

## YILMAZLIK KAVRAMI THE WORD OF RESİLIENCY

Kübra TARİH

e-mail: [tarihkubra@gmail.com](mailto:tarihkubra@gmail.com)

Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Türkiye

### ÖZET

Bu makale, son 20 yıldır oldukça gündemde olan ‘yılmazlık’ kavramı hakkında yazılmıştır. Makale içerisinde şu ana kadar yılmazlık konusunda yazılan başyapıtlardan alıntılar, çeşitli çalışmalar hakkında bilgiler, genel olarak yılmazlığın ne demek olduğu, yılmazlığı oluşturan öğeler, yılmaz bireylerin özellikleri, yılmazlığı kolaylaştıran faktörler ile yılmazlık hakkındaki yaklaşım ve modeller, göçmenlerde yılmazlık, Türkiye’de yoğun olarak bulunan Suriyeli göçmenlerde yılmazlık, yılmazlık için müdahale çalışmaları ve yılmazlık çalışmalarında geçmişten günümüze gelen dört dalga konuları ele alınmıştır.

**Keywords:** Yılmazlık, yılmazlık modelleri, göç, Suriyeli göçmenler ve yılmazlık, yılmaz bireyler

**JEL KODU: I31**

### ABSTRACT

This article was written about resilience which is on the agenda for last 20 years. In this article; the topics of quotation of masterpieces about resilience until now, information about different studies, generally the meaning of resilience, factors composing of resilience, characteristics of resilient people, factors that make easy resilience and models-perspectives about resilience, resilience for refugees, resilience for Syrian refugees who located intensely in Turkey, intervention studies for resilience and four waves subjects for resilience studies from past to now were written.

**Anahtar Kelimeler:** Resilience, models of resilience, migration, Syrian refugees and resilience, resilient people

**JEL CODE: I31**

## GİRİŞ

İnsanlar deprem, taciz, tecavüz, sevilen birinin kaybı, şiddetli yoksulluk gibi ruhsal sağlık açısından tehlikeli durumlara maruz kalabilirler. Bu kişilerin bir kısmı yaşananlar neticesinde ciddi sıkıntılar yaşayıp psikopatoloji konusunda risk altında olabilir. Özellikle bu ve benzeri gibi riskli durumlar altındaki çocukların ileriki yıllarda davranış bozukluklarına sahip olma ihtimali yüksektir (Henderson & Milstein, 1996). Ancak sosyal bilimlerde özellikle 1990’lı yıllarda risk altında olduğu halde ileriki yıllarda hiçbir bozukluk göstermeyen kişiler de keşfedilmiştir. Denilebilir ki bu kişiler hayatlarında yaşadıkları olumsuzlukları aşarak daha güçlü bir hale gelmiştir (Henderson & Milstein, 1996). Bu kişiler için İngilizcede ‘resilient’, bu özellik için de ‘resilience’ kelimesi kullanılırken Türkçede bu kişiler için ‘yılmaz’, bu özellik için de ‘yılmazlık’ kavramı önerilmiştir (Öğülmüş, 2001).

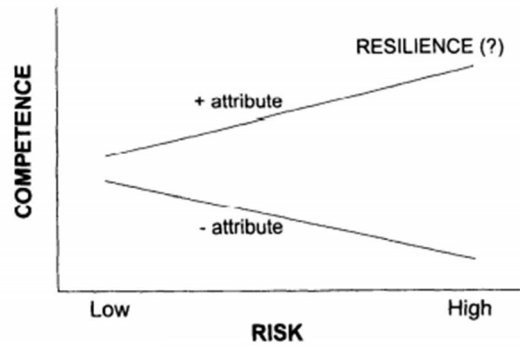
Aslında yılmazlık için alanyazında ‘psikolojik sağlamlılık, psikolojik dayanıklılık, kendini toparlama gücü, psikolojik güçlendirme’ olarak farklı ifadeler de kullanılmaktadır. Yılmazlığın araştırmacılar tarafından yapılmış farklı tanımları bulunup bu tanımlar şu şekilde sıralanabilir: Bireyin gelişimini olumsuz etkileyecek ciddi tehditlere karşın olumlu sonuçlar görülmesi (Masten, 2001), güçlüklerin hüküm sürdüğü bir bağlamda olumlu uyumu içeren dinamik bir süreç (Luthar, Cicchetti & Becker, 2000), bir zorlukla karşılaştığında bu durumdan

eskisine göre daha güçlü çıkmak (Walsh, 2006; Akt., Işık, 2016). Tanımlar farklılaşsa bile araştırmacıların yılmazlık için 3 ortak noktaya işaret ettiği görülür: Risk varlığı, koruyucu faktörler, olumlu uyum gösterme (Işık, 2016). Risk varlığı, yukarıdaki paragrafta bahsedildiği üzere kişilerin hayatlarına olumsuz olarak etki edebilecek doğal afet, maddi sıkıntılar, savaş gibi durumlardır (Richardson, Neiger, Jensen ve Kumpfer, 1990). Koruyucu faktörler, kişilerin olumsuz durumlardan en az etkilenmesi için çevresinde yararlandığı kaynaklardır. Alanyazına bakıldığında koruyucu faktörler dört başlıkta toplanabilir: özel bir hobi ve ilgiye sahip olmak, hayatında yol gösterebilecek bir rehberle sahip olmak, aile desteğine sahip olmak ve hayatlarında dönüm noktalarına sahip olmak (Christiansen, Christiansen & Howard, 1997).

Bu kaynaklar arasında olumlu sosyal ilişki kurma, bir rehberle sahip olma, dini hayata bağlı olup dini ritüeller yapma gibi etmenler yer almaktadır. Olumlu uyum gösterme ise kişilerin tüm riskli durumlara karşın koruyucu faktörleri kullanarak psikolojik olarak sağlam kalmasıdır.

Araştırmacılar yılmazlık özelliğinin genetik bir alt yapısı olabileceğini kabul ederler ancak onların daha çok benimsediği görüş bu özelliğin sonradan öğrenilebileceğidir. Bu nedenle yaşı ne olursa olsun bireyler kendi yaşantıları sonucu yılmazlık özelliğini öğrenebilir ve kazanabilirler (Öğülmüş, 2001). Özellikle bireylerin içinde buldukları ortam onları destekleyici bir hale büründürülürse bireyler ait olma ve işlevsellik duygularını pekiştirirler ki bunlar da başarılı ve yılmaz bir birey olmanın püf noktalarıdır (Krovetz, 1999). Kirby ve Fraser'e (1997) göre yılmazlık, zamana ve değişen koşullara göre uyum sağlayan bir özelliktir. Çünkü bu özellik hem genetik hem de çevresel koşullardan etkilenir ve yaşa göre bireylerin gösterdiği yılmazlık derecesi değişebilir.

Bireylerin 'yılmaz' olarak adlandırılması için onların ciddi bazı risklere maruz kalmasına karşın bunlardan oluşan negatif durumlardan olabildiğince az etkilenmeleri gerekir (Tiet & Huizinga, 2002). Diğer bir ifade ile maruz kalınan risk faktörleri dikkat edilmesi gereken önemli bir noktadır. Yüksek riske karşın uyum seviyesi yüksek bireyler 'yılmaz' olarak adlandırılır (Kumpfer, 1999). Şekil 1'de bu durumun şematize edilmiş hali gösterilmektedir.



Şekil 1. Risk ve Yetkinlik (Kumpfer, 1999, s. 155).

