

Perspektif

Mart 2019 | Yıl: 25 | Sayı: 279

DOSYA

AVRUPA'DA MÜSLÜMANLAR VE DEPRESYON



9 772195 547004 03

HAC UMRE 2019



KÜLTÜR TURLARI 2019



EĞİTMENLER EŞLİĞİNDE
ÇOCUK KULÜBÜ
HİZMETLERİ



ÜNİVERSİTELİLERE VE
25 YAŞ ALTI GENÇLERE
ÖZEL FİYATLAR



KUDÜS
ZİYARETLİ UMRE
PAKETLERİ



BELİRLİ TARİHLERDE
EMEKLİLERE
ÖZEL KAFİLE VE FİYATLAR



KANDİLLERDE
8 GÜNLÜK
ÖZEL PROGRAMLAR

İSLAM TOPLUMU MİLLÎ GÖRÜŞ FARKI VE YARIM ASIRLIK HAC-UMRE TECRÜBESİ



Türkiye Temsilciliği | Hennes Tour
T +90 332 3515055 (Konya)
T +90 212 6355593 (İstanbul)
T +90 312 3113130 (Ankara)
T +90 224 2254225 (Bursa)
info@hennestour.com

Islamische Gemeinschaft Millî Görüş Hadsch-Umra Reisen GmbH

Colonia-Allee 3 | T +49 221 942240-470 | www.igmgreisen.com
D-51067 Köln | F +49 221 942240-480 | [f](#) [t](#) [i](#) [g](#) igmgreisen



Selamların *en güzeli ile*



Avrupa'da Müslümanlar ve Depresyon

Göç, hem göç eden hem de göç edilen toplum açısından bir imkân olmakla birlikte göçmen fertler için stres kaynağı ve birçok psikososyal krizin de tetikleyicisi olabiliyor. Stres ve depresyonun sebepleri arasında kişinin ayrılık ve kayıp tecrübeleri ve geride bıraktığı aile ve mekâna özlem başta geliyor. Yine göç esnasında aile ilişkilerinin parçalanması, yalnızlık, izolasyon, sosyal rollerin yeniden tanımlanması, zor bir adaptasyon süreci, kültürel, ekonomik ve yasal belirsizlikler psikolojik rahatsızlıkların çok rastlanan nedenleri arasında geçer. Her ne kadar kendileri bizzat göç etmemiş olsa bile zikredilen bu negatif faktörler ikinci ve üçüncü jenerasyonun hayatlarında da kısmen gözüküyor. Bunlarda yaş, ailenin göç nedeni, dil bilgisi, oturma durumu, eğitim ve meslek durumu, ırkçılık ve ayrımcılık tecrübeleri gibi faktörler önemli etkenlerdir.

Müslümanlara yönelik herhangi bir ırkçılık ve ayrımcılık vakası olduğunda olay kınanır ve siyaseten gerekli adımların atılması talep edilir. Bunlar son derece haklı taleplerdir. Ancak yukarıda zikrettiğimiz göçe bağlı stres faktörlerinin yanı sıra ayrımcılığa maruz kalan insanların da psikolojik durumları pek sorulmaz. Bunlardan hareketle aktüel Perspektif dosyamızda Avrupa'daki Türkiye kökenli Müslümanların psikolojik rahatsızlık nedenlerini irdeledik ve -daha önemlisi- bunların tedavileri için nelerin gerektiğini sorduk. Bu bağlamda Feyza Akdemir, Özlem Çelebi ve Ayşe Delikaya farklı perspektiflerden tedavi imkânları ve bu esnada karşılaşılan zorluklar hakkında yazarken Orgun Özcan ayrımcılık tecrübeleri sonrası neler yapılması gerektiğini ele aldı ve Meltem Kural "ithal gelin/damat"ların muhtemel psikolojik rahatsızlıklarına işaret etti. Ayrıca iki psikolog ile söyleşiler gerçekleştirdik. Dileta Sequeira ile ayrımcılık tecrübelerinin terapide nasıl ele alınabileceğini ve Dr. İbrahim Rüschhoff ile Müslümanların psikoterapiye yaklaşımlarını irdeledik.

Dosyamızın haricinde bu sayımızda Dr. Ahmet Aslan bilhassa Almanya'daki Türkiye kökenli gençlerle ilgili kimlik/çift kimlik tartışmalarını yansıttı. Gündem ve dünya kategorilerinde Libya'daki siyasi durumu, İngiltere'deki yeni İslamofobi tanımını ve Fransa'daki göçmenlerin Sarı Yelekliler Hareketinin neresinde olduklarını sorduk.

Yeni sayımızda görüşmek üzere, kalbî selamlarımla.

Bekir Altay

Perspektif

İslam Toplumu Millî Görüş
Aylık Haber-Yorum Dergisi
März 2019 • Mart 2019 | Jg. / Yıl: 25 | Nr. / Sayı: 279

Herausgeber/Yayıncı

Für die IGMG - Islamische Gemeinschaft
Millî Görüş e.V. (Amtsgericht Köln, VR 17018) das
Generalsekretariat / İslam Toplumu Millî Görüş
adına Genel Sekreterlik

Vertreten durch den Vorstand/Yönetim Adına

Kemal Ergün, Vorsitzender/Genel Başkan
Bekir Altaş, Generalsekretär/Genel Sekreter
Hakkı Çiftçi, stellv. Vorsitzender/Genel Başkan
Yardımcısı

Chefredakteur/Genel Yayın Yönetmen

Bekir Altaş (V. i. S. d. P.)

Editoren/Editörler

Ali Mete, Elif Zehra Kandemir

Redaktion/Redaksiyon

Ferhan Köseoğlu, Mehmet Kandemir, Meltem
Kural, Yasemin Yıldız, Feyza Akdemir, Kübra
Zorlu, Hatice Çevik

T +49 221 942240-240 • F +49 221 942240-201
info@perspektif.eu • redaktion@perspektif.eu

Druck/Baskı

Im Auftrag der IGMG durch PLURAL Publications
GmbH erstellt./ IGMG adına PLURAL Publications
GmbH tarafından hazırlanmıştır.

Colonia-Allee 3 • D-51067 Köln • T +49 221
942240-260 • F +49 221 942240-201

Die Verantwortung für die Artikel liegt bei den
Autoren. / Yayımlanan yazıların sorumlulukları
yazarlarına aittir.

Anzeigenservice/İlan Servisi

T +49 221 942240-315 • F +49 221 942240-201
ilan@perspektif.eu

Abonnement/Abonelik

IGMG Mitgliederbetreuung/IGMG Üyelik
Hizmetleri: Colonia-Allee 3 • D-51067 Köln
T +49 221 942240-417 • F +49 221 942240-201
abone@perspektif.eu

Jahresabonnement/Yıllık Abone Ücret

40,- € | Für Vereinsmitglieder der IGMG
kostenlos./IGMG Genel Merkez üyelerine
ücretsizdir.

Auflage/Tiraj: 12.500 | ISSN: 2195 5476

🐦 📧 📱 📺 perspektif.eu

pp
plural publications



GÜNDEM

08

Yeni Kuşakların Kimliklerinden
Bize ne (Düşer)?



DOSYA

30

Göçmenlerin Psikolojik
Rahatsızlıkları ve Tedavi İmkânları

48

Psikoterapide Anadilin
ve Kültürün Önemi

54

“Depresyon İman
Eksikliğinin Bir
Sonucu Değildir”



GÜNDEM

14

İslamofobi Tanımı:
Yeni bir Umut Mu,
Boş Bir Beklenti Mi?



GÜNDEM

18

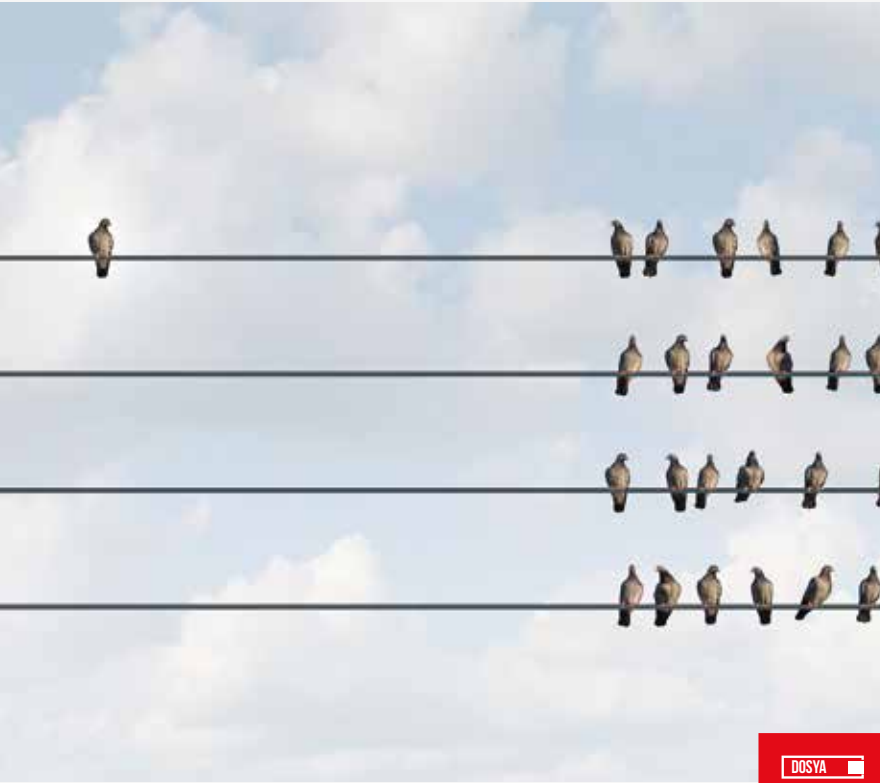
Banliyöler Sarı Yelekliler
Hareketi'nin Neresinde?



DOSYA

24

Göç Kökenliler ve Psikolojik
Rahatsızlıklar: Tedavi ve
Terapide Karşılaşılan Zorluklar



Ayrımcılık ve Sonuçlarıyla Mücadele

DOSYA

36



DOSYA

43

İthal Evlilikler
ve Depresyon

58

DOSYA SÖYLEŞİ

İrkcılığın Faili Toplum,
Mefulü Birey

62

DÜNYA

Libya'nın Güneyinde
İktidar Mücadelesi

IGMG Camisine Saldıran Zanlıların Cezaları Açıklandı

ALMANYA

Almanya'da Lauffen kentinde İslam Toplumu Millî Görüş'e bağlı Akşemsettin Camii'ni kundaklayan 3 zanlı iki ila üç yıl arasında değişen hapis cezalarına çarptırıldı. Kundaklama ile ilgili Heilbronn Eyalet Mahkemesi'nde görülen dava sonuçlandı. 22 Şubat 2018 tarihinde yapılan duruşmada mahkeme "ağır kundaklama" girişiminde bulundukları gerekçesiyle sanıklardan birini 3 yıl hapis cezasına çarptırdı. Diğer sanıklardan biri iki buçuk yıl ve olay anında 18 yaşından küçük olan diğer sanık ise iki yıl 8 ay hapis cezası ile cezalandırıldı.

Müslümanlar Hukuki Düzene Uyuyor

ALMANYA

Almanya iç istihbarat birimi Anayasayı Koruma Teşkilatı Almanya'da yaşayan Müslümanların yüzde 99'undan fazlasının hukuka uyduğunu belirterek, kamuoyunu Müslümanların topyekûn radikalizmle ilişkilendirilmemesi hususunda uyardı. Anayasayı Koruma Komisyonu'nda konuşan Berlin Eyalet Anayasayı Koruma Teşkilatı Başkanı Michael Fischer, Müslümanların topluca radikalizm ve şiddetle ilişkilendirilmemesi uyarısında bulundu. Almanya genelinde radikalizm potansiyelinin şu an 26 bin civarında tahmin edildiğini, bunun da Almanya'da yaşayan 4,3 milyon Müslüman'ın sadece 0,6'sına tekabül ettiğini belirtti. Fischer ayrıca, "Başka bir deyişle ülkedeki Müslümanların yüzde 99'undan fazlası hukuka ve toplum düzenine uyuyor." dedi.



Perspektif 278/2019

Öncesinde "etnopluralizm" kavramıyla ilgili fazla bilgi sahibi olmasam da, Perspektif sayesinde bu anlamda bilgilendirilmiş oldum. Kavram aslında ilk okunduğunda pozitif bir algı çağrıştırmasa da aslının öyle olmadığını da öğrenmiş oldum. Avrupa'da aşırı sağ olarak bilinenlerin yeni hâli ve bu kitlenin asıl ideolojilerinin halk arasında pek bilinmemesi, bana onların lehineymiş gibi geliyor. Çünkü hâlihazırda bölge veya ülke siyasetçilerinden memnun olmayan insanlar, bu tip siyasetlere ve akımlara, "etnopluralizm" adı altında, aşırı sağcı değilmiş gibi destek verebilirler. Oysa aslında, bu akımın destekçileri de tıpkı aşırı sağcılar gibi ırkçı ve yabancı düşmanı. Dolayısıyla, etnopluralizm konusunu dosyanıza taşıyıp bizleri aydınlatığınız için sizlere teşekkürlerimi sunuyorum.

Şevval Raşıtoğlu, Heidelberg

“İslam” İfadesinin Karnelerden Çıkartılması Tepki Çekti

AVUSTURYA

Avusturya'da aşırı sağcı hükümetin okul karnelerinden “İslam” ifadesini çıkartmasına Müslümanlar başta olmak üzere akademisyenler ve çeşitli sivil toplum kuruluşları tepki gösterdi. Avusturya'da eğitim bakanlığının ve başbakanlığa bağlı din işleri dairesinin aldığı karar gereği, karnelerde seçmeli din dersi ve öğrencilerin dini aidiyetlerini gösteren kısımda bulunan İslam ifadesi çıkartılarak yerine ülkedeki Müslümanları temsil eden Avusturya İslam Cemaati'nin kısaltması olan “İGGÖ” yazılması yoğun tepkilere neden oldu. Bu hususla ilgili açıklamalarda bulunan İGGÖ Başkanı Ümit Vural ise, “İslam dini ifadesini aslında böyle basit bir bürokratik müdahale ile resmi bir evrak olan karnelerden silmeye gayret ediyorlar. İGGÖ olarak buna karşı her türlü yasal yola başvuracağız.” dedi.

“Boşnak Soykırımını İnkâr Edenler, Gerçeklerle Yüzleşmeli”

BOSNA HERSEK

Bosna Hersek Devlet Başkanlığı Konseyinin Boşnak üyesi Sefik Dzaferovic, ülkede 1990'lı yıllarda işlenen soykırımı inkar edenlerin ve savaş suçlularını kahramanlaştıranların gerçeklerle yüzleşmesi gerektiğini vurguladı. Bosna Hersek Devlet Başkanlığı Konseyinin Boşnak üyesi Sefik Dzaferovic, başkent Saraybosna'daki İnsanlığa Karşı Suç ve Soykırım Müzesi'ni ziyaret ederek, savaş kurbanlarının özel eşyalarının da sergilendiği müze hakkında yetkililerden bilgi aldı. Dzaferovic ayrıca, adalet ve hakikatin gelecek inşasında önemli olduğunu vurguladı ve “(Boşnaklara yönelik) Soykırımı inkâr edenler ya da küçümseyenler mutlaka burayı ziyaret etmeli ve inandıklarını bir kez daha gözden geçirmeli. Soykırımı inkâr eden ve savaş suçlularını kahramanlaştıranlar gerçeklerle yüzleşmeli.” Dedii.

Geçen Sayıdan Öne Çıkanlar



Seehofer'in diğer bir sürprizi “İslami çatı örgütlerinden” değil “İslami cemaatlerden” söz etmesiydi. Bu oldukça yeni bir durumdur, zira İslami cemaatlerin “cemaat” şeklindeki öz tanımlamaları o güne kadar kabul görmemiş, tanınmamıştır.



Hareketin entelektüel figürleri sık sık İslam düşmanı olmadıklarını, “büyük mübadele” ve “işgalin” liberal sol politikanın bir sonucu olduğunu, bunun kurbanları arasında mültecilerin de bulunduğunu vurgulamaktadırlar.



Bu gruplar göçmenler hakkında “pislik” kelimesini sıkça kullanıyorlar ki bu da göçmenlere olan takıntılarını gösteriyor.

Yeni Kuşakların Kimliklerinden Bize Ne



© Rawfs/shutterstock.com

Kimlikler birer araçtır. Yeni kuşakların ihtiyacı olan tasarlanmış kimlik tanımlamaları değil özgür ve özgünce kendi kimliklerini inşa edebilecekleri sağlıklı zeminlerdir.

Ahmet Aslan*

(Düşer)?



* 2001-2010 yılları arasında Almanya'da ikamet etmiş olan Aslan, Din Sosyolojisi Ana Bilim Dalında 2018 yılında doktora tamamlamıştır. Aslan, Türkiye'de bir lisede öğretmenlik yapmakta ve gençlik, din ve göç sosyolojisi alanlarında araştırmalarına devam etmektedir.

Dinî kimlik ile millî kimliğin çoğu zaman iç içe bir görünüm arz etmesi dikkat çekicidir. “Alman kimliği Müslümanlığa uzak, Türk kimliği Müslümanlığa yakındır.” algısı varlığını sürdürmektedir.

Geçen yüzyılın ortalarından bugüne kimlik kavramı, çağdaş hayatın tartışmalı yönlerini aydınlatmaya yarayan bir prizmaya dönüşmüştür. Toplumsal analize konu olan adalet, eşitlik, kültür gibi yerleşik meseleler artık “kimlik” kavramı bağlamında ele alınmış, tekrar tekrar gündeme getirilmiştir (Bauman, 2005: 173-174). Almanya’daki Türkiye kökenli yeni kuşakların sorunları bağlamında da kimlik konusu tartışılmaktadır. İki binli yılların başından itibaren ilgili literatürde yeni kuşakların kimliğinden tireli, çoklu, melez nitelendirmeleriyle bahsedilmektedir. Alan bulguları 2016-2017 yıllarına dayanan bizim araştırmamızda da benzer bir sonuçla gençlerin dinî, millî ve siyasi açılardan kendilerini çoğunluğu Türklük ve Müslümanlık vurguları taşıyan çoklu ifadelerle tanımladıkları görülmüştür (Aslan, 2018). Ancak bu noktada bütün mesele açıklığa kavuşmamakta, bilakis yeni soru(n)lar gündeme gelmektedir.

Bireyler kimliklerini genellikle zamana ve mekâna göre değişebilen şekillerde aidiyet bağlarıyla ve gündelik yaşam pratikleriyle ifşa ederler. Hâlbuki çeşitli hegemonik yapılar, bireyleri kimliklerini vurgulamaya davet ettiklerinde aslında onlardan zımnen “temel aidiyetleri”ne dönmelelerini ve bu aidiyetlerini “öteki”ne haykırmalarını istemektedirler. Burada sorunsal olan, söylemin eyleme, değere ve ahlaka öncelenmesidir.

Üçüncü kuşağın kendisini sağlıklı bir şekilde tanımlamasının önünde bir engel olarak da anlaşılabilecek bir husus; onların kendilerini tanımlamalarından önce çoğunluk toplumu tarafından nasıl tanımlandıkları sorunudur. Türkçeye hâkimiyet açısından çeşitli nedenlerle zafiyet gösteren bir kuşak her ne kadar Almancayı Türkçeden daha iyi konuşuyor, Almanya’da doğmuş bütün eğitimi ni burada almış/alıyor olsa da çeşitli durumlarda

dışlanmakta, kendisine sürekli “sen Türk’sün” hatırlatması yapılır şekilde yaklaşılmaktadır. Bu durum gençlerin protest kimlikler edinmesine sebep olabilmektedir. Zira birey ne ile ötekileştiriliyorsa, dışlanıyorsa kendini o tanımlamayla ifade etmekte, varoluşuna yöneltilen tehditlere karşı kimlik sığınakları inşa etmektedir.

Kimlik edinim aşamasında tüm ayrımcılıklara/olumsuzluklara karşı kültürel ve dinî kimlik sığınak özelliği göstermektedir. Kısaca yeni kuşakların kimlik algılarında kendini tanı(mla)ma sorunu Almanya ortamında çoğunluk toplumu tarafından tanımlanma sorunuyla içi içe bir durum arz etmektedir. Bu noktada kendisini tanıtmaya soru(n/s)u ile karşı karşıya kalan yeni kuşaklar: “Kimlik bölmelere ayrılmaz; o ne yarımlardan, ne üçte birlerden, ne de kuşatılmış diyarlardan oluşur. Benim birçok kimliğim yok, onu biçimlendiren bütün öğelerini özgün ‘doz-larda’ birleştirdiğim tek bir kimliğim var.” (Maa-louf, 2016). diyebilmiş olsalar sorun belki belli bir oranda çözülmüş sayılabilecektir.

