ile göçten sonraki yalnızlık düzeyi arasında bir farklılık olup olmadığı saptanmaya çalışılmıştır ve sonuçlara göre katılımcıların %61,2’si yalnızlıkların arttığını, %32,7’si herhangi bir farklılık olmadığını ve %6,1’i yalnızlıklarının azaldığını düşünmektedir. Buna göre göçmen olma durumunun katılımcıların çoğunun yalnızlıklarının artmasına sebep olduğu söylenebilir.

Katılımcılara *“Yalnızlığın size kattığını ve /veya sizden aldığını düşündüğünüz şeyler var mı? Varsa nelerdir?”* sorusu yöneltilmiştir ve 12 katılımcı yalnızlığın kendilerine bir şey kattığını veya eksilttiğini düşünmemektedir. Olumlu yanıtlar kişisel gelişim ağırlıklı özellikler taşıırken, olumsuz yanıtlar öznel duygulara, düşük sosyal destek ağına ve işlevsel olmayan alışkanlıklara işaret etmektedir. Kişisel gelişim açısından katılımcılar daha olgunlaştıklarını, sabretmeyi öğrendiklerini, sorunlarla başa çıkma kapasitelerindeki artışı vurgulamışlardır. Olumsuz yanıt olarak, ülkelerine ve akrabalarına özlem duygularının arttığını, daha mutsuzlaştıklarını, içe kapandıklarını, kolay öfkelenebildiklerini, arkadaş sayısının azaldığını ve sigara tüketiminin arttığını bildirmişlerdir. Yalnız olmanın kendisiyle baş başa kalmasına olanak tanıyan olumlu bir özelliğini dile getiren bir katılımcı ise şöyle belirtmiştir: *“Yalnızlığım beni olgunlaştırdı çünkü tek başıma kalmamı sağladı ve kendimle konuşmam için birçok zaman aralığı oluşmuş oldu. Kendimle konuşmam kendimi daha çok tanımama neden oldu. Farklı bir bakış açısı kazandırdı.”* (K1)

Mekânsal Ayrışma, Aidiyet ve Memnuniyet

Katılımcılar ağırlıklı olarak şehirde apartman dairesinde (%49), şehirde müstakil bir evde (%38,8), şehir dışında çadır kentte (%8,2) ve Geçici Barınma Merke-

zi'nde (%2) yaşamaktadırlar. Şehirde yaşayanların yalnızlık düzeyi ortalaması (M=3,21) çadır kenttekilere (M=6) oranla daha düşüktür. Dolayısıyla ikametgâh durumu sosyo-ekonomik yapı üzerinde de etken bir faktör olarak görülmekte ve göçmenlerin yalnızlığında bu mekânsal farklılıklara göre de ciddi değişimler göstermektedir. Kısacası mekânsal ayrışma göçmen yalnızlığını artırmaktadır.

Katılımcılara evlerinde sürekli olarak kimlerle birlikte yaşadığı sorulduğunda oldukça çeşitli cevaplar alınmıştır. Ancak %51 olmak üzere büyük çoğunluk eş ve çocuklarla birlikte yaşamaktadır. Bunu takiben anne, baba ve kardeşlerle yaşayan %32,7 katılımcı gelmektedir. Bunların dışında, katılımcıların çoğunun kök aile üyeleriyle beraber yaşadığı gözlemlenmiştir. Yalnız yaşadığını belirten yalnızca 1 katılımcı vardır. Dolayısıyla katılımcıların her birinin bir aile üyesine sahip olması yalnızlık konusunda gözle görünür bir fark oluşturması açısından yeterli örnekleme sahip olunmaması, hanehalkı ve yalnızlık arasındaki ilişkide anlamlı bir sonuç vermeyecektir. Böylece istatistik sonuçlarına göre de hanehalkı ve yalnızlık arasındaki ilişki incelendiğinde herhangi bir farklılaşmaya rastlanılmamıştır.

