

Travmaya Maruz Kalmış Çocuklarda Saldırganlık

Victoria Condon and Panos Vostanis



World Awareness for Children in Trauma (WACIT)

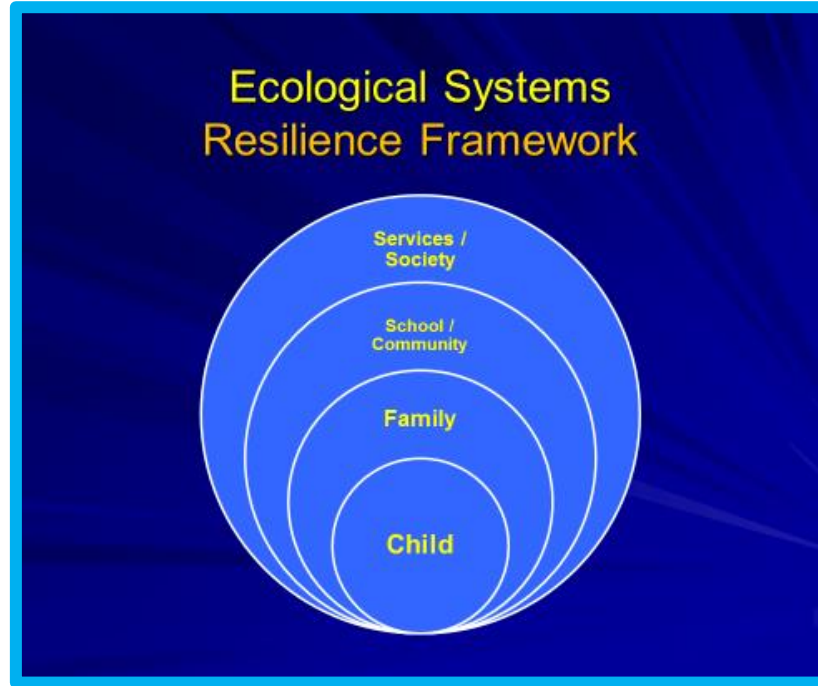
 **University of
Leicester**

Bir çocuğun yetişkinlere ve akranlarına karşı sık sık agresif davranışta bulunması, çocuğun sınırları zorlamasından daha fazlası olabilir. Çocuktaki saldırganlık, geçmişte karşı karşıya kaldığı travmatik yaşantının ve şu anki olumsuz koşulların bir göstergesi olabilir. Dolayısıyla saldırganlık, çocukların duygularından dolayı kafaları karıştığında kullandıkları uygun olmayan bir başa çıkma mekanizması olabilir. Sonuç olarak, bir çocuğun agresif davranışını ele alırken, çocuğun geçmişteki travmasına dikkat edilmeli ve bu bağlamda uygun destek verilmelidir.

Ruhen iyi-oluş hali (mental wellbeing)



Bu, bir çocuk için en uygun durumdur ve sosyal, fiziksel ve duygusal sağlığın bir göstergesidir. Ruhen iyi-oluş hali, bir çocuğu ve genci potansiyelini geliştirmeye, öğrenmeye, başarmaya ve yaşam stresiyle baş etmeye karşı onu donatarak onu yetişkinliğe hazır hale getirir. Bu hal, içinde yaşadıkları daha geniş bağlamdan etkilenir.



Her ne kadar saldırganlık bir ruhsal sağlık durumu olmasa da genelde ruhsal iyi-oluş eksikliğini gösterir ve travma yaşayan çocuklar açısından bakıldığında duygusal bozukluk olarak değerlendirilebilir.

Öncelikle **travma** derken neyi kastettiğimize bakalım

Travmatik bir olay, fiziksel, duygusal veya psikolojik zararlara neden olan bir yaşantıdır. Bu, bir (tek travma) veya birden fazla olay (birden fazla veya kompleks travma) veya strese neden olan yineleyen olumsuz koşulların bir sonucu olabilir.

Çocukların maruz kalabileceği travmalar:

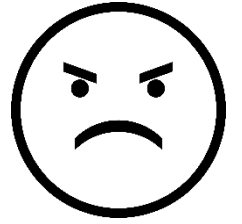
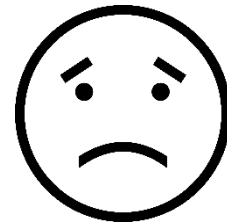
- Şiddete şahit olma/maruz kalma
- ihmal
- duygusal istismar
- fiziksel istismar
- cinsel istismar

Duygusal Bozukluk

Duygusal bozukluk duygusal tepkileri kontrol edememe ya da düzenleyememe halidir.

Duygusal bozukluk, çocuğun yaşadığı travmanın bir sonucu olabilir ve kendini çocukların davranışlarında gösterebilir.:

- Duyguları anlama ve başkalarının duygularıyla ilişkilendirmede zorluk çekme.
- Kendi duygularını düzenleyememe
- Yoğun utanç ve öfke duyguları
- Gecikmeli veya düzensiz gelişme



Agresif davranış, bir çocuğun duygusal tepkilerini düzenleme zorluğunun bir ifadesi olabilir.