Ardına farklı nitelikler eklenebilse de yeni kuşaklar için temel bir tanımlama “Almanyalı” oluş-tur. Gençlerin Almanya’ya karşı belirgin bir aidiyet duyguları bulunmaktadır ve çoğunlukla gönül rahatlığı ile “Biz buralıyız.” demektedirler. Ancak aidiyet meselesi göçün ilk dönemlerinden itibaren yaşanan sosyal ve politik gelişmelerden etki-lenmektedir. İrkçi saldırıların ve ayrımcılıkların arttığı dönemlerde bu duygu zayıflarken mesela önceki cumhurbaşkanlarından Wullf’un sağ siya-setçilerin aksine açıkça İslam’ın Almanya’nın bir parçası olduğunu söylemesi gibi göç kökenlileri ve İslam’ı kucaklayıcı yaklaşımlar aidiyet duygusunu pekiştirmektedir.

Üçüncü kuşak gençler “mit Migrationshin-



tergrund (göç kökenli)" şeklinde tanımlanmaktan hoşlanmamaktadır. "Burada doğdum, tamı tamına buralıyım, neden farklı tanımlanıyorum?" sorusunu sesli olarak sormaktadırlar. Alman devletinin vatandaşlık politikasında güttüğü strateji yeni kuşakların Almanya'ya aidiyetlerini artırmıştır, denebilir. Gençler Alman vatandaşlığını tanımlama aracı olarak kullanmaktadır. Dışarıdan etkiler azaldıkça Türk ve Müslüman tanımlamaları dışın-

da farklı tanımlamalar geliştirilmektedir. Mesela dinî değerlerden bağımsız yaşam stilleri de yeni kuşaklar için tanımlama aracı olabilmektedir.

Üçüncü kuşak gençler kendilerini Türk, Müslüman Türk, Almanyalı Müslüman, Alevi, Kürt... gibi çoklu kimliklerle tanımlamaktadır. Aile, etnik durum, vatandaşlık durumu ve dine bakış; kimliği doğrudan belirlemektedir. Bu tanımlamalarda Türkiyeli olmak oldukça zayıftır ya da gittikçe za-



yıflamaktadır, denilebilir. Oldukça pratik biçimde gençler “Ben Könlüyüm.” demektedirler. “Türk müsün? sorusuna “Türk kökenli Alman.” şeklinde cevap verebilmektedirler.

Üçüncü kuşak gençler, iki binlere doğru kendilerini pasaport almış anlamında Alman olarak tanımlamaya başlamış ancak 11 Eylül olayları ile birlikte başlayan İslam karşıtlığı ve arkasından gelen 2005’te çifte vatandaşlık statüsündekilerin Alman vatandaşlıklarının geri alınması gibi olayların ardından böyle bir tanımlama tercih edenler aslında tam olarak “Alman” olamadıklarını, bu şekilde kabullenilmediklerini fark ettiler denilebilir. “Deutsch-Türke” (Alman Türkü) tanımlamasının bu noktada popülerleştiği söylenebilir.

Üçüncü kuşağın kendisini tanımlamasında Türk Alman’dan Alman’a doğru bir süreç yaşandığından

söz edilebilir. Gençlerin kendilerini tanımlarken ne tam anlamıyla Alman kimliğini, ne de Türk kimliğini özümsemiş olma durumuna paralel bir melez (hibrit) kimlik oluşumu söz konusudur. Onların mesela bu aşamada duygusal bir bağlılıkları olmasına rağmen Türkiye’ye tam olarak uyum sağlamaları mümkün değildir ve birçok olumsuzluk yaşamalarına rağmen Almanya’ya güçlü bir aidiyetleri vardır. Ancak yukarıda da belirtildiği gibi bu durum onların Almanya’da kabullenilmiş olma duygusunu tam anlamıyla yaşamalarına imkân vermemektedir.

Yapılan mülakatlarda görüşülen birçok kimse- nin, gençlerin kendilerini nasıl tanımladığı konusunda “Bunu tam olarak onlar da bilmiyorlar.” şeklinde ya da buna benzer ifadeler kullanarak, üçüncü kuşağın kendilerini tanımlama konusunda belli bir yeterliliğe sahip olmadıklarını ima eden cevapları dikkat çekicidir. Bu şekilde bir imayı, arada kalma

Göçmenler ve göç kökenli kuşaklar, birden çok “ev” arasında “yabancı” ve yerli oluşun çeşitli tecrübelerini yaşamaktadırlar. Ulusaşırı alandaki kimlikler çoklu aidiyet bağları ile beslenmektedir.

ağırlığını kaldıramayan ve nitelikli bir eğitimden mahrum kalan kimselerin söz konusu sorunları mesele edinmemelerinin sonucu ortaya çıkan yetersizlik olarak yorumlamak mümkündür.

Yeni kuşakların kimlik algısında Alman devletinin şekillendirdiği eğitim sisteminin etkisi yadsınmaz. Bu etkiyi belirleyebilmek amacıyla gerçekleştirdiğimiz mülakatlarda görüştüğümüz kimselere “Alman eğitimi Türk öğrencilere nasıl bir kimlik algısı benimsetiyor?” sorusunu yönelttik. Bu soruya verilen cevaplar incelendiğinde katılımcıların genel olarak şu hususları vurguladığı görülmektedir: Okullarda Alman kimliği ve hâkim kültür benimsetilmek istenmekte; hâkim kültür benimsenmediği takdirde azınlıkların şansının olmayacağı algısı oluşturulmakta; Avrupa merkezci bir yaklaşımla Avrupa değerlerinin üstün değerler olduğu hissettirilmekte; sınırsız özgüven ve bireyselliğin baskın olduğu özgürlükçü bir yaşam tarzı benimsetilmektedir. Bu eğitim sürecinde gençler, “Sen ne yaparsan yap bir yabancısın.”, “Sen ikinci sınıf vatandaşsın. Bir şey bilmiyorsun. Ötekisin.” şeklinde ifade edilebilecek bir yaklaşımla karşı karşıya olduklarından sürekli “kendilerini ispat etme, kabul görme” çabasına girmektedirler. Açıkça ki böyle bir denklemde sağlıklı bir kimlik algısına sahip olmak oldukça güçtür.

Günümüz toplumlarında sosyal yapılardan çok sosyal ağların ön plana çıktığı, bireylerin kendilerini sosyal hayatta aidiyet bağları ile konumlandıkları gerçeğinden yola çıkılarak üçüncü kuşağın kimlik algısı konusunda Almanya’daki çok katmanlı görünüm vurgulanabilir. Göçmenler ve göç kökenli kuşaklar, birden çok “ev” arasında “yabancı” ve yerli oluşun çeşitli tecrübelerini yaşamaktadırlar. Ulusaşırı alandaki kimlikler çoklu aidiyet bağları ile beslenmektedir.

Önceki kuşaklarda olduğu gibi üçüncü kuşak gençlerin kimlik algılarında dinin önemli bir yeri vardır. Çünkü din; insanı en derinden kuşatan, ona ahlak düzeni sunarak kılavuzluk eden, onun kişiliğine yön veren, kültürünü şekillendiren en önemli aidiyet bağıdır ve toplumun temel yapı taşlarından biridir. Bu sebeple dinden bağımsız kimlik tanımlamaları eksik kalacaktır. Bu noktada dinî kimlik ile millî kimliğin çoğu zaman iç içe bir görünüm arz etmesi dikkat çekicidir. “Alman kimliği Müslümanlığa uzak, Türk kimliği Müslümanlığa yakındır.” algısı varlığını sürdürmektedir. Üçüncü kuşak gençler de dinî ve millî değerleri birlikte algılamakta ve birlikte yaşamaktadırlar.

Sonuç olarak Almanya’daki Türkiye kökenli üçüncü kuşak gençler, kökenlerin bilincinde olmakla beraber ulusötesi bir ortamda Türkiye ile Almanya arasında -önceki kuşaklara göre farklılaşabilse de- düşünsel ve fiziksel olarak hareketlilikler yaşayan bir kuşaktır. Bireylerin dinsel, kültürel kimlikleri ve aidiyetleri sembolik sınırları aşan mekânlarda ürettikleri ilişkiler üzerinden inşa edilmektedir. Üçüncü kuşak gençlerin aidiyet bağları ve bu bağları şekillendiren etkenler ilişkisel, kolektif ve bağlamsaldır. Bütün bunlardan sonra başlıktaki sorunun cevabı olarak denilebilir ki, kimlikler birer araçtır ve yeni kuşakların ihtiyacı olan tasarlanmış kimlik tanımlamaları değil özgür ve özgünce kendi kimliklerini inşa edebilecekleri sağlıklı zeminlerdir.

Kaynaklar

- Aslan, Ahmet (2018) “Çokkültürlülük ve Entegrasyon Tartışmaları Bağlamında Üçüncü Kuşağın Kimlik Algısı ve Din: Köln Örneği”. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe Ve Din Bilimleri Anabilim Dalı. Samsun: 2018.
- Bauman, Zygmunt (2005) Bireyselleşmiş Toplum. (Çev. Y. Alogan). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Maalouf, Amin (2016) Ölümcül Kimlikler. (Çev. Aysel Bora). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

İslamofobi Tanımı: Yeni bir Umut Boş Bir Bekle



*Birmingham Üniversitesi Sosyal Çalışmalar Enstitüsü'nde öğretim üyesi olan Dr. Chris Allen, İslamofobi ve İslamofobik nefret suçları konularında çalışmalar yapmaktadır.

...Mu, ...nti Mi?

Kasım 2018'de Britanya Müslümanları Partiler Üstü Meclis Grubu yeni bir İslamofobi tanımı formüle etti. Bu tanımının ülkede tırmanışa geçen İslamofobiyle mücadelede değişimin başlangıcı olması umut ediliyor. Hükûmetin tanımı kabul edip etmeyeceği ise henüz kesinlik kazanmış değil.

Chris Allen*



© John Gomez/shutterstock.com

Britanya Müslümanları Partiler Üstü Meclis Grubu (İng. "All Party Parliamentary Group (APPG) on British Muslims") İslamofobi'nin Birleşik Krallık'taki ilk işlevsel ve kapsamlı tanımını ortaya koyarak tarihi bir adıma imza attı. İslamofobi tanımlamak adlı raporda, "İslamofobi kökeni ırkçılığa dayanan ve Müslümanlığın ya da Müslümanlığa ait olduğu varsayılan ifade biçimlerini hedef alan bir ırkçılık türüdür." denildi.

Neredeyse iki yıl süren danışma ve kanıt toplama sürecinin sonunda ortaya çıkan İslamofobi tanımında, ülkenin dört bir yanında faaliyet gösteren çeşitli örgütlerin, politikacıların, kanaat liderlerinin, akademisyenlerin ve cemaatlerin yanı sıra İslamofobik nefret suçu mağdurlarının da görüşleri dikkate alındı.

Büyük ölçüde olumlu tepkiler almakla birlikte, söz konusu İslamofobi tanımının arzu edildiği gibi İslamofobiyle mücadele konusunda siyasilere ve politika belirleyicilere ivme kazandıracak bir katalizör olup olmayacağı sorusu henüz yanıt bulmuş değil.

Devam Eden bir Süreç

Yaygın kullanımına rağmen İslamofobi görece yeni bir sözcük; zira kamusal ve siyasi literatüre yalnızca yirmi yıl kadar önce girdi. Yine de işlevsel bir tanım oluşturma süreci –siyasi geçerliliği olan– uzun zamandır devam eden ve benim de çeşitli şekillerde katkıda bulunduğum bir süreç. İşlevsel bir İslamofobi tanımını gerekli kılan faktörler arasında İslamofobiyle mücadeleye daha tutarlı ve anlamlı bir yaklaşım kazandırabilme ümidinin yanı sıra, insanlara İslamofobinin ne olduğu ve ne olmadığını daha iyi anlatabilme arzusu ve İslamofobik nefret suçlarının en iyi şekilde tespit edilip kayıt altına alınmasını sağlamaya duyulan ihtiyaç da yer almaktadır.

Yine bir diğer faktör, İslamofobinin hükûmet ve diğerlerince ciddiye alınması gerektiğini savunan kimselerin girişimlerini baltalamak isteyen çevreler tarafından ortaya atılan argümanlara karşı çıkma ihtiyacıdır. İslamofobinin var olmadığını ve yalnızca bir "kurgu" olduğunu iddia eden yazar Melanie Philips, bu kişilerden yalnızca biri. Müslümanlara yönelik nefret suçları konusunda

Londra Metropolitan Polis Teşkilatı ve Tell MAMA verileri tam aksini ortaya koysa da Philips bu tür mesnetsiz iddiaları ileri sürmeye devam ediyor.

Bir diğer örnek ise İslamofobi sözcüğüyle alakalı. Bu hususta, Quilliam Vakfı gibi bazı çevreler özellikle tartışmaların önünü kapattığı gerekçesiyle söz konusu terimin son derece sorunlu olduğunu iddia ediyor. Konuya ilişkin en radikal görüşü ise Rod Liddle gibi yeterince İslamofobinin olmadığını iddia eden yorumcular teşkil ediyor.

İrkçılık Karşılaştırması

İslamofobinin yeni, geçerli ve işlevsel tanımının bu söylemlere karşı koyup koyamayacağı sorusu bir yana, sağlayacağı avantajlar oldukça fazla görünüyor. Kısa ve herkese açık olan bu yeni tanım ne çok karmaşık ne de aşırı derecede akademik; bu da hem kamuoyuna hem de siyasilere hitap etme potansiyelini artırıyor. Ayrıca İslamofobi ırkçılık düzleminde ele almak oldukça yararlı; zira insanlar ırkçılığı hemen sezinliyor ve günümüz İngiltere'sinde halkın çoğunluğu ırkçılığı kabul edilemez ve gereksiz bir tutum olarak görüyor. Böylece insanların Müslüman bir kadının fiziksel olarak darp edilmesine gerekçe olan İslamofobinin de aynı şekilde istenmeyen ve gereksiz bir tutum olduğunu idrak etmeleri kolaylaşıyor.

Bununla birlikte, İslamofobi ırkçılıkla kıyaslamak 'din' ile 'ırk' kavramlarının birbiriyale karıştırılmasına neden olabileceğinden kafa karışıklığı yaratabilir. İnsanlar için din değiştirilebilir ya da seçilebilirken, ırk ise ne değiştirilebilir ne de seçilebilir. Dolayısıyla, ırkçılıkla yapılan karşılaştırmanın Müslümanların bir ırk oluşturduğu iddiasından ziyade, yalnızca işlev ve süreç bakımından İslamofobi ile aralarındaki benzerlikleri vurgulama amacı taşıdığının net bir şekilde ortaya konması gerekiyor. Böylece yeni tanım, İslamofobinin 'Müslümanlık' göstergelerini ve Müslüman kimliğini nasıl hedef aldığına vurgu yapmaktadır. İslamofobik nefret suçlarını işleyenlerin görünür-lükleri nedeniyle çoğunlukla Müslüman kadınları hedef almaları bu anlamda oldukça manidar. Benzer şekilde ırkçılık da görünür-lükleri dolayısıyla örneğin ten renklerinden ötürü insanları hedef almaktadır.

Hükûmetin yeni İslamofobi tanımını görmezden gelmeye devam etmesi İslamofobiyle mücadelede konunun ciddiyet ve ehemmiyetine yakışır bir şekilde ele alınması fırsatının kaçırılması anlamına gelecek.

Yeni İslamofobi tanımının Müslümanlık ve Müslümanlar üzerindeki vurgusu dikkate alındığında, bu vurgunun aynı zamanda Müslümanlarla aynı inancı paylaşmamanın ya da İslamî pratiklerin bazılarını tasvip etmemenin de İslamofobik sayılabileceğine dair endişeyi hafiflettiği söylenebilir. Bu elbette İslamofobik bir tutum değildir, hiçbir zaman da olmamıştır. Müslümanları uygun bir şekilde eleştirmek İslamofobi olmadığı gibi, 'Allah adına' hareket ettiklerini iddia eden kişiler ya da grupların gerçekleştirdiği şiddet eylemlerini kınamak da İslamofobi değildir. Ancak yeni tanımın doğru bir şekilde ortaya koyduğu gibi anlaşmazlıklar, eleştiriler ya da itirazlar ayırt etmeksizin tüm Müslümanları hedef almak ya da kötülemek amacıyla kullanılıyorsa, bu tutumun altında bazı İslamofobik görüşlerin yattığını söylemek de yanlış olmaz.

Yeni, işlevsel İslamofobi tanımı ayrıca, 2016 yılında Birleşik Krallık hükûmetince benimsenen Uluslararası Yahudi Soykırımını Anma İttifakı (İng. "the International Holocaust Remembrance Alliance") tarafından formüle edilen Antisemitizmin geçerli tanımının benzer bir versiyonu olmanın da ötesine geçiyor. Antisemitizm tanımında Antisemitizm kelimesi yerine İslamofobiyi koymak suretiyle uzun zamandır devam eden tanım sorununa hızlı ve kolay bir çözüm bulunması savunulmuş olsa da en son İşçi Partisi'ndeki Yahudi düşmanlığı iddialarının geride bıraktığı karmaşa ve sorunlar, böyle bir yaklaşımın eksiklik ve yetersizliğinin altını çiziyor. İslamofobi ve antisemitizm için iki ayrı tanımın olması, iki olgu arasındaki bazı önemli -ve kesinlikle gerekli- mesafenin korunmasını sağlıyor.

Eylemler ve Söylemler

Her ne kadar geçerli ve işlevsel bir İslamofobi tanımı iyi bir gelişme olsa da bunun yalnızca bir öneri olduğunu hatırlamakta fayda var. Hükûmetin bu tanımı kabul edip etmeyeceği henüz belli değil ve tanım açıklandığından bu yana kabul edileceğine dair hükûmet kanadından herhangi olumlu bir sinyal de gelmedi. Açıkçası bu durum bilhassa geçen sene Muhafazakâr Parti içindeki İslamofobiye dair öne sürülen çok sayıda iddia göz önüne alındığında oldukça hayal kırıcı. Ancak hükûmetin yeni İslamofobi tanımını görmezden gelmeye devam etmesi yalnızca derin bir hayal kırıklığı değil, aynı zamanda İslamofobiyle mücadelede konunun ciddiyet ve ehemmiyetine yakışır bir şekilde ele alınması fırsatının da kaçırılması anlamına gelecektir.

Buna karşın, önerilen yeni tanım değişim için bir katalizör niteliğinde olup, insanların kim ya da neci olduklarıyla değil, eylemleri ve söylemleriyle alakalı olması hasebiyle oldukça isabetli bir yaklaşım sunuyor. Tanımı potansiyel İslamofobikleri afişe etmek yerine, değişimi desteklemek için birlikte çalışılabilecek yeni destek grupları ve ittifaklar oluşturmak için kullanmak amaca uygun olacaktır. Yeni tanım, İslamofobinin varlığını inkâr edenleri tatmin etmese de sadece İslamofobiye ve onun kötü sonuçlarına dikkat çekmeyi başarsa bile oldukça iyi bir kazanım sayılabilir. Umulur ki, yeni tanım İslamofobinin günümüz Britanya'sında hayatlarını sürdüren pek çok sıradan Müslümanın hayatını nasıl olumsuz etkilediğine dikkat çekecektir. Bu gerçek ne göz ardı edilecek ne de hafife alınacak bir meseledir.

Banliyöler Sarı Yelekliler Hareketi’ Neresinde



Cezayir kökenli Fransız gazeteci Mechâi, hukuk yüksek lisansı yapmış ve uluslararası ilişkiler ile Afrika ve Orta Doğu ilişkileri konusunda uzmanlaşmıştır.

nin e?

Emmanuel Macron'un ekonomik ve toplumsal politikalarından bunalan Fransızlar her cumartesi sokaklara dökülüyor. Peki göçmen kökenli azınlıklar bu hareketin içinde neden yok?

Hassina Mechäi*



© Mo Wu/shutterstock.com

17 Kasım 2018'den bu yana Fransa'da her cumartesi gerçekleştirilen gösteriler Emmanuel Macron karşıtlarını bir araya getiriyor. Çatışmalar, polis şiddeti ve yakıp yıkma eylemlerinin damga vurduğu sarı yeleklilerin bu gösterileri, kenar Fransa'nın (küçük kasabalar ve kaderine terk edilmiş kırsal alanların) merkezî Fransa'ya bir başkaldırısı olarak görülüyor. Fakat gösteriler başladıktan bu yana belki de pek çok kişi aynı soruyu soruyor: İşçi sınıfı banliyöleri nerede? Daha doğrusu, Mağribi ve Afrikalı göçmen torunları gösterilerde neden yok? Sarı Yelekliler hareketi yalnızca beyazların, kırsal ya da yarı-kentli Fransızların hareketi mi?

Siyasi Yorgunluk

Hareketin başlarında gerçekleşen örtülü Müslüman bir kadına yapılan saldırı, sarı yelekliler tarafından durdurulan bir kamyonunda bulunan göçmenlerin polise ihbar edilmesi, siyahi bir kadına yönelik sözlü saldırılar ve Montmartre'de bir gösteri sırasında bazı göstericilerin "quenelle" adı verilen ters Nazi selamı vermesi gibi hadiseler hareketin ırkçı, göçmen karşıtı ve antisemitik olduğu yönünde yorumlar yapılmasına yol açtı. Ancak, gösterilere bakıldığında her cumartesi günü atılan sloganlar net bir şekilde "en zenginleri", "CAC 40 Endeksini" ve onlara göre Emmanuel Macron politikasını temsil eden eşitsizlikleri hedef alıyor. Dolayısıyla Sarı Yelekliler hareketinde, başlangıçta bu tarz olaylar yaşanmış olsa da bu hareketin ırkçı ya da sadece "beyaz" bir hareket olduğunu söylemek doğru olmaz.