Hane Halkı Kişi Sayısı	f	%
3-5	24	49
6-9	17	34,7
9-11	5	10,2
0-2	2	4,1
11+	1	2

Tablo 2. Katılımcıların Hane Halkı Kişi Sayısı

“Kendinizi şu an yaşadığınız yere ve çevreye ne derecede ait hissediyorsunuz?” diye sorulduğunda katılımcıların %30,6’sı bazen ait hissettiğini bazense ait hissetmediğini ifade ederken; %28,6’sı genelde ait hissettiğini belirtmiştir. %20,4’ü ise genelde ait hissetmediğini belirtirken, %6,1’i hiç ait hissetmediğini ifade etmiştir. Önceki yanıtlara paralel olarak, şu an yaşadığınız yerde (ülke, şehir, mahalle) yaşamaya devam etmek istiyor musunuz sorusuna da %55,1’lik oranla evet yanıtını vermiştir. Katılımcıların % 24,5’i ise kendi ülkesine dönmek istediğini belirtmiştir. Katılımcıların %14,3’ü şehirlerini değiştirmek istediğini ifade ederken; %6,1’i ise mahallerini değiştirmek istediğini belirtmiştir. Ankete göre katılımcıların hiçbiri başka ülkede yaşamayı istememektedir. Katılımcıların yaşadıkları yere aidiyetleri açısından baktığımızda çoğunluğun aidiyet hissettiği görülmektedir. Burada göçmen-

lerin aidiyetlerine etki eden etmenlerin ne olduğu hususu başka bir araştırma konusu olarak karşımıza çıkmaktadır.

İletişim ve Sosyal Destek Ağı

Katılımcılara “İnsanlarla karşılıklı iletişim düzeyiniz sizce yeterli mi?” sorusu yöneltilerek 1 ile 5 arasında değerlendirmeleri istenmiştir. Katılımcıların %16,3’ü bu soruya “Hayır yeterli değil, daha fazlasına gereksinim duyuyorum” (1) cevabı verirken; %14,3’ü “Yeterli düzeyde ve hatta yeterli düzeyin üstünde olduğunu düşünüyorum” (5) cevabını vermiştir. Buna göre iletişim düzeyinde dengeli bir dağılım gözlemlenmektedir.

Karşılıklı İletişim Düzeyi	f	%
4	13	26,5
2	11	22,4
3	10	20,4
1	8	16,3
5	7	14,3

Tablo 3. Katılımcıların Karşılıklı İletişim Düzeyi

Katılımcılar “İletişim düzeyinizin yetersiz olduğunu düşünüyorsanız sizce sebebi nedir?” sorusuna çok farklı cevaplar vermişlerdir. Nitekim bazı katılımcılar bu durumu çekingen olmak gibi içsel özelliklerle, bazıları ise kendilerini “yabancı” olarak görmeleriyle ilişkilendirmiştir. Yine yaşlı göçmenler yaşları yüzünden sosyalleşmelerinin mümkün olmadığını belirtmişlerdir. Ancak genel olarak değerlendirildiğinde katılımcıların büyük çoğunluğu var olan iletişim eksikliğinin dil yetersizliğinden kaynaklandığını ifade etmiştir.

Var olan sosyal destek ağını saptamak için yöneltilen “Özel konularla dertleşebileceğiniz arkadaşınız var mı, varsa kaç tane?” sorusuna verilen yanıtlar ise şu şekildedir:

Sosyal Destek Ağı	f	%
3+	17	34,7
1 tane var	17	34,7
2 tane var	12	24,5
Hiç yok	3	6,1

Tablo 4. Var Olan Sosyal Destek Ağı

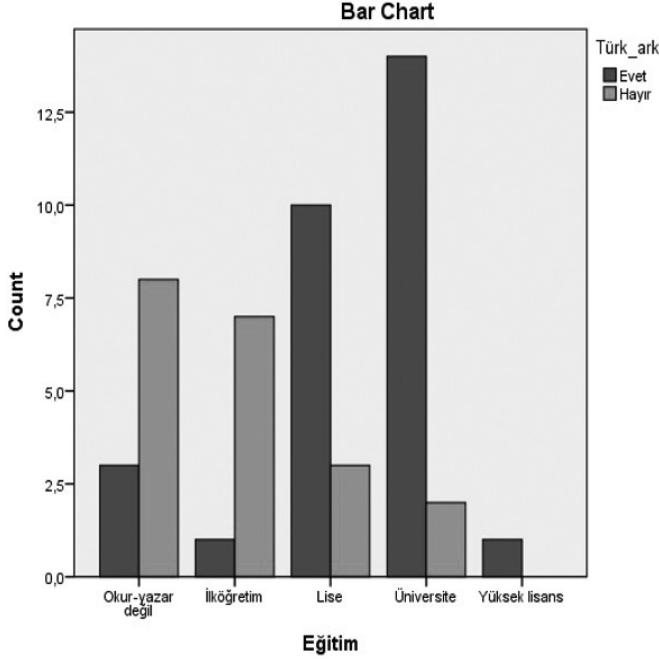
Bu tabloya göre, yalnızca 3 katılımcı sosyal destek ağına sahip değildir. Bu 3 kişinin ortak özelliği erkek olmaları ve şu an çalışmıyor olmalarıdır. Her ne kadar evli olsalar da özel konularda dertleşebilme gibi bir aktivite açısından erkek göçmenler yeterli sosyal destek ağına sahip değildir.

