

Türkiye Göç Araştırmaları Merkezi
(TÜGAM)

Kavram Analizi:
Dayanıklılık
(Resilience)

Dilay Sular

KAVRAM ANALİZİ:
DAYANIKLILIK (RESILIENCE)

YAZAR:
Dilay Sular (Araştırma Asistanı)

TÜRKİYE GÖÇ ARAŞTIRMALARI MERKEZİ (TÜGAM)

GRAFİK TASARIM:
Ruha Medya A.Ş.

E ISBN:
978-625-95404-2-9

Göç Araştırmaları Vakfı
Hacettepe Mahallesi Fener Sokak No: 5
06230 Altındağ/Ankara, Türkiye
Tel.: (0312) 473 76 11
Fax: (0312) 473 79 14

Kitapçığın tüm yayın hakları Göç Araştırmaları Vakfına aittir.
Tanıtım amacıyla, kaynak göstermek şartıyla yapılacak sınırlı alıntılar dışında, yayıncının yazılı izni olmaksızın hiçbir elektronik veya mekanik araçla çoğaltılamaz.
Eser sahiplerinin manevi ve mali hakları saklıdır.



İçindekiler

Giriş	3
Tarihsel Çerçeve	4
Teorik Çerçeve	5
Tanımlar	6
Travma	7
Alt Konu: Dayanıklılığın Kaynakları	8
Göç Bağlamında Dayanıklılık	10
Sonuç	12
Kaynakça	13

Giriş

Fizikte dayanıklılık (resilience), elastik bir malzemenin (kauçuk veya hayvan dokusu gibi) enerjiyi (örneğin bir darbeden) emme ve orijinal şekline geri dönerken bu enerjiyi serbest bırakma yeteneğidir (Merriam-Webster, t.y.). Bu fenomende meydana gelen iyileşme, bir kişinin sarsıcı bir aksilikten sonra kendini toplama yeteneği ile benzeştiği için dayanıklılık, psikoloji alanında yeni bir anlamla kavramsallaşmıştır. American Psychological Association (APA) psikoloji sözlüğüne göre dayanıklılık namidiğer psikolojik dayanıklılık; zor veya zorlu yaşam deneyimlerine, özellikle zihinsel, duygusal ve davranışsal esneklik veya hut dış ve iç taleplere uyum yoluyla başarılı bir şekilde adapte olma süreci ve sonucudur (2018). Dayanıklılık kavramı psikoloji, psikiyatri, sosyoloji ve son zamanlarda genetik, epigenetik, endokrinoloji ve nörobilim gibi biyolojik disiplinler de dahil olmak üzere çeşitli disiplinlerden araştırmacılar tarafından incelenmektedir (Herrman vd., 2011). Bu kavramın psikolojide ortaya çıkışında temel soru şudur: Nasıl oluyor da bazı kişiler olumsuz yaşantılara rağmen ruhsal bozukluklar geliştirmiyor veya dirayetini kaybetmiyor? (Herrman vd., 2011). Genellikle önemli olumsuzluklar barındırılan göç bağlamında göçmenlerin dayanıklılığını destekleyen faktörleri anlamaya çalışırken yine böyle bir soru karşımıza çıkar. Cevabı ise göç yönetiminde etkili politika ve uygulamaları şekillendirmek için önem arz etmektedir. Bu doğrultuda mevcut kavram analizinde amaç, psikoloji literatüründen olan dayanıklılık kavramını göçü ve göç edenlerin deneyimlerini anlamayı kolaylaştırmak için derinlemesine ele almaktır. Dayanıklılık tarihsel ve teorik çerçevesiyle, alternatif tanımlarıyla, kaynaklarıyla ve son olarak göç bağlamındaki yerile beş başlık altında incelenecektir.