Asıl sorulması gereken bu hareketin işçi sınıfı banliyöleri arasında neden bu denli az ilgi uyandırdığı sorusu olmalıdır. Post-kolonyal göçmen torunlarını da kapsayan işçi sınıfının yoğun olarak yaşadığı bölgeler de gösterilerde pek yer almıyor. Elbette, farklı sosyal çevrelerden gelen pek çok insan gösterilere katılıyor. Ancak bu katılımlar, herhangi bir işçi sınıfı kırsalının taleplerini temsilden ziyade bireysel nedenlerle gerçekleşiyor. Bu nedenle merak edilen konu her şeyden evvel işçi sınıfı banliyölerinde talihsiz koşullarda yaşayan



© Alexandros Michailidis/shutterstock.com



İşçi banliyöleri her zaman baskıcı güvenlik ve ekonomi politikalarının bir laboratuvarı oldu.

siyahi ve Arap nüfusun gösterilere neden katıldığıdır.

Öncelikle, homojen bir nitelikte olmakla birlikte çoğu dar gelirli ve göçmen kökenli bu banliyö sakinleri, yoksulluk, kamu hizmetlerinin zamanla ortadan kalkması, polis şiddeti gibi uzun zamandır dile getirdikleri sorunlardan bıkmış durumdalar. Ayrıca işçi sınıfı ve karma banliyölerdeki zorlu hayat mücadelesinin göz ardı edildiği ve 2005'te polis tarafından kovalanan iki gencin ölümünde olduğu gibi onlara kimsenin kulak vermediği şeklinde bir terk edilmişlik duygusu da hâkim. Kendilerini yalnızca seçimler öncesi onları hatırlayan sol kanat partiler tarafından da terk edilmiş hissediyorlar. Bu da bu mahallelerdeki seçime katılım oranının diğer bölgelere oranla neden daha düşük olduğu nu açıklıyor.

Paris'in göbeğindeki gösterilere katılmak, şimdilerde şiddete maruz kalmak anlamına geliyor ve göçmen kökenli pek çok kişi, kendilerinin ilk hedef olacağını biliyor. Taha Bouhafs, 23 yaşında genç bir eylemci. En başından beri her cumartesi gösterilere katılmış. Cergy'de yaşayan Taha, sarı yelekliler hareketini çok iyi tanıyor. Kendisi gibi gençlere karşı Fransız polisinin uyguladığı şiddetini de çok iyi biliyor. "İşçi banliyöleri her zaman baskıcı güvenlik ve ekonomi politikalarının bir laboratuvarı oldu. Ben genç bir banliyö çocuğuyum; plastik mermiyle ilk kez Paris protestolarında tanışmadım, uzun zamandır tanıyorum. Kamu hizmetlerinin 40 yıldan fazla bir süredir olmayışına ve çalışma koşullarımızın sistematik çöküşüne tanık oluyoruz. Polis şiddetine gelince, bu şiddetten ancak "beyazlar" da etkilendikten sonra insanlar bunun yanlış oluşunu sorgulamaya başladılar. Adama Traore adlı 24 yaşındaki bir genç 19 Temmuz 2016'da Bea-

umont-sur-Oise'de tutuklanmasının ardından tutulduğu jandarma karakolunda öldü. 69 yaşındaki Ali Ziri Argenteuilde tutuklandıktan sonra polis şiddeti nedeniyle hayatını kaybetti. Fatouma Kébé de 2013 yılında plastik mermiye maruz kalarak bir gözünü kaybetti. Banliyö dernekleri uzun süre bu tür olayları rapor etmiş olsa da o dönem polis şiddeti sadece işçi sınıflar ve etnik-karma bölgelerle sınırlı kaldığından bu olaylar insanları harekete geçirmedi. Fransa banliyölerindeki polis eliyle gerçekleşen ölüm ve yaralanmaları listeleyecek olursak, bu uzun bir liste olurdu."

Taha Bouhafs, karışık işçi sınıfı için asıl referans noktasının, 2005 halk ayaklanmaları olduğunu kaydediyor. 2005'te Zyed Benna ve Bouna Traore adlı iki gencin polis kontrolünden kaçarken güç trafosuna çarparak yaşamlarını yitirmesi üzerine çıkan olaylar sonrası gerçekleşen polis şiddeti o dönem Sarı Yelekliler hareketini sarsmış ve sarı yelekliler ile banliyöler arasında ortak bir mücadeleye zemin hazırlamıştı. Taha bir cumartesi protestosunda sarı yeleklilerin yürüyüşünü izlerken şöyle soruyor: "Zyed ve Bouna'nın 2005'teki ölümlerini takip eden halk isyanından bu yana bir sarı yelekliyim. Banliyölere sokağa çıkma yasağı uygulanırken, Amada Traoré, Ali Ziri ve diğerleri polis karakollarında can verirken bu insanlar ne rededydi?"

İşçi sınıfı mahallesi sakinleri, cumartesi gösterilerinde sınıfsal ayrımı kınayan öfkeli kalabalıkla ortak bir noktada buluşsa da bu onları harekete geçirmek için yeterli bir neden değil. Zira işçi sınıfı banliyölerinde yaşayanlar için en büyük sorun, hayatlarının sürekli polis şiddeti ve ırksal profileme yoluyla değersizleştirilerek hiçe sayılması. Taha Bouhafs: "Bu fırsatı sesimizi duyurmak için

kullanmalıyız ve polis içindeki ırkçı yapı hakkında konuşmalıyız. Elbette, bu silahlar ve yöntemler yasaklanmalı; ancak bunun yanı sıra polis devleti ve doktrinlerini de tartışmalıyız. Mesele polis şiddetinden ziyade polisin yapısal ırkçılığı ile alakalı ve dolayısıyla siyasi bir mesele. Sarı yelekliler de bunu vurguluyor.” diyerek harekete destek verilmesi gerektiğini vurguluyor.

Mücadeleler Birleşiyor mu?

Sarı Yelekliler hareketi aynı zamanda toplumsal sınıf sorununun yeniden gün yüzüne çıkması anlamına da geliyor. Ancak toplumsal sınıf paradigması, sol kanat hareketleri tanımlamak için artık yeterli değil. “Biz zayıflar”, “biz işçiler”, “biz yoksullar” gibi söylemler yerini “biz etno-ırksal azınlıklar”, “biz, siyahiler”, “biz, Araplar”, “biz göçmen torunları” gibi söylemlere bırakmış durumda. Bu anlamda bazı solcu hareketler ve bu post-kolonyal hareketler arasında yavaş ancak yapısal bir birleşme görülüyor. Çeşitli banliyö dernekleri, Sarı Yeleklilerle birlikte gösterilere katılma çağrısında bulundu. Kendilerini Afrikalı-feministler olarak tanımlayan Rosa Parks Kolektifi bunlardan biri. Paris banliyölerinde bir Polis karakolunda boğularak ölen Mali kökenli gencin isminin verildiği Adama Traore kolektifi de birkaç kez gösterilere katıldı.

Sarı Yeleklilere desteğini açıkça sunan bir diğer post-kolonyal hareket ise Cumhuriyet’in Yerli Halkı partisi (Fr. “Indigènes de la République”). Hareketin sözcüsü ve tartışmalı bir isim olan Houria Bouteldja bu hareket içerisinde işçi sınıfı ile Fransa’nın karma bölgelerinde sosyal ve ekonomik güvenceden mahrum yaşayan halklar arasında muhtemel bir birleşme şansını görüyor.

Taha Bouhafs, toplumsal taleplerin herkesi ilgilendirdiğine dikkat çekiyor. “Sosyal adaletsizlik, vergi adaletsizliği; bu talepler banliyölerdeki herkesi ilgilendiriyor. Zira Emmanuel Macron reformlarından ilk etkilenen ve etkilenecek olanlar onlar. Ayrıca, 2005 kent isyanları zamanında sokağa inenler arasında şimdi Sarı Yelekliler gösterilerine katılanlar da var. Bunu Sarı Yelekliler hareketiyle bağlantılı olarak 2005 yılındaki ayaklanmalara atıfta bulunan pankartlarda gördüm. Jérôme Rodrigues ve Priscilla Ludosky gibi Sarı Yelekliler liderlerinin banliyö komiteleriyle başlattığı diyaloglar banliyölerdeki diğer insanların da bu gösterilere katılımını sağladı. Ancak, sarı yelekliler hareketinin banliyölerin belirli taleplerini destekleyen bir hareket olmadığı doğru.”

Bir cumartesi gösterisinin daha sonuna gelirken Taha şunları söylüyor, “Paris banliyölerinde yaşıyorum. Asıl hareketlilik Paris’te değil, banliyölerde ve aktif olup bu hareketi ayakta tutan kesim de Arap kökenli ya da Afrika kökenli Fransızlar. Paris’teki gösteriler sırasında aşırı sağdan insanlarla tanıştığım doğru. Ancak, kendim bizzat herhangi bir sorun yaşamadım. Irkçılık toplumda her yerde var olan bir sorun ve Sarı Yelekliler hareketi de bir istisna değil. Irkçılığı solcularda, sendikalarda ya da geleneksel sol kanat partilerinde de hissettim. Bu hareket diğerlerinden daha ırkçı demek yanlış olur. Eğer ırkçı bir hareket olsaydı, başından beri her gösteride orada olmazdım.”

İşçi sınıfı banliyölerinin “Sarı Yelekliler” hareketine katılımının düşük olması, kendilerine açıkça siyasi bir teklif gitmedikçe ve onları öfkeli eden belli başlı adaletsizlikler doğrudan dikkate alınmadıkça bu kesimle bir iş birliğinin mümkün olmayacağı tezini doğruluyor.

Banliyölere verdikleri zorlu hayat mücadelesinin göz ardı edildiği ve sorunlarına kimsenin kulak vermediği şeklinde bir terk edilmişlik duygusu hâkim.



■ *Münster Üniversitesi'nde Psikoloji eğitimi gören Akdemir, Perspektif dergisi yayın kurulu üyesidir.



GÖÇ KÖKENLİLER VE PSİKOLOJİK RAHATSIZLIKLARI:

Tedavi

VE TERAPİDE KARŞILAŞILAN ZORLUKLAR

Almanya’da yaklaşık 20 milyon göç kökenli yaşıyor. Bu kitle arasında psikolojik rahatsızlıklara sahip olanların sayısı azımsanamayacak kadar fazla. Hastalar, kültürlerarası yeterliliğe sahip ya da anadilde terapi yapan terapistlerden ise yoksun.

Feyza Akdemir*

Göç, büyük bir stres kaynağı ve birçok psikososyal krizin de tetikleyicisi. Göçe özgü stresörler arasında, ayrılık ve kayıp tecrübeleri, geride bırakılan mekana özlem, aile ilişkilerinin parçalanması, yalnızlık, izolasyon, sosyal rollerin yeniden tanımlanması, adaptasyon süreci, kültürel, ekonomik ve yasal belirsizlikler var. Bu negatif faktörler bizzat göç etmiş fakat karmaşık bir kültürel yapıda sosyalleşmiş ikinci ve üçüncü jenerasyonun hayatlarında da kısmen gözüküyor. Tüm bunların yanında göçmenin yaşı, göçün nedeni, dil bilgisi, oturma durumu, eğitim ve meslek durumu, ırkçılık ve ayrımcılık tecrübeleri gibi

Genel manada dezavantajlı olan göçmen ve göçmen kökenlilerin psikolojik/psikiyatrik rahatsızlıklarının tedavisinde mevcut sağlık sistemi yetersiz ve eksik bir tablo çiziyor.

faktörler de göçün birey üzerindeki yansımaları belirleyen etmenler arasında.

Psikolojik Rahatsızlıklar ve Farklılaşan Yayılım Oranları

2009 yılında Almanya'da yaşayan Türk kökenlilerin ve Türkiye'de yaşayan Türklerin dahil olduğu bir çalışmada psikosomatik semptomların ve depresyon eğiliminin köken ülkesindeki nüfusa kıyasla göçmenlerde/göçmen kökenlilerde (özellikle kadınlarda) daha belirgin olduğu ortaya çıkıyor. Bu çalışma köken ülkesindeki nüfus ile karşılaştırma yapan ve göçün bireyler üzerindeki etkisini gösteren nadir çalışmalardan biri. Buna kıyasla Almanya'da yaşayan göçmenlerin ve göç kökenlilerin psikolojik rahatsızlıklarının yayılımı çoğunluk toplumundan farklılık arz ediyor. Özellikle depresyon, somatoform bozuklukları, anksiyete bozuklukları ve travma sonrası stres bozukluğu gibi rahatsızlıklarda çoğunluk topluma kıyasla hafif yüksek bir yayılım söz konusu. Örneğin, Federal Psikoterapi Odası'nın (BPTK) 2010 yılında hazırladığı rapora göre göçmenler yaşam boyu yaygınlık baz alındığında çoğunluk toplumuna kıyasla daha yüksek oranda psikolojik rahatsızlıklara yakalanıyorlar. Göçmenler ve yerli nüfusun depresyon ve somatizasyon bozukluklarındaki yayılımda ise istatistiksel olarak bir fark mevcut. Özellikle Türk göçmen ve göçmen kökenlilerde, birçok çalışma duygusal bozuklukların ve somatoform bozuklukların arttığına işaret ediyor.

Göçmenlerin Terapisindeki Düşük Başarı Oranları ve Nedenleri

Daha önce de belirtildiği gibi, göç gibi kritik hayat tecrübeleri ve buna bağlı olarak artan stres faktörleri psikolojik rahatsızlıkların ortaya çıkma riskini artırıyor. Bu psikolojik rahatsızlıklara yönelik önlem ve tedaviler ise çoğu durumda göç edilen ül-

kenin sağlık sistemi ve hastanın bu sisteme yönelimi ile irtibatlı. Yapılan araştırmalar göçmen ve göç kökenlilerin psikolojik sağlık hizmetlerinden çok geç yararlandıklarını, hastalık teşhisi konulana/profesyonel yardım talep edilene kadar rahatsızlıkların çoktan kronik bir hal aldığı gösteriyor. Bu araştırmalara göre, Almanya'daki göçmenlerin ve göç kökenlilerin hem psikoterapötik bakım hizmetlerini kullanım oranları nispeten düşük hem de psikoterapiye yönelik tutumları nispeten olumsuz. 2008 yılında yapılan başka bir araştırmada çeşitli psikolojik rahatsızlıkları bulunan hastaların hastaneye yatışlarından sonraki iyileşme oranları araştırılıyor. Sonuç: Türk kökenli hastalarda Alman hastalara nazaran tedavi sonrası daha kötü bir iyileşme oranı söz konusu. Bu durum göç kökenli hastaların psikoterapilerden beklenen faydayı sağlayamadıklarını gösterdiği gibi onların terapilere yaklaşımlarının da olumsuz olduğunu gösteriyor. Bu durumun birden çok sebebi mevcut: Dilsel, kültürel ve dinî farklılıkların doğurduğu iletişim zorlukları, sürdürülebilir bir terapist-hasta ilişkisi kurmada zorluklar, terapist için nispeten daha yüksek iş yükü, terapist veya tedavi ekibinin kültürlerarası yeterliliğinin olmaması ve göçmen hastaların spesifik problem alanlarına yönelik bakım ve tedavilerinde belirli bir çerçevenin olmaması sebepler arasında görülüyor. Bu gibi sebepler göçmenlerin sıklıkla tedaviye erken son vermelerine ve hastanede yatılı tedavi gören hastaların da erken taburcu edilmelerine yol açıyor.

2010 yılındaki Federal Ruh Sağlığı Haftasında, göç ve göç kökenlilere yönelik psikoterapötik bakımın yetersizliğine ve alandaki bilgi eksikliğine vurgu yapan Federal Psikoterapi Odası Başkanı Rainer Richter, psikolojik rahatsızlıkların başarılı bir şekilde tedavi edilmesinin hastanın terapist ile iletişimine bağlı olduğuna vurgu yapmıştı. Özellikle göçmen ve göç kökenlilerde sağlıklı terapist-hasta iletişimi-



nin kültürlerarası yetkinlikle ve anadil hassasiyeti ile önemli bir bağı var ve sağlık sisteminin bu alandaki eksiklikleri gidermesi hastaların terapiye yönelik önyargılarını azaltıp, tedavi sürecine olumlu katkı sağlayabilir.

Terapide Kültürel Hassasiyetin Önemi

Çalışmalar özellikle kültürel adaptasyon problemlerinin psikolojik sağlık sorunları için önemli bir risk faktörü olduğunu gösteriyor. Göç veren ülke ile göçün gerçekleştiği ülke arasındaki kültürel farklılıklar ne kadar az seviyedeysse uyum sorunu da göç eden bireylerde o kadar az miktarda ortaya çıkıyor. Bunun için Doğu ve Batı kültürleri örnek alınabilir. Batı'daki gibi bireyselci kültürlerde bağımsızlık, özerklik, özgürlük gibi değerler ön planda tutulur-

ken; toplulukçu kültürlerde kolektif kimlik, dayanışma ve karşılıklı bağlılıklar ön planda olmakta. Araştırmalar, bireyselci değerlerin hüküm sürdüğü ülkelerde yaşayan toplulukçu kültürlerle mensup bireylerde yüksek oranda anksiyete bozukluğu, depresyon ve alkol bağımlılığının geliştiğini gösteriyor. Bu bireyler ayrımcılığa maruz kaldıklarında ve izole edildiklerini hissettiklerinde psikolojik rahatsızlıklar için de daha savunmasız hale geliyorlar.

Özellikle terapide psikoterapist ile hasta arasındaki kültürel farklılık belirli anlayış problemlerini de beraberinde getiriyor ve bu çoğu durumda terapistin kültüre özgü bazı davranışları patolojik olarak değerlendirmesine ve yanlış tanı koymasına sebep olabiliyor. Toplulukçu kültürlerde var olan

Psikolojik rahatsızlıklara yönelik önlem ve tedaviler çoğu durumda göç edilen ülkenin sağlık sistemi ve hastanın bu sisteme yönelimi ile irtibatlı.

bireylerin birbirine bağımlı aile yapısı ve ait olduğu gruba sosyal bağlılığı gibi etmenler farklı kültürel bağlamlarda işlevsiz ve anlamsız olarak nitelendirilebiliyor. Özellikle Batılı terapistler Türkiye kökenlilerin birbirine bağlı aile yapısını göz ardı edebilir ve problemlili aile ve sosyal çevrenin söz konusu olduğu durumlarda kolayca bağımsızlığı ve özerkleşmeyi teşvik edebilir. Bu gibi kültürel faktörleri ve sosyal bağlamı dikkate almadan kullanılan tedavi yöntemleri ise olumsuz sonuçlar doğurabilir. Hem yanlış teşhislerden kaçınmak hem de hastaya en doğru tedavi yöntemini başarıyla uygulamak adına terapide kültürlerarası yetkinliğin geliştirilmesi önemli bir gereklilik arz ediyor.

90'lı yıllarda başlayan kültürlerarası terapi çalışmalarında Almanya'da önemli adımlar da var. 2014 yılında Berlin Humboldt Üniversitesinden ve Hamburg-Eppendorf Üniversite Kliniğinden bilim insanları, psikoterapistlerin kültürlerarası yetkinliğini arttırmak için kullanılabilecekleri kılavuzlar geliştirdiler. Kültürel hassasiyeti baz alan terapilerde içerik, amaç ve izlenecek yola dair bilgiler içeren kılavuz, kültüre dayalı arka plan bilgisi vermekle kalmayıp aynı zamanda teşhise yönelik kültürel soruşturma tekniklerini de içeriyor. Bu ve bu gibi iyileştirmeler farklı kültür havzasından gelen bir terapist tarafından anlaşılamayacağını düşünen danışanların tedavilere daha pozitif bakmasına ve tedavide kalma olasılıklarının artmasına neden olabilir.

Terapinin Temel Enstrümanı (Ana)Dil

Psikoterapide terapist ile danışan arasında sağlıklı iletişimin sağlanmasında temel enstrüman ortak bir dil. Özellikle Almanya'da yaşayan birinci ve ikinci nesil için anadilde terapi ciddi öneme sahip. Bu bireylerin psikolojik tedavilerde kendi duygu ve düşüncelerini ifade etmede yeterli dil bilgilerinin olmaması ve terapist tarafından anlaşılamayacak-

larını düşünmeleri, anadilde olmayan tedavileri reddetmelerine yol açabiliyor. Bu hastaların anadilde olmayan bir terapiye katılımları dilsel bazı ifadelerin terapist tarafından farklı yorumlanmasına da sebep olabiliyor. "Ciğerim yanıyor" (Alm. Meine Leber brennt!) gibi dile özgü ifadelerin motamot çevrilmesi terapistlerin hastaya yanlış teşhis koymasına sebep olabiliyor. Terapiye tercümanların da katılması gibi bir seçenek olsa dahi bu hem maddi açıdan hem de danışanların ikinci bir kişi yanında hislerini açmak istememesi gibi kişisel sebeplerden ötürü elverişli bir yöntem olarak görülüyor.