Şekil 1 dikkatli olarak incelenirse düşük risk grubunda bulunan bireyler için yılmazlık tabirinin kullanılmadığı görülür. Diğer bir ifadeyle bir bireyin yılmaz olabilmesi için yüksek riskli faktörlere maruz kalması gerekmektedir. Ancak yılmazlığın tüm şartları bununla da sınırlı değildir. Zira yüksek riske uyum sağlayamayan, koruyucu faktörlerden yeterince yararlanmayan bireyler de yılmaz değildir, yılmazlık için tüm olumsuzluklara karşın kişinin başa çıkma stratejileri geliştirip koruyucu faktörleri iyi kullanması gerekmektedir.

Yılmazlık çalışmaları genelde üç grup birey üzerinde yürütülmüştür. Yılmazlığın kapsadığı ilk grup ekonomik dezavantaj, göç etme gibi yüksek risk altında yaşamasına karşın psikolojik açıdan sağlam kalabilmiş bireylerdir. İkinci grup bireyler boşanma, sevilen birinin ölümü gibi birtakım stresli olaylar yaşayan ve sonrasında iyi uyum sağlayanlardır. Üçüncü grupsa taciz gibi travmatik olayları atlatan bireylerdir (Masten, 1994; Akt., Özcan, 2005). Buradan da anlaşılacağı gibi yılmazlık söz konusu olduğunda araştırmaların odakları risk faktörlerine maruz kalan bireyler olmaktadır.

### **Yılmazlığı Oluşturan Ögeler**

Yılmazlık, çalışılmaya başladığı zamandan bu yana araştırmacıların dikkatini artarak çekmeye devam eden bir konudur. Bu nedenle yılmazlığın ne olduğu, yılmaz bireylerin özellikleri, bu konuda geliştirilen modeller gibi birçok konu alanyazında yerini almıştır ve almaya da devam etmektedir. Özellikle yılmazlığın nasıl oluştuğu konusunda araştırma yapan bilim insanlarından bazıları birtakım modeller geliştirmiştir. Bu araştırmacıardan biri de Kumpfer'dir.

Kumpfer (1995) yaptığı boylamsal çalışmalardan hareketle bir yılmazlık modeli geliştirmiş ve yılmazlığın altı ögeden oluştuğunu ifade etmiştir. Bu ögeler; zorluklar, dışsal koruyucu faktörler, kişi ve çevre etkileşiminden doğan koruyucu faktörler, içsel faktörler, yılmazlık süreci ve olumlu sonuçlardır (Akt., Yavuz & Kutlu, 2016).

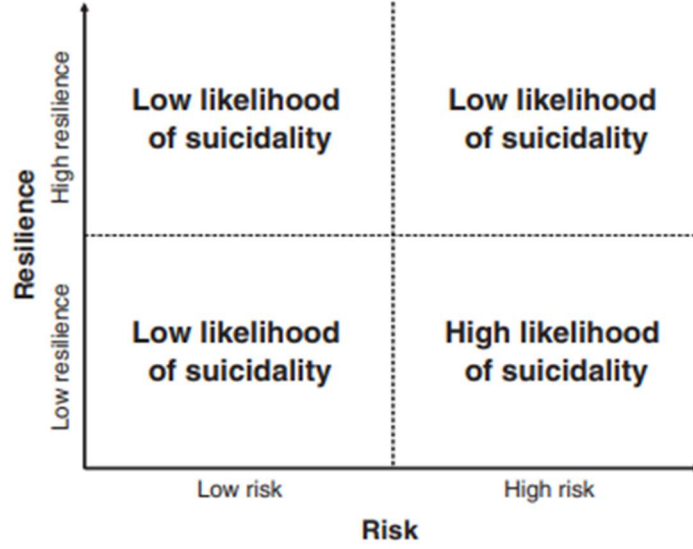
Kumpfer'in (1995) yılmazlığı oluşturan ögeleri açıklamak için geliştirdiği model daha ayrıntılı incelenirse kişilerin yılmazlık özelliğini kazanmak için birtakım olumsuz faktörlere maruz kalması en önemli öge olarak görülür. Eğer kişi içsel, çevresel ve bu ikisinin etkileşiminden oluşan koruyucu faktörlerden yeterince yararlanmayı bilirse yılmazlık özelliğini kazanmaya başlayacaktır. Birey yılmaz olmaya başladığı andan itibaren de yaşadıklarından olumlu sonuçlar çıkararak bunu hayatına yansıtacak ve kendini geliştirecektir.

Araştırmacılar sıklıkla yılmazlığı oluşturan ögelere vurgu yapmışken yılmaz bireylerin özellikleri de oldukça merak edilen bir konu haline gelmiştir. Bu nedenle farklı kişiler yılmaz bireylerin özelliklerinin ne olduğu konusunda çeşitli nicel ve nitel çalışmalar yaparak bunları saptamaya, kategorik hale getirmeye çalışmıştır. Bir sonraki başlıkta çeşitli araştırmacıların bu özellikleri saptamak için yaptığı çalışmalardan söz edilecektir.

### **Yılmaz Bireylerin Özellikleri**

Yılmazlık özelliği gösteren bireyler; genelde suçlu veya kötü alışkanlığa sahip akranlarla ilişki kurmaktan kaçınır, genelde normal-yüksek zekâ düzeyine sahiptir, suç işlemekten uzak dururlar ve genel olarak inançlı kişilerdir (Öğülmüş, 2001; Demir, 2017). Henderson ve Milstein'in (1996) makalesinde yılmaz bireylerle yapılan inceleme sonucunda onların olaylar karşısında hemen pes etmedikleri, direndikleri ve olumsuz koşullardan bir şeyler öğrenerek eskisinden daha da güçlü bir yapıya kavuştukları belirtilmiştir. Kumpfer (1999) yaptığı çalışmada yılmaz bireylerin kişilik özelliklerini incelemiş ve bu özelliğe sahip olan bireylerin geleceğe daha umutla baktıklarını ve orta derecede mutlu bireyler olduklarını bulmuştur. Kyriacou (2000) yazdığı makalesinde yılmaz bireylerin sorun çözmek için çeşitli kaynaklardan yararlandığından bahsetmiş ve bu kaynakları 'kişisel' ve 'sosyal' kaynaklar olarak tanımlamıştır. Kişisel kaynaklar arasında sorun çözme stratejilerini kullanma, kişiler arası ilişkilerden faydalanma gibi ögeler yer alırken sosyal kaynaklar arasındaysa resmi ve resmi olmayan ağlar bulunmaktadır. Masten (2001) tarafından yazılan makalede yılmazlığın özel faktörler sonucunda oluşmadığı; normal bir insanın sahip olduğu bedensel, zihinsel, toplumsal özellikler sonucunda oluştuğu belirtilmektedir.

Suç işleme ihtimali ve yılmazlık özelliklerinin karşılaştırıldığı Johnson ve arkadaşları (2011) tarafından geliştirilen şema Şekil 2’de sunulmuştur.



Şekil 2. Risk ve Yılmazlık (Johnson ve arkadaşları, 2011, s. 3)

Şekil 2 incelenirse Johnson ve arkadaşları (2011) asıl yılmaz bireylerin yüksek riske karşı suç işlemeye daha az meyilli olan kişiler olduğunu belirtir. Bu nedenle eğer kişiler yüksek risk altındaysa bile suç işlemeye meyillilerse yılmaz olarak adlandırılmaz.