Agresif/Saldırgan Davranış

- Bunalmış, kontrol dışı
- Bağıрма, antisosyal davranışlar, düşmanlık/kin
- Hem fiziksel hem de sözel

Ara sıra üzgün ve öfkeli olan çocukların endişe kaynağı olmaması gerektiğini belirtmeliyiz. Aradığımız davranışlar arasında, çocuğun orantısız reaksiyon göstermesi ve gereksiz yere düzenli olarak saldırganlık göstermesi durumudur.

Çocukların duygusal tepkileri geçmiş tecrübeleriyle tetiklenebilir. Geçmişte tehdit edildiyse ya da saldırıya maruz kaldıysa, geçmişle benzerlik taşıdığını düşündüğü durumlarda saldırgan bir tavır takınabilir. Dolayısıyla bu tehdit algısı çocukların geçmiş yaşantularından etkilenmektedir.

Vaka Çalışması

Ebeveyn tarafından dövülerek şiddet gören bir çocuk, küçük bir şey söylendiği zaman bile kendisini geçmiş tecrübelerinin tekrar edilmesinden korumak için agresif tepki gösterebilir.



Travma

Olumsuz hayat koşulu
(mesela yoksulluk)

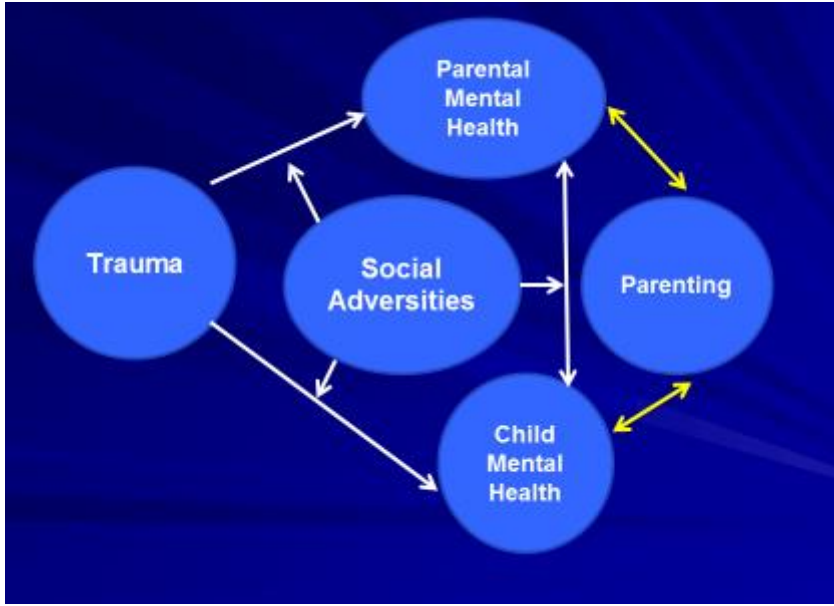
Spesifik bir olay



Değişen sinir sistemi

Duygusal Bozukluk

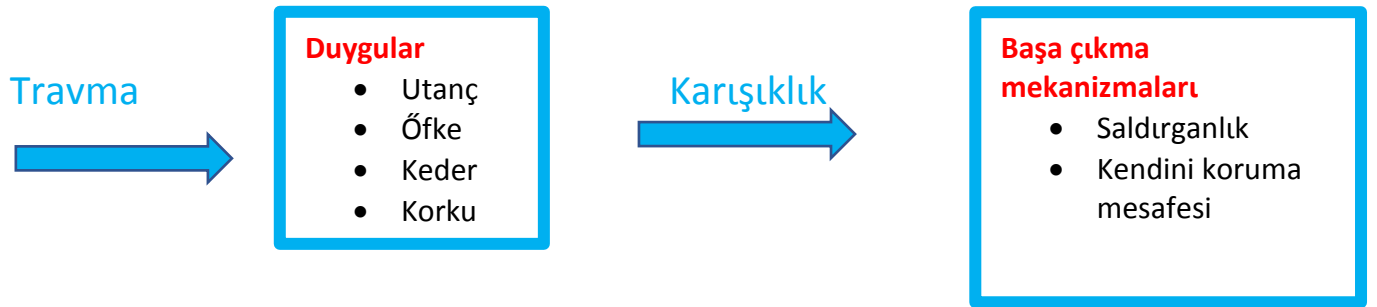
Olumsuz deneyimlerin çocuk ruh sağlığı üzerindeki etkisi



Gözlem ve izlemenin yanı sıra bakıcılarla ve diğer profesyonellerle çocuğa dair izlenimleri paylaşmak, bir çocuğun saldırılarını, yalnızca öğrenilen davranışlardan ziyade travmatik deneyimler bağlamında tanımlamalarına yardımcı olacaktır.