Almanya'da yaşayan birinci ve ikinci neslin sayısındaki düşüş anadilde terapinin önemini azaltmıyor. Üçüncü ve dördüncü nesil herhangi bir dil problemi olmamasına rağmen, anadilde terapiyi kültürel hassasiyetler sebebiyle tercih ediyor. İki kültürün etkisinde yetişmeleri ve iki dilli olmaları sebebiyle bu terapileri seçenler, örneğin evdeki sorunlarını anlatırken Türkçe dilini, sosyal yaşamda karşılaştıkları zorlukları terapiye taşırken Almanca dilini tercih edebiliyorlar. Bu durumda yaşantının hangi dilde kodlandığı ve hangi niteliğe sahip olduğu önemli. Sonuç olarak araştırmalar danışanların anadilde terapiyi daha olumlu karşıladıklarını ve tanı sürecinde daha tutarlı sonuçlara varıldığını gösteriyor.

Anadilde terapiye çok sayıda talep olmasına ve mevcut durumda randevu için aylarca hatta yıllarca bekleme süresine rağmen alanda yetkin terapist eksikliği var. Farklı şehirlerde bağımsız çalışan terapistler olduğu gibi, üniversite hastanelerinin de sunduğu imkanlar söz konusu. Duisburg-Essen Üniversitesi, Berlin Charité Üniversitesi ve Giessen Üniversitesi Kliniklerinde anadilde yapılan bireysel ve grup terapileri mevcut. Bu ve bunlar gibi imkanların genişletilmesi ve tüm ülkeye yayılması ise yıl-

lardır hem alandaki eksikliğin aciliyetini fark eden uzmanların hem de randevu bekleyen hastaların beklentileri arasında.

Sonuç olarak göçmen ve göç kökenlilerin göç tecrübeleri ve göç edilen ülkelerde çoğunlukla sosyal açıdan –yaşama, çalışma ve eğitim gibi alanlarda- dezavantajlı durumda oldukları düşünülürse kendilerinde farklı psikolojik rahatsızlıkların zuhur etmesi şaşılabilecek bir durum değil. Genel manada dezavantajlı olan bu grubun rahatsızlıklarının teşhisinde ve tedavisinde ise mevcut sağlık sisteminin

yapısı ve imkanları önemli bir rol oynuyor. Almanya gelişmiş bir sağlık sistemine ve yıllardır süregelen göç deneyimine sahip. Buna rağmen göçmenlere sunulan psikolojik/psikiyatrik sağlık hizmetlerinde eşit imkanlardan söz etmek neredeyse imkansız. Bu grupların ihtiyaçlarını belirlemek, çözüm önerileri geliştirmek ve uygulama aşamasına geçmek hem bireylerin, hem de toplumun sağlığı açısından önemli. Alanda bulunan kültürlerarası terapi ve anadilde terapiler gibi çalışmalar da bu ilerlemenin önemli sac ayaklarını oluşturacağı benziyor.

EN HÜZÜNLÜ GÜNÜNÜZDE YANINIZDAYIZ IN SCHWEREN STUNDEN SIND WIR BEI IHNEN



HERKES ÖLECEK YAŞTADIR DER TOD KENNT KEIN ALTER



RESMÎ İŞLEMLER
BEHÖRDENGÄNGE



DİNÎ VECİBELER
RELIGİÖSE VORSCHRIFTEN



NAKİL
ÜBERFÜHRUNG



TESLİM
ÜBERGABE

UKBA Cenaze Yardımlaşma Derneği | Cenaze Hizmetleri

UKBA Bestattungshilfeverein e. V. | Bestattungskostenunterstützungsgemeinschaft (BKUG)

Colonia-Allee 3 | D-51067 Köln | T + 49 221 942240-430 | F + 49 221 942240-429 | cenaze@ukba.eu | www.ukba.eu
Amtsgericht Köln VR 17561 | Kreissparkasse Köln | IBAN: DE37 3705 0299 0149 2829 41 | BIC / SWIFT: COKSDE33



Göçmenlerin Psikolojik Rahatsızlıkları ve Tedavi İmkânları



*Berlin Humboldt Üniversitesinde Psikoloji bölümünde yüksek lisans eğitimine devam eden Delikaya, bir şirkette mühendislik psikolojisi alanında araştırmacı olarak çalışıyor.

İhtiyaçları

Avrupa’da yaşayan göçmenlerin, göçmen kökenlilerin ve mültecilerin sayısı son yıllarda gittikçe artıyor. Bu grupların muzdarip olduğu psikolojik rahatsızlıklar ise çoğunluk toplumunkinden ayrışıyor ve farklı yayılımlar gösteriyor. O rahatsızlıkların tanımı ve tedavi imkânları.

Ayşe Delikaya*

2015 yılında Avrupa’ya ve özellikle Almanya’ya göç eden Suriyeli mültecilerle birlikte psikoterapistler ve psikiyatrlar dikkatlerini travmatik olaylar yaşayan bu kesime yöneltti. Böylelikle onların psikolojik ihtiyaçlarına dikkat çeken bir akım oluştu. Bu akım sayesinde mültecilerin yanı sıra göçmenlerin ve göç kökenlilerin de psikolojik durumlarını ve ihtiyaçlarını araştırma imkânı ortaya çıktı.

Literatürde göçmen, mülteci ve yerli gibi kavramların arasında psikolojik açıdan farklılıklar mevcut ve bu farklılıklar göç tecrübesi ile ilişkilendiriliyor. Belirli bir ülkeye uyum sağlamış olan kişilerin sosyokültürel ortamı farklı olan bir ülkeye göç etmesi onlar için “stresör” olarak adlandırılan bir stres kaynağı. Bu stresin oluşumunda göçün kendisi, arka planı ve göç edilen ülkeye adapte olma süreci etkin oluyor.

Psikolojik rahatsızlıklar şu üç grupta farklı oranlarda bulunuyor: Göçmenler, göçmen kökenliler ve mülteci veya yasa dışı göç edenler.

Genel olarak göçmenlerin ve göçmen kökenlilerin çoğunluk toplumuna kıyasla daha fazla psikolojik rahatsızlık yaşadığı söylenemez. Fakat daha farklı rahatsızlıklar yaşadıkları ve belirli hastalıkların kendilerinde daha yüksek oranda bulunduğu söylenebilir. Daha yüksek oranda seyreden hastalıklar arasında depresyon, anksiyete bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu ve somatizasyon bozuklukları yer alıyor.



Mülteci ve yasa dışı göçmenlerde ise hem genel olarak psikolojik rahatsızlıkların oranı yüksek hem de belirli hastalıklar daha yüksek oranda görülüyor. Bu hastalıkların arasında en önemli olanı travma sonrası stres bozukluğu.

Peki depresyon, anksiyete bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu ve somatizasyon bozuklukları nelerdir? Kişiler ne zaman bu hastalığa yakalanmış olurlar? Bu hastalıkların risk faktörleri ve tedavi imkânları nelerdir? Yakından bakalım.

Depresyon

Depresyon popüler kültürde çoğu kez üzüntü duygusuna indirgense de kişiye depresyon teşhisinin konulabilmesi için farklı kriterlerin mevcut olması gerekir. Bu kriterler arasında insanın çok fazla veya az uyuması ve yemesi, önceden zevk ve haz aldığı şeylerden artık zevk ve haz alamaması, enerji kaybı, kendini değersiz ve suçlu hissetmesi, genel bir odaklanma güçlüğü ve tekrarlayan ölüm veya intihar düşüncelerinden bazılarının olması gerekir. Bu ana belirtiler kişiye iki haftadan uzun



bir süre görüldüğünde kişinin bir psikoloğa veya psikiyatra görünmesi tavsiye edilir.

Depresyonu tetikleyen risk faktörleri arasında yalnızlık, psikolojik veya sosyal güçlükler, ailevi sorunlar ve değişken hayat ritmi yer alır. Bu faktörler incelendiğinde göçmenler arasındaki depresyonun yaygınlığının nedeni daha iyi anlaşılabilir. Göç eden bir insan sahip olduğu bireysel ilişkileri geride bırakır, destek alma imkânı azalır ve kendisini sosyal alanda birçok yeni zorlukla mücadele etmek mecburiyetinde bulur. Yeni bir

kültüre adapte olmak, yeni bir dil öğrenmek, yeni bir iş ve hayat kurma mecburiyeti insan psikolojisini olumsuz etkileyen faktörler arasındadır. Göçmenlerin sosyoekonomik statüsünün düşük olması da onların daha ağır işler yapmasına, daha sık vardiyalı çalışmalarına ve sonucunda ailelerini daha az görmelerine sebep olur ve bu durum önemli bir risk faktörüdür. Ayrıca kişinin göç ettiği ülkede dinine, ırkına veya herhangi başka bir özelliğine karşı düşmanca bir tutumla karşılaşması da depresyonu tetikleyebilecek faktörlerden biridir.



Günümüz Avrupa'sında yükselen İslamofobinin de buna olan etkisini küçümsememek gerekir.

Depresyon terapisinde en önemli unsur ise hastanın hayatına tekrar aktivite getirmek ve olumsuz düşünce tarzlarını değiştirmektir. Hem psikoterapi hem ilaç desteği bu gibi durumlarda depresyon semptomlarının hafiflemesine yardımcı olabilir. Depresyon ilk ortaya çıktığında vakit kaybetmeden ve hastalık kronikleşmeden bir psikoloğa görünülmesi elzemdir. Süregelen epizotlar ve depresif geçen yıllar iyileşme imkânını azaltır.

Anksiyete Bozuklukları

Anksiyete bozuklukları birçok hastalığı bünyesinde barındıran genel bir hastalık grubudur. Hasta genelde korku, gerilim ve endişelerle örüntülü fizyolojik belirtiler yaşar ve çoğu zaman fiziksel belirtileri psikolojik belirtilerden (korku, panik vb.) daha fazla önemser. Korku anında bu hastalıkta öne çıkan fizyolojik belirtiler arasında kalp çarpıntısı, mide bulantısı veya aşırı terleme bulunur. Panik atak yaşayan hastayı bundan dolayı birçok kez psikolojik danışmanlık merkezinde değil hastahenenin acil bölümünde buluruz. "Kalp krizi geçiriyorum." düşüncesi ile acile gitmek isteyen hasta aslında panik atak geçiriyor olabilir.

Hastalığı tetikleyebilen risk faktörleri arasında genetik faktörler ve ailevi eğitim bulunur. Ebeveynlerin eğitim stiline şu üç özellik bir araya geldiği zaman hastalık için risk oranı yükselir: 1- Çocuğun üstüne aşırı şekilde düşme ve koruma, 2- Aşırı derecede kontrol, 3- Duygusal yakınlık eksikliği.

Özellikle babanın otorite figürü olarak görüldüğü kültürlerde yüksek kontrol isteği ve düşük duygusal yakınlık risk faktörü olarak görülebilir. Ya da çocuğun dini, ırkı veya başka bir özelliği yaşadığı toplum içinde saldırı hedefi hâline gelirse, bu durum ebeveynlerin korkusunu artırabilir ve ebeveynler koruma adına çocuğu daha sıkı kontrol ederler. İslamofobi ve ırkçılık gibi tecrübeler bu sebeple anksiyete bozukluğunu tetikleyebilen eğitim tarzını daha sık rastlanılabilir hâle getirebilir.

Anksiyete bozuklukları hastanın korkularıyla yüzleştiği terapi şekilleriyle hafifletilir. Psikoterapist, hastanın korkularını ve fiziksel belirtilerini hastaya açıkladıktan sonra onunla korkuları-

nı keşfederek hastayı bu korkulara ve belirtilere alıştıırır. Özellikle erken fark edilen anksiyete bozuklukları bilişsel davranışçı psikoterapi ile çoğu zaman iyileştirilebilecek seviyede olur. Anksiyete bozukluklarının tedavisi psikoterapinin en başarılı olduğu alandır.

Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB)

Kişi travmatik bir olayın ardından istem dışı anılar, düşler, geçmişe dönüşler vb. yaşar. Bu travmatik olaylar hatırlandıkça hastalar fizyolojik tepki verirler ve rahatsızlık hissi duyarlar. Bu durum onların her daim tetikte olmasına sebep olur. Kolayca irkilir, travmayı hatırlatan tüm uyaranlardan kaçmaya çalışır ve bu şekilde kendi hayatlarını daraltırlar. Yaşam alanlarının daralmasının sonucu birçok TSSB hastası bu süreçte depresyon, uyku ve odaklanma güçlüğü yaşamaya başlar.

Daha çok mülteciler arasında yaygın olan bu psikolojik rahatsızlığa savaş veya iç karışıklığın bulunduğu ülkelerden gelenlerde daha sık rastlanır. Şiddete maruz kalan veya şahit olan insanlarda travmatik olaylar hazmedilemezse TSSB oluşabilir. Travmatik bir tecrübenin TSSB'ye dönüşmemesi için hastaların psikolojik ve sosyal alanlarda desteklenmesi gerekir. Özellikle yakın dostluklar ve çok değişken olmayan sosyal ağlar bu gibi durumlarda yardımcı olabilir.

TSSB eş zamanlı ilaç ve psikoterapi ile tedavi edilir. Hasta psikoterapist ile belirli yöntemlerin eşliğinde yaşadığı travmayı yavaşça keşfeder, onunla yüzleşir ve ona alışmaya çalışır. Travma tekrar hatırlandığında bedensel reaksiyonlar daha hafif ve daha az rahatsız edici hâle gelir. Hastalar tedavinin sonucunda travmayı kendi biyografilerin bir parçası olarak algılayıp hayat hikâyelerine yerleştirmeye çalışır. Travma yaşayıp TSSB yaşayan kişilerin yaklaşık yarısı kendiliğinden iyileşir, geri kalan kısmında hastalık kronikleşmedikçe terapi ile iyileşme şansı iyi düzeydedir.

Somatizasyon Bozukluğu

Somatizasyon bozukluğu, fiziksel semptomların bulunduğu fakat tıbbi olarak nedeni açıklanamayan psikiyatrik bir durumdur. Bu rahatsızlığa sahip kişiler bedenleri ile ilgili çeşitli şikâyetlerde bulunurlar, örneğin vücutta yanma hissi, yer de-



ğıştiren ağrılar ve belirli aralıklarla giren kramplar gibi. Somatizasyon bozukluğundan muzdarip kişiler birçok hekime gitmelerine ve farklı tedaviler görmelerine rağmen bir türlü “iyileşemezler”. Hastalığın uzun süre tespit edilememesi hastaların çok ve çeşitli ilaç kullanımından dolayı sıkıntı yaşamasına sebep olabilir.

Somatizasyon bozukluğunun altında birçok neden yatar ve bu hastalığı tetikleyen birden fazla unsur vardır. Neredeyse her psikolojik sorunda olduğu gibi bu rahatsızlık için de içsel faktörler, uzun süreli yüksek stres seviyesi ve duygusal sorunları dile getirememesi gibi etkenler hastalığın ortaya çıkışını tetikleyebilir. Gündelik hayatta karşı karşıya kalınan problemler, İslamofobi ve ırkçılık gibi vakalar hastaya psikolojik açıdan yük olur. Bu tür sorunlar karşısında güçlü durmak ve dışa doğru bir zayıflık göstermekten kaçınmak isteyen kişi kendi duygularını bastırır. Bu ise hastanın yüksek stres seviyesine adapte olmak için gereken sosyal destek unsurlarını tam kullanamamasına sebep olur. Bunun sonucunda aslında psikolojik olan baskı ve acı insan bedenine yansır ve fiziksel problemler baş gösterir.

Hastalığın fizyolojik bir sebebinin olmadığı ortaya çıkınca psikoterapist, hastanın kısıtlı ve bedensel semptomlara dayalı hastalık açıklamasını genişletir ve hastanın psikolojik ve sosyal etkenleri de kapsayan geniş bir hastalık modeline sahip olmasını sağlar. Farklı metotlarla hastanın rahatsızlığına karşı bedenini normal kullanmasına yardımcı olur. Somatizasyon bozuklukları çoğu zaman geç teşhis edildiği için hastalar uzun yıllar fiziksel bir rahatsızlıkları olduğunu düşünür ve ona göre davranış ve düşünce kalıpları geliştirir. Bu kronikleşmeden dolayı rahatsızlığın tamamen ortadan kaldırılması çoğu zaman zor olsa da semptomların azalması çoğu durumda mümkün. Terapi sonucunda hastalar bedensel olarak algıladıkları rahatsızlıkları daha iyi tolere etmeyi öğrenirler.

Sonuç olarak göçmenlerde ve göçmen kökenlilerde bazı rahatsızlıkların daha sık görülmesi var olan toplumsal diskurdan kaynaklanabilir ve onlar tarafından tetiklenebilir. Özellikle Avrupa’da yaşayan göçmenler için ırkçılık, ayrımcılık ve İslamofobi göz ardı edilmemesi gereken etmenler. Bunlar göz önünde bulundurulduğunda göçmenler için özel bir terapi biçiminin geliştirilmesi büyük bir önem ve gereklilik arz etmektedir.

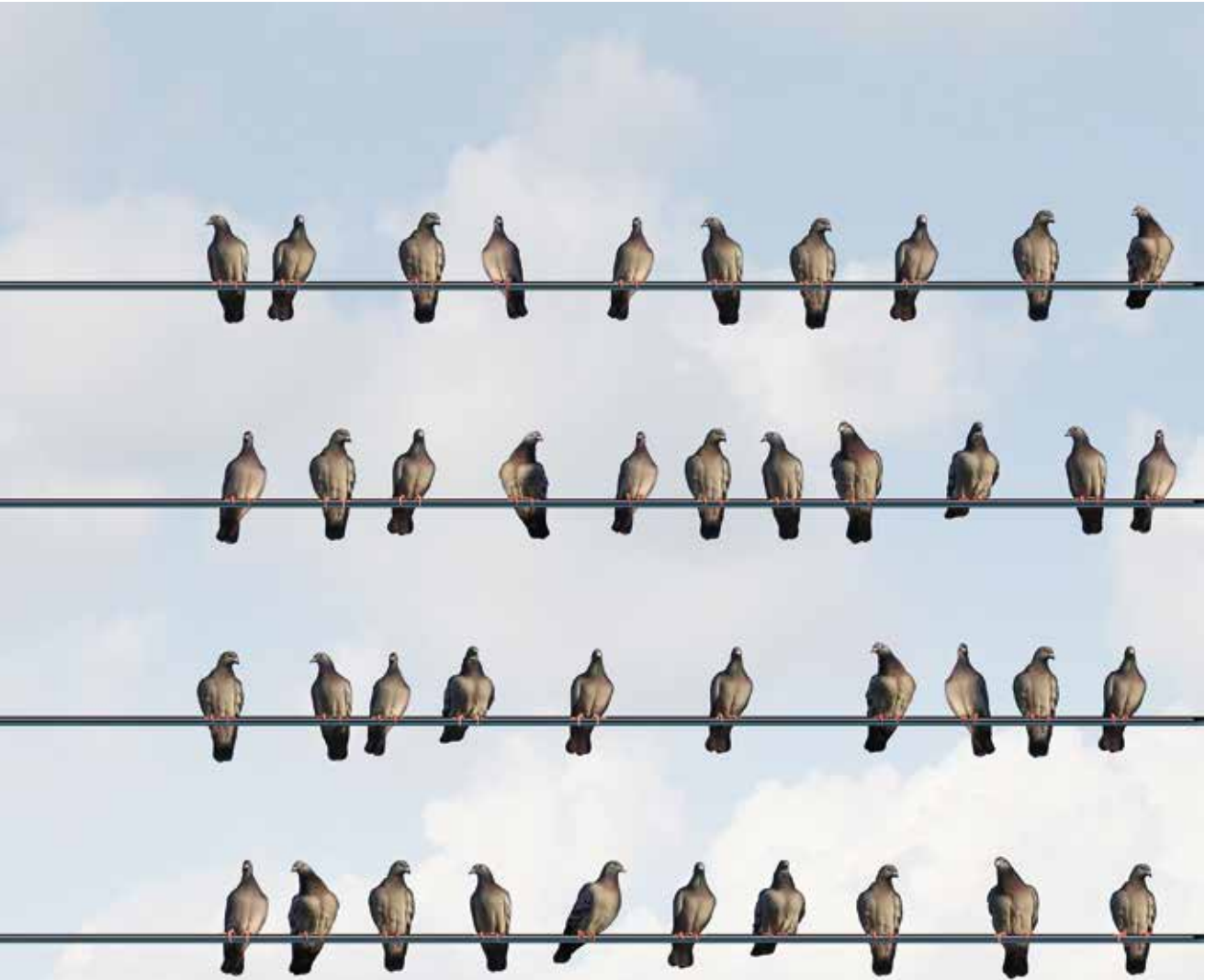


Ayrımcılık ve Sonuçlarıyla Mücadele

Ayrımcılıkla mücadele günümüzde çok boyutlu çözümler gerektiren toplumsal bir sorun olmaya devam ederken, ayrımcılığa maruz kalan mağdurlar yaşadığı olumsuz tecrübenin ruhunda bıraktığı etkilerle başa çıkabilmesi uzun yıllar alabilir.

Orgun Özcan*

*Orgun Özcan Marburg Üniversitesinde sosyal psikoloji alanında doktorasını yapmaktadır.