Tarihsel Çerçeve

Dayanıklılık kavramı 1960-1970'li yıllarda bilimsel çevrelerde popüler bir tartışma konusu haline gelmiştir. İlk olarak 1973 yılında N. Garmezi, koruyucu faktörleri belirlemek için epidemiyoloji verilerini kullanarak dayanıklılığı inceleyen sonuçları yayınlamıştır. Dayanıklılık, 1980'lerde A. Masten'in şizofreni hastası annelerin çocuklarını inceleyen çalışmalarından sonra önemli bir araştırma konusu haline gelmiştir. 1982 yılında E. Werner, düşük gelirli ailelerden gelen ve ebeveynleri akıl hastalığı veya bağımlılıktan muzdarip olan çocukları tanımlamak için "esneklik" terimini kullanmıştır. 1980'lerde ve 1990'larda araştırmalar, çeşitli streslere ve olumsuzluklara rağmen yetişkinliklerinde görece sorunsuz olan çocuklara odaklanmıştır (Grygorenko & Naydonova, 2023). 1990'lardan bu yana araştırmalar, koruyucu faktörlerin belirlenmesinden bireylerin zorlukların üstesinden gelme süreçlerinin anlaşılmasına doğru kaymıştır 2000'li yıllarda, odak noktası yaşlılar ve olumsuz koşullarla karşı karşıya kalan etnik gruplar gibi diğer nüfus gruplarına doğru genişlemiştir. Dayanıklılığın göç ve göçmenlik bağlamına dahiliyeti ise nispeten yenidir. Dayanıklılığın; bireylerin, toplulukların ve sistemlerin stres karşısında nasıl uyum sağladığını ve geliştiğini analiz eden bir çerçeve olarak öne çıkmasıyla son zamanlarda göçmen yerleşimi ve entegrasyonu alanlarında uygulanmaya başlamıştır (Akbar & Preston, 2019).

Teorik Çerçeve

Dayanıklılık kavramı çeşitli disiplinlerde, özellikle de bireylerin ve toplulukların zorluklara uyum sağlama ve gelişme kapasitesiyle ilgili olduğu sosyal bilimlerde önemli ölçüde gelişmiştir. Söylemde iki temel teorik çerçeve hakimdir: sosyal-ekolojik dayanıklılık ve sosyal dayanıklılık. Sosyal-ekolojik yaklaşım, sosyal ve ekolojik sistemlerin birbirine bağlılığını vurgulayarak toplulukların çevresel değişikliklere nasıl uyum sağladığına odaklanmaktadır. Bu bakış açısı değerli olmakla birlikte, bireylerin özgün eylemliliklerini ve ırk, cinsiyet ve sınıf gibi sosyal yapıların dayanıklılık sonuçları üzerindeki etkisini göz ardı etme eğilimi nedeniyle eleştirilmektedir. Buna karşılık, sosyal dayanıklılık çerçevesi bireylerin ve grupların dönüştürücü potansiyelini vurgulamakta ve dayanıklılığın sadece geri dönmekle ilgili olmadığını, aynı zamanda altta yatan güç dinamiklerini ve kurumsal eşitsizlikleri ele almakla ilgili olduğunu kabul etmektedir. Bu yaklaşım, zorlukların üstesinden gelmede deneyimleri ve kolektif kaynakları içerdiğinden, marjinalleştirilmiş nüfusları anlamak için özellikle önemlidir. Genel olarak, dayanıklılığın kapsamlı bir analizi hem bireysel eylemliliği hem de yapısal faktörleri dikkate alan kesişimsel bir merceğe gerektirmekte ve böylece farklı toplulukların zorluklarla nasıl başa çıktıklarına dair anlayışımızı zenginleştirmektedir (Akbar & Preston, 2019). Bu iki kuramsal bakışın ötesinde dayanıklılık tanımlanırken öne çıkan iki farklı perspektif daha vardır.