- Üzüntü, ağlama, sinirlilik
- Kabuslar
- Okul veya diğer sosyal durumlardan kaçınma
- Dikkat çekme veya davranış kontrol etme
- Bozulmuş konsantrasyon
- Uykusunda, yeme ya da diğer alışkanlıklardaki değişiklikler

Travmanın devam eden etkisi, çocukların hem kendi hem de çevrelerindeki insanların duygularını anlamadaki zorluğundan kaynaklanmaktadır. Dolayısıyla, utanç ve öfke gibi düşünce ve duygularla baş etmekte zorlanırlar. Bu durum çoğu zaman çocuk karşılaştığı travmatik durumları anlamadığından ortaya çıkmaktadır. Örneğin, fiziksel ve / veya cinsel istismar durumunda çocuk mağdur olmasına rağmen fail çocuğa kendisini sorumlu hissettirilebilir. Bu, yüksek seviyede bir akıl karışıklığı, kendini suçlama, korku ve zayıf benlik imgesine yol açabilir.



Bir sonraki adım: Çocuğa yardım

Çocuğun agresif davranışının geçmiş travmaları ile başa çıkma mekanizması olduğunu tespit ettikten sonraki adım, davranışını ele alırken hangi yöntem ve stratejilerin uygulanabileceğine bakmak ve bunları aşmasına yardımcı olmaktır.

Hem çocuğun geçmiş yaşantısının davranışlarını nasıl etkileyebileceğine hem de şu anda yetişkinlerin tepkilerinin veya diğer faktörlerin bu davranışları nasıl güçlendirdiğine dikkat edilmelidir. Bir teorik çerçeve içerisinde destek planlaması yapmak yararlı olsa da, bu destek her çocuğun şahsi durumu ve ihtiyaçlarına göre ayarlanmalıdır.

Terk edilmiş bir çocuk	Bakıcılarda tutarlılık; bu sayede yalnız ve yeniden reddedilmiş hissetmezler.
Fiziksel istismara uğrayan bir çocuk	Bakıcılar onlara söylense dahi hala ilgilenildiklerini ve sevildiklerini bilmelidirler; onaylanmayan sadece belirli bir davranıştır.



Travma bağlamında agresif/saldırgan davranışları hedef alan stratejiler

Çocuğun yalnız veya yeniden reddedilmiş hissetmemesine dikkat edin, çünkü bu, travma ve terk etmeyi yeniden deneyimleme konusundaki algılarını doğrulayacak ve saldırgan davranışlarını koruyacak ve hatta şiddetlendirecektir.

Çocuğa yakın olun. Mutlaka fiziksel temas olarak değil (her ne kadar bu da rahatlatıcı olsa da), ancak onları desteklediğinizi ve tutarlı olduğunuzu bildiklerinden emin olun.

Onların davranışları veya diğer konular hakkında konuşurken, gelişimsel olarak uygun bir dil kullanın. Travma geçiren çocukların gelişimlerinde genellikle geciktiğini unutmayın; diğer bir deyişle onlara olduklarından daha küçük bir çocuk olarak hitap etmeniz gerekebilir. Onlara yöneltilmemiş ifadeler, mesela "bir başka kişi bizi incittiğinde duygularımızı yönetmek zor olabilir" onlar için daha az tehditkar olabilir.

Çocuğun duygularını anlamasına yardımcı olmak demek çocuğun giderek daha çok duygularını farketmesi ve onlarla başa çıkma becerisinin artması anlamına gelecektir. Duygularını düzenleme kapasitenin geliştirilmesi, saldırgan davranışların azalmasına yol açacaktır.

Çocuğun duygularını ifade etme zorluğunu kabul edin ve bunu yapması için teşvik edin. Konfor ve terapi arasındaki sınırları göz önünde bulundurun, diğer bir deyişle buradaki amaç, travmatik deneyimi yeniden işlemeleri değil, bunun yerine duygularını daha iyi anlamaları ve tanımalarıdır.

Çocuğun güvende hissetmesine yardımcı olmak, duygularıyla etkileşimde bulunmalarını kolaylaştıracaktır. Bu, yalnızlık ve reddilme duygularını azaltır, güvenlik hissi daha da artar ve bu da öfkeyi azaltabilir. Böylelikle travma-düzensiz duygular-saldırganlık kısır döngüsünü kırmaya başlayabilirler.

Çocuğa güvene dayalı ilişkiler geliştirmede yardımcı olun ve geçmiş travmalarını ödüllendirici deneyimler ve adaptif başa çıkma stratejileri ile yavaş yavaş değiştirin.

Olumlu yeni deneyimler aile/ev, okul, akran grubu ve toplum içinde kazanılmalıdır. Bu, bakıcılar ve profesyoneller arasında tüm durumlarda yakın işbirliği gerektirir.

WACIT psikososyal modeli, çocuğun ihtiyaçlarını hiyerarşik bir sıraya göre değerlendirmede yararlı olabilir:



WACIT (www.wacit.org) hakkında daha fazla bilgi edinmek için Prof. Panos Vostanis (pv11@le.ac.uk) ile iletişime geçebilirsiniz

© University of Leicester



World Awareness for Children in Trauma (WACIT)