Alanyazında farklı araştırmalar yapıldığında yılmaz bireylerin dört önemli özellik gösterdiği belirtilir (Krovetz, 1999). Bu özellikler şu şekildedir: Sosyal yetkinlik (başkalarıyla olumlu iletişim kurabilme), sorun çözme becerisi (olaylara işe yarayan çözümler bulabilme), özerklik (çevreden bağımsız bir birey olabilme), amaçlara sahip olma ve gelecek duygusu (belirli hedeflere sahip olma ve onlara ulaşabileceği konusunda umut besleme yeteneği). Yılmaz bireylerin özelliklerini araştıran Christiansen, Christiansen & Howard (1997) da yılmaz bireylerin özelliklerini dört kategoriye ayırmıştır:

- 1) Yılmaz bireylerin sorun çözme becerileri yüksektir, bu da onların öz güven ve öz yeterlilik duygularını pekiştirir.
- 2) Yılmaz bireyler genelde iyi bir mizaca sahiptir, çevreyle uyumu kolay olur. Ayrıca yılmaz bireylerin mizah anlayışı oldukça gelişmiştir.
- 3) Yılmaz bireyler yaşadıkları olumsuzlukları doğrudan kabul edip bunun üzerinde çalışabilmektedir.
- 4) Yılmaz bireylerin kendi hayatlarını kontrol edebileceklerine dair bir inançları vardır.

Yukarıda bahsedilen alanyazın bilgilerinden yola çıkılırsa yılmazlığın son derece popüler bir konu olduğu ve geçmişten bu yana bireylerin bu konuda pek çok araştırma yaptığı, farklı araştırmacıların da yılmazlığın farklı yönlerine vurgular yaparak alanyazını zenginleştirdiği sonucuna varılır. Yılmaz bireylerin özellikleri yukarıda belirtildiği gibi sıralanmışken bu özellikleri kazanmak için çeşitli kolaylaştırıcı faktörler de merak edilmiş ve bu konuda araştırmalar yapılmıştır. Bir sonraki başlıkta yılmazlığı kolaylaştıran faktörler daha ayrıntılı olarak anlatılacaktır.

### **Yılmazlığı Kolaylaştıran Faktörler**

Yılmazlığı kolaylaştıran birtakım içsel ve çevresel etmenler söz konusudur (Henderson & Milstein, 1996). Üstelik yılmazlığı bireysel ve çevresel öğelerin etkileşimi olarak gören Ungar (2004) bu duruma ‘yılmazlığın ekolojik yönü’ demiştir. Bunun dışında Ungar (2008) yılmazlığı bireysel faktörlerin ilişkisel, toplumsal ve kültürel faktörlerle etkileşimi olarak görmüştür. Bu bağlamda yılmazlığı kolaylaştıran bireysel özellikler şu şekilde sıralanabilir:

- 1) Kendilerine bir amaç belirlerler ve başkalarına hizmet etmekten keyif alırlar.
- 2) Doğru karar verme, girişken olma, problem çözebilme gibi özelliklere sahiptirler.
- 3) Sosyal bir kişilikleri vardır ve sosyallikten hoşlanırlar.
- 4) Mizah duygusuna sahiptirler.
- 5) İçsel denetim odağına sahiptirler. Diğer bir deyişle olayların büyük bir kısmını rastlantısal ve dış faktörlere yüklemek yerine kendilerine atfederler.
- 6) Özerktirler, bağımsız olabilirler.
- 7) Geleceğe olumlu ve umutla bakarlar.
- 8) Esnekler, olaylara ve şartlara göre değişiklik gösterebilirler.
- 9) Kolayca öğrenebilir ve öğrendiklerini başkalarına aktarabilirler.
- 10) Güdülenmeleri oldukça yüksektir ve çoğunlukla içsel güdülenmeye sahip olurlar.
- 11) Belirledikleri bir konuda yetkinliğe kavuşmayı hedeflerler.
- 12) Kendilerine değer verirler ve öz güvenleri yüksektir.

Yılmazlığı kolaylaştıran ve onun sürdürülmesini sağlayan çevresel faktörlerse (yılmaz bireylerin etrafındaki kişilerin sahip olduğu özellikler) şu şekilde sıralanabilir:

- 1) Kişilerle bağ kurulmasını, sosyalliği tavsiye ederler.
- 2) Eğitime önem verirler.
- 3) Samimidirler ve sert eleştiriden uzak dururlar.
- 4) Sınırları belirlerler ve bu kurallara uyulmasını isterler ancak kişiyi sınırlar içinde serbest bırakırlar.
- 5) Yardımseverliği öğütlerler ve başkasına hizmet etmeye önem verirler, sorumluluk bilinci oluştururlar.
- 6) Barınma, sağlık, eğitim gibi hususlarda gerekli kaynaklara ulaşma konusunda destekçi olurlar.
- 7) Başarı için ulaşılabilir ancak çok kolay olmayan hedefler belirlerler.
- 8) Her daim amaç sahibi olmayı ve onlara ulaşım yetkinleşmeyi tavsiye ederler.
- 9) İnsanlarla iş birliğine ve olumlu sosyal değerlerin gelişmesine değer verirler.
- 10) Bireyleri yaptıkları işler konusunda tebrik ederler.
- 11) Liderlik ve girişimciliği desteklerler.

Kısacası yılmazlığı etkileyecek birtakım faktörler bulunmaktadır. Bu faktörlerden yukarıda sayılan maddeler gibi koruyucu olanları yılmazlığı artırıcı etki gösterirken risk faktörleri de azaltıcı etki göstermektedir (Benzies & Mychasiuk, 2009).

Yukarıda anlatıldığı gibi yılmazlığın ne olduğu, yılmaz bireylerin özellikleri, bu özellikleri kazanmak için koruyucu faktörlerin ne olduğu konusu sıklıkla araştırılmıştır. Bu konunun derinliği anlaşılınca da yılmazlık hakkında birçok araştırmacının kuram ve modelleri ortaya çıkmıştır. Bir sonraki başlıkta bu model ve yaklaşımlar ayrıntılı olarak anlatılacaktır.

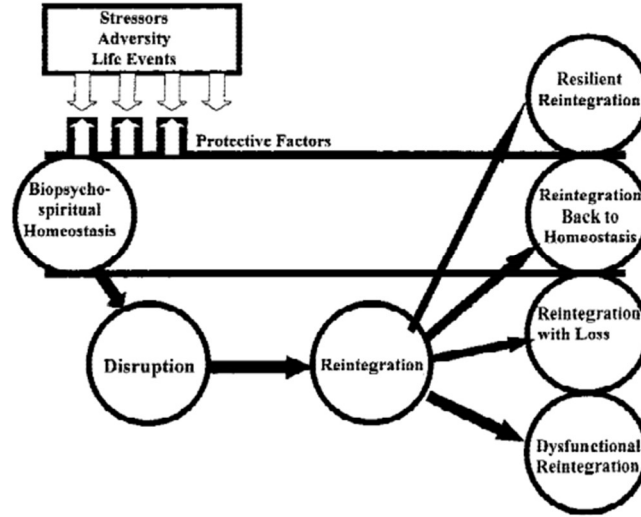
### **Yılmazlık Hakkında Geliştirilen Model ve Yaklaşımlar**

Yılmazlık hakkında ortaya atılan farklı görüş ve modeller bulunmaktadır. Bu modellerin her biri yılmaz bireylerin ayrı bir yönüne odaklanarak konuyu açıklamaya çalışmıştır. Bu bölümde modeller hakkında özet bilgiler verilecektir.