Bu durumla baş etmek için katılımcılar *kendi durumlarına benzer durumlara karşılaşılmış olan veya benzer yaşantılara sahip olan insanlarla konuştuklarını* belirtmiştir. Aynı sorunları yaşayan, ortak bir takım özellikleri taşıyan bireylerin birbirlerine verdikleri psiko-sosyal destek ağının bu anlamda ön plana çıktığı gözlemlenmektedir. Bu yanıtları veren katılımcıların sosyal destek ağının 1 ve 1'den fazla kişiden oluştuğu, iletişim düzeylerinin ise kuvvetli olduğu gözlemlenmiştir. Bunun dışında "çocuklarımla ilgileniyorum", "yazıyorum", "müzik dinliyorum", "yürüyorum", "uyuyorum", "TV izliyorum", "ağlıyorum", "kimseye bir şey anlatmıyorum", "sigara içiyorum" gibi çeşitli yanıtlar alınmıştır. Katılımcıların verdiği cevaplar ile yalnızlıkla baş etme faaliyetleri olarak belirli birtakım eylemler gerçekleştirdikleri görülmektedir.

Entegrasyon ve Sosyal Katılım

Göçmenlerin Türk toplumunda sosyal katılım yoluyla entegrasyonun sağlanmış olması, yalnızlığın oluşmasında koruyucu bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Sosyal katılımın gerçekleşmesinde en önemli etkenlerden birisi de dil bilgisine sahip olmaktır. Göç edilen ülkenin anadiline sahip olmak sosyalleşmeyi getireceği gibi, toplumsal entegrasyonun da önemli bir bileşenidir. Türkçe dilini anlamak ve konuşmak, kendi hemşerileri dışında Türk uyruklu kişilerle iletişim kurmak ve arkadaşlık etmek göçmenlerin ülkeye sosyal katılımının sağlanması, sosyal katılıma bağlı olarak toplumsal aidiyetlerinin güçlenmesi ve yalnızlıkla olan ilişkisinin de belirlenmesi açısından önemli olabilmektedir. Bu açıdan görüşmelerden elde edilen bulgulara göre %51 katılımcı Türkçe dilini anlayıp konuşabilirken, %26,5 katılımcı hiç anlamamakta ve konuşmamaktadır. Buna ek olarak, katılımcıların %59,2'si Türk uyruklu arkadaşlara sahipken, %40,8'i Türk uyruklu arkadaşlara sahip değildir. Özellikle eğitim düzeyinin artmasıyla Türk uyruklu arkadaş sayısı ile yalnızlık düzeyleri arasında ters orantılı ilişki söz konusudur. Özellikle şehirde yaşayan, lise ve üzeri eğitim düzeyine sahip, Türkçe dilini anlayıp konuşabilen, bekar kadınların Türk arkadaş sayısının arttığı buna bağlı olarak yalnızlık düzeylerinin azaldığı tespit edilmiştir. Dolayısıyla göç edilen ülkenin dil bilgisine sahip olmak,

iletişim kurmak kadar, aynı zamanda o ülkede kabul görmek, aidiyet kurabilmek ve dolayısıyla bunlara bağlı olarak yalnızlık düzeylerinin azalması açısından önemli bir etken oluşturmaktadır.