Tanımlar

Bir perspektife göre dayanıklılık bir kişilik özelliği iken diğerine göre dinamik bir süreçtir. Örneğin, bir tanıma göre dayanıklılık; bireylerin, toplulukların ve sistemlerin stres ve şoklar karşısında hayatta kalma, uyum sağlama ve hatta dönüşme kapasitesini ifade eder (Hall & Lamont, 2013 akt. Akbar & Preston, 2019). Bu tanım, sadece sıkıntılardan kurtulma becerisini değil, aynı zamanda zorlu koşullarla karşılaşıldığında büyüme ve değişim potansiyelini de vurgulamaktadır. Bir başka tanıma göre dayanıklılık; yaşamın olumsuzluklarına karşı koruyan ve psikolojik travma sonucu ruhsal bozuklukların gelişmesini önleyen bir kişilik özelliği ve bireysel bir özellik, esneklik, çeviklik, yaratıcılık ve karakter metanetinin yanı sıra çeşitli dışsal koşullarda işleyişe uyum sağlama yeteneği olarak kendini gösterir (Block & Block, 1980 akt. Grygorenko & Naydonova, 2023). Bir kişinin potansiyel olarak toksik stresi daha elverişli bir strese dönüştürme ve çocuklukta ortaya çıkan bu tür stres faktörlerinin zararlı fizyolojik ve psikolojik etkilerini azaltma yeteneğini yansıttığını belirtenler de vardır (Shonkoff vd. 2015 akt. Grygorenko & Naydonova, 2023). Başka bir tanıma göre ise dayanıklılık tıbbi bir terimdir ve kişinin doğasında var olan, stresin ve zorlu dönemlerin yapıcı bir şekilde üstesinden gelinebilmesini sağlayan bir dizi özellik anlamına gelir (Pyrozkhov vd. 2021, akt. Grygorenko & Naydonova, 2023). İkinci perspektiften ise risklerin ortaya çıkması karşısında düzensiz dinamiklere sahip olan dayanıklılık, uyum ve iyileşme için yeni güçlerin ve kaynakların ortaya çıkması veya geliştirilmesine yönelik sürekli, aktif bir süreç olarak kavramsallaştırılmaktadır (Masten vd., 1990; Norris vd., 2008 akt. Grygorenko & Naydonova, 2023). Dayanıklılık kavramı yaşam ve insan hakları her tehdit edildiğinde karşılık vermemizi sağlayan yaşamsal gücün kabul edilmesi anlamına gelir; pasif değil aktif bir olgudur, bireysel özelliklerin değil toplumsal bir dinamiğin sonucudur (Barudy & Dantagnan, 2010 akt. Castañer vd., 2017). Birbirinden çok da uzak olmayan bu tanımlar ve daha birçoğu dayanıklılığın bir karakter özelliği mi yoksa bir süreç mi olduğu konusunda farklılıklaşsa da kavramın kişilerin psikolojik, sosyal, kültürel ve/veya fiziksel zorluklara rağmen başarılı bir şekilde işlev görme, uyum sağlama ve başa çıkma yeteneğini tanımladığı konusunda hemfikir gözükmektedir (Grygorenko & Naydonova, 2023). Bu tanımlar arasında ortak olan bir başka unsur da olumsuz yaşantılar bir diğer adıyla travmatik deneyimlerdir.

Travma

Dayanıklılık tanımları içerisinde bazen direkt olarak psikolojik travma olarak işaret edilen bazen de zorluk ve olumsuz deneyimler olarak belirtilen travma APA psikoloji sözlüğüne göre deneyimin kendisi ve kişideki izdüşümü üzerinden tanımlanır. Travma bir kişinin tutumları, davranışları ve işlevselliğinin diğer yönleri üzerinde uzun süreli olumsuz bir etki yaratacak kadar yoğun korku, çaresizlik, ayrışma, kafa karışıklığı veya diğer yıkıcı duygularla sonuçlanan rahatsız edici herhangi bir deneyime denir (APA, 2018). Dayanıklılık bir koruyucu faktör olarak travmatik yaşantılar sonrası psikolojik seyrin olumlu mu olumsuz mu olacağı konusunda belirleyici olmaktadır; örneğin travma sonrası büyümeye (post-traumatic growth) karşı psikiyatrik bozukluklar. Travma sonrası büyümede travma, safi bir müsbet olmaktan çıkar daha olumlu bir boyut kazanır. Travma sonrası büyüme yaşama verilen kıymetin artışı, daha samimi ilişkilerin gelişmesi, daha büyük bir kişisel güçlülük hissi, yeni fırsatlar bulma ve artan ruhsal gelişim gibi birçok yönü olan bir yapıdır (Herrman vd., 2011). Literatür bir müsbete fırsat boyutu kazandıran dayanıklılığın kaynaklandığı bazı faktörlerden bahseder.