İlk olarak Kobasa'nın (1979) Arabuluculuk Modeline göre psikolojik sağlamlılık/dayanıklılık zor olaylara karşı bazı fırsatları olumlu olarak değerlendirip ruhsal dengeyi korumayı kolaylaştırır. Dirençli bireyler sorunlardan kaçmak yerine destek alarak onları çözmeye çalışırlar. Böylelikle olumsuz gibi görünen bu olaylar aslında bu bireylerin lehine dönüşür. Sağlam, dirençli, yılmaz bireyler yaşanan olayları kontrol edebileceğine dair bir algıya sahip olup olumsuz olayları kendini geliştirmek için bir fırsat olarak görür (Kobasa, 1979).

Yılmazlığa dair ortaya atılan bir diğer kuram Benson'un (1989) geliştirdiği Özellikler Kazandırma Kuramıdır (Akt., Gürkan, 2006). Bu kurama göre toplum, gençlere işlevsel özellikler kazandırmaya çalışmalıdır. Bu kurama göre bazı kişiler doğuştan daha çok özellik getirebilir fakat toplumun desteğiyle gençler sonradan birçok özellik kazanabilir. Bu özelliklerin kazanımı da onların riskli davranışlarda bulunma eğilimini azaltacaktır ve sorunlara etkili çözümler bulunmasını kolaylaştıracaktır (Gürkan, 2006).

Yılmazlıkla ilgili başka bir kuram Richardson ve arkadaşları (1990) tarafından geliştirilmiştir. Yılmazlık ve Yılmazın Meta Kuramı olarak açıklanan bu yaklaşıma göre kişiler vücudunu, aklını ve ruhunu biyolojik, psikolojik ve manevi bir denge noktasından başlayarak değişen koşullara göre ayarlar. Kişilerin hayatında stresli olaylar her zaman bulunur ve kişilerin bu olaylara karşı dirençli olmasını önceki başarılı veya başarısız olan uyum çabaları etkiler (Richardson, 2002). Bazı durumlarda kişilerin sağladığı uyum etkili olmaz ve biyolojik-psikolojik-manevi denge bozulur. Ancak dengenin bozulması yılmazlığın artması için adeta açılan bir kapıdır. Kişi bu olumsuzluğu atlama için temelde var olan denge noktasına geri gider, zarar atlatılır ancak kişi daha düşük bir denge noktasına geriler. Böylece bireyler olumsuzluklarla başa çıkmak için çeşitli stratejiler kullanmaya devam eder. Yılmazın Meta Kuramına dair şema Şekil 3'te gösterilmiştir.



Şekil 3. Yılmazın Meta Kuramı (Richardson, 2002, s. 5)

Şekil 3 dikkatli incelenirse sağlıklı bir birey birtakım olaylar neticesinde homeostazi denilen denge noktasından ayrılabilir. Bu durumda birey normal işlevinden sapmıştır ve eğer tekrar denge noktasına dönemezse birtakım zihinsel ve fiziksel problemler baş gösterir. Ancak kişi koruyucu faktörleri kullanarak denge durumuna tekrar dönmeyi başarabilirse yılmaz bir birey olacaktır.

Dördüncü olarak Benard'a (1991) göre yılmazlık içsel ve dışsal faktörlerin etkileşiminden oluşur. Ona göre yılmaz bireylerin sonradan kazandığı ve doğuştan getirdiği özellikler vardır. Sakin bir mizaç ile başkalarından olumlu tepki alma özelliği doğuştan getirilen özelliklerdir. Sonradan kazanılan özelliklerse başkalarına karşı empatik olmak, iyi iletişim becerilerine sahip olmak, başına gelen olaylar hakkında espri yapabilmek ve güçlü bir mizah anlayışı, kimlik duygusuna sahip olmak, bağımsız hareket etme yeteneği, sağlıksız ortamlardan uzak durma yeteneği, bir amaca ve gelecek duygusuna sahip olmaktır. Benard'a göre yılmaz bireyler yetiştirmek için ev, okul ve topluma odaklanılmalıdır. Ayrıca bu ortamlarda bireylere yeteri kadar ilgi ve destek göstermek ve onlara çeşitli fırsatlar vermek en temel noktadır.

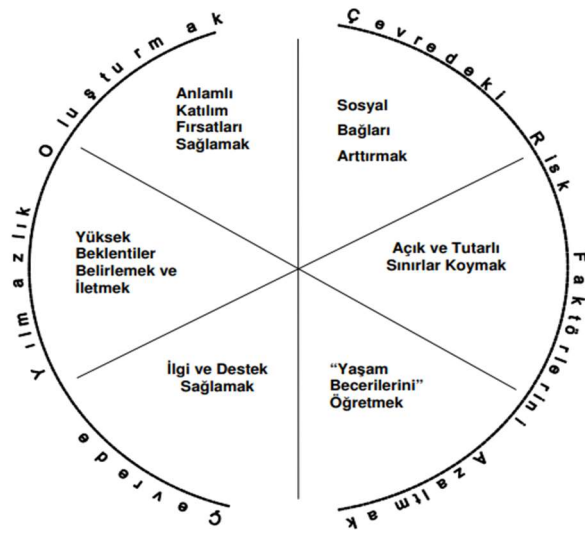
Bir diğer model olan Weinstein'ın (1991) Beklenti İletişimleri Modeli öğrencilere yüksek beklentiler verilmesi için gerekli olan ders müfredatının sekiz özelliğini açıklamıştır. Bu özellikler 'öğretim programı, grup çalışmaları, değerlendirme sistemi, motivasyon, öğrenmede sorumluluk almak, öğretmen-öğrenci ilişkileri, anne-baba-sınıf ilişkileri, okul-sınıf ilişkileri' olarak sıralanabilir. Ona göre iş birliğine açık eğitim metodu, kişilerin içsel güdülenmesini artırır ve bireyler hem derslerinde başarılı olur hem de onların yılmazlığı artar.

Başka bir model olan Brown & Rhodes'un (1991) Kuramsal Modeli, yılmazlık kavramının hangi faktörlerden nasıl beslendiğini açıklamaktadır. Bu modele göre yılmazlık, işlev bozukluğundan kaçınarak buna uyum sağlayacak ortamlar oluşturmakla ilgilidir. Ailevi durumlar, karakteristik özellikler ve çevrenin bir araya gelmesiyle yılmazlık özelliği oluşur. Bu modele göre bir bireyin yılmaz olması için önce işlev bozukluğu yaşamaları gerekmektedir. Ardından işlev bozukluğuna yol açan faktörler yılmazlık özelliğini sağlayacak şekilde yeniden düzenlenirse 'yılmaz bireyler' oluşur (Akt., Demir, 2017).

Yılmazlık konusunda ortaya atılan başka bir görüş de Wolinler'in Modeli olarak adlandırılır. Bu model Wolin & Wolin (1993) tarafından ortaya atılmıştır ve onların modeli Benard'dan farklı olarak direkt gözleme dayanmaktadır. Psikiyatrist olan ve bu alanda geleneksel tıbbi

yöntemleri artık uygulamak istemeyen Wolin ve çocuk gelişim uzmanı olan eşi, psikolojik bozukluk yaşayan bireylerin toparlanma sürecindeki özelliklerini gözlemlemiş ve kaydetmişlerdir. Bu özelliklere ‘Wolinlerin Yedi Yılmazlığı’ adı verilir. Bu özellikler şu şekilde sıralanabilir: İç görüşü, bağımsızlık, ilişkiler, girişimcilik, yaratıcılık, mizah, ahlak. Bu özelliklere sahip olan bireyler daha çabuk toparlanırlar ve yılmaz olabilirler. Wolinler buna ek olarak Zarara Karşı Mücadele yöntemini de geliştirmişlerdir (Wolin & Wolin, 1993). Zarar Modeline göre insanlar tıbbi olarak yardım bekleyen hastalardır, Mücadele Modeline göre ise hastalıkla uğraşan ve güçlenen bireylerdir. Kısacası Mücadele Modelinde risk altındaki bireyler savaşarak yılmaz olmaktadır. Wolin & Wolin’e (1993) göre herkes geçmiş acılar ve şimdiki acıların birleşimidir ve her zorluktan güçlenerek çıkmayı bilmelidir.