Şekil 1. Eğitim düzeyi ve Türkiye uyruklu arkadaşlar

Boş Zaman Faaliyetleri

Alanyazınla uyumlu olarak katılımcıların boş zamanlarında aile ve arkadaşlarıyla birlikte vakit geçirdikleri, hobileriyle uğraştıkları, ibadet ettikleri ve internet kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır. Boş zaman faaliyetleri ile baş etme yöntemleri arasında sosyal destek ağı açısından benzerlik gözlemlenmiştir. Bu açıdan göçmenlerin de sosyalleşme ve boş zaman yönetme açısından yerli olan bireylerden farklı bir tutum geliştirmedikleri, her birinin bir şekilde boş zaman faaliyeti içerisinde olduğu görülmektedir.

Boş Zaman Faaliyetleri	f	%
Aile ve arkadaşlarla ilgilenmek	32	66,7
Hobiler	14	29,2
İbadet etmek	14	29,2
İnternet	13	27,1
Komşular	11	22,9
TV	7	14,6
Ev-dışı alanda vakit geçirmek	5	10,4
Alışveriş yapmak	3	6,3
Torunlarla ilgilenmek	1	2,1

Tablo 5. Katılımcıların Boş Zaman Faaliyetleri

Medya

Medyanın yalnızlık oluşumunda etkisini saptamak için katılımcılara sosyal medyada günde kaç saat geçirdikleri sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların %34,7'si sosyal medya kullanmadıklarını belirtmişlerdir. %36,7'si 1-3 saat, %14,3'ü 4-6 saat, %10,2'i 1 saatten az ve son olarak %4,1'i ise 7 saat ve üzeri yanıtlarını vermişlerdir. Yani katılımcıların %18,4'ü sosyal medyada 4 saat ve üzeri vakit harcamaktadır. Bunun dışında katılımcıların %34,7'sinin TV izlediği, %20,4'ünün kendi ülkelerinin TV kanallarını izlediği ve %44,9'unun hem kendi ülkelerinin hem de Türkiye TV kanallarını izlemeyi tercih ettikleri bulunmuştur. Sonuçlara göre, bir sosyal medya bağımlılığı kriteri olarak görülen 4 saat ve üzeri günlük sosyal medya kullanan katılımcıların yalnızlık oranlarının yüksek olmadığı gözlemlenmiştir.

Oysa alanyazında günde 4 saatten fazla sosyal medya kullanımının kişilerin değerler sistemini etkilediği ve yaşamlarının pek çok alanındaki iş yapma şekline, bakış açlarına ve davranışlarına nüfuz ettiği bildirilmektedir (Tutgun-Ünal, 2020; Tutgun-Ünal ve Deniz, 2020). Zira sosyal medya kullanımında aşırıya kaçılması ile birlikte seyreden diğer narsisizm, bencillik, asosyalite gibi kişilik özellikler ile yalnızlık, beğenilme arzusu gibi diğer birtakım özellikler sosyal medya bağımlılığı sorununu da gündeme getirmekte olup bazı güncel araştırmalarda yalnızlık ile sosyal medya bağımlılığı ilişkisinin incelendiği görülmektedir (Bozkurt, 2018; Tarhan, 2020a, 2020b; Tutgun-Ünal ve Bozkurt, 2020).

Kovid-19

Göçmenlerin Kovid-19'dan nasıl ve ne derecede etkilendiklerini saptamak için onlara yalnızlık düzeylerindeki değişimleri ve yaşadıkları olumsuzluklar sorulmuştur. Karantina sürecinde yalnızlık düzeyinde bir değişiklik olup olmadığı sorusu yöneltildiğinde katılımcıların %59,2'si yalnızlık düzeylerinin arttığını belirtirken, %38,8'i yalnızlık düzeylerinde bir değişiklik olmadığını belirtmiştir. 1 katılımcı ise yalnızlığının azaldığını bildirmiştir.

Karantina sürecinde yaşanan olumsuzluklar sorulduğunda sonuçlar göstermiştir ki katılımcıların büyük çoğunluğu cinsiyet ve yaş fark etmeksizin maddi sorunlar yaşadığını belirtmiştir. Bunun peşinde daha çok genç göçmenler tarafından belirtilen gelecek kaygısı gelmektedir. Kadın göçmenler hane üyelerinin tümünün evde kalmasının iş yükünü artırması sebebiyle daha çok yorulduklarını söylemişlerdir. Psikolojik şiddete maruz kaldığını belirten 5 katılımcı varken; fiziksel şiddete maruz kalan katılımcı sayısı 1'dir.