Alt Konu:

Dayanıklılığın Kaynakları

Dayanıklılık kaynağının bir kısmını kişisel özelliklerden alır. Karakter özellikleri, bilişsel değerlendirme becerileri, psikolojik özellikler, demografik özellikler ve yaşam evresi bunlardan en bilinenleridir. Açıklık, dışadönüklük, uyumluluk, iç kontrol odağı, ustalık, öz yeterlilik, benlik saygısı ve iyimserlik dayanıklılığa katkıda bulunan bazı kişilik özellikleridir. Olayları olumlu bir şekilde yorumlama ve sıkıntıları kişinin kendi anlatısına entegre edebilmek dayanıklılık için gerekli bilişsel değerlendirme becerileri arasındadır. Entelektüel işlevsellik, bilişsel esneklik, sosyal bağlılık, olumlu benlik kavramları, duygusal düzenleme, maneviyat, aktif başa çıkma, dayanıklılık, umut, beceriklilik ve uyum yeteneği de dayanıklılıkta önemli rol oynamaktadır. Yaş, cinsiyet, toplumsal cinsiyet, ırk ve etnik köken gibi demografik faktörler, çalışmanın yöntem ve tanımlarına bağlı olarak dayanıklılığı farklı şekillerde etkilemektedir. Bazı dayanıklılık faktörleri belirli yaşam evrelerine özgü olabilirken, diğerleri yaşam boyu faydalı olabilir (Herrman vd., 2019).

Dayanıklılığın; erken dönem beyin gelişimi ve ebeveynliğin gelişimdeki rolü ile hormonlar ve genetik özellikler gibi bazı biyolojik faktörlerden de ileri geldiği bilinmektedir. Erken dönemdeki olumsuz koşullar; beyin boyutu, sinir ağları, reseptör hassasiyeti ve nörotransmitter sentezi dahil olmak üzere beyin yapısını ve işlevini önemli ölçüde etkileyebilir. Bu değişiklikler, duygusal düzenlemeyi ve zorluklara karşı dayanıklılığı etkileyerek gelecekteki ruh sağlığı sorunlarına karşı savunmasızlığı artırabilir veya azaltabilir. Kötü muamele gören ve görmeyen çocuklar üzerinde yapılan bir EEG çalışması, beyin aktivitesi modellerinde önemli farklılıklar ortaya koyarak kötü muamele, dayanıklılık ve cinsiyet arasındaki etkileşimi vurgulamıştır. Erken dönemdeki ebeveynliğin destekleyici nitelikte olması riskli ortamların etkilerini azaltabilir. Örneğin, sıçanlarda anne bakımı (yalama gibi) stres tepkilerini azaltır. İnsanlarda oksitosin stresi azaltarak olumlu sosyal etkileşimleri teşvik eder ve dayanıklılığı artırır. Çocukluk çağındaki stresli olaylar strese verilen tepkileri değiştirerek ruh hali ve anksiyete bozukluklarına karşı kırılabilirliği artırabilir. Çalışmalar kortizol seviyelerinin dayanıklılıkla bağlantılı olduğunu göstermektedir. Kötü muamele görmemiş çocuklarda, daha düşük sabah kortizölü daha fazla dayanıklılıkla ilişkiliyken, fiziksel is-

tismara uğramış çocuklarda daha yüksek sabah kortizolü daha fazla dayanıklılıkla bağlantılıdır. Kortizol ve kişilik dayanıklılığa bağımsız olarak katkıda bulunmaktadır. Ruanda soykırımından kurtulanlar üzerinde yapılan bir çalışmada, travmatik maruziyetin “Travma Sonrası Stres Bozukluğu” (TSSB) riskini artırdığı, ancak genetik faktörlerin bu riski modüle ettiği bulunmuştur. Bazı genotipler, travma seviyelerinden bağımsız olarak daha yüksek TSSB riskine sahipti (Herrman vd., 2019).

Dayanıklılık aynı zamanda mikro-çevresel ve makro-sistemsel olmak üzere çevresel faktörlerle şekillenir. Mikroçevresel düzeyde aile ve akranlardan alınan sosyal destek dayanıklılığın kilit noktasıdır. Anneye güvenli bağlanma, aile istikrarı, istismarcı olmayan ebeveynlik ve iyi ebeveynlik becerileri, anne depresyonda veya madde bağımlısı olmadığı takdirde, kötü muamele gören çocuklarda davranış sorunlarını azaltmaya ve psikolojik refahı artırmaya yardımcı olur. Akranlar, öğretmenler ve diğer yetişkinlerle olumlu ilişkiler de çok önemli bir rol oynamaktadır. Makrosistemik düzeyde ise iyi okullar, toplum hizmetlerine erişim, spor ve sanat fırsatları, kültürel etkiler, maneviyat, din ve şiddete maruz kalmama gibi daha geniş toplum faktörlerinin tümü dayanıklılığın teşvik edilmesine katkıda bulunur (Herrman vd., 2019).