Henderson & Milstein’in (1996) geliştirdiği modelin adı Yılmazlık Çemberidir. Bu modele göre yılmazlık kişiden kişiye değişebilir ve aynı kişi üzerinde zaman içinde artabilir veya azalabilir. Henderson & Milstein’in yılmazlığı artırmak ve risk faktörlerini azaltmak için ortaya attığı Yılmazlık Çemberi altı alt ögeden oluşur: Anlamli katılım fırsatları sağlamak, sosyal bağları artırmak, açık ve tutarlı sınırlar koymak, yaşam becerilerini öğretmek, ilgi ve destek sağlamak, yüksek beklentiler belirlemek ve iletmek. Bu modele göre altı öge sağlandığı takdirde daha yılmaz bireyler yetiştirilebilir. Şekil 4’te yılmazlık çemberi gösterilmiştir.



Şekil 4. Yılmazlık Çemberi (Gürkan, 2006, s. 73)

Şekil 4 incelenirse yılmazlıkla ilgili birtakım sonuçlar çıkarılabilir. Öncelikle şeklin sağında yer alan ‘sosyal bağları artırmak, açık ve tutarlı sınırlar koymak, yaşam becerilerini öğretmen’ çevredeki risk faktörlerini azaltmaya yönelik olan strateji ve davranışlardır. Şeklin solunda yer alan ‘anlamli katılım fırsatları sağlamak, yüksek beklentiler belirlemek ile ilgi ve destek sağlamak’ da bireysel anlamda yılmazlığı artıracak strateji ve davranışlardır.

Krovetz’in (1999) geliştirdiği ve Krovetz Yılmazlık Kuramı olarak adlandırılan modele göre ise yılmazlık birtakım koruyucu faktörler içerir ve bu koruyucu faktörlerin bir kısmının bireylerde var olması onların olumsuzluklarla başa çıkma özelliğini artırabilir. Krovetz’e göre yılmazlık özellikleri tüm insanlarda bir miktar bulunur ancak bunun miktarı çocukluk döneminde var olan koruyucu faktörlere bağlıdır. Diğer bir deyişle daha fazla koruyucu faktöre sahip olan bireyler daha fazla yılmazlık özelliği kazanabilir.

Farklı bir yaklaşım olarak geliştirilen Süreklilik Kuramı, öğrencinin gelişimi ve öğrenmesinde etkili olan sosyal faktörlerin belirlenmesi için önemlidir (Wasonga, 2002). Sosyal destek ve



sosyal çevreden gelen olumlu yaklaşımların bir arada ve sürekli olması yılmazlığı geliştiren bir durumdur. Constantine, Benard & Diaz'a (1999) göre Süreklilik Kuramının öğrencilere yılmazlık kazandırmadaki rolü çocuğun yüksek beklentilerine, anlamlı katılım fırsatlarına ve şefkatli ilişkilerinin güçlülüğüne bağlıdır (Akt., Gürkan, 2006). Yüksek beklentiler, öğrencilere başarabileceklerinin direkt ve tutarlı olarak aktarılmasıyla ilgilidir. Anlamlı katılım fırsatları, öğrencilerin ilgi ve sorumluluklarına uygun olan etkinliklere katılımını ifade eder. Şefkatli ilişkiler ise kişilerin hayatlarındaki olumlu sosyal ağlardır. Bu kurama göre eğer bireyler hayatları boyunca şefkatli ilişkiler, yüksek beklentiler ve anlamlı katılım fırsatlarını sürdürmüşse yılmazlık geliştirme ve okulda daha başarılı olma olasılıkları daha fazladır (Wasonga, 2002).

Farklı bir yaklaşım olarak kişisel özellikler üzerinde çevrenin de çok büyük etkisi olduğunu vurgulamak üzere Ekolojik Kuramı ortaya atan Bronfenbrenner'in (1979) modeli yılmazlık çalışmalarına uyarlanmıştır (Ungar, 2011). Buna göre bireyin psikolojik sağlamlığı değerlendirilirken birey tek başına ele alınmaz, çevresiyle birlikte değerlendirilir. Diğer bir deyişle birey tek başına değil, çevresinin ona sunduğu veya sunmadığı koşullarla birlikte yılmazdır veya değildir.

Son olarak Cole & Goodley (2013) tarafından geliştirilen yılmazlık modeline göre yılmazlığı etkileyen temelde sekiz etken vardır. Bunlar kaynaklara erişim, ilişkiler, kimlik, vücut ve zihin bütünlüğü, güç ve kontrol, toplumsal katılım, toplumsal adalet, toplumsal uyum olarak sıralanabilir. Bu faktörlerin her birinde bireyler yeterince başarı gösterdikleri takdirde yılmazlık özelliği kazanırlar. Bu faktörlerin bir araya gelmesiyle oluşan modele de Yılmazlık Ağı denir. Cole ve Goodley'in geliştirdiği bu model Ungar (2007) tarafından ortaya atılan fikrin genişletilmesiyle ortaya çıkmıştır (Cole & Goodley, 2013).

Yılmazlık konusu araştırmacılar arasında en gözde konulardan biri olduğu için bu konu farklı değişkenlerle ele alınmıştır. Bu değişkenler arasında akademik başarı, sosyal ilişkiler, risk grubundaki bireyler gibi konular yer alır. Risk grubu denilince de travmatik olaylar yaşayan, yoksulluk çeken, göçmen olan bireyler gibi kesimler akla gelir. Bir sonraki başlıkta göçmenlerde ve Türkiye'de yoğun bir nüfusa sahip olan Suriyelilerde yılmazlık konusu ayrıntılı olarak anlatılacaktır.

### **Göçmen Bireylerde Yılmazlık**

Türk Dil Kurumu'nun (2016) tanımına göre göç 'ekonomik, toplumsal, siyasi sebeplerle bireylerin veya toplulukların bir ülkeden başka bir ülkeye, bir yerleşim yerinden başka bir yerleşim yerine gitme işi, taşınma, hicret' olarak tanımlanır.

Göç; bireylerin yaşayabileceği en keskin geçiş ve sonuçları olan, bireyin hayatına ciddi etkileri olan bir durumdur. Göç, bireylerin hayat kalitelerini yükseltmek için yapılan bir eylem olsa da içinde pek çok risk faktörü barındırır. Bu faktörler arasında 'sevilen kişilerin hayatından çıkması, barınma sorunu, yeni bir ülkeye ve insanlara alışma, yeni bir iş bulma, dil öğrenme, okula uyum sağlama, etnik farklılıklara alışmaya çalışma' sayılabilir (Garza, Reyes & Trueba, 2004; Zhou, 1997).

Yılmazlık alanında yurt içinde ve dışında pek çok çalışma olmasına karşın göçmenlerde yılmazlık çalışmalarına son yıllara kadar çok fazla rastlanmamıştır (Simich, Pickren & Beiser, 2011). Ancak göçmenlerin yaşadığı zorluklar açıkça ortadayken yılmazlık düzeylerinin esas araştırılması gereken bir grup olduğu da aşikardır.