SONUÇ

Bu araştırmada göçmenlerde yalnızlık düzeylerinin cinsiyet, yaş, medeni durum, evlilik süresi, emeklilik düşüncesi, hayat memnuniyeti, sosyal iletişim, mekânsal ayrışma, aidiyet durumu, boş zaman faaliyetleri, sosyal medya kullanımı gibi değişkenler açısından ne yönde farklılaştığı incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre, bazı sosyodemografik faktörlere göre göçmenlerin yalnızlık düzeyleri farklılaşmaktadır. Buna göre, yalnızlık ile maddi gelir ve eğitim düzeyi arasında negatif, yaş ile pozitif ilişki gözlemlenmiştir. Bu da gösteriyor ki sosyo-ekonomik durum artıkça yalnızlık düzeyi azalmakta ve göçmenlerin yaşı arttıkça yalnızlığın artmakta ve bunu daha olumsuz bir durum olarak tanımlama ihtimali de artış göstermektedir. Fakat yaşlılık ve yalnızlık düzeyinin sadece göçmenlere has bir durum olup olmayacağı ayrıca üzerinden tartışılacak bir husustur. Diğer taraftan hanehalkı ve yalnızlık arasındaki ilişki incelendiğinde herhangi bir farklılaşmaya rastlanılmamıştır ki katılımcıların yalnız yaşayanlarının sayısı ile aileye sahip olanların sayısı arasında anlamlı bir oran bulunmaması, yalnızlığın hanehalkı ile olan ilişkisinin net bir şekilde ortaya konulamamasına sebep olmaktadır.

Bu araştırmada görülmüştür ki şehirde yaşayan göçmenler de çadır kentte yaşayan göçmenler de yalnızlık deneyimleyebilmektedir. Şehirlerde yaşayan göçmenlerin yalnızlık düzeylerinin daha az olması yine sosyal katılım, sosyo-ekonomik düzey, sosyal entegrasyonun daha yoğun yaşanması, aidiyet

ve kabul görme eğilimlerinin yüksek oluşu, anadil bilgisine sahip olmak gibi etkenlerle ilişkili olarak görülebilir. Zira her ne kadar şehirler sosyal etkileşime ve entegrasyona olanak tanısa da yalnızlığı oluşmasına engel olucu bir durum oluşturamayabilir.

Çalışma verilerine göre özellikle sağlık sorunları ve düşük sosyo-ekonomik statü göçmen yalnızlığı için bir risk faktörü rolü oynamaktadır. Bu yalnızlıkla baş edebilmek için göçmenler boş zamanlarında aile üyeleriyle birlikte vakit geçirmekte, dini ibadetlerini yerine getirmekte ve hobileriyle meşgul olmaktadır. Bu bağlamda yüksek sosyal destek ağı ve dini faaliyetlerde bulunma literatür ile uyumlu olarak koruyucu bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Ancak tüm bunların yanı sıra toplumsal olarak ötekileştirmeye uğramasa bile psikolojik olarak kendisini öteki olarak gören göçmen, ardından bıraktığı sosyal çevresine ve ülkesine özlem duymaktadır. Hedef ülkeye entegrasyonun sağlanmaması durumu ise yalnızlığı daha da körüklemektedir. Öyle ki eş ve çocuklarla birlikte olmak bile yeterince koruyucu olmamaktadır; sosyal destek ağının sosyal katılım yoluyla kuvvetlendirilmesi gerekmektedir. Toplumsallaşmanın kuvvetlenmesi bireylerin yaşadığı aidiyet duygusunu perçinler ve bu yolla toplumsal kabul yönünde olumlu bir takım düşünce ve davranışların var olmasını sebebiyet verir. Bu durum ile göçmenler için toplumsal sorunların yaşanmasının önün kesebilecek önemi içerisinde barındırmaktadır.