Bazen “Der Islam gehört nicht zu Deutschland!” (İslam Almanya’ya ait değil!) veya “Ausländer raus” (Yabancılar dışarı!) gibi cümleler duymaya hiç gerek kalmaz. Çünkü insanlar “yabancı” olarak gördükleri dinî veya etnik grupları kabullenemediklerini hâl ve tavırlarıyla da gösterebilirler. Ayırıcı bir hareket veya söz muhatabı olan kişi üzerinde her zaman olumsuz bir etki bırakır, ancak bu etkinin neden olduğu zararın büyüklüğü kişiden kişiye değişebilir. Peki ayrımcılık mağduru kişiler tecrübe ettikleri ayrımcılığın neden olduğu olumsuz etkilerle nasıl başa çıkabilirler?



Bu soruya cevap aramadan önce ayrımcılığın mağdurlarda ne gibi olumsuz etkilere yol açtığını tespit edelim. Ancak bu soruya cevap ararken yararlanılan araştırmalar genel tespitlerde bulunduğundan, bu bilgilerin kişi ve bağlama göre ve zaman içerisinde değişebileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

Ayrımcılıkla karşılaşan kişi öncelikle kendisini savunmasız, hazırlıksız, aşağılanmış, tehdit altında, tehlikede ve korkmuş hisseder. Hakaret ve dışlanma gibi durumlarla yeniden başkaları tarafından da maruz bırakılma endişesi taşıyabilir. Bu korku kişinin günlük yaşamında kendisini sosyal hayattan geri çekmesine, örneğin toplu taşıma kullanımından kaçınmasına, sağlık ve eğitim hizmetlerinden kısıtlı

derecede faydalanmasına, iş hayatına atılma, resmî daireler ve bilhassa emniyet dairelerinden yararlanma gibi konularda çekince ve sıkıntılar yaşamasına neden olabilir. Genel olarak kişilik gelişimini, sosyal ilişkileri ve sosyal hayata katılımı olumsuz etkileyen böylesi bir deneyim kişinin toplumsal uyumunu da zorlaştırabilmektedir. Ayrımcılığa uğrayan bireyler değersizlik hissi geliştirerek, kendilerini savunmaktan âciz oldukları düşüncesine kapılabilirler. Hatta bazı insanlar bu olumsuz tecrübenin etkisiyle kendi sosyo-kültürel çevrelerinde dahi korku, tehdit ve güvensizlik duyguları yaşayabilirler.

Ayrıca yaşanan kötü tecrübe kişide bazı bedensel veya ruhsal rahatsızlıklar için de uygun bir

Kalıcı bir çözüm için ayrımcılığa karşı tüm toplumun kolektif bir şekilde mücadele etmesi gerekir.

zemin hazırlar. Verilere göre tansiyon, depresyon, kaygı bozukluğu, şizofreni gibi hastalıklara kapılma riski ayrımcılığa maruz kalmış kişilerde yaşanan yoğun stres ve endişe nedeniyle artabilmektedir. Son olarak, bazı mağdurların riskli davranışlar veya bağımlılıklar geliştirdikleri görülür. Dolayısıyla, ayrımcılık vakalarıyla mücadele konusunda hukuki ve siyasi alanda atılan adımlar yaşanan kötü tecrübenin kişiye verdiği zararı ortadan kaldırmada tek başına yeterli değildir. Bunun için mağdurların, bu kötü deneyimin ruh dünyalarında bıraktığı zararları kişisel düzeyde de mücadele etmeleri gerekir. Pekâlâ bu olumsuz etkilerle mücadelede hangi yöntemler izlenmelidir? Bu soruyu cevaplarken, sıkıntıyı çoğaltan ve azaltan faktörlere de sırasıyla değinilmesi önem taşır.

Birinci olarak, ayrımcılık mağduru kişi kendisine ilk olarak “Neden?” sorusunu sorar. Bunu “Niçin bana kötü davrandı? Ben yanlış bir şey mi yaptım? Niyeti neydi, kötü değil miydi, ben mi yanlış anladım?” gibi sorular izler. Ardından “Ben yanlış yaptım. Hata bende. Başıma gelen belki de o kadar kötü bir şey değildi.” gibi fikir yürütmeler mağdurun sıkıntısını artırabilir. Akla gelen bu sorularla başa çıkmak için verilecek cevap şöyle olmalıdır: “Bu bir ayrımcılıktı ve tek sorumlusu bu ayrımcılığı yapan kişidir. Bu sebeple, hakaret benim şahsıma karşı yapılmış olsa da yapılan bu kötü hareketin muhatabı da sorumlusu da ben değilim.”

İkincisi, ayrımcılık mağdurda genel olarak strese neden olurken, bazı algılayış şekilleri bu stresi artırabilir. Örneğin, kişi yaşadığı ayrımcılığı tüm varlığına ve benliğine karşı yapılmış bir saldırı ve verilmiş maddi bir zarar olarak görürse, bu algılayış onda daha çok strese neden olur. Ayrıca ayrımcılıkla sürekli ve tüm yaşam alanlarında artarak karşılaştığını düşünüyorsa, yaşanan stres yoğunlaşır. Bu stres karşısında kişinin kendisine, “Ayrımcılık kabul edilemez ve sıkıntı vericidir, ancak bu olumsuz davranış yerine hangi davranışın yaygın hâle gelmesini

istediğime odaklanmalıyım?” şeklinde hatırlatmalarda bulunması faydalı olabilir.

Üçüncü olarak, kişi ayrımcılıkla karşılaştığında genellikle, “Niye daha iyi tepki veremedim, karşı çıkamadım?” diyerek kendine kızar ve zihni daha uzun süre bu olayla meşgul olur. Ancak kişi bu öfkeyi ileriki yaşamında kullanmak üzere şu şekilde olumluya çevirebilir: “Bu davranış beni öfkeliendirdi, fakat aynı zamanda bilinçlendirdi de. Zira bu sayede ileride karşılaşılabileceğim ayrımcılık vakalarında nasıl davranacağım konusunda artık daha hazırlıklıyım.” Ayrıca, bu deneyim mağdurların toplumda var olan ayrımcılık gerçeğinin daha iyi farkına vararak bu problemle etkin mücadeleye atılmalarını teşvik edici bir vesileye de dönüşebilir.

Dördüncüsü, ayrımcılığa maruz kalmış kimse başka insanlarla aynı ortamı paylaştığında her defa kendi kendine “Acaba dış görünüşüm göze batıyor mu? Karşımdakinin zihninde acaba benimle ilgili ne tür ön yargılar var? Beni kendinden aşağı mı görüyor? Benden kötü bir davranış sergilemem mi bekleniyor?” gibi sorular sorar. Bu düşüncelerin etkisinden kurtulmak için kişi kendine şunları hatırlatmalıdır: “İnsan olarak istediğim zaman istediğim yerde bulunmaya hakkım var. Önemli olan benim sergilediğim davranışlar, bir başkasının kafasında benimle ilgili fakat benim davranışlarımdan bağımsız olarak çizmiş olduğu resim değil. Beni tanıyanlar, zaten benim hakkımda bu tür yanlış fikirler yürütmezler. Beni seven, takdir eden ve yanımda huzur bulan çok insan var.”

Beşincisi, uzun süre aynı tür aşağılanma ve hakarete maruz kalan kimse zamanla kendisine bu şekilde davranılmasını kanıksayarak farkında olmadan kendisine edilen hakaretlerde bir doğruluk payı aramaya ve bu aşağılanmayı hak ettiğine kendisi de inanmaya başlar. Bu ise, insanın öz değer duygusunun zedelenmesine ve mensup olduğu kültür çevresini değersiz görmesine sebep olabilir.

Sağlıklı bir kimlik bilinci inşası, kişinin aidiyeti üzerinden aşağılanmaya maruz kaldığı durumlarda özgüven ile hareket etmesini kolaylaştırır.

Bu düşünce şekli bir sonraki aşamada kişiyi mensubiyetlerinden rahatsızlık duymaya, uzaklaşmaya ve hatta aidiyetini inkâr etmeye sevk edebilir. Hâlbuki araştırmalar, ayrımcılık mağdurlarının en iyi yardım ve desteği yine kendi mensup oldukları kültür çevrelerinde bulduklarını gösteriyor. Bu açıdan bakıldığında, sağlıklı bir kimlik bilinci inşası, kişinin dinî veya kültürel aidiyeti üzerinden aşağılanmaya maruz kaldığı durumlarda “Yalnız değilim! Söylenenler doğru değil! Ben değerliyim!” şeklinde özgüvenle hareket etmesini kolaylaştırır.

Aynı durum, tek kimlik yerine çift (dual) veya çoklu (multiple) kimliklere sahip olan kişiler için de geçerlidir. Yani insan aynı anda birden fazla aidiyetten destek görebilir. Kalıcı bir çözüm için ise dinî veya kültürel mensubiyetine bakmaksızın tüm toplumun aidiyeti nedeniyle ayrımcılığa, haksızlığa veya şiddete uğrayan insanların yanında yer alması büyük önem arz eder. Şayet bir davranış kötü ise, buna karşı tüm toplumun kolektif bir şekilde mücadele etmesi gerekir. İstenilen değişim ancak bu şekilde gerçekleşebilir.

Altıncısı, ayrımcılık deneyimi sonrası mağdurlarda, “çoğunluğun” “azınlığa” karşı kötü davrandığı algısı oluşabilir. Bu “çoğunluk” ve “azınlık” kesimin kim tarafından ve neye göre belirlendiği dikkate alınmaksızın kötü bir davranışa veya haksızlığa uğrayan kişi, bu kötülüğü “çoğunluk” olarak tanımladığı toplumun tümüne mal edebilir. Buna bağlı olarak onlardan uzak durmak, onlarla ilişkiyi kesmek, hatta onlardan intikam alma düşünceleri geliştirebilir. Ancak böylesi bir düşünce toplumda kutuplaşmalara yol açacağı gibi, bir topluluğa mensubiyeti nedeniyle ayrımcılığa uğrayan mağduru aynı şeyi bir başka topluluğa uygulayan bir faile dönüştürür. Bu da sorunun daha da derinleşmesine yol açar. Hâlbuki odaklanılması gereken kötülük yapan kişinin mensubiyeti değil, davranışları olmalıdır. Mücadele

mensubiyetlere değil davranışlara karşı verilmeli, ayrımcılık gibi kötü tutumların toplumda kabul edilmediği ve yeri olmadığı gösterilmelidir.

Yedincisi, ayrımcılığa uğrayan kişi, bu ayrımcılığı toplumsal bir ittifak olarak herkesin topyekûn tasdikleyip desteklediği bir tutummuş gibi algılayabilir; bireylerin, kurumların, siyaset ve medya gibi toplumun tüm unsurlarının ırkçı ve dışlayıcı düşüncede olduğunu düşünebilir. Her ne kadar toplumun tüm bu unsurları içerisinde ırkçı ve ayrımcı anlayış ve uygulamalara rastlansa da bu oldukça yıpratıcı bir düşünce şeklidir. Unutulmamalıdır ki, ırkçı ve ayrımcı fikir ve davranışların sorumlusu yine o davranışları sergileyen kişi ve gruplardır. Yani toplumun tüm birey ve unsurlarının ırkçı ve ayrımcı fikir ve davranışları desteklediklerini söylemek doğru olmaz. Hatta bunlara karşı çoğunluk toplumu içerisinde mücadele edenlerin sayısı az değildir. Dolayısıyla insan hayatında karşılaştığı saygılı ve hoşgörülü insanları hatırlayarak bu tip genellemelerden sakınmalıdır. Bunun böyle olması ırkçılık ve ayrımcılıkla etkin mücadelede büyük önem taşır.

Özetle, yaşanan ayrımcı kötü tecrübe, tüm insanlara, bütün bir topluma veya hayatın kendisine mal edilmemelidir. Her birey etnik veya dinî aidiyeti sorgulanmaksızın insan olarak saygı duyulmayı hak eder. Bunun herkesçe bu şekilde kavranması için olumsuz ve yıpratıcı ayrımcılık tecrübeleri yerine enerjiyi toplumda var olan bu çağ dışı anlayışla mücadelede kullanmak arzu edilen normalleşme sürecine katkı sağlayacaktır. Bunun için her şeyden önce kişinin doğru olanı kendi davranışlarıyla örneklemesi büyük önem arz eder. Zira istenilen değişim öncelikle bu değişimi gerçekleştirecek toplum bireylerinin kendi özellerinde bu davranışlar ve altında yatan çarpık algılardan uzak olmalarını gerektirir. Arzu edilen toplumsal değişim ve dönüşümü gerçekleştirmek ancak bu şekilde mümkün olur.

Sizinle daha fazlasını paylaşıyoruz.



Türk Lirası ve yabancı para cinsinden birikimlerinizi 1, 3, 6, 12 ay veya 1 yıldan uzun vade seçenekleriyle ya da esnek vadeli olarak Katılma Hesabınıza yatırabilirsiniz. Hem Ziraat Katılım güvencesiyle tasarruf edin hem katılım bankacılığı esaslarına uygun olarak elde edilen kâr payından yararlanın.

 **Ziraat Katılım**
Paylaştıkça daha fazlası



**Müşteri İletişim
Merkezi**

www.ziraatkatilim.com.tr

    /ziraatkatilim

İthal Evlilik Ve Depresyon

© Igorstevanovic/shutterstock.com



ikler yon

Göç ve akabinde tecrübe edilen mekân, kültür ve toplum değişimi hem bedensel hem ruhsal etkileri olan çok sarsıcı bir deneyim. Peki Türkiye’den evlilik yoluyla Avrupa’ya gelen gelin ve damatların yaşadığı psikolojik problemlerde bu deneyim ne derece etkili oluyor?

Meltem Kural*

* Londra Üniversitesi SOAS’ta (School of Oriental and African Studies) yüksek lisans eğitimi alan Meltem Kural Perspektif dergisi yayın kurulunda yer almaktadır.



Not: Gerçek kişilerle yapılan röportajlar neticesinde ortaya çıkan bu yazıda kullanılan kişi ve şehir isimleri değiştirilmiştir.

Aile birleşimi ya da evlilik göçü çerçevesinde Türkiye'den gelen çok sayıda kadın ve erkek Avrupa'da yaşıyor. Türkiye'den eş getirmek suretiyle yapılan bu evliliklere bilhassa ikinci nesil arasında çok sık rastlanıyor. Evlenerek Avrupa ülkelerine gelenler ise Türk toplumunda "ithal gelin" ve "ithal damat" olarak biliniyor. Yeni sorumlulukların yüklenildiği ve baba evinden kopuş anlamına gelen evlilik tecrübesi insan hayatında başlı başına büyük bir değişim iken, bu süreç başka bir ülkeye göç deneyiminin getirdiği zorluklarla birleştiğinde ortaya ciddi ruhsal ve fiziksel rahatsızlıklar çıkabiliyor. Bu nedenle, Türkiye'den gelen gelin ve damatlar arasında depresyon, kaygı, psikoz ve psikolojik kökenli fiziksel rahatsızlıklara sıkça rastlanıyor.

"Aile Birleşimi" ve Yalnızlık

Herhangi bir Avrupa ülkesinde ikamet iznine sahip olan bir Türk vatandaşı eşini veya çocuklarını "aile birleşimi" vizesi çerçevesinde yaşadığı ülkeye getirebilme hakkına sahip. Bu durum Avrupa'da yaşayan Türkiye kökenli pek çok göçmenin çocuklarına çeşitli nedenlerle Türkiye'den bir eş seçme eğilimi göstermesine neden olmuş. Azalmakla birlikte uzun süre devam eden bu trend incelendiğinde dikkat çeken husus bu evliliklerin genelde yakın veya uzak akraba çevresi içerisinde gerçekleşiyor olması.

Aile birleşimi ile 2005'te Avusturya'ya yerleşen Mehmet Bey 24 yaşındayken teyzesinin kızıyla evlenmiş. 2013'te Belçika'ya gelin gelen Filiz Hanım da annesinin kuzeniyle evlenmiş. Her ne kadar çoğunlukla akrabalarından oluşan bir çevreye girseler de Türkiye'den evlilik yoluyla tanımadıkları bir ülkeye gelenlerin yaşadığı ilk sorun şüphesiz yalnızlık ve özlem oluyor. Kalabalık bir aileden

gelen Filiz Hanım normal prosedürün aksine evlendikten sonra Belçika'ya turist vizesiyle giriş yapıp iltica başvurusunda bulunmuş. Başvurusunun neticelenmesi seneler sürdüğünden uzun süre ailesini görmeye gidememiş ve yaşadığı psikolojik çöküntünün büyük bölümünü buna bağlıyor. "Şu an psikolojim iyi diyebilirim. Neden dersiniz, oturma hakkı kazanmamın psikolojime büyük katkısı oldu. Türkiye'ye gidip gelmenin bana çok iyi geleceğini düşünüyorum." diyor neşeyle.

Aile bağları Filiz Hanım'ın kiler kadar güçlü olmayan Mehmet Bey'in Avusturya'ya geldiği ilk günlerdeki hissiyatına ise özlemden çok içine girdiği yeni ortama dair derin bir yadırgama duygusu hâkim: "İstanbul gibi hareketli bir şehirden sonra burayı çok sessiz bulmuştum. Sokağa çıkıyorum kimse yok, bu çok tuhafıma gitmişti."

Tetikleyici Nedenler

Göçmenler arasında görülen bilhassa "ithal gelin" ve "ithal damatların" yaşadıkları psikolojik sorunların temelinde çoğu zaman sadece yaşadıkları göç tecrübesinin yattığı düşünülüyor. Oysa bu insanların göç sürecinden önce de çeşitli sorunları ve travmatik duygu birikimleri olabiliyor. Tıpkı Filiz Hanım örneğinde görüldüğü gibi. Filiz Hanım, çocukluk ve genç kızlığını Türkiye'de üvey babasının baskısı altında geçirmiş. Hatta onu "ithal gelin" olmaya iten süreç de bu şekilde gelişmiş. Üvey babasını kastederek: "Beni istemeye geldiklerinde ondan kurtulma psikolojisiyle kabul ettim." diyor.

Evlendiği günün ertesi çok şiddetli bir kriz geçirmiş Filiz Hanım: "Epilepsi krizi gibiydi. O günden sonra bir buçuk sene boyunca toparlanamadım, sürekli yataktaydım, krizler geçiriyordum, yığılıp kalıyordum." Filiz Hanım yaşadığı depresyona neden olarak ise çocuklukta yaşadığı bazı olumsuz tecrübeleri işaret ederek "Onların patlak verdiğini düşünüyorum." diyor.

"İthal gelin" ve "ithal damatların" psikolojik rahatsızlıklarını tetikleyen göç öncesine ait travmatik duygu birikimleri de olabiliyor.

© Oksana Mizina/shutterstock.com



Mehmet Bey de yanında psikolojik rahatsızlıklar için bir rezerv getirenlerden. Askerdeyken annesi vefat eden Mehmet Bey, bu travmayı üstünden uzun süre atamamış. “Ben görüşmeden, konuşmadan, göremeden nasıl ölür diye annemin vefatını ilk 5 sene kabul etmekte zorlandım. Annemi çok sevmiştim, ama onunla doğru düzgün hiçbir şey paylaşmamışım, beraber hiçbir şey yaşamamışız. Bunun pişmanlığını yaşadım. Onu hiç mutlu edemediğimi düşündüm. Bu suçluluk duygusunu hâlâ çekiyorum.” diyor Mehmet Bey.

Evlenmeden 2 ay önce müstakbel eşinin geçirdiği ağır bir trafik kazası Mehmet Bey için bardağı taşıran son damla olmuş. Evlenip Avusturya’ya gelmesinin üzerinden henüz 3-4 ay geçmişken

hastalığının ilk belirtileri ortaya çıkmaya başlamış. 13 sene önce yakalandığı ve hâlâ da devam eden bir psikoz hastalığına yakalanmış.

Dil Sorunu

Türkiye’den evlilik yoluyla Avrupa ülkelerine gelen gelin ve damatlar için dil bilmemek büyük bir sorun teşkil ediyor. Gelinler dil bilmedikleri için evin dışında atacakları her adımda başkalarına bağımlı kalarak ev ve akraba çevresi dışında sosyalleşememe problemi yaşıyorlar. Filiz Hanım da bu durumu bizzat tecrübe etmiş: “Dil zaten en büyük sorun buraya yeni gelen bir insan için. O dönem kendimi çok yalnız hissettim. Tamamen eşime bağlanıp kendimi onunla avutmaya çalıştım.” Belki tam

Dil bilmeme ve anadilde profesyonel psikolojik destek veren Türk terapistlerin eksikliği rahatsızlıkların tedavisinin önünde de bir engel teşkil ediyor.

da bu nedenle ailesinden uzakta bağlanıp güvendiği tek kişi olan eşi tarafından gördüğü şiddet Filiz Hanım'ı derinden etkilemiş: "Çok büyük bir çöküş hissettim içimde. Psikolojim altüst oldu."

