

# Travma gençleri ve çocukları nasıl etkiliyor?



Bu kitapçık çocuklarla ilk elden ilgilenen bakım vericiler ve profesyonelleri hedeflemektedir.

*Priya Patel and Panos Vostanis*



World Awareness for Children in Trauma (WACIT)

# Travma nedir?

Psikolojik travma olumsuz olaylara maruz kaldıktan sonra oluşur ve fiziksel bir yaralanmanın ardından hissedilen acıya benzer.

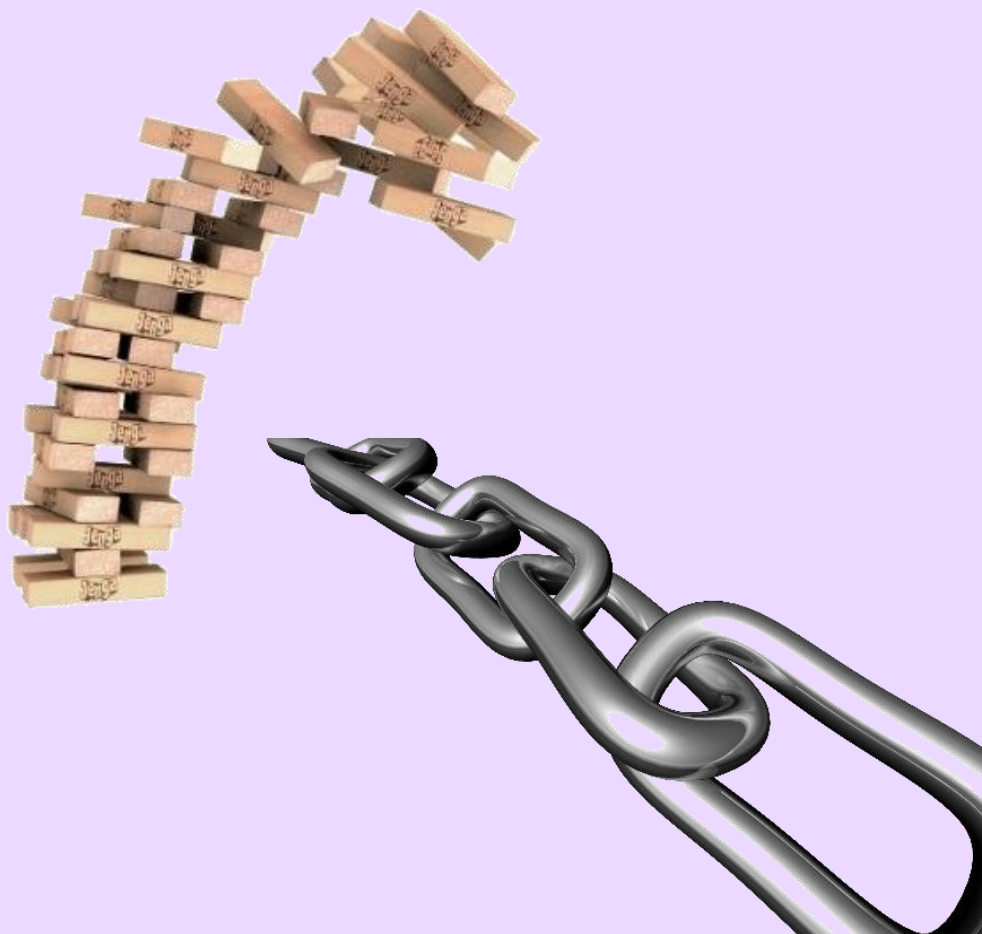
Travmatik olaylara tekrarlayan bir şekilde maruz kalma sonucunda ise kompleks travma ortaya çıkar. Bu travmatik olaylar:

- Savaş
- Doğal felaketler
- Istismar (fiziksel, cinsel, duygusal)
- Aile-içi şiddet
- Hastalık, sevilen birinin vefat etmesi ya da diğer kayıplar
- Fiziksel yaralanmalar



## Travmatik yaşantılar...

- Genellikle çocuk istismarı ya da aile içi şiddet gibi diğer olaylarla bağlantılıdır
- Kümülatif, yani üst üste eklenerek artan bir etkiye sahiptir
- Travmatik olayın şiddetine ya da olaya olan yakınlığa bağlı bir doz-etki ilişkisi vardır
- Diğer risk faktörlerine ve olumsuz olaylara maruz kalınması takdirde yüksek ihtimalle travmatik yaşantılar da ortaya çıkmaktadır