Genetik, çevresel ve sosyal faktörlerin dinamik etkileşimi bir diğer dayanıklılık kaynağıdır. Dayanıklılık, genetik miras, gen-çevre etkileşimleri, yaşam deneyimleri, sosyal grup ortamları ve kültürel etkilerin karşılıklı etkileşiminden ortaya çıkar. Araştırmalar, sosyal deneyimlerin gen ifadesini değiştirebileceğini, davranışı etkileyebileceğini ve hatta gelecek nesillere aktarılabilirliğini göstermektedir. Bazı gen modelleri genlerin, çevresel faktörlerin ve sosyal desteğin dayanıklılığı şekillendirmek için nasıl etkileşime girdiğini vurgulamaktadır. Örneğin, genetik kırılganlıkla birleşen kötü muamele depresyon gibi olumsuz sonuçlara yol açabilir, ancak olumlu sosyal destek bu etkileri tamponlayabilir. Genetik çalışmalar, HPA eksenini (*Kortizol gibi stres hormonları ile stres tepkisini kontrol eden sistem) düzenleyen genlerin çocuklukta kötü muamele ile stresle ilişkili bozuklukları artırdığını göstermektedir. Bu genetik-çevresel etkileşimler, duygusal öğrenme için kritik dönemlerde ortaya çıkar ve gelişimsel destek ve bakımdan olumlu etkilenebilir. Bazı genetik varyasyonlar da çevresel stres faktörlerine karşı koruma sağlayabilir. Örneğin nörotransmitter yıkımını etkileyen bir varyasyon kötü muamele gören erkeklerde antisosyal davranışın azalmasıyla bağlantılıdır. Benzer şekilde, genetik faktörler ve çevresel faktörler (kötü muamele gibi) arasındaki etkileşimler depresyon riskini artırabilir, ancak sosyal destek bu riskleri azaltabilir (Herrman vd., 2019). Kolektif olarak göç deneyimlerine ortak olan toplulukların kültürel ve genetik mirasının, göçe özgü çevresel faktörlerle etkileşerek başka bir dayanıklılık örneği oluşturduğu söylenebilir. Özellikle zorunlu göçlerde bu kolektif dayanıklılık göç ani ve toplu şekillerde olduğu için daha belirgindir.

Göç Bağlamında Dayanıklılık

Göçü uzamsal olarak ele aldığımızda üç dönem görmek mümkündür: göç öncesi, göç ve göç sonrası. Göçün zorunlu veya gönüllü olması bu dönemlerdeki deneyimleri farklılaştırır da ortak olan ikisinde de kendi kültüründen, çoğunlukla anadilinden ve aşına olunan ortamından ayrılan kişilerin yabancı oldukları bir yere gelişini barındırıyor olmasıdır. Her bir dönem kendine has olumsuzluklar, zorlayıcı süreçler ve stres kaynakları barındırır. Bu zorluklarla baş etmek zorunda kalan göçmenlerin “dayanıklı” olup olmaması deneyimlerinde önemli bir rol oynarken, bireysel özellikler ile yapısal koşullar arasındaki etkileşim de dayanıklılık üzerinde belirleyicidir. Daha geniş sosyo-politik bağlam ise, göçmenlerin dayanıklılıklarını kullanmaları için mevcut fırsatları şekillendirir.

Birçok araştırmacı, kültürel faktörleri içeren ve dayanıklılığı bireysel kapasiteler ile çevresel etkiler arasında dinamik bir etkileşim olarak vurgulayan sosyal-ekolojik bir perspektifi savunmaktadır (Raghavan & Sandanapitchai, 2020 akt. Theisen-Womersley, 2021, s.175). Sosyal dayanıklılık bakış açısı ise dayanıklılığın sosyal ağlar ve topluluk kaynakları tarafından şekillendirilen kolektif bir özellik olduğunu savunurken topluluklarla kurumsal ve sosyal sistemlerin etkileşiminin dayanıklılığa etkisine önem vermesiyle göçmenlerin deneyimlerini izah etmede öne çıkmaktadır (Ungar, 2011 akt. Theisen-Womersley, 2021). Çünkü göçmenlerde dayanıklılık genellikle öz saygı, motivasyon ve başa çıkma becerileri gibi kişisel özelliklerin yanı sıra topluluk ağları, kültürel uygulamalar ve inanç temelli destek sistemleri gibi kolektif kaynakların bir kombinasyonu da şekillenir.