Yılmazlık kavramından bahsedildiğinde akla gelen ilk konu olan risk faktörleri ve koruyucu faktörler göçmenler için de geçerlidir. Mawani'ye (2014) göre göçmenler yaşadıkları birtakım olumsuzluklar sebebiyle bazı risk faktörlerine daha fazla maruz kalabilir. Ayrıca Fazel,

Wheeler & Danesh'e (2005) göre göçmenler travma sonrası stres bozukluğu yaşamaya göçmen olmayan insanlara göre on kat daha fazla meyillidir.

Mawani'ye (2014) göre göçmenler yeni taşındıkları ülkedeki ikamet yerlerine alışmakta zorlanmaktadır ve bu önemli bir risk faktörüdür. Bunun dışında başka bir ülkeye göç eden ve çoğu savaş mağduru olan göçmenler pek çok yıkıma, ölüme ve şiddete maruz kalarak risk altındadır (Wenzel, Kastrup & Eisenman, 2007). Ayrıca kültürel farklılığa alışmak ve kendi kültürünü devam ettirmeye çalışmak da büyük bir risk kaynağıdır (Pickren, 2014). Son yıllarda göçmenlerde yılmazlık konusunda araştırmalar yapan Motti-Stefanidi & Masten'a (2020) göre göçmen bireylerin yılmazlık özelliğini geliştirebilmeleri için birtakım kültürleşme görevlerini (*acculturation tasks*) yerine getirmeleri, diğer bir deyişle buldukları kültüre uyum sağlamaları gerekmektedir. Buldukları kültüre uyum sağlamaları demek de o kültürden arkadaşlar edinip çeşitli sosyal aktivitelerine katılmak, onların hassasiyetlerini bilmek ve dillerini konuşabilmek, kısacası iki kültürlülük olarak görülmelidir (Motti-Stefanidi & Masten, 2020; Motti-Stefanidi, Pavlopoulos & He, 2021). Göçmen bireyler bu risk faktörleriyle yeterince baş edemezse psikolojik sağlımlıkları içinde buldukları şartlar sebebiyle zayıflamaya başlayacaktır.

Yoğunlukta olan risk faktörleri dışında göçmenlerde koruyucu faktörler de bulunmaktadır. Bu koruyucu faktörler göçmenlerin yılmazlık düzeylerinin artması ve onları daha dirençli hale getirmesi açısından önemlidir (Mawani, 2014).

Pek çok olumsuzluğa karşın göçmenlerin kültürlerini koruma çabaları ve genelde evlerindeyken kendi dillerini konuşarak ve kültürlerini yaşatarak hayata devam etmeleri onlar için koruyucu bir faktördür (Pickren, 2014). Bunun dışında göçmenler sosyal destek ihtiyaçlarını giderebilmek adına çeşitli dini veya etnik topluluklara, derneklere üye olurlar ve buradaki sosyal ağlarını genişleterek kendilerini iyi hissederler (Mawani, 2014). Ayrıca göçmenler taşındıkları ülkede veya şehirde belirli mahallelere, yerleşim birimlerine yoğunlaşarak kendi içlerindeki dayanışmayı ve iletişimi devam ettirme eğilimindedirler (Mawani, 2014).

### **Suriyeli Göçmen Bireylerde Yılmazlık**

2010'da Tunus'ta ortaya çıkan Arap Baharı birçok Ortadoğu ülkesi gibi Suriye'yi de etkisi altına almıştır. O zamana kadar medeniyetin beşiği olan Suriye, 2011'den itibaren halk içerisinde çıkan iç çatışmalar ve savaş sebebiyle dışarıya en çok göç veren ülkelerin başında gelmektedir. Olaylar gittikçe çetinleştiğinden 2015'e gelindiğinde yaşananlardan etkilenen ve vatanını terk etmek zorunda kalan Suriyelilerin sayısı 12 milyonu aşmıştır ve çoğu Lübnan, Ürdün, Türkiye gibi komşu ülkelere iltica etmek zorunda kalmıştır (İHH Suriye Raporu, 2012; UNHRC, 2015). Türkiye'ye sınırdaki açık kapılardan giriş yapan her Suriyeliye 'geçici koruma statüsü' verilmiştir (Kap, 2014; Akt. Levent & Çayak, 2017). 2021 Eylül itibari ile Türkiye'de bulunan toplam Suriyeli sayısı 3 milyon 710 bin 497 kişi olmuştur (Mülteciler Derneği, 2021). Türkiye'ye göç etmek zorunda kalan Suriyelilerin büyük bir kısmı genç kesim olup eğitim sıkıntılarını yaşamaktadır ancak üniversite çağındaki Suriyeli bireylere YÖK tarafından devlet üniversitelerinde misafir öğrenci olarak öğrenim görme fırsatı tanınmıştır (Kirişçi, 2014).

Türkiye'de bulunan Suriyeli mülteciler ve göçmenler genel olarak dil sorunu, kültürel uyumsuzluk, dışlanma ve psikolojik baskı, ailenin parçalanması, vatanını terk etmek zorunda kalma, sevdikleri kişilerin kaybı, savaş ve iç çatışmalar, maddi problemler gibi pek çok risk faktörüyle karşı karşıyadır (Acemioğlu, Doğan & Şahin, 2021; Gez, 2018; Keskin, 2020; Gülersez, 2019).

Ancak genel olarak tüm risk faktörlerine karşın Türkiye’deki göçmen ve mülteci Suriyeliler sosyal bir destek bulma, ailevi bağlarını güçlü tutma, özel hayatlarında kültürlerini devam ettirme, dini hayatlarına bağlı olma gibi koruyucu faktörler ile yılmazlık seviyelerini yüksek tutan bireylerdir (Demir, 2017; Sikander, 2020, Gülersez, 2019).

Yukarıda bahsedildiği gibi özellikle göçmenler gibi risk grubundaki bireyler çeşitli olumsuz şartlarla karşı karşıyadır. Eğer bu bireyler yeterince koruyucu faktöre sahipse ve bunları kullanmayı başarırlarsa yılmaz olacak, aksi takdirde zihinsel problemler yaşayacaktır. Bu durumda risk altındaki bireylerin tekrar kazanılması için çeşitli müdahale çalışmaları gerekecektir. Bir sonraki başlıkta yılmazlık için müdahale çalışmaları ayrıntılı olarak anlatılacaktır.

### **Yılmazlık İçin Müdahale Çalışmaları**

Bireylerin sahip olduğu yılmazlık derecesi onların hayatının her alanına etki edebilecek bir faktördür. Çünkü yılmaz bireylerin sahip olduğu bazı ortak özellikler söz konusudur ve bu özelliklere sahip olmak ya da olmamak kişilerin olaylara bakış açısını, davranışlarını ve duygu durumlarını etkileyebilecek bir etkidir.

Cowen’e (1991) göre psikolojik iyiliği ve direnci artırmak için bazı müdahale stratejileri kullanılabilir ve bunlar üç ana başlıkta toplanır.

- 1) İncinirliği ve riski azaltmak.
- 2) Strese ve olumsuz sonuçlara neden olan faktörleri azaltmak.
- 3) Hazırda bulunan uygun kaynakları artırmak.
- 4) Koruyucu süreçleri geliştirmek.

Bu uygulamalar ile bireyin hayatından stres verici faktörlerin etkisi azalırken birey nasıl güçlü kalacağını da öğrenmiş olacaktır.

Reiss & Price’e (1996) göre bireydeki, ailedeki, okuldaki, çevredeki ve arkadaş ilişkilerindeki risk faktörleri birbirine bağlıdır. Bu nedenle farklı kaynaklardan gelen risk faktörlerini önlemek için etkili müdahale çalışmaları yapılmalıdır.