Eğitim düzeyi yüksek olan göçmenlerin Türkçe dil bilgisi düzeyleri de yüksektir ve hedef ülkede daha çok sosyal katılım gösterebilmektedirler. Böylece yaşanan yere hem aidiyetleri hem de memnuniyetleri artmaktadır. Bu göçmenler sosyal destek ağlarını hem kaynak hem de hedef ülke olmak üzere genişleterek yalnızlığa karşı baş etme kapasitelerini artırmaktadırlar. Bunu hem yüz yüze iletişimle hem de sosyal medya aracılığıyla yapmak yalnızlığa karşı göçmenleri korumaktadır. Bu sebeple göçmen yalnızlığına engel olmak için yapılacak programlarda sosyal katılımı artırıcı çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Çalışma bulgularına göre 4 saatten fazla sosyal medya kullanan katılımcıların yalnızlık oranlarına bir artışa neden olmadığı görülmüştür. Bu durum, geçmiş yaşamına özlem duyan göçmen bireyin geride bıraktığı sosyal çevresine bu yolla ulaşması ve iletişimi sağlayabilmesine bağlı olarak açıklanabilir.

Göçmenlerin yarısından fazlası Kovid-19 sürecinde yalnızlık düzeylerinin arttığını belirtmişlerdir. Ayrıca göçmenlerin maddi sorunlar, gelecek kaygısı, hane üyelerinin tümünün evde kalması ile iş yükünde artış, sıkıntı ve psiko-

lojik şiddet gibi olumsuzluklar yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Bir başka deyişle Kovid-19 süreci göçmen yalnızlığının daha da derinleşmesinin neden olduğu saptanmıştır.

Elde edilen bulgular doğrultusunda genel yalnızlık düzeyinin arması nedeniyle göçmenlerin karşı karşıya oldukları sorunların aza indirilmesi için aşağıdakiler önerilmektedir:

- Göçmenlerin yalnızlık duyguları ve nedenleri hakkında konuşmaları için kendine yardım modeli kapsamında benzer sorunlar yaşayan bireyler ile bir araya getirilerek sosyal hizmet kapsamında psiko-sosyal destek için danışmanlık verilmeli,
- Göçmenlerin sosyal aktivite tercihleri belirlenmeli ve bu aktiviteler içerisinde bulunmalarının sağlanması adına gerekli düzenlemeler yapılmalı,
- Yalnızlık yaşayan göçmenlere yönelik sosyal becerileri geliştirici eğitim programları düzenlenmeli,
- Göç eden bireylerin yalnızlık düzeyleriyle ilgili yapılacak araştırmaların arttırılması ve bu araştırma sonuçlarına göre göçmenlerin ruh ve beden sağlığının korunması ve geliştirilmesine yönelik gerekli müdahalelerin yapılması,
- Göçmen bireyin sosyal alanda gelişimini kolaylaştırması amacıyla, barınma ve beslenme koşullarının düzenlenmesi ile ekonomik koşullarının arttırılmasına yönelik önlemler alınmalı,
- Yalnızlık duygusu yaşayan göçmenlerin psikolojik danışmanlık yardımı almaya teşvik edilmeli,
- Göçmenlerin sosyal entegrasyonu sağlamak adına, Türkçe dil bilgisi düzeylerini yükseltmek adına eğitim faaliyetleri arttırılmalı,
- Göçmenlere karşı oluşan ya da oluşması muhtemel olan ayrımcılığa karşı programlar oluşturulmalı, özellikle Türk haklı içinde kabul görmelerini sağlamak adına birleştirici birtakım faaliyetler planlanmalıdır.

KAYNAKÇA

Androff, D. K., Ayon, C., Becerra, D., & Gurrola, M. (2011). "US immigration policy and immigrant children's well-being: The impact of policy shifts" *Journal of Sociology and Social Welfare*, 38(1), 77-98.