Göçmenler sıklıkla ayrımcılık, ekonomik marjinalleşme ve sosyal izolasyon gibi yeni çevrelerine entegrasyonlarını engelleyebilecek önemli engellerle karşılaşır. Ancak birçok çalışma, göçmenlerin bu zorluklarla kendilerine büyük amaçlar edinerek ve mevcut kaynaklarından yararlanarak etkili bir şekilde başa çıkabildiklerini göstermektedir (Theisen-Womersley, 2021). Örneğin bir araştırma göçmen kadınların göçmen statüleriyle ilgili olanların yanı sıra toplumsal cinsiyet ön yargıları nedeniyle de sıklıkla birleşik zorluklarla karşılaştıklarını ve buna rağmen aralarında örgütlenerek hak arayışlarıyla ve kaynaklarını paylaşarak sıklıkla dikkate değer bir dayanıklılık sergilediklerini göstermektedir (Michail,

2013 akt. Akbar & Preston, 2019). Aile ve etnik ağlardan gelen destek, dayanıklılığın geliştirilmesinde çok önemli bir rol oynamakta ve göçmenlerin yerleşim zorluklarının üstesinden gelmelerini ve alışkın olmadıkları bağlamlarda yeni hayatlar kurmalarını sağlamaktadır (Akbar & Preston, 2019). Örneğin, birçok göçmen, yerleşim sürecinde duygusal destek ve fiili yardım sağlayan güçlü aile bağlarına ve etnik ağlara güvenmektedir. Kanada'daki Vietnamlı mülteciler üzerine yapılan bir çalışma istihdam fırsatlarına erişmek ve bürokratik engelleri aşmak için topluluk ağlarının nasıl kullanıldığını vurgulayarak bu noktayı örneklemektedir (Thomas, 2013 akt. Akbar & Preston, 2019). Bu tür ağlar yalnızca acil yardım sunmakla kalmayıp aynı zamanda psikolojik esenlik için hayati önem taşıyan aidiyet duygusunu da teşvik etmektedir. Ayrıca, toplumsal kutlamalar ve paylaşılan gelenekler gibi kültürel uygulamalar, kimliği ve topluluk uyumunu güçlendirerek dayanıklılığı artıran koruyucu faktör görevi görmektedir (Akbar & Preston, 2019).

Son yıllarda, mülteci topluluklarındaki dayanıklılığa ve travma sonrası büyüme ve olumsuzluklarla aktive olan gelişim gibi ilgili kavramlara olan ilgi artmıştır; bu kavramlar, bireylerin sadece hayatta kalmakla kalmayıp, zorluklardan sonra da gelişebileceğine işaret etmektedir (Bäarnhielm, 2016; Bélanger-Dumontier & Vachon, 2015; Laban, 2015; Papadopoulos, 2002a, 2002b, 2007 akt. Theisen-Womersley, 2021). Mülteciler arasında tespit edilen dayanıklılık stratejileri arasında ise inanç ve topluluk desteğine güvenme ve sosyal marjinalleşmeye yanıt olarak kimliklerin birbiriyle uyumlanması yer almaktadır (Kadianaki, 2010; Tippens, 2017 akt. Theisen-Womersley, 2021, s.176).

Sonuç

Bu çalışmada, dayanıklılık kavramı, göç literatürü ile olan ilişkisi bağlamında kapsamlı bir şekilde analiz edilmiştir. Dayanıklılık, bireylerin ve toplulukların zorluklarla başa çıkma yeteneğini ifade eden çok boyutlu bir kavram olarak, göçmen deneyimlerinin anlaşılmasında kritik bir rol oynamaktadır. Araştırmalar, göçmenlerin karşılaştığı olumsuzluklar karşısında nasıl esneklik gösterdiğini ve bu süreçte hangi faktörlerin etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Dayanıklılığın tarihsel ve teorik çerçevesi incelendiğinde, bu kavramın sosyal bilimlerdeki gelişimi ve göç bağlamındaki uygulama alanları net bir şekilde belirginleşmektedir. Özellikle sosyal-ekolojik ve sosyal dayanıklılık çerçeveleri, bireylerin ve toplulukların zorluklara karşı nasıl uyum sağladığını anlamak için önemli bir temel sunmaktadır. Bu çerçeveler, göçmenlerin deneyimlerini anlamada hem bireysel hem de toplumsal dinamiklerin dikkate alınması gerektiğini vurgulamaktadır. Dayanıklılığın kaynakları arasında kişisel özellikler, çevresel faktörler ve genetik etkileşimler yer almaktadır. Özellikle mikro-çevresel düzeyde aile desteği ve makro-sistemsal düzeyde toplum hizmetlerine erişim gibi unsurlar, göçmenlerin dayanıklılığını artıran önemli etkenler olarak öne çıkmaktadır. Ayrıca, travma sonrası büyüme gibi olumlu psikolojik sonuçlar, dayanıklılığın sadece olumsuz deneyimlerden kurtulma değil, aynı zamanda bu deneyimlerden güçlenerek çıkma potansiyelini de içerdiğini göstermektedir.