# Travma çocukları nasıl etkiler?

Travmaya maruz kalmış çocuklarda:

- Gecikmiş gelişme
- Duygu düzenlemesinde zorluk
- Diğer insanların duygularını anlamakta zorluk
- Yoğun utanma ve öfke duygusu
- Davranışsal ve nörolojik değişimler
- ve Ruh sağlığı problemleri görülebilir

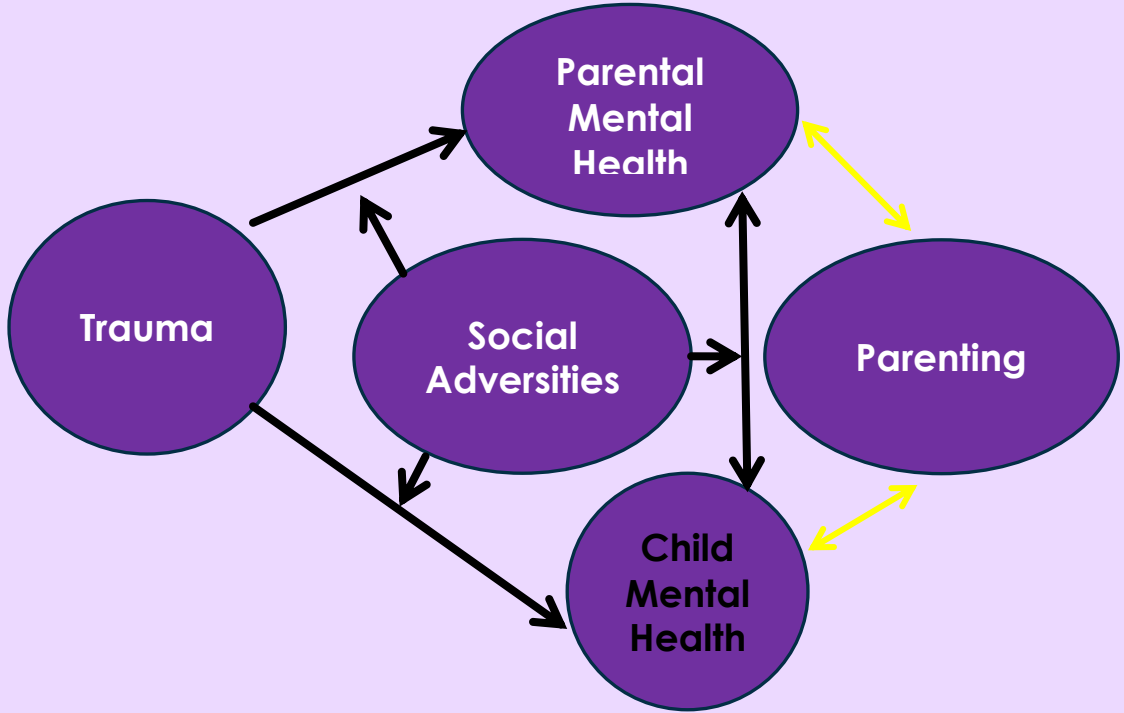


# Travmanın Etkileri

Travmanın sebep olduğu çoklu etkileşim aşağıdaki diyagramda gösterilmiştir. Örneğin:

- travmanın çocuk ve ebeveyn ruh sağlığını etkilediğini ve
- işsizlik, elverişsiz konaklama koşulları, sağlıksız yaşam alanları gibi diğer sosyal olumsuzlukların da travma-ruh sağlığı ilişkisinde rol oynadığını görüyoruz.