Bireylerin kendileri için algıladıkları risk düzeyi, diğer bir deyişle nasıl bir ortamda yaşadıklarına dair bilişsel algıları onların önleyici çalışmalarda bulunma ihtimalini değiştirir. Mesela kendini riskli ortamda görmeyen bireyler önleyici çalışmaları uygulamak için yeterince istekli olmazlar ve bu müdahaleleri uzun süre sürdürmezler (Plight, 1996).

Yukarıda anlatılan tüm başlıklar yılmazlığın çeşitli yönlerini açıklamaya çalışan farklı araştırmalardan oluşmaktadır. Bu kadar araştırmadan sonra bireylerin akıllarına yılmazlık çalışmalarının nasıl başladığı, ne yöne evrildiği gibi sorular gelebilir. Son başlıkta yılmazlık çalışmalarının geçmişten günümüze geliş süreci anlatılacaktır.

### **Yılmazlık Çalışmalarında Dört Dalga**

Masten (2014) yılmazlık çalışmalarını dört ana başlık altında incelemiştir. Ona göre ilk dalga araştırmalarında, diğer bir deyişle bu kavram gündeme ilk geldiğinde yapılan çalışmalarda ‘Yılmazlık nedir, nasıl ölçülür?’ gibi soruların cevapları aranırken ikinci dalgada ‘Yılmazlığa neden olan süreçler nedir, koruyucu ve risk faktörleri nasıldır?’ gibi sorular cevaplanmaya çalışılmıştır. Üçüncü dalga araştırmalarında ‘Yılmazlık geliştirilebilir mi ve bununla ilgili kuramlar var mıdır?’ sorusu cevaplanmaya çalışılırken dördüncü ve son dalga olan günümüzde yapılan araştırmalarda ‘Genetik farklılıklar yılmazlıkta nasıl rol oynar, beynin gelişimi yüksek stresten nasıl korunur?’ gibi faktörlere odaklanılmıştır (Akt., Demir, 2017).

Yılmazlığın geçmişten günümüze geliş sürecinde araştırılırken bu kadar farklı yönlerine odaklanılmış olması onun önemini ve bilim insanları arasında oldukça popüler olduğunu gözler önüne serer. Yılmazlık konusunda günümüzdeki araştırmalar genellikle yılmazlığın genetik boyutuna, konunun beyinle ilişkisine odaklanmış gibi görünse de özellikle risk grubundaki bireylerin yılmazlığıyla ilgili nicel ve nitel yöntemdeki çok sayıda araştırma da devam etmektedir.

## KAYNAKLAR

- Acemioğlu, R., Doğan, Y. & Şahin, M. (2021). Suriyeli Öğrencilerin Fen Bilimleri Dersine Yönelik Motivasyonlarının İncelemesi. *Muallim Rifat Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 121-134.
- Benard, B. (1991). *Fostering Resiliency In Kids: Protective Factors In the Family, School and Community*. Portland, Oregon, Western Center for Drug-Free Schools and Communities. ED335781
- Benzies, K., & Mychasiuk, R. (2009). Fostering Family Resiliency: A Review of the Key Protective Factors. *Child and Family Social Work*, 14, 103-114. 1-17.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Design and Nature*. Harvard University Press, Cambridge.
- Christiansen, J. & Christiansen, J. L., Howard, M. (1997). Using Protective Factors to Enhance Resilience and School Success for at-risk Students. *Intervention in School and Clinic*, 33(2), 86-89.
- Cole, K. R., Goodley, D. (2013). Resilience: A Disability Studies and Community Psychology Approach. *Social and Personality Psychology Compass*, 7(2), 67-78.
- Demir, Ö. O. (2017). *Suriyeli Göçmen Üniversite Öğrencilerinde Yılmazlığın İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Fazel, M., Wheeler, J., & Danesh, J. (2005). Prevalence of Serious Mental Disorder in 7000 Refugees Resettled In Western Countries: A Systematic Review. *The Lancet*, 365(9467), 1309-1314.
- Garza, E., Reyes, P., & Trueba, E. (2004). Resiliency and success: Migrant children in the United States. Boulder, CO: Paradigm.
- Gez, A. (2018). *Suriyeli Çocuk ve Ergenlerde Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişki*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Gülersez, Ü. (2019). *Suriyeli Mülteci Öğrencilerde Kendini Toparlama Gücünün İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gürkan, U. (2006). *Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyine Etkisi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Henderson, N., & Milstein, M. M. (1996). *Resiliency in Schools. Making it Happen for Students and Educators*, Corwin Press, Inc., A Sage Publication Company Thousand Oaks, California.
- Işık, Ş. (2016). Türkiye’de Kendini Toparlama Gücü Konusunda Yapılmış Çalışmaların İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 65-76.
- İHH (İnsan Hak ve Hürriyetleri ve İnsani Yardım Vakfı). (2012). Suriye raporu (Mayıs 2011-Kasım 2012). <http://www.ihh.org.tr/suriye-raporu>. Erişim Tarihi: 20.09.2021.
- Johnson J., Wood, A.M., Gooding, P., Taylor, P.J., & Tarrier, N. (2011). Resilience to Suicidality: The Buffering Hypothesis. *Clinic Psychology Revivew*, 31(4), 563- 591.

- Keskin, E. (2020). *Geçici Koruma Altındaki Suriyeli Lise Öğrencilerinin Yaşam Kalitelerinin Yordayıcısı Olarak Psikolojik Sağlamlılık*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Kirby, L. D. & Fraser, M. W. (1997). Risk and Resilience in Childhood. M. W. Fraser (Ed), *Risk and Resilience in Childhood an Ecological Perspective* içinde (pp. 10-33). USA: NASW Press.
- Kirişçi, K. (2014). Misafirliğin Ötesine Geçerken: Türkiye'nin "Suriyeli Mülteciler" Sınavı. [Çevrim-içi: <https://www.brookings.edu/wp-content/uploads/2016/06/syrian-refugees-and-turkeys-challenges-kirisci-turkish.pdf>, Erişim tarihi: 21.09.2021.]
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry Into Hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1-11.
- Krovetz, M. L. (1999). Resiliency: A Key Element for Supporting Youth At Risk. *The Clearing House*, 73(2), 121-123.
- Kumpfer, K. L. (1999). Factors and Processes Contributing to Resilience: The Resilience Framework. M. D. Glantz & J. L. Johnson, (Ed), *Resilience and Development: Positive Life Adaptation* içinde (pp. 179-224). New York: Plenum Publishers.
- Kyriacou, C. (2000). *Stress-Busting For Teachers*. Stanley Thornes Ltd.: United Kingdom.
- Levent, F., Çayak, S. (2017). Türkiye'deki Suriyeli Öğrencilerin Eğitimine Yönelik Okul Yöneticilerinin Görüşleri. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(27), 17-35.
- Luthar, S., Cicchetti, D. ve Becker, B. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary Magic: Resilience Processes In Development. [Elektronik Version]. *American Psychologist*, 56 (3), 227-238.
- Mawani F. (2014) Social Determinants of Refugee Mental Health. In: Simich L., Andermann L. (eds) *Refuge and Resilience. International Perspectives on Migration*, vol 7. Springer, Dordrecht.
- Motti-Stefanidi, F., & Masten, A. S. (2020). Immigrant youth resilience: Integrating developmental and cultural perspectives. In D. Güngör & D. Strohmeier (Eds.), *Contextualizing immigrant and refugee resilience cultural and acculturation perspectives* (pp. 11-31.) Switzerland: Springer Cham.
- Motti-Stefanidi, F., Pavlopoulos, V., & He, J. (2021). Immigrant youth resilience: Theoretical considerations, empirical developments, and future directions. *Journal of Research on Adolescence*, 31(4), 966-988. doi: 10.1111/jora.12656
- Öğülmüş, S. (2001). Bir Kişilik Özelliği Olarak Yılmazlık. *I. Uluslararası Çocuk ve Suç: Nedenler ve Önleme Çalışmaları Sempozyumu*. 327-340.
- Özcan, B. (2005). *Anne Babaları Boşanmış ve Anne Babaları Birlikte Olan Lise Öğrencilerinin Yılmazlık Özellikleri ve Koruyucu Faktörler Açısından Karşılaştırılması*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Pickren, W.E. (2014). What Is Resilience and How Does It Relate to the Refugee Experience? Historical and Theoretical Perspectives. In L. Smitch and L. Andermann (Ed). *Refuge and resilience* (7-27). New York: Springer.
- Pligt, J. (1996). Risk Perception and Self-Protective Behavior. *European Psychologist*, 1(1), 34-43.
- Reiss, D., Price, R. H. (1996). National Research Agenda for Prevention Research : The National Institute of Mental Health Report. *American Psychologist*, 51(11), 1109-1115.
- Richardson, G. E., Neiger, B. L., Jensen, S. ve Kumpfer, K. L. (1990). The Resiliency Model. *Health Education*, 21, 33-39.