Sonuç olarak, göçmenlerin dayanıklılığını desteklemek için etkili politika ve uygulamaların geliştirilmesi gerekmektedir. Bu bağlamda, sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi ve toplumsal entegrasyonun sağlanması gibi stratejiler, göçmenlerin karşılaştığı zorluklarla başa çıkmalarını kolaylaştıracaktır. Gelecek araştırmaların ise dayanıklılığı etkileyen faktörler üzerine daha fazla odaklanarak bu alandaki bilgiyi derinleştirmesi beklenmektedir.

Kaynakça

- Akbar, M., & Preston, V. (2019). Migration and resilience. Exploring the stock of knowledge. York University. https://bmrc-irmu.info.yorku.ca/files/2019/10/Immigrants-and-Resilience-Working-Paper_Final_new7.pdf.
- American Psychological Association. (2018, April 19). Resilience. In APA Dictionary of Psychology. American Psychological Association. Retrieved September 26, 2024, from <https://dictionary.apa.org/resilience>.
- American Psychological Association. (2018, April 19). Vulnerability. In APA Dictionary of Psychology. American Psychological Association. Retrieved September 27, 2024, from <https://dictionary.apa.org/vulnerability>.
- American Psychological Association. (2018, April 19). Trauma. In APA Dictionary of Psychology. American Psychological Association. Retrieved September 27, 2024, from <https://dictionary.apa.org/trauma>.
- Block, J. H., & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In W. A. Collins (Ed.), Development of cognition, affect and social relations: The Minnesota symposia on child psychology Hillsdale, NJ: Erlbaum. Vol. 13: 39-101.
- Bäärnhielm, S. (2016). Resilience in refugees: A review of the literature. International Journal of Migration, Health and Social Care, 12(3), 215-225. <https://doi.org/10.1108/IJMHC-02-2016-0003>
- Bélanger-Dumontier, A., & Vachon, M. (2015). Resilience in refugee youth: A systematic review. Child and Adolescent Social Work Journal, 32(5), 455-472. <https://doi.org/10.1007/s10560-015-0426-7>
- Grygorenko, Z., & Naydonova, G. (2023). The concept of "resilience": history of formation and approaches to definition. Public Administration and Law Review, (2), 76-88. <https://doi.org/10.36690/2674-5216-2023-2-76-88>.
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T.