- Çelik, Celaledin (2008), "Almanya'da Türkler: Sürekli Yabancılık, Kültürel Çatışma ve Din", MİLEL VE NİHAL İnanc, Kültür ve Mitoloji Araştırmaları Dergisi, Cilt 5, sayı 3
- Ciobanu, R. O., & Fokkema, T. (2017). "The role of religion in protecting older Romanian migrants from loneliness". *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 43(2), 199-217.
- DiTommaso, E., & Spinner, B. (1997). "Social and emotional loneliness: A re-examination of Weiss' typology of loneliness". *Personality and Individual Differences*, 22(3), 417-427.
- Dolberg, P., Shiovitz-Ezra, S., & Ayalon, L. (2016). "Migration and changes in loneliness over a 4-year period: The case of older former Soviet Union immigrants in Israel". *European Journal of Ageing*, 13(4), 287-297.
- Ernst, J. M., & Cacioppo, J. T. (1999). "Lonely hearts: Psychological perspectives on loneliness". *Applied and Preventive Psychology*, 8(1), 1-22.
- Fokkema, T., & Naderi, R. (2013). "Differences in late-life loneliness: a comparison between Turkish and native-born older adults in Germany". *European Journal of Ageing*, 10(4), 289-300.
- Gökçen, A., & Ulutaş, E. (2019). "Toplumsal Bir Tip: Misafir". *Adam Akademi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(1), 115-138.
- Herz, M., & Lalander, P. (2017). "Being alone or becoming lonely? The complexity of portraying "unaccompanied children" as being alone in Sweden". *Journal of Youth Studies*, 20(8), 1062-1076.
- Hossen, A. (2012). "Social isolation and loneliness among elderly immigrants: The case of South Asian elderly living in Canada". *Journal of International Social Issues*, 1(1), 1-10.
- Je Dong Gierveld, J., Van der Pas, S., & Keating, N. (2015). "Loneliness of older immigrant groups in Canada: Effects of ethnic-cultural background". *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 30(3), 251-268.
- Karasar, N. (2004). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kim, O. (1999). "Predictors of loneliness in elderly Korean immigrant women living in the United States of America". *Journal of Advanced Nursing*, 29(5), 1082-1088.
- Kirova, A. (2001). "Loneliness in immigrant children: Implications for classroom practice". *Childhood Education*, 77(5), 260-267.
- Lu, Y., & Zhou, H. (2013). "Academic achievement and loneliness of migrant children in China: School segregation and segmented assimilation". *Comparative Education Review*, 57(1), 85-116.
- Özdemir, Y., & İlhan, T. (2012). "Benlik kurgusu, bağlanma ve yalnızlık üniversite öğrencileri üzerine bir inceleme". *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 157-180.
- Rich Madsen, K., Trab Damsgaard, M., Smith Jervelund, S., Christensen, U., Stevens, G. G., Walsh, S., ... & Holstein, B. E. (2016). "Loneliness, immigration background and self-identified ethnicity: a nationally representative study of adolescents in Denmark". *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 42(12), 1977-1995.
- Şahin, C. (2001). "Yurt dışı göçün bireyin psikolojik sağlığı üzerindeki etkisine ilişkin kuramsal bir inceleme". *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(2), 57-67.
- Şanlı, E., & Poyraz, Y. (2018). "Uluslararası öğrencilerin yalnızlık düzeyleri". *Disiplinlerarası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(3), 49-58.

- Svendsen, L. (2018). *Yalnızlığın Felsefesi*, İstanbul: Redingot Kitap.
- Tarhan, N. (2020a). "Haz, mutluluk ve huzur ayrı kavramlar". Erişim: <https://www.nevzattarhan.com/prof-dr-nevzat-tarhan-haz-mutluluk-ve-huzur-ayri-kavramlar.html>
- Tarhan, N. (2020b). "Narsistik kişilerde empati körlüğü vardır". Erişim: <https://www.nevzattarhan.com/prof-dr-nevzat-tarhan-narsistik-kisilerde-empati-korlugu-vardir.html>
- Tutgun-Ünal, A. ve Bozkurt, V. (2020). Sosyal medya bağımlılığı belirtileri üzerine etki eden faktörler. "Bilişim Teknolojisi ve İletişim: İnternet ve Toplumsal Etkileri" TÜBA Çalıştay Raporu, Baskıda.
- Tutgun-Ünal, A. (2020). Sosyal medya: Etkileri-Bağımlılığı-Ölçülmesi. 1.Baskı, Der Yayınları: İstanbul.
- Tutgun-Ünal, A. ve Deniz, L. (2020). Sosyal medya kuşaklarının sosyal medya kullanım seviyeleri ve tercihleri. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15 (22), 125-144.
- Tuzcu, A., & Bademli, K. (2014). "Göçün psikososyal boyutu". *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 6(1), 56-66.
- Wu, Z., & Penning, M. (2015). "Immigration and loneliness in later life". *Ageing & Society*, 35(1), 64-95.