**Ebeveynlik kapasitesi**'nin önemi ise anahtar-aracı faktör olarak belirtilmiştir.





# Risk (vulnerability/kırılabilirlik) faktörleri

Çocuğun ileride ruh sağlığı problemleri geliştirmesi ihtimalini arttıran risk faktörleri:

- Yoksulluk
- Sosyal dışlanma
- Şiddete maruz kalma
- Fiziksel, cinsel ve duygusal istismar
- Ailesel ve sosyal destekten yoksunluk
- Ebeveyn ruhsal hastalığı, uyuşturucu ve alkol kötüye kullanımı



# Koruyucu (mukavemet/direnç) faktörleri

Çocukların olumsuzluklarla baş etmelerine yardımcı olan; gelişim ve potansiyellerini en yüksek seviyeye çıkaran koruyucu faktörler:

- Bakım verene güvenli bağlanmak
- Aile, arkadaşlar ve çevreyle karşılıklı saygı ve dürüstlüğe dayalı ilişkiler
- Eğitim hayatında başarılı olmak
- Başa çıkma stratejileri
- Çocuk-dostu destek ve servislere ulaşım



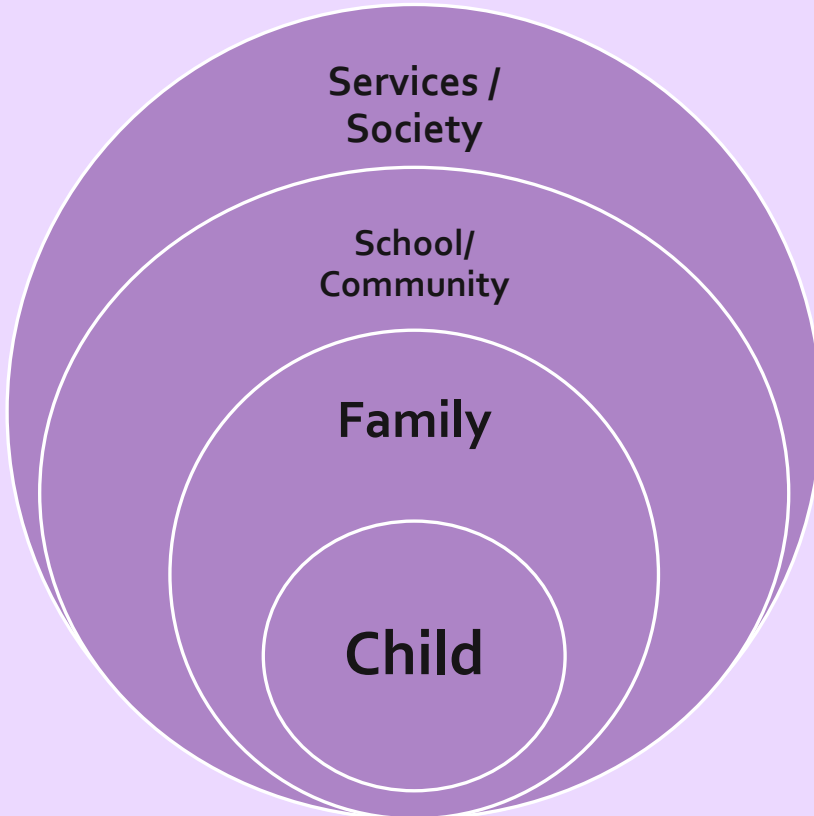


# Resilience framework (mukavemet/dayanıklılık çerçevesi)

Mukavemet çeşitli travmatik ya da stresli durumlara olumlu karşılık verebilme yeteneğidir.

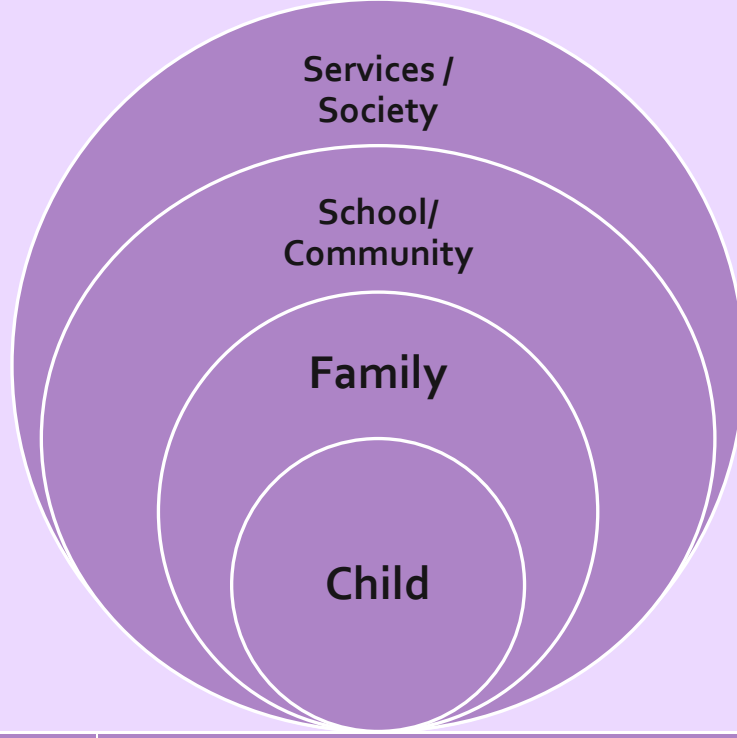
- Aşağıda gösterilen ekolojik sistemler modelinde, her halka çocuğa mukavemetini arttırma şansı verir
- Her halka dinamik bir şekilde birbiriyle etkileşim halindedir
- Dolayısıyla her halkada bulunan mukavemet arttırıcı faktörleri bulmak önemlidir