Öte yandan dil sorunu geleneksel Türk aile yapısında erkeğin rolü düşünüldüğünde damatlar açısından farklı bir boyut kazanıyor. Zira evin geçim ve idaresinden sorumlu olan erkeğin iş bulabilmesinin önündeki en büyük engellerden biri dil yeterliliğinin olmaması. Bu bakımdan özellikle dil bilmemek Mehmet Bey için de başlarda çok zor olmuş. Hastalığının ortaya çıkmasına neden olan en önemli etmenlerden biri olarak Avusturya'ya geldiğinde yaşadığı dil problemini gösteriyor Mehmet Bey: "Erkek olarak çalışmak zorunda olan birine, dil gerekiyordu. Dil olayını istediğim kadar hızlı çözemeyişim ve buna bağlı olarak yaşadığım başarısızlık hissi, kısa süre öncesinde yaşadığım annemin ölümü ve eşimin trafik kazasının bende bıraktığı hasarla birleşince bunlar hastalığımda etkili oldu sanıyorum."

Dil bilmeme ve anadilde profesyonel psikolojik destek veren Türk terapistlerin eksikliği rahatsızlıkların tedavisinin önünde de bir engel teşkil ediyor. Bu durumda hasta tedavisini Türkiye'ye giderek devam ettirmeyi uygun görüyor. Filiz Hanım da dil engeli yüzünden yaşadığı şehirde Fransızca terapi almayı hiç düşünmemiş: "Beni bir psikoloğa yönlendirdiler, ama dilini bilmediğim için, derdimi anlatamayacağım için gitmedim." diyor. Bu nedenle oturum hakkını kaybetme pahasına Türkiye'ye dönerek tedaviye orada başlamış. Mehmet Bey de benzer bir süreçten geçmiş. İlk önce Almanca terapiyi denemiş ancak, "Gittiğimiz Almanca dan Türkçeye çeviriyle yapılan terapi bir işe yara-



madı." diyen Mehmet Bey de tedavisine Türkiye'de devam etmiş.

Kendi Kendini Onarma Süreci

Problemli evliliklerde bir aile terapistinden profesyonel yardım alma düşüncesi ise yurt dışında yaşayan Türkler arasında sık rastlanan bir durum değil. Bu hususta aile ve çevreden gelecek tepkiler ve ayıplanma endişesi büyük ölçüde belirleyici oluyor. Filiz Hanım da eşiyle ilişkilerini tamir etmek için böyle bir yardım almayı hiç düşünmemiş: "Çevremde hiç böyle bir şey duymadım, görmedim. Şimdi ben kalkıp Anvers'te böyle bir şeye yeltensem reklam ederler beni. Eşim de zaten kabul etmez. O nedenle kendi içimde halletmeye çalışıyorum." diyor.

Geleneksel Türk aile yapısında bir erkek için çalışmak evin geçimini sağlamanın ötesinde aynı



zamanda bir iktidar ifade ediyor. Kronik hastalığı ve kullandığı ağır ilaçlar nedeniyle 13 yıldır düzenli bir çalışma hayatı olmadığını belirten Mehmet Bey bu durumun çocuklarıyla olan ilişkisini de etkilediğine inanıyor: “Yeri geliyor kafanı kaldırmıyorsun. Bu hem kendin hem eşin hem de çocukların için çok zor bir durum. Çünkü ister istemez pasif bir imaj çiziyorsun ve bu çocuklar için iyi değil, çünkü baba olarak bir rol modelsin. Anne çok aktif, baba çok pasif. Kendine ve ailine ayırman gereken zaman ve enerjiyi hastalıkla cedelleşerek harcıyorsun.” diyerek çocuklarına ve eşine olması gerektiği gibi bir eş ve baba modeli sunamadığını düşünüyor.

Bununla birlikte Mehmet Bey hastalığıyla ilgili en büyük desteği eşinden görmüş. “Eşim en başın-

dan beri bana çok yardımcı oldu. Bana hep ‘Sen kafanı topla iş önemli değil.’ dedi. Bana geniş bir alan bıraktı. Her halükârda eşimin tanıdığı tolerans bana çok iyi geldi.” diyerek kriz anlarında çok din-dar olduğunu vurguladığı eşi sayesinde öğrendiği sureleri okuyarak rahatlamaya çalıştığını söylüyor.

Filiz Hanım ise yaşadığı tüm zorluklara rağmen kendi kendini tedavi etme yöntemleri geliştirmiş. “Sadece Allah’a sığınıyorum ve hiçbir şeyi kafaya takmıyorum. Neşeli kişiliğimden de asla ödün vermedim, hâlâ şakacı biriyim. Kendi kendime ve evladım ile mutlu olmaya çalışıyorum.” diyen Filiz Hanım depresyonu yenmeyi de başarmış. “Burada kendimi geliştirdiğimi hissediyorum. 5 sene içinde Fransızca’yı öğrendim. Şimdi Anvers’in bir ucundan diğer ucuna kendi başıma gidebilirim.” diyor.

Psikoterapide Anadilin ve Kültürün  nemi

  Pogonici/shutterstock.com



Araştırmalar Almanya'daki en büyük azınlık grubu oluşturan Türkiye kökenlilerin psikososyal yüklerinin fazla olduğunu gösteriyor. Buna istinaden psikoterapi hizmetlerini kullanım oranları ve tedaviye uyumlulukları oldukça düşük. Peki Türkiye kökenlilerin terapiye olumsuz bakışlarında ve terapiyi erken sonlandırmalarında dilin ve kültürün oynadığı rol ne?

Özlem Çelebi*

*Psikoloji lisans eğitimini Darmstadt Teknik Üniversitesinde, Klinik Psikoloji yüksek lisans eğitimini ise Frankfurt Goethe Üniversitesinde tamamlayan Özlem Çelebi bir psikosomatik rehabilitasyon merkezinde çalışmaktadır.



1960'lı ve 70'li yıllarda "İşgücü Alımı Anlaşması" kapsamında Avrupa'ya göç eden Türkler, göç ettikleri topraklarda din, dil ve kültür bakımından kendilerinden farklı bir topluluk içinde azınlık olarak yaşamaya başladı. İşçi olarak gelen bu insanların göç ettikleri toprakları yurt edinmeleri, ailelerini yanlarına almaları ve geleceklerine bu topraklarda devam etmeye karar vermeleri, göç ile oluşan psikososyal yüklerin zaman içinde çoğalarak bireysel krizlere ve psikolojik rahatsızlıklara dönüşmesine yol açtı.

Nesiller Arasında Farklı Profiller

Psikososyal yüklerin başlıca sebepleri arasında yoğun stres, dil sorunu, travmatik tecrübeler, yabancı düşmanlığı, ayrımcılık ve ırkçı muameleler bulunuyor. Bu zorluklar sadece bizzat göç etmiş birinci nesilde değil, yeni nesillerin yaşamında da kendisini gösteriyor. İkinci ve üçüncü nesillerin temel yükü birinci nesilden farklı olarak Türk ve Alman kültürü arasında kendi kimliklerini tanımlama ve geliştirme sorunu ile karşı karşıya kalmış olması. Bu süreçte farklı ve ince ayrımlar olsa da genel olarak iki ayrı profil çizilebilir.

İlk profil, kimliğini tanımlayabilen, bir değer dünyasına ve dolayısıyla aidiyet şuuruna sahip olan ve bunun sonucunda içinde yaşadığı toplumla sağlıklı ve sürekli ilişkiler kurarak yaşayan bireyler. Bu profildeki bireyler stresörleri daha sağlıklı bir şekilde dengeleyebildikleri için kendilerinde psikolojik rahatsızlıkların ortaya çıkma ihtimali daha düşük. Bu bireyler yaşadıkları problemleri ve psikososyal yükleri, sabit bir kimliğe sahip olmaları ve kendilerini bir değer dünyasına dayandırmaları sebebiyle hafifletme imkânına sahiptirler.

İkinci profili ise, aidiyet duygusu hissetmeyen, değer karmaşası yaşayan ve bunun sonucunda hem kök itibarıyla bağlı olduğu toplumla hem de içinde yaşadığı çoğulcu toplumla irtibatsız yaşayan bireyler oluşturmaktadır. Zaman içinde bu stresörler özgüven eksikliği, aşağılık kompleksi ve benzeri duyguların gelişmesine sebep olduğu ve aynı zamanda bu yükleri hafifletecek toplumsal destek bulunmadığı için ikinci profildeki bireylerde psikolojik hastalıkların görülme oranı ilk profile kıyasla çok daha yüksektir.

Önleyici Değil, Kaçınılmaz Bir Tedavi Olarak Terapi

Çoğunluk toplum ile kıyaslandığında Türkiye kökenliler arasında psikolojik rahatsızlıkların yaygınlığı, özellikle depresyon, şizofreni, anksiyete ve somatizasyon bozuklukları gibi rahatsızlıklarda daha yüksek. Risk faktörü ise yaş ve yurt dışında kalış süresi ile artıyor. Almanya'da yaşayan Türkiye kökenlilerin ruh sağlığı verilerden hareketle sadece niceliksel değil, niteliksel açıdan da farklılık gösteriyor. Örneğin Türk kökenlilerde Travma Sonrası Stres Bozukluğu'nu (TSSB) tetikleyen durumlar arasında özellikle ailevi sorunlar, ağır veya kronik hastalıklar ve ölüm vakaları var. Travmatik olarak algılanan hayat tecrübeleri genelde kültür ve geleneğe dayanıyor.

Yapılan istatistiksel analizler ve bilimsel araştırmalar Almanya'da yaşayan Türkiye kökenlilerin, hayatlarındaki zorlayıcı etmenlere rağmen, sağlık hizmetlerinden faydalanmada geride olduklarını gösteriyor. Türkiye kökenlilerin özellikle psikoterapi hizmetlerini kullanım oranlarının ve tedaviye uyumluluklarının oldukça düşük bir seviyede olduğu da çalışmaların sonuçları arasında bulunmakta. Ayrıca Türkiye kökenlilerin psikiyatri bakımları incelendiğinde acil servislerde ve psikiyatri hastanelerinde daha yüksek bir oranda hizmet aldıkları görülüyor. Bunun aksine ayakta psikoterapide, muayenehanelerde veya rehabilitasyonlarda sayıları oldukça düşük. Dolayısıyla Türkiye kökenlilerin önleyici bir tutumdan çok, kaçınılmaz durumlarda psikolojik sağlık hizmetlerinden faydalandıkları söylenebilir.¹

Anadilde Yapılan Psikoterapinin Kazanımları

Türkiye kökenlilerin hayatlarındaki zorlayıcı etmenlere rağmen psikolojik sağlık hizmetlerinden faydalanmamalarının nedenleri arasında düşük sosyo-ekonomik durum, düşük eğitim düzeyi ve en başta da dil engeli bulunuyor. Anadilde terapi yapabilen psikologların sayısının oldukça düşük olması bu engeli destekler nitelikte.

Bununla birlikte anadilde yapılan psikoterapinin önemi ile ilgili, özellikle Türkiye kökenlilerin deneyim ve tecrübeleriyle yapılan araştırmalar oldukça az. Dolayısıyla Türkiye kökenlilerin Almanya'daki gelecekleri açısından son derece

Türkiye kökenliler önleyici bir tutumdan çok, kaçınılmaz durumlarda psikolojik sağlık hizmetlerden faydalaniyor.

önemli olan bu husustaki bilgi eksikliğini ve veri yoksunluğunu büyük bir ihmal olarak nitelendirmek mümkün.

Az sayıda yapılmış çalışmalardan biri de Frankfurt Goethe Üniversitesi'nde otuza yakın Türkiye kökenli ile yapılan çalışma. Bu araştırma, danışanların anadilde gerçekleştirdikleri terapide gözlemledikleri zorluklar ve fırsatlar üzerine yapılmış bir araştırma olmakla birlikte, araştırma projesinin gayesi terapide dilin ne tür bir rol oynadığının, anadilde yapılan terapinin yabancı dilde yapılan terapiye kıyasla başarı oranının, anadilde terapinin terapi sürecine hasta açısından ne tür faydalar sağladığının ve dolayısıyla anadilde terapinin gerekli olup olmadığının ortaya çıkartılmasıydı.

Elde edilen sonuçlara göre hastalar sorunlarını, korkularını ve yaşadıkları çelişkileri anadilde gerçekleşen psikoterapide daha rahat bir şekilde dile getirebiliyorlar. Hastalar vâkıf olmadıkları bir dilde kendilerini özgürce ifade etmekte zorlandıkları gibi, bu durum hastaların özgüvenlerini de olumsuz bir biçimde etkiliyor. Dahası duygular ve deneyimler hangi dilde yaşanırsa beyinde o dilde kodlanıyor. Terapi için önemli olduğu düşünülen duyguların ve düşüncelerin anadilde ifade edilmesi ve gerektiğinde onlar ile anadilde çalışılıp işlenmesi terapinin başarısı açısından önem arz ediyor.² Ayrıca danışanların anadillerinde konuşmadıkları takdirde hem kelime hazineleri kısıtlanmış hem de deyimler ve bazı tabirler birebir tercüme edildiğinde anlam değişikliğine uğramış oluyor. Örneğin ağrı, acı, sancı, sızı, dert, elem, gam veya ıstırap gibi kelimeler Almancaya "Schmerz" olarak tercüme ediliyor. Bu kelimeler bu şekilde tercüme edildiğinde kelimelerin geniş kavramsal boyutları ve hassas farklılıkları kayboluyor. Bu durum hastanın içinde bulunduğu durumu ifade edebilme kabiliyetini de sınırlıyor. Ayrıca anadilde yapılmayan terapilerde mecazi anlamda kullanılan ta-

birler yanlış anlaşılmalara yol açabiliyor. Mesela "ciğerim söküldü" veya "yüreğim yanıyor" gibi ifadeler kelimesi kelimesine tercüme edildiğinde dili ve kültürü tanımayan terapist tarafından hastanın duygu, düşünce ve algı sorunları olduğu varsayılabilir ve bu durum yanlış yorumlamalara yol açabiliyor. Bu tür yanlış anlamalar ise yanlış teşhislere sebep oluyor.

Hasta ve psikolog arasındaki bu iletişim kopukluğu terapi sürecini olumsuz etkileyebiliyor. Yapılan bir araştırmaya göre danışanından farklı bir kültüre sahip olan psikologlar aynı kültüre sahip psikologlara kıyasla danışanın hastalığının teşhisinde beş kat fazla tutarsız.³ Terapinin olumlu sonuçlanması için teşhisin doğru konulması elzem. Yanlış teşhisler bir yandan terapi sürecindeki olumlu gelişmelere engel olduğu gibi, diğer yandan da danışanların terapiye olumsuz bakışlarını arttırıp, psikoterapi hizmetlerini erken sonlandırmalarına neden oluyor. Diğer yandan danışanlar anadillerinde terapi yapan psikologlarını daha iyi anladıklarını, teşhis ve psikoedukasyondan, yani söz konusu hastalık ve hastalığın tedavisi hakkında bilgilendirmeden de daha iyi faydalandıklarını dile getiriyorlar.

Kültürel Farklılıkların Terapi Sürecine Etkisi

Buraya kadar belirtilen hususlar anadilde gerçekleşen terapinin sadece dil açısından olumlu yönlerini irdelemekteydi. Araştırmaya dâhil edilen Türkiye kökenli hastalar, anadilin dışında, aynı kültürü ve dini paylaşmanın getirdiği avantajları da vurguladı. Buna binaen aynı dine, ahlaksal ve kültürel hassasiyetlere sahip bir terapistin eş duyum ve dayanışması danışanlar tarafından daha samimi algılandı. Terapistler ise hastaların değerlerini ve inançlarını daha kapsamlı ve derin bir anlayış ile değerlendirip, kültürel boyutları göz önünde bulundurarak çözüm odaklı çalışma imkânı buldu.



Son olarak terapi sürecinde var olan dinî ve kültürel duyarlılık sayesinde hayat şartları, günlük sorunlar, ailevi ve sosyal bağlar daha gerçekçi yorumlanıp değerlendirilebiliyor. Özellikle yabancı düşmanlığı yaşayan hastalar için bu güvene oldukça önemli. Bu, her alanda kendini savunma ihtiyacı hisseden ve yanlış anlaşılmaktan çekinen hastaların psikoterapide en özel ve mahrem sorunlarını dile getirebilmeleri için elzem olan unsurlardan biri.

Ayrıca anadilde yapılan terapide terapist-hasta ilişkisi daha yoğun ve samimi olarak nitelendiriliyor. Bu durum hastaların terapi motivasyonunu ve terapiden aldığı verimi yükseltmekle birlikte terapi sonuçlarını da olumlu etkiliyor. Çalışmanın sonuçlarına göre, birinci ve ikinci nesiller terapide daha çok anadil faktörünü önemsiyor iken, üçüncü ve dördüncü nesiller anadilde psikoterapiyi kültürel hassasiyetler sebebi ile tercih ediyor.⁴

Çalışmada elde edilen bütün sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda anadilin, terapinin başarısını etkileyen en önemli faktörlerden biri olduğu ortaya çıkıyor. Almanya'da yaşayan Türki-

ye kökenlilerin psikoterapi hizmetlerinden daha verimli bir şekilde faydalanabilmeleri ve terapilerinin başarı ile sonuçlanabilmesi dilin farklı alanlara nüfuz etmesiyle sağlanabilir. Fakat anadilde terapi yapan psikologların sayısı göç kökenlilere uygun sağlık hizmetleri sunmak bakımından henüz yeterli değil. Özellikle bazı bölgelerde psikolojik rahatsızlıklarla ilgili yaygın olan olumsuz düşüncelerin ve yanlış bilgilerin önüne geçilebilmesi için de Türkiye kökenlilerin Almanya'daki sağlık sistemi ve kliniklerde tedavi edilmesi gereken hastalıklar hakkında bilgilendirilmesi gerekiyor.

Dipnotlar

1. Faltermaier, T. (2005). Gesundheitspsychologie. Kohlhammer Verlag.
2. Altarriba, J. (2002). Bilingualism: Language, memory and applied issues. Online readings in psychology and culture, 4(2), 1.
3. Haasen, C., Yagdiran, O., & Maß, R. (2000). Differenzen zwischen der psychopathologischen Evaluation in deutscher und türkischer Sprache bei türkischen Migranten. Der Nervenarzt, 71(11), 901–905.
4. Griner, D., & Smith, T. B. (2006). Culturally adapted mental health intervention: A meta-analytic review.
5. Erim-Frodermann, Y., Aygün, S., & Senf, W. (2000). Türkeistämmige Migranten in der psychotherapeutisch-psychosomatischen Ambulanz. In Transkulturelle Beratung, Psychotherapie und Psychiatrie in Deutschland. Berlin: Verlag für Wissenschaft und Bildung, 157-169.

Taksitli
alışveriş

şimdi

çocuk
oyuncağı



6 veya 12
Ay Vade
Seçeneğı

Her Yerde
Kolay Taksit

Kolay Online
Başvuru

Jetzz Card sizin belirlediğiniz vade seçenekleriyle gelir, yaptığınız alışverişleri anında taksitlendirir. Alışverişlerinizi bankanızla görüşmeden, şubeye gitmeden, her yerde kolayca taksitlendirmek için siz de şimdi Jetzz Card sahibi olun.

Başvuru için: www.kt-bank.de



Taksit, hemen şimdi.



“DEPRESYON İMAN EKSİKLİĞİNİN BİR SONUCU DEĞİLDİR”

DEPRESYON VE KAYGI BOZUKLUKLARI CİDDİYE ALINMASI GEREKEN SIKINTILAR. HASTALIKLARIN SEBEBİ BAZEN AİLE İLİŞKİLERİ BAZEN DE GÜNLÜK İRKÇILIK DENEYİMLERİ OLABİLİYOR. BİR PSİKİYATRİST VE PSİKOTERAPİST OLAN VE ÇOĞUNLUKLA MÜSLÜMAN HASTALAR İLE ÇALIŞAN DR. İBRAHİM RÜSCHOFF İLE BU SORUNLARIN NEDEN CİDDİYE ALINMADIĞINI, PSİKOTERAPİ VE İSLAM'IN TARİHSEL OLARAK NASIL BİRBİRİYLE İÇ İÇE OLDUĞUNU KONUŞTUK.

Esra Ayari

Sayın Rüschoff, yıllardır psikoterapist olarak çalışıyorsunuz ve ağırlıklı olarak Müslümanları tedavi ediyorsunuz. Müslüman ve Müslüman olmayan hastaları birbirinden ayıran nedir ve Müslümanlar arasında hangi hastalıklar daha yaygın görülmektedir?

Tabii ki Müslümanlarda da tıpkı gayrimüslimlerde olduğu gibi bazı hastalıklar söz konusu. Bu, tüm psikolojik rahatsızlıklar için de geçerli. Ancak aradaki fark, bunların İslami bir ortamda yaşanması ve bunlara bu ortamda kendine has (dinî) bir çağrışım ve karakter veriliyor olması. Bunlara örnek olarak, ebeveynlerle olan ilişkilerde veya sosyal ilişkilerde görülen ve dinî olarak tanımlanan depresyon ve korkulardır. Ayrıca geleneksel dinî olarak tanımlanan açıklamalar da örnek olarak verilebilir.

Kadınlar ve erkekler arasında bir fark görebiliyor musunuz?

Genel olarak, kadınlar erkeklere nazaran daha erken psikoterapi desteği alıyorlar. Bu durum Müslümanlarda da aynı. Muayenehanemizde her iki cinsiyette de depresyon ve anksiyete tanıları ön planda. Kadınlarda bu problemler genellikle evlilik durumuyla ilintili oluyor.