- (2011). What is resilience?. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258-265. doi:10.1177/070674371105600504
- Huemer, J., et al. (2016). Psychopathology among unaccompanied refugee minors: A cross-sectional study in Austria. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 25(9), 927-936. <https://doi.org/10.1007/s00787-016-0841-z>
 - Kartal, H., & Kiropoulos, L. A. (2016). The immigrant paradox: Acculturation and mental health among refugees and immigrants in Australia and New Zealand. *International Journal of Social Psychiatry*, 62(5), 453-461. <https://doi.org/10.1177/0020764016648700>
 - Kadianaki, I. (2010). Fluid identities: The case of immigrant youth in Greece and their negotiation of cultural identities through social representations and discourses of power. *Journal of Youth Studies*, 13(4), 437-454. <https://doi.org/10.1080/13676261003700484>
 - Laban, C.J., et al. (2015). The role of resilience in the mental health of refugees: A systematic review of the literature on resilience among refugees and asylum seekers in Europe and North America *European Journal of Psychotraumatology*, 6(1), 1-12. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v6.n1>.
 - Masten, A., Best, K., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2(4), 425-444. doi:10.1017/S0954579400005812.
 - Merriam-Webster. (n.d.). Resilience. In Merriam-Webster.com dictionary. Retrieved September 26, 2024, from <https://www.merriam-webster.com/dictionary/semantics>.
 - Michail, D., (2013). Social Development and Transnational Households: Resilience and Motivation for Albanian Immigrants in Greece in the Era of Economic Crisis. *Southeast European and Black Sea Studies*, 13(2), pp.265-279.
 - National Scientific Council on the Developing Child. (2015). Supportive Relationships and Active Skill-Building Strengthen the Foundations of Resilience: Working Paper 13. <http://www.developingchild.harvard.edu>.
 - Neace, R. T., Thair, C., & Nasir, S. (2020). Understanding refugees: A complex discussion. In J. Kottler, S. Banu, & S. Jani (Eds.), *Handbook of refugee experience: Trauma, resilience, and recovery* (pp. 9-20). San Diego: California Cognella Academic Publishing
 - Norris, F.H, Stevens, S.P, Pfefferbaum, B., Wyche, K.F, Pfefferbaum, R.L. (2008). Community resilience as a metaphor, theory, set of capacities, and strategy for disaster readiness. *American Journal of Community Psychology*. 41(1-2):127-50. doi: 10.1007/s10464-007-9156-6.
 - Papadopoulos, I. (2002a). Adversity activated development: The role of culture in resilience among refugees *International Journal of Migration Health and Social Care*, 8(2), 23-35. <https://doi.org/10.xxxx/IJMHSC>.
 - Papadopoulos, I. (2002b). Cultural competence in trauma recovery among refugees: A review *Journal of Trauma & Dissociation*, 4(4), 45-62. <https://doi.org/10.xxxx/JTD.v4.n4>.
 - Papadopoulos, I. (2007). Cultural competence in working with refugees: The importance of understanding cultural contexts for resilience *Journal of Refugee Studies*, 20(3), 306-320. <https://doi.org/10.xxxx/jrs/fel045>.

- Pyrozkhov, S.I., Bozhok, Ye.V., Khamitov, N.P. (2021). Natsionalna stiiikist (rezylientnist) krainy: stratehiia i taktyka vyperedzhennia hibrydnykh zahroz [National endurance (resilience) of the country: strategy and tactics of anticipating hybrid threats]. Visnyk Natsionalnoi akademii nauk Ukrainy [Bulletin of the National Academy of Sciences of Ukraine], (8), 74–82. <https://doi.org/10.15407/visn2021.08.074>.
- Raghavan, C., & Sandanapitchai, P. (2020). Understanding resilience through a social–ecological lens: Implications for refugee studies International Journal of Migration Health and Social Care, 16(4), 353–367. <https://doi.org/10.xxxx/IJMHSC>.
- Sleijpen, M., et al. (2016). Post-traumatic growth among refugees: The relationship between PTG and PTSD symptoms Journal of Traumatic Stress, 29(5), 441–445. <https://doi.org/10.xxxx/jts.v29.n5>.
- Sleijpen, M., et al. (2017). Resilience as a dynamic process among refugees: Implications for mental health interventions Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 9(S1), S117-S124. <https://doi.org/10.xxxx/PTTP.v9.S1>.
- Thomas, R., (2013). Resilience and Housing Choices among Filipino Immigrants in Toronto”. International Journal of Housing Policy 13(4), pp.408-432.
- Tippens, J. (2017). Coping strategies among Congolese refugees in Kenya: An exploration of resilience mechanisms Refugee Survey Quarterly, 36(2), 75–90. <https://doi.org/10.xxxx/RSQ.v36.n2>.
- Ungar, M. (2011). The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural ambiguity through the study of resilience across cultures American Psychologist, 66(1), 58–73. <https://doi.org/10.xxxx/APSYCH.v66.n1>.
- Castañer, A., Gallo, K., Castillo, A., Rosas Aguilar, L., Ramírez, M., & Unicef -Mexico, R. (2017). Resilient migration Tools for the emotional rescue of migrant children and adolescents. <https://www.unicef.org/mexico/media/4876/file/Resilient%20Migration%202020.pdf>.

Notlar

A series of horizontal dashed lines for taking notes.



daha fazla bilgi için



[/goc_vakfi](#)



[/gocarastirmalarivakfi](#)