Ç



# Mukavemet erevesini Nasıl Uygularız?

Örneğın:



Seviye	Muhtemel mukavemet arttırıcı faktörler
Child/Çocuk	mizaç, başa çıkma stratejileri, maneviyat, inanç, özsaygı
Family/Aile	istikrar, güvenli bağlanma, olumlu ve tutarlı ebeveynlik
School/Community-Okul/Çevre	Okula erişim ve arkadaşlık
Services/Society-Servisler/Toplum	Güvenlik ve destekleyici iletişim ağları

# Görev!

Aşağıdaki kompleks vakalardan birini düşünün ve her basamaktaki mukavemet/dayanıklılık faktörünü belirleyin:

1. 6 yaşında bir çocuk, aile-içi şiddete maruz kalmış, yetersiz beslenmiş, okula gitmiyor, 4 tane kardeşi var, aile işsiz, gecekondu mahallesinde yaşıyorlar ve bu çocuk yetişkinlerle ve diğer çocuklarla bir araya geldiğinde agresifleşiyor
2. 13 yaşında bir çocuk, bakım evinde, fiziksel istismar ve ihmal geçmişi var, öğrenme zorluğu, sosyal olarak izole ve arkadaşı yok



# Korunmasız çocuklara yardım ederken karşılaşılan ortak bariyerler

- Yeterli destek ve servisin olmaması
- Uygun becerilere sahip kısıtlı sayıda profesyonel olması
- Yetersiz kaynaklar
- Kurumlar arasında iletişimsizlik
- Destekleyici politika ve mevzuat yetersizliği

*‘Yeni yerler açmak için insanların yardımları yeterli gelmiyor’*

*‘Çoğu zaman profesyoneller ya da danışmanlar olmadığından öğretmenler bu işi yapıyor... ama biz bu konuda yetkili değiliz. O yüzden bazen yanlış yapabiliyoruz.’*

*Kenya’lı çocuklar, öğretmenler, ebeveynler ve profesyonellerle çocuğun ruhsal ihtiyaçları üzerine yapılan görüşmelerden bazı alıntılar (Getanda, Vostanis & O’Reilly, 2017)*



# Toplumsal Bariyerler

Ruh sağlığının ayıplanması, toplumun kalıp yargıları ve bu alanın yeterli anlaşılamaması çocuğun yardımını kabul etme isteğini azaltabiliyor.

- *'Benim ruhsal problemim yok'*
- *'Sana ięne yapıp sonra da deliler hastanesine gönderiyorlar'*
- *'Paylaşmak istemiyorlar, çünkü bunları ona anlatırsam sonra hakkımda ne düşünür diye korkuyor olabilirler, ya da onlarla alay edileceğini düşünüyorlardır. '*



- *Kenya'lı çocuklar, öğretmenler, ebeveynler ve profesyonellerle çocuğun ruhsal ihtiyaçları üzerine yapılan görüşmelerden bazı alıntılar (Getanda, Vostanis & O'Reilly, 2017)*
- *Birleşik Krallık ruh sağlığı servisine devam eden refakatsiz mülteci ergenlerden alıntılar (O'Reilly, Majumder, Karim & Vostanis, 2015)*



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

© University of Leicester



World Awareness for Children in Trauma (WACIT)