Peki, erkeklerde durum somut olarak nasıl?

Erkekler her ne kadar terapistlere daha az başvursalar da onlar da genellikle sıkıntı yaşıyorlar. Bu sıkıntılar genellikle, belirli davranışları beraberinde getiren anneye sıkı bir bağlılık ile karakterize ediliyor. Annelerin bazen aşırı baskıcı olduğunu gözlem-

liyorum. Sonuç olarak, ebeveynler açık eleştiriyi dini gerekçelere dayandırdıkları itaat zorunluluğu ile yasaklamış oldukları için kişilerin genellikle gizleme yoluna giderek kendini korumaya çalıştığını görüyoruz.

Tabii ki bu durum evlilik hayatını da etkiliyor...

Evet, özellikle kadın güçlü, gerçeklik odaklı ve aynı seviyede bir birliktelik talep ediyorsa evlilikte benzer davranış kalıpları ortaya çıkıyor. Kayınvalide-si ile ilgili problemleri varsa, ki bu durum oldukça sık rastlıyoruz, kadının bunu kendi başına çözmeyi öğrenmesi gerekiyor.

Genel olarak, semptomların ve klinik tabloların büyük bir bölümünün arka planında aile çevresindeki sorunların yattığını söyleyebiliriz. Aslında bu şaşırtıcı bir durum değil, zira en yoğun ilişkilerin yaşandığı yerde en büyük çatışmalar ortaya çıkar.

Ama tek sebep bu değil, değil mi? Örneğin, ırkçılık ve dışlanma da Müslümanlar üzerinde bir baskı oluşturabilir.

Bu vakalar gerçekten de son yıllarda daha sık görülüyor. Özellikle İslami tesettüre uygun giyinen kadınlar bu durumdan etkilenebiliyor. Bunun yanı sıra diğer Müslümanlar da örneğin iş yerlerinde açıkça ayrımcılığa maruz kalıyorlar. Sonuç ise depresyon, kaygı, kendini iş hayatından geri çekme, psikosomatik şikâyetler, raporlu dönemler vb. oluyor. Bu durum genel olarak biliniyor ve birçok çalışma tarafından da kanıtlanmış durumda. Ancak terapilerde hastaların anlattıkları durumun gerçekten de katlanılamayacak seviyede olduğunu anlaşıyor.

Fakat, benzer durumlara maruz kalan herkes aynı derecede etkilenmiyor, bu yüzden hastalar kendilerindeki birtakım özellikleri değiştirmek suretiyle de buna karşı koymayı öğrenebilirler. Ben kendime değer vermezsem neden başkası bana değer versin? İnsanlar günümüzde eğitim düzeyinden bağımsız olarak ön yargılarını açıkça ve pervasız bir şekilde ifade etme cesaretini buldukları için durum geçmişte olduğundan çok daha zor.

Buna rağmen Müslümanların psikoterapi konusunda oldukça şüpheci oldukları düşünülüyor. Bunu onaylıyor musunuz?

"Batı" kültüründe, yani Avrupa ve ABD'de, bugünkü anlamıyla psikoterapi hemen hemen yüz yıldan

beri mevcut. Ancak bu olgu İslam kültüründe kendine hâlen bir yer edinemedi. Bu durumun büyük ölçüde psikoterapinin Batı felsefesindeki kökenleri ve bilim anlayışıyla, burada ateist, yabancı ve kültürel emperyalist olarak algılanan insan imajı ile ilgisi var. Ayrıca, birçok İslam ülkesinde görülen sıkıntılı sosyal, ekonomik ve politik durum, psikoterapi gibi bir "lüksle" ilgilenmek için uygun bir ortam teşkil etmiyor.

Bu durum hep mi böyleydi?

Aslında İslam tarihinde, sağlıklı ya da hasta ruha yönelik sorular, insan tasavvuru ve doğru davranış şekilleri felsefe ve tıp tarafından ele alınmaktaydı. Bununla birlikte, burada, yeni yeni vurgulamaya başladığımız ve bugün bile yararlanabileceğimiz eski ve verimli bir gelenek mevcut. Tüm dünyadaki Müslüman uzmanlar (Almanya da dâhil), yıllardır İslam ile modern psikolojinin bağdaştırılıp bağdaştırılamayacağını ve bunun nasıl yapılabileceğini tartışıyor. Bununla birlikte, psikoterapinin kültüre de güçlü bir şekilde bağlı olduğu unutulmamalı. Bu nedenle eğer psikoterapide başarılı olunmak isteniyorsa terapinin farklı kültürlerde çok farklı biçimler alması gerekir.

İslam geleneğinde zihinsel bozuklukların üstesinden gelmek için somut olarak hangi uygulamalar ve imkânlar kullanılmıştır?

Daha Orta Çağ Avrupası döneminde, yani İslam dünyasının yükselme dönemini yaşadığı 8.-13. yüzyıllarda Müslümanlar ruhsal rahatsızlığı olan hastalar için bugün bile çok modern olarak nitelendirilebilecek özel kliniklere sahipti. Günümüzde bu konuda geniş bir literatür mevcut. Terapiler; müzik, karşılıklı görüşme, şifalı bitkiler, faaliyet ve çalışmalar, Kur'an tilavetleri vb. ile yapılmaktaydı. 20. yüzyılın ortalarında modern psikofarmakoterapinin ortaya çıkışına kadar, bu tür terapötik yaklaşımlar Avrupa'da dahi kullanılmamıştı. Ayrıca aralarında belirleyici farklılıklar da vardı. Bu farklılıklar arasında hastaların insanca tedavi edilmesi, dinin doğrudan etkisi ve ruhsal bozuklukların hastalık olarak anlaşılması mevcuttu. Hastalıklar Avrupa'da olduğu gibi birçok hastanın "cadı" olduğu inancıyla yakılması ve insanlık dışı şartlarla tecrit tesislerine koyulması gibi sonuçlar doğuracak şekilde hayalet veya şeytan çarpmasından kaynaklanan bir durum olarak değerlendirilmiyordu.

Modern psikolojinin ve İslam'ın insan tasavvurunun birbiriyle uyumlu olup olmadığı sorusu sizce meşru mu?

Müslüman uzmanlar arasında bu konuda farklı görüşler ve hararetle tartışmalar mevcut. Belirleyici olan ise oldukça farklı olan bilim anlayışı. Benim anlayışıma göre psikoterapi bana bir hastalığın oluşumuna, karakterine ve tedavisine ilişkin bir konsept sunan, hastalığın tedaviye uygun bir "haritasıdır"; ancak bu asla "manzara" ile yani hastanın kendisi ile karıştırılmamalı. İslam'ın insan tasavvuru ise, yani insanın Allah'la doğal ilişkisi (fitrat); nefis, kalp, ruh ve akıl ilişkisi, bireyin davranışlarından sorumlu oluşu her zaman arka planda mevcuttur.

Başarılı bir terapinin en önemli unsuru olan terapi ilişkisi hususundaki düşüncemi de İslami kimliğim şekillendiriyor. Şuarâ suresinin 80. ayetinde ifade edildiği gibi, iyileştiren Allah'tır, ben sadece onun bir aracıyım.

Bununla birlikte, genel olarak psikolojide sürekli bir hareketlilik söz konusu, şu anda da çeşitli konseptler tartışılıyor. Neyse ki, bir süredir yüksek düzeyde katılımcıların bulunduğu ve tartıştığı uluslararası bir platform olan International Association of Islamic Psychology (IAIPP) (Uluslararası İslami Psikoloji Derneği) mevcut.

Modern psikolojinin sözcülerinin aksine, çok farklı bir sosyalleşmeye sahip olan Müslümanların sorunlarıyla başa çıkmak için yeterli yöntem mevcut mu? Şu anda çok sayıda gelişme olsa da...

Aslında psikoterapinin yöntemleri yeterli. Terapi daima bireysel olarak hastaya, ilişkilerinin ve deneyimlerinin kişisel geçmişine göre düzenlenir. İster kültürel ister dilsel olsun, aşılması gereken sınırlar mevcut olacak. Bu gibi durumlarda, bir imam veya tercümanın yardımına ihtiyacım olabilir. Bununla

birlikte, özverili bir terapistin dahi pes etmesi gereken sınırlar var. Örneğin, psikolojik rahatsızlığı bulunan ve iyileşirse sınır dışı edilme riski olan bir sığınmacı veya henüz kendi ikamet izni olmayan ve ailesinin yanına dönemeyen, aile içi şiddete maruz kalan kadınlar gibi. Bu gibi sınır durumlarında terapist pes etmeyi bilmeli.

Bir de Müslümanlar genellikle din kardeşlerinin kendi hastalıklarını yeterince ciddiye almadıklarından şikâyetçiler. Örneğin depresyon sorunu yaşayanlara imanlarının zayıf olduğu söylenir hep. Sizce bu nasıl açıklanabilir?

Psikolojik rahatsızlıkların ciddiye alınmaması büyük ölçüde psikolojik savunma mekanizmalarıyla alakalı. Böylelikle her şeyi başınızdan savabilirsiniz. Bununla beraber bu hastalıkları ciddiye almaya onları yok etmek bu kadar kolay olsaydı, bunu ilk yapan hastanın kendisi olurdu.

Her kültür ve her birey psikolojik rahatsızlıkların kökeni ve karakteri hakkında bir fikir geliştirir. Bazıları için psikolojik rahatsızlıkların sebebi çocukluk döneminin zor geçmesi, genetiğin etkisi veya günahların bir neticesi, diğerleri için de cinlerin veya büyü'nün ya da eksik imanın bir sonucu. Depresif hastalar iman eksikliğini kendileri de tasdik ederler: Artık Allah, din, peygamber ve hatta en sevdikleri

için bile herhangi bir şey hissetmediklerini ve bu yetersizliğin sonucu olarak depresyona girdiklerini de düşünebilirler.

Ancak durum bunun tam tersi: Dinî duyguları, umudu ve her şeyi bastıran ve şevki azaltan depresyondur. Depresyonun azalmasından sonra bu şeyler geri gelir, sanki hasta siyah bir gözlüğü çıkarmış gibi. Bu sebeple psikiyatrist veya psikoterapist tedavi esnasında hasta ile olan ilişkisinde ona sükunetli bir destek sunmalı ve hastalık dolayısıyla hastanın kendisinde bulamadığı umut ve güveni ona aktarmalıdır.

Dinî duyguları,
umudu ve her
şeyi bastıran ve
şevki azaltan
depresyondur.
Depresyonun
azalmasından
sonra bu şeyler
geri gelir, sanki
hasta siyah bir
gözlüğü çıkarmış
gibi.

IRKÇILIĞIN FAİLİ TOPLUM, MEFULÜ BİREY

IRKÇILIK IRKÇILIĞA MARUZ KALAN İNSANLARIN PSİKOLOJİSİNİ NASIL ETKİLER? TOPLUMDA IRKÇILIĞIN VE ŞİDDETİN YERİ NEDİR VE BUNLAR NASIL TEDAVİ EDİLİR? IRKÇILIK MAĞDURLARINA NASIL YARDIM EDİLİR? "TOPLUMDA KISILIP KALMAK" (ALM. GEFANGEN İN DER GESELLSCHAFT) KİTABININ YAZARI, IRKÇILIK VE TRAVMA ODAKLI ÇALIŞAN PSİKOLOG DİLETA SEQUEİRA İLE KONUŞTUK.

🗨️ Feyza Akdemir ve Muhammed Suiçmez

Uyarı: Söyleşide ele alınan konular mağdurlarda travma yaşantısıyla ilgili duyguların, resimlerin ve hatıraların ortaya çıkmasını tetikleyebilir ve travmanın tekrarlamasına sebep olabilir.

Genel bir soru ile başlayalım. Irkçı davranışların buna maruz kalan insanlar üzerinde özellikle psikolojik olmak üzere ne gibi etkileri var?

Öncelikle olaya psikoterapötik açıdan yaklaşacağımı belirtmek isterim. Irkçılık deneyimlerinin mağdurların iç dünyasına ne gibi etkileri olduğu sorusuna genel bir cevap verilemez çünkü bu birçok farklı faktöre bağlı olarak değişir. Bu anlamda birincil ve ikincil sosyalleşme önem taşır. Birincil sosyalleşme ailede, ikincil sosyalleşme ise mahallede, kreşte, okulda ve aileyi tamamlayan diğer sosyal temaslarla gerçekleşir.

Şiddet ve ırkçılık deneyimlerinin kişi üzerindeki psikolojik etkilerinin, aileleri tarafından kendilerine bilinçli bir şekilde öz düzenleme/kendini onarma (Alm. Selbstregulation) becerisi ve yetisi kazandırılan insanlarda daha az olduğunu görüyorum. Ancak eğer ailenin kendisi de şiddet, ırkçılık veya nesiller arası travmalardan etkilenmiş ise bu durum birincil sosyalleşmeyi ağır bir biçimde etkiler. Bu sebeple daima, ailede ırkçılık, iltica veya göç deneyimleri olup olmadığı, oturumla ilgili yapısal sorunların bulunup bulunmadığı, aile üyelerinin vatandaşlığının olup olmadığı, ilk nesil



göçmen olup olmadıkları gibi sorular cevaplandırılmalı. Bununla birlikte ilgili kişinin ırkçılığın anlamı üzerine düşünüp düşünmediği, politik olarak aktif olup olmadığı, ırkçılık eleştirisi getiren tartışmalara katılıp katılmadığı da önem taşır.

Bu hangi açıdan önem taşır?

Bunlar bir kişinin ne derece etkilendiğini belirleyen genel faktörler. Terapist olarak edindiğim tecrübelere dayanarak, kişinin öz düzenleme becerisindeki eksikliğin en büyük problem olduğunu söyleyebilirim. Öz düzenleme, destekleyici bir ortamda güç bulma yeteneği, aynı zamanda huzurlu olma hâlidir, böylelikle günlük yaşam ve görevleri tatmin edici bir şekilde yerine getirilebilir. Eğer öz düzenleme mevcut ise, bu, kişinin ırkçılık deneyimleri ile başa çıkabilme, kendini sakinleştirebilme, durumu kontrol edebilme ve aynı zamanda tekrar güç ve enerji depolayabilme becerisidir. Bunu başarmak genellikle zordur, özellikle de ırkçılığa maruz kalan kişilerin kendilerine yardım edilmediğini ve durumun görmezden gelindiğini deneyimlemeleri durumunda. Böyle bir durumda mağdur büyük bir öfkenin yanı sıra kendini çaresiz ve güçsüz hisseder.

Fakat ırkçılık sonlanmıyor. ırkçılık deneyimleri tekrarlandığında ve aynı zamanda kişinin öz

düzenleme mekanizmaları zarar gördüğünde veya az mevcut olduğunda bu durum kronik strese, benim deyimimle "travmatik strese" sebep olur. Bu travmatik stres genellikle telaş, korkular, panik ataklar, hissizleşme veya kaçınma davranışı olarak ortaya çıkar. Bu korkular bir kez somut bir hâl aldığı anda yayılım gösterir ve mağdur kişiler toplumdan ve diğer zorlu ve tehdit edici nitelikte olan yerlerden kaçınırlar. Bu durumdan muzdarip olan kişiler günlük görevlerini yerine getirmekte güçlük çektiklerini de ifade ederler. Eğer ırkçılık okulda gerçekleşiyorsa ve öğrenciler okulda her an ırkçılıkla karşılaşmayı bekliyorsa, kendilerini genel olarak güvensiz ve huzursuz hissederler, örneğin konsantrasyon güçlükleri gibi sorunları olduğunu söylerler.

Bu travmatik deneyimler tabiri caizse insanın zihninde birikir ve eğer bu durum üzerinde çalışılmazsa travma materyalinin yeniden tetiklenmesi için günlük hayatta yaşanan küçük bir olay bile yeterli olabilir. Uzun vadeli olarak ırkçılık ve diğer şiddet biçimlerine maruz kalan insanlarda genellikle psikosomatik hastalıklar gelişir.

Bu nasıl olur?

Bunu açıklamak çok kolay değil. Farklı organların işleyişi için farklı hormonlar gereklidir. Eğer

sürekli korku, panik, öfke veya hiddet gibi duygular sebebiyle çok fazla veya katılaşma, parçalanma ve depresyon sebebiyle çok az hormon salgılanırsa bu durum uzun vadede organlara zarar verir ve psikosomatik hastalıklar ortaya çıkar. İlgili kişiler sıklıkla özgüven ve kimlik sorunları olduğunu ifade eder ve oldukları gibi oldukları için utanç duyarlar. Kendilerini suçlu hissederler ve eğer farklı görünseler, farklı olsalar bu sorunlarla karşılaşmayacakları gibi düşünce kalıplarına hapsolurlar.

Terapistler mağdurlara, şiddete daha fazla maruz kalmamaları için travmatize edici ortamdan ayrılmayı tavsiye etmektedir. Kitabınızda siz de buna değiniyorsunuz. Fakat ırkçılık durumunda özellikle mağdur olan kişiler "patalojikleştiriyor". Neden?

Ben uzun bir süre cinsel ve fiziksel şiddet mağduru çocuklarla ve gençlerle çalıştım. Bu vakalarda daima aile içinde değişim potansiyeli olup olmadığını, failin gerekirse sistemi terk edip etmeyeceğini veya çocuğun sistemden alınması gerekip gerekmediğini inceledik. Bunun arkasında yatan düşünce, mağdurun şiddete katlanmak zorunda kalmasını önlemek, güvenli ve iyi bir ortamda yaşamasına izin vermek. ırkçılık durumunda ise

şiddet tabiri caizse kendisinden kurtulmanın kolay olmadığı toplum tarafından uygulanıyor. Bu sebeple ırkçılık mağdurları bu durumla başa çıkabilmenin yollarını bulmak zorundalar.

ırkçılığa uğramış olan insanları patalojize etmemek çok önemlidir. "Patalojikleştirme" derken ırkçılığa maruz kalan kişilerin yaşadıkları korku, panik, belirsiz korkular gibi semptomların terapidde de bu şiddet deneyimleri ile ilişkilendirilmesini kast ediyorum. Genellikle kişide neden bu semptomların görüldüğü araştırılmadan sadece semptomlar tanımlanmakta ve sınıflandırılmakta. Daha sonra da depresyon, DEHB gibi teşhisler konulmakta. Bu olayı patalojikleştirmektedir. Aynı zamanda mağdurlar için "bunlar zaten böyle", mesela agresif etiketi yapıştırılarak, mağdurların hepsi aynı kefeye konulur, bu da patalojikleştirmedir.

Kitabınızda mağdurların iyileşmesinden sadece kendilerinin sorumlu tutulduğuna da değiniyorsunuz. Mağdurların iyileşmesinden başka kimler sorumlu?

ırkçılıktan söz edersek, burada söz konusu olan şiddet toplumdaki kaynaklanıyor. Bu sebeple aslında toplum da, ırkçılığa ilişkin bilinçlendirme, ırk ayırımına eleştirel bakış çalışmaları, okullarda ön-

“Her nefis ölümü tadacaktır.” (Enbiyâ suresi, 21:35)

leyici çalışmalar gibi uygulamalarla tedavi edilmeli. Ancak bu maalesef ki terapötik bağlamda da çok nadiren gerçekleşir. Mağdurlar semptomları nedeniyle tedavi edilir, ırkçılık deneyimleri ise devam eder, bunlar dile getirilmez ve bunlara son verilmez.

Sonuç olarak bu durumla bir şekilde başa çıkmak mağdurun kendisine bırakılır. Ancak ben, öz düzenlemenin (yeni-den) oluşturulması ve bu bağlamda bir iyileşmenin gerçekleşmesi için mutlaka kendi sosyal çevremizde bulunan başka kişilere de ihtiyacımız olduğunu düşünüyorum. Mağdurun, gerektiğinde sorununu yani ırkçılık deneyimlerini derinden anlayan ve öz düzenlemenin yeniden oluşturulmasına katkı sağlayacak bir terapistte de ihtiyacı vardır. Mağdurların ırkçılığa maruz kalan diğer kişilerden destek ve dayanışma görmesi de iyileşmelerine katkıda bulunabilir.

Bu nasıl sağlanabilir?

İrkçilikta mesele sadece komşuma veya okul arkadaşına karşı nazik olup olmadığım değildir. İrkçılık tarihi bir sorundur. Bu sebeple bununla doğrudan bir ilgileri olmasa da beyazlar otomatik olarak ırkçılığa dâhil olurlar. İrkçılık aidiyetle, katılım fırsatlarıyla, ekonomik ayrıcalıklarla ilgili. İrkçılığın ne olduğuna ilişkin bilgilendirme eğitim sistemimizde daha güçlü ve daha açık bir şekilde ele alınmalı ve bu çocukluk çağında başlamalı. Biz sadece bireysel olarak ırkçılık ve şiddet deneyimlerine maruz kalan kişileri değil, toplumu da tedavi etmeliyiz.

Mağdurların birçoğu ırkçılık deneyimleri sebebiyle travma yaşamış veya hâlen yaşamaktalar. Ancak görünüşe göre bunun terapide bir yeri yok. İrkçılığı ele almadan travmaların tedavi edilmesi sizce mümkün mü?