- Richardson, G. E. (2002). The Metatheory of Resilience and Resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 307-321.
- Sikander, Y. U. H. A. (2020). *An Analysis of Psychological Resilience and Happiness Levels Among the Syrian Refugee Children Studying in Turkey*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Simich, L., Pickren, W. E., & Beiser, M. (2011). Resilience, Acculturation and Integration of Adult Migrants: Understanding Cultural Strengths of Recent Refugees. *Final Report to Human Resources Skills Development, Canada*.
- Tiet, Q. Q. ve Huizinga, D. (2002). Dimensions of the Construct of Resilience and Adaptation Among Inner City Youth. *Journal of Adolescent Research*, 17, 260-276.
- Ungar, M. A. (2004). Constructionist Discourse on Resilience: Multiple Contexts, Multiple Realities Among at-risk Children and Youth. *Youth & Society*, 35, 341–365.
- Ungar, M. (2008). Resilience Across Cultures. *British Journal of Social Work*, 38, 218-235.
- Ungar, M. (2011). The Social Ecology of Resilience: Addressing Contextual and Cultural Ambiguity of a Nascent Construct. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(1).
- UNHCR (The UN Refugee Agency). (2015). Türkiye'deki Suriyeli mülteciler: Sık Sorulan Sorular. <http://www.unhcr.org/>. Erişim Tarihi: 20.09.2021
- Wasonga, T. (2002). Gender Effects on Perceptions of External Assets, Development of Resilience and Academic Achievement: Perpetuation Theory Approach. *Gender Issues*, 43-54.
- Weinstein, R. (1991). Expectations and High School Change: Teacher-Researcher Collaboration to Prevent School Failure. *American Journal of Community Psychology*, 19(3), 333-363.
- Wenzel, T., Kastrup, M., & Eisenman, D. (2007). Survivors of Torture: A hidden Population. In 60 P. Walker & E. Barnett (Eds.), *Immigrant medicine*. Philadelphia: Saunders.
- Wolin, S., Wolin, S. (1993). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity*. New York: Villard.
- Yavuz, H. Ç., Kutlu, Ö. (2016). Ekonomik Bakımdan Dezavantajlı Öğrencilerin Akademik Yılmazlık Düzeylerinin Bazı Koruyucu Faktörler Açısından İncelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 41(186), 1-19.

## EXTENDED ABSTRACT

The concept of resilience is among the concepts that are frequently emphasized in the literature. In this article; the meaning of resilience, models about resilience, factors of resilience and resilient people, factors that make easy psychological well-being, resilience for migration and psychological well being for Syrian immigrant and intervention strategies were written. All of these titles will be explained below.

Some people can expose to some risk factors which are war, migration, harassment, losing of a family member, poverty... Although these risk factors, some people (the ratio for 1/3) stay strong and they learn something useful for life from these risks. These people are called 'resilient' (Henderson and Milstein, 1996).

There should be some risk factors to call a person as 'resilient' (Masten, 2001). Risk factors are the events which can be harmful for people's psychological health such as war, poverty etc. Resiliency can be learned in time and its level can be changed in the same person according to situations (Öğülmüş, 2001).

Resilient people have some common characteristics that are being social, having some targets, having a mentor in life, having a sense of humor and being religious (Christiansen,

Christiansen and Howard, 1997). These characteristics make people strong and they make easy for people to get up with the life events.

There are lots of models to explain resilience. Some of these models are Mediation Model (Kobasa, 1979), The Theory of Imparting Properties (Benson, 1989; Akt., Gürkan, 2006), Resiliency's Meta Theory (Richardson et. al. 1990), Benard's Theory (Benard, 1991), The Expectation Communication Model (Weinstein, 1991), Brown and Rhode's Theory (1991; Akt., Demir, 2017), Wolinler's Model (Wolin and Wolin, 1993), The Circle of Resilience (Henderson and Milstein, 1996), Krovetz's Resiliency Theory (Krovetz, 1999), Continuity Theory (Wasonga, 2002), Bronfenbrenner's Ecological Theory (Bronfenbrenner, 1979), Network of Resiliency (Cole and Goodley, 2013).

Migration is one of the problems that making people weak in their lives and it is a risk factor for people's well being because of language difficulties, cultural differences, being far from their countries and relatives, having some difficulties about education and health systems... (Zhou, 1997). Because of these risk factors, refugees and immigrant people can be inclined for psychological problems. For this reason, it is so important to help immigrant or refugee people for their problems to create resilient people.

However, immigrant or refugee people can be strong when they have some characteristics and environmental protective factors (Mawani, 2014). If they attend some activities that make easy their getting used to new life like cultural activities, meeting friends and neighbourhoods, going their temples. Turkey is among the countries that host the most refugees in the world. For now, there are 3 million 800 thousand Syrian immigrants in Turkey (Society of Refugees, 2021). These refugees have some difficulties especially about health and education systems. However, student refugees have some possibilities to study at universities or going to schools (Kirişçi, 2014).

Schools have some protective factors for students (Benzies and Mychasiuk, 2009). Because of this reason, it is so important to send refugee or immigrant students to schools. If they can get along well with their friends and have a good relationship with their teachers, their psychological well being will increase.

According to Cowen (1991) intervention studies to increase resiliency should include decreasing stressing factors and improving protective factors. So, it takes an important place for resilient people to have some environmental protective factors.

Finally, from past to now resiliency is among the most popular subjects for 20 years in the field of psychology. However, the contents of studies about resiliency changed from time to time. In the first wave of these studies, the question of 'What is resiliency?' was researched. In the second wave, the question of 'What are the characteristics of resiliency?' gained importance. In the third wave, question of 'Can resiliency be improved?' was studied. Nowadays, genetic factors for resiliency are searched generally.

To sum up; resiliency which can be expressed like 'psychological well being, being psychologically strong' is an important subject for the people that expose to risk factors in their lives. As a result of this, it is significant to intervene these people in a positive way. Otherwise, these people can be so weak to some psychological diseases and their contribution to society can be decrease dramatically. So that it is important to educate people especially refugees and immigrants about resiliency and provide opportunities for their well beings. The ways of educating them can be cultural reapproachment, giving them a good language education, giving them chances to make friends and have some social networks.