Hayır, ırkçılık mutlaka ele alınmalı ve bir mesele hâline getirilmeli. Diğer şiddet eylemlerine

ilişkin olarak danışanlarımla küçük psikolojik eğitimler gerçekleştiriyorum, yani danışanlarıma, kendilerini güçlendirme amacı ile başlarına ne geldiğini, neden böyle hissettiklerini, travmanın ne olduğunu, psikosomatik hastalıkların nasıl oluştuğunu, terapinin nasıl şekillendiğini açıklıyorum. İrkçılık mağduru hastalar bana geldiğinde,

bu konuda gerekli bilgiye sahip olmalarını bekleyemem. Bu sebeple terapistler hastalara ırkçılığın ne olduğunu anlatabilmeliler. Ama maalesef ırkçılıkla ilgili bu arka plan bilgisi birçok terapistte eksik.

Diğer bir sorun da travma tedavisinin kendisi. Bu anlamda yeniden bir travmaya sebep olmamak için, travmaya duyarlı ve mümkün olduğunca travmayı tetikleyici olmadan çalışmak çok önemli. Yaşananların üzerinde çok küçük adımlarla çalışılmalı ve kişinin öz düzenleme gücü artırılmalı.

İrkçılık mağdurlarına en iyi nasıl yardım edilebilir?

Bu konuda en önemli şey kişinin öz düzenleme mekanizmasının güçlendirilmesi. Özellikle ırkçılık son bulmadığı, yani yaşanan şiddet gerçek anlamda ortadan kaldırılamadığı için mağdurlar hoşgörü çerçevesinde (İng. window of tolerance) hareket etmeyi, yani sakinleşmeyi ve yeni güç depolamayı öğrenmeliler. Bu anlamda medi-

tasyon, yoga, farkındalık alıştırmaları, öz bakım, sağlıklı beslenme gibi olumlu ritüeller öz düzenlemeyi güçlendirebilir. Bunun yanında biyografi çalışmaları da, hasta ile beraber hangi kaynakların mevcut olduğunu, onlara neyin yardımcı olduğunu ve kimlerin onları güçlendirdiğini/onlara güç verdiğini görmeye yardımcı olabilir. Ayrıca mağdurlara, diğer mağdurlarla birlikte ırkçılığın olmadığı alanlar oluşturmaları ve birbirlerini karşılıklı desteklemeleri için fırsat verilmesinin de çok önemli olduğunu düşünüyorum.

Sadece bireysel olarak ırkçılık ve şiddet deneyimlerine maruz kalan kişiler değil, bu ırkçılık ve şiddet davranışını uygulayan toplum da tedavi edilmelidir.

Libya'nın Güneyinde İktidar Mücadelesi



*@AlessandraBajec Kahire merkezli serbest gazeteci. 2010-2011 yılları arasında Filistin'de yaşadı. Metinleri rt.com, CounterPunch ve Avrupa Gazetecilik Merkezi dergisinde yayımlandı.

adelesi



© TonelloPhotography/shutterstock.com

Kaddafi sonrası ortaya çıkan siyasi istikrarsızlık ortamında karşıt gruplar arasındaki iktidar mücadelesi dinmek bilmiyor. General Halife Hafter komutasında ülkenin güneyinde gerçekleştirilen askeri operasyonlar, bu yıl seçimleri gerçekleştirmek üzere BM destekli bir ulusal konferans düzenlenmesi çabalarını da tehdit ediyor.

Alessandra Bajec*

Ocak ayının ortasından bu yana Libya'nın güneyi, Doğu Libya merkezli ordu komutanı Halife Hafter tarafından komuta edilen sözde Libya Ulusal Ordusu'nun (İng. "Libya National Army" LNA) "teröristleri ve yabancı isyancıları temizleme operasyonu" olarak duyurduğu askerî saldırılara sahne oluyor. Şubat ayının başlarında Libya Ulusal Ordu kuvvetleri tarafından yapılan ülkenin en büyük ve en önemli petrol sahası olan Şerare'nin tamamıyla kontrol altına alındığı açıklaması, ordunun petrol tesislerini ele geçirme amaçlı ülkenin güneyindeki ilerleyişinin ilk kazanımı oldu. Petrol sahası, Libya Ulusal Petrol Şirketi (NOC) tarafından geçtiğimiz aralık ayında tesisin güvenliğinden sorumlu yerel kabilelerin Trablus yönetiminden maaşlarına zam yapmasını talep ederek sahayı ele geçirmeleri üzerine kapatılmıştı.

El Şerare resmî olarak Trablus yönetimine aitti. Ancak Trablus hükûmeti, sahayı güvenlik altına alması için kendi komutanını göndermeye çalışmış olmasına rağmen bölgenin kontrolünü ele geçiremedi.

“Doğu yönetimi tarafından Güney Sudan’a getirilen tartışmalı uçuşa kapalı bölge uygulaması bölgedeki insani durumu olumsuz etkiliyor.”

Muhalefetten herhangi bir direnişle karşılaşmayan Libya Ulusal Ordusu ise, ana petrol sahasını tüm tesisleriyle birlikte kontrolü altına aldı.

Atlantik Konseyi Orta Doğu Refik Hariri Merkezi’nde kıdemli üye olan Kerim Mazran LNA’nın güneydeki ilerleyişi hakkında, “Bu, Hafter’in batıya doğru yavaş hareket etme stratejisinin bir parçası. Dışarıdan aldığı destekle, askeri hareketlerle ve kabilelere rüşvet dağıtarak teröristlerle çatışma bahanesiyle askerlerini güneye yolladı” değerlendirmesinde bulundu. Libya Ulusal Mutabakat Hükûmeti (“İng. Government of National Accord”, GNA) Başkanı Fayez es-Serrac ise, Hafter’in operasyonlarını ‘güç elde etme çabası’ olarak nitelendirerek eleştirdi.

Güney’de İktidar Savaşları

Libya’nın Başkanlık Konseyi, güneydeki askeri silahlanmayı sert dille eleştirerek konuyla ilgili yaptığı açıklamada: “Güney, Libya’nın istikrarı için çok önemli, bu nedenle siyasi güç oyunlarının arka bahçesi haline getirilmemeli.” dedi.

Libya’da, yıllarca iktidarı elinde tutan diktatör Muammer Kaddafi’nin devrildiği 2011 yılından beri siyasi karışıklık ve çatışmalar yaşanıyor. Ülke, birbirine rakip yönetimler ve toprak hakimiyeti için yarışan silahlı gruplar arasında bölünmüş durumda. Trablus’taki BM destekli hükûmet ile Hafter’in ülkenin doğusundaki Tobruk kentinde bulunan kuvvetlerinin desteklediği rakip yönetim arasındaki bu güç mücadelesi, Cezayir, Nijer, Çad ve Sudan sınırındaki güney çölünü Çadlı isyancılar da dahil olmak üzere silahlı grupların barınağı hâline getirdi.

Kaddafi yönetimi sırasında tamamen ihmal edilen, sahil kentleri ve petrol tesislerinin kontrolü için birbirleriyle savaşan sonraki rakip hükûmetlerin ise büyük ölçüde görmezden geldiği Libya’nın güneyi, Libya Ulusal Ordusu’nun ilerleyişiyle bir darbe daha aldı. Bölgede yaşayan Tebu kabilesi, Tuareg ve diğer

Sahra kabileleri 2011 isyanı sonrası pek çok haklarını kaybetmişti. Tebu kabilesi, Hafter’in ilerleyişiyle kendilerinin dışlandığını ve adaletsiz muamelelere tabi tutulduklarını ileri sürüyor.

Çatışmalardan Sivil Halkı Etkileniyor

Ayrıca, Libya Ulusal Ordusu’nun ilerleyişinin ağır bir bedeli oldu. Doğu yönetimi tarafından Güney Sudan’a getirilen tartışmalı uçuşa kapalı bölge uygulamasının bölgedeki insani durumu üzerinde de oldukça yıkıcı etkileri oldu. Askerî operasyonların başlamasından bu yana Murzuk kentinde geniş ölçüde yakıt, yiyecek, tıbbi malzeme, bebek maması ve diyabet hastaları için insülin sıkıntısı olduğu bildirildi. Kent yetkilileri Libya Ulusal Mutabakat Hükûmetine ve uluslararası topluma seslenerek güneye acil yardım gönderilmesi talebinde bulundu. Ne var ki Birleşmiş Milletler 2014’ten bu yana operasyonlarını yalnızca Libya kıyı şeridinde sınırlandırmış durumda.

Hafter’in askerlerinin taarruzları sonucu verilen sivil kayıplar göz ardı edilemez. Murzuk sakinleri geçtiğimiz ay Hafter’in silahlı gruplarının sivillere yönelik saldırı ve bombalamalarını kınayan bir gösteri düzenledi. Daha önce yaptığı açıklamada Birleşmiş Milletler Libya Destek Misyonu (UNSMIL) da bu konuya değinerek, güneydeki askeri operasyonlarda ekonomik tesislerin hedef alınmaması, ne koşulda olursa olsun sivillere zarar verilmemesi ve uluslararası insancıl hukuk esaslarına kesin bir şekilde uyulması gerektiğinin altını çizmişti. Destek Misyonu ayrıca, askeri operasyonlara yalnızca terör ve organize suçlarla mücadele kapsamında başvurulması çağrısında bulunmuştu.

Libya ve jeopolitika uzmanı Jalel Harchaoui twitter hesabından Güney’deki gelişmeler hakkında yaptığı değerlendirmede Hafter’in Fizan’daki askeri operasyonunun “Libya çatışmasıyla alakalı siyasi diyalogu alt üst ettiğini” belirterek, doğulu komutanın Trablus’taki konumunu güçlendirmek için “bu askeri

imkânları" kullanmaya hazır yorumunda bulundu.

Hafter Nüfuz Alanını Genişletiyor

Güney petrol sahasını da ele geçirmesi, kuzeydeki "Petrol Hilali Bölgesi" de dahil olmak üzere büyük petrol sahalarının kontrolünü halihazırda elinde bulunduran Hafter'i daha güçlü bir konuma getirecektir. Sputnik'e konuşan Libya uzmanı, "İmaj ve siyasi açıdan başarılı bir askerî operasyon Hafter'in gücünü ulusal düzeyde daha da artıracaktır," dedi.

Atlantik Konseyi uzman araştırmacısı Kerim Mazran ise, "mutabakat lideri" ya da "köprü kurucu" olmayan Hafter'in siyasi ağırlık kazanmasına dair endişelerini dile getiriyor. Doğu hükûmetine Fransa, Rusya ve Birleşik Arap Emirlikleri gibi yabancı güçlerden fiili destek verildiğine işaret eden araştırmacı, Libyalı iki ana tarafın çatışmalara son verecek bir anlaşmaya varmadıkları takdirde, Hafter'in başarısının güneyden kuzeye doğru ilerleyeceği konusunda uyarıda bulunuyor.

Fizan Libya Organizasyonuna göre bu askerî operasyonla, doğu hükûmeti adına Halife Hafter güneyin %60'dan fazlasını kontrol ediyor ve devam etmekte olan operasyonlarla güney bölgelerindeki hakimiyetini genişleteceği benziyor.

Yerel Halktan Destek

Ülkenin en kanunsuz bölgelerinden biri olan Güney Libya'nın karmaşık yapısına rağmen, Libya Ulusal Ordusu bölgede dikkatli bir şekilde ilerliyor, parçalanmış yerel dokuya yavaşça sızıyor; kabilelerle barışçıl müzakereler gerçekleştiriyor ve Güneydoğu'daki önde gelen aşiretlerin çoğuyla anlaşmalar yapıyor. Şimdilik, Hafter'in askerî ilerleyişini durdurabilecek Batı Libya önderliğindeki bir muhalefet ya da herhangi bir güç yok gibi görünüyor.

Öte yandan yerel halk ve bölgede faaliyet gösteren kuruluşlar, Hafter'in kontrolü ele geçirmesinin,

Fizan bölgesindeki üç ana kabile ve diğer Libyalılar tarafından büyük ölçüde desteklendiği belirtiliyor; zira operasyonlarla Kaddafi rejiminin çöküşünden bu yana her yere yayılan insan, yakıt ve uyuşturucu trafiğinin mevcut olduğu bölgede asayiş bir nebze de olsa yeniden tesis edilmiş görünüyor.

Libya konusunda siyaset uzmanı olan Mohamed Eljarh twitter hesabından yaptığı bir değerlendirmede şöyle diyor: "Bu, Libya Ulusal Ordusu'nun planlarını uygulamada izlediği stratejinin ana özelliğidir: Güvenliği artırarak çoğunluğun güvenliğini kazanmak ve farklı sektörlerin faaliyet gösterebilecekleri bir ortam sağlanmasına yardımcı olmak."

Ancak, Kuzey Afrika uzmanı Mezran'ın da işaret ettiği gibi Libya Ulusal Ordusu'na verilen destek, Hafter'i savunmaktan ziyade, mevcut durumun (statükonun) değişmesini desteklemekle alakalı.

Mezran, "Pek çok insan milisler, çeteler ve asayiş yokluğundan öyle muzdarip durumda ki düzen ve asayiş getirecek her şeyi kabul etmeye hazırlar", yorumunu yapıyor.

Her ne kadar Hafter'in ilerleyişi kuzeyden ya da batıdan herhangi bir engelle karşılaşmamış olsa da batıya, Trablus'a ilerlemekle tehdit eden Hafter'e karşı güçlerden misilleme ya da karşı hamle yapılması ihtimali mevcut. Yabancı yönetimlerden itiraz ya da engelleme gelmediği takdirde Hafter'in kazanması muhtemel. Fakat Petrol gelirlerine el koymak amacıyla yaptığı sonraki hamlelere Serrac yönetiminden gelebilecek güçlü bir tepki Libya savaşının uzamasına yol açacaktır.

Güneyde gerçekleşecek yeni çatışmaların, BM'nin uzun süredir hazırladığı ulusal bir konferans düzenleme planlarını alt üst etme ihtimali var. Ancak bu yılki seçimleri düzenlemesi beklenen konferansın yapılacağı tarih ve mekân ise henüz belirlenmemiş. BM ise hâlen katılımcılar ve geniş gündem konusunda mutabakat sağlamaya çalışıyor.

"Ele geçirdiği bölgelerde güvenliği artırarak çoğunluğun güvenliğini kazanmak Libya Ulusal Ordusu'nun izlediği stratejinin ana özelliğidir."



Islam und Psychologie: Beiträge zu aktuellen Konzepten in Theorie und Praxis. (Türkçe: İslam ve Psikoloji: Teori ve Pratikteki Güncel Kavramlarla Dair Makaleler)

2018 yılında yayınlanan bu eser, 1970'lerden sonra tartışmaya başlanan "İslam psikolojisi" hakkında yazılmış önemli makalelere ve araştırmalara bir genel bakış sunuyor. Eser ayrıca, son 40 yıl içerisindeki tartışmaların gelişimini de özet olarak okuyucunun ilgisine sunarken, aynı zamanda tartışmaların gelecekteki yol haritası hakkında yorumlarda bulunuyor.

Paul M. Kaplick, İbrahim Rüschoff
Waxmann
Dili: Almanca

Psikolojinin Üçüncü Boyutu Nefs Psikolojisi ve Rüyaların Dili

2014 yılının ilk çeyreğinde yayınlanan "Psikolojinin Üçüncü Boyutu Nefs Psikolojisi ve Rüyaların Dili" adlı kitap, nefis ve nefis psikolojisinin yanı sıra, "âlem-i misal" yani rüya âlemi hakkında da bilgi veriyor. Nefis anlamak için önce Sigmund Freud ve Carl Gustav Jung gibi araştırmacılara değinen eser, okurlarına insanı anlatırken bilinç, bilinçdışı ve üst bilinçdışı kavramlarına da değiniyor.

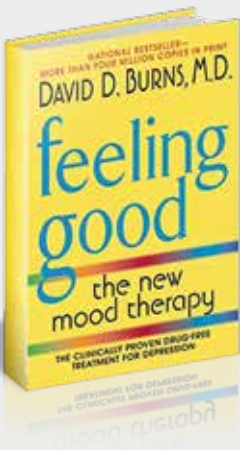
Dr. Mustafa Merter
Kaknüs Yayınları
Dili: Türkçe



Feeling Good: The New Mood Therapy (Türkçe: İyi Hissetmek: Yeni Duygudurum Terapisi)

İlk kez 1980 yılında Amerikalı Profesör David Burns tarafından yayınlanan ve bilişsel davranışçı terapi uygulamalarını içeren bu kitap, okurlar için bir self-help kitabı olarak tasarlanmış. Yazar korku, suçluluk hissi, kötümserlik ve düşük özgüven sorunlarının ilaç tedavisi olmadan da iyileştirilebileceğini savunuyor. Yazar kitabında insan ruhunu yükseltecek ve pozitif düşünmesini sağlayacak, bilimsel olarak ispatlanmış teknikler sunuyor.

Dr. David Burns
Williem Morrow and Company
Dili: İngilizce



**PERSPEKTİF'i
SOSYAL MEDYADA
TAKİP EDEBİLİRSİNİZ**

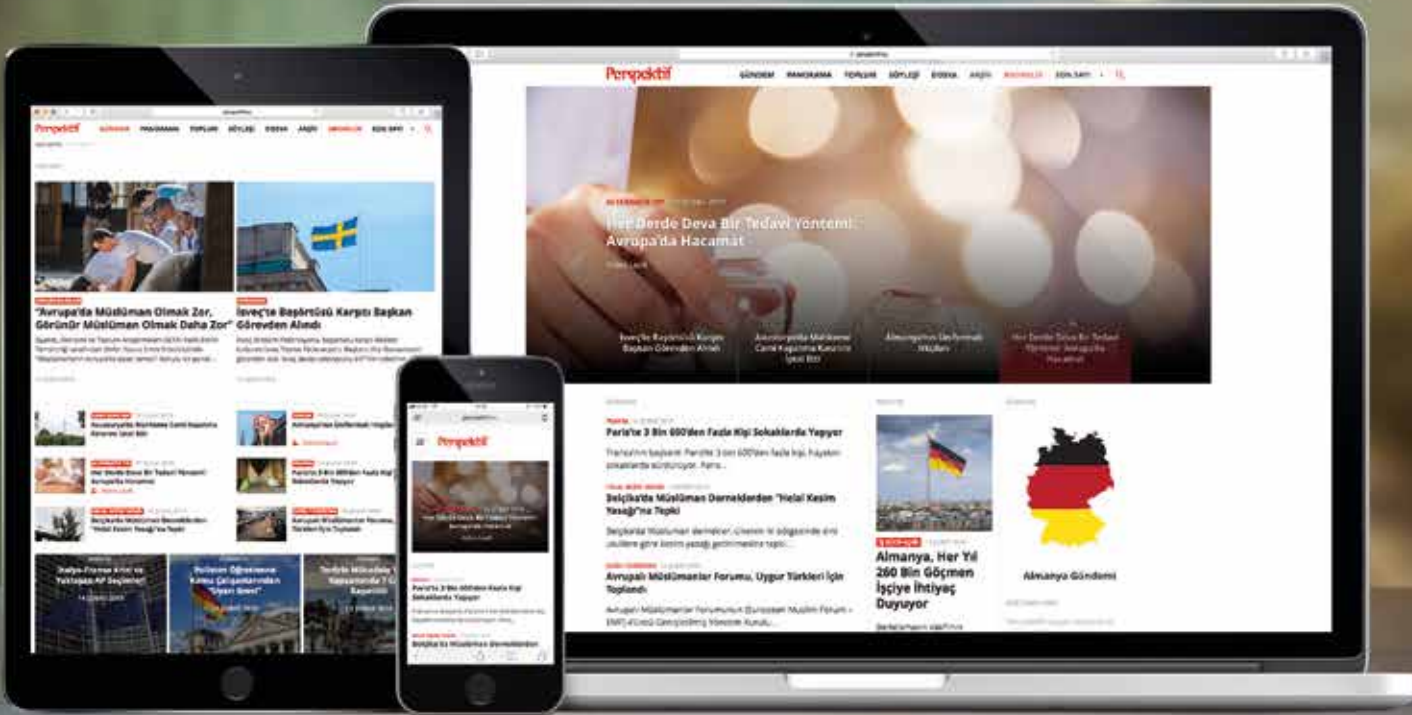

perspektifeu

Yeni tasarımı ile Avrupa ve Müslümanların gündemini

perspektif.eu



üzerinden takip edin.





HASENE International e. V.
T +49 221 942240-441 | F +49 221 942240-401
www.hasene.org | sukuyusu@hasene.org | f t i haseneorg

Havale için banka bilgileri:
Hesap Sahibi: HASENE International e. V.
Banka: Kreissparkasse Köln
IBAN: DE29 3705 0299 0149 2900 69 | BIC: COKSDE33XXX
Amaç: Adresiniz, 0000013



KİSMİ YARDIM

500 €

4.000 DKK | 5.000 NOK | 5.000 SEK
600 CHF | 850 AUD | 750 CAD | 500 £

SU KUYUSU PROJESİ

*Su hayattır,
hayat kurtarır...*



Not: Su kuyusu projesine 500 € ve üzerinde destek olanlar kuyuya isim verebilirler.



SU KUYUSU PROJESİ