

# MÜLTECİ ÇOCUKLARIN RUH SAĞLIĞI İHTİYAÇLARI HAKKINDA



World Awareness for Children in Trauma (WACIT)



**AHMET ÖZASLAN**

Bu kitapçığın amacı, mülteci çocuklara yardım etmek isteyen; yardım kuruluşları, öğretmenler, sosyal hizmet görevlileri, toplum önderleri ve tüm gönüllülerin bu çocukların çoklu ruh sağlığı ihtiyaçlarına olan farkındalığını artırmaktır.

# Mülteci çocuklarla ilişkide rolünüz nedir?

## Gerçekten fark yaratabilirsiniz!!

Mülteci çocuklar için öğretmenler, yardımseverler, bir dizi sağlık ve sosyal bakım hizmet görevlileri, toplum veya dini önderler ve onlar için gönüllü çalışanlar çok önemlidir. Belki de uzun bir süre sonra mülteci bir çocukla güven ilişkisi kurabilecek tek kişi siz olacaksınız. Aynı dili kullanmak iletişim kurmakta yardımcı olsa da şart değildir, iletişim kurmanın başka yolları da vardır. Bu nedenle siz;

- Onları dış dünyaya bağlayan bir pencere olma
- Sıcak ekmek, battaniye gibi pratik günlük yardımlar
- Sadece sıcak bir gülümseme ve umut
- Birçok farklı ihtiyaçlarıyla ilgili bilgi ve birikimleriniz ile

ruh sağlıklarını geliştirmeye katkı sağlayacak olan bütün bunları onlara sunabilirsiniz.



# Mülteci çocuklar: Küresel endişe

- Mülteciler; ırk, din ya da siyasi konulara bağlı oluşan baskı ve zulüm korkuları nedeniyle kendi ülkelerinden göç etmek zorunda bırakılan kişilerdir.
- Günümüzde dünya genelinde yaklaşık 65.6 milyon kişi göçe zorlanmıştır. Mülteci nüfusunun yaklaşık yarısını 18 yaşın altındakiler, çocuklar, oluşturuyor.

**33 MİLYON ÇOCUK!!**



# Hayatlarındaki birçok travmatik olaylar

## Göç öncesi

- Çatışma ve buna bağlı travmaya maruz kalma
- Yerel rejimden zulüm
- Mağduriyet ve birçok farklı istismar türlerine maruz kalma
- Aile veya topluluktan önemli kişinin ölümü veya kaybı

## Göç esnasında

- Devam eden zulüm
- Göç yolculuğu sırasında tehlikeler (bkz. deniz botları, kamyon konteynırları)
- Zorla çalıştırma
- Cinsel istismar

## Göç Sonrası

Ayrımcılık  
Stresli sığınma talebi süreci  
Toplumdan dışlanma  
Yeni kültür ve dile uyum sağlama  
Temel ihtiyaçların ve güvenliğin eksikliği

# Mülteci çocukların ruh sağılığı için risk faktörleri

Olası risk faktörleri, çocukların ruhsal sağılık sorunları geliştirmesi ihtimalini artırır:

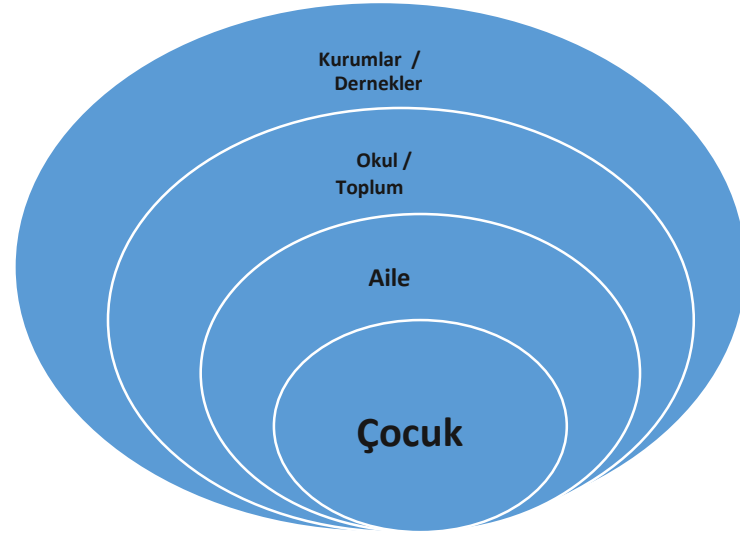
- Refakatsiz olma
- Önemli insanları kaybetmek
- Tekrarlayan travmatik yařantılar
- Ayrımcılık, zorbalık, istismar
- Yoksulluk
- Ev sahibi ülkeye yerleřmeye uyum süreci



# Mülteci çocukların ruh sağığı için koruyucu faktörler

Neyse ki, sıkıntı karşısında birçok faktörün mülteci çocuklara zorlu yaşam şartlarıyla baş etmesine ve potansiyellerini en üst düzeye çıkarmalarına yardımcı olduğunu da biliyoruz. Çoğu kez bu koruyucu faktörleri 'psikolojik dayanıklılık' olarak adlandırırız. Bunlar gelişmekte olan çocuk, aile, okul, toplum, destekler ve hizmetler etrafında inşa edilebilir:

- Kendi başa çıkma stratejileri
- Bakım verene güvenli bağlanma
- Eğitimde ilerlemeler
- Akran ilişkileri
- Toplum desteğı
- Ulaşılabilir ve uzlaşılabilir ilgili kurumlar





# Mülteci çocukların ruhsal ihtiyaçları ne durumda ?

- Mülteci çocukların çoğunlukla genel popölasyona göre sıklıkla dört kat ya da daha yüksek oranlarda ruh sağlığı problemlerine sahip olduğu iyi bilinmektedir. Bu sorunlar; fiziksel sağlık, gelişim ihtiyaçlar, diğer sosyal bakım, geçmiş yaşantıları ve mevcut yaşam sıkıntıları ile yakından ilişkilidir. Ruh sağlığı problemlerinin klinik yansımalarının ayrıntılı açıklamasını yapmak bu kitapçığın amacı olmasa da bunlar; çoğunlukla post-travmatik stres bozukluğu (PTSB), depresyon ve kaygı bozuklukları gibi içe atım bozuklukları ya da saldırganlık gibi dışa vurum semptomları ile giden diğer ruh sağlığı hastalıklarıyla karşımıza çıkabilirler.
- Ne normal yaşantıları patolojik olarak yorumlamak ne de ihtiyacı olan çocukları uygun müdahalelerden yoksun bırakmak doğru değildir. Bu müdahalelerin uygunluğunu belirlemenin önemi üzerine olan tartışmalar halen devam etmektedir.



# Yardıma ihtiyacı olan mülteci çocukları nasıl anlayabiliriz?

Özellikle refakatsiz olanlar çocuklar ve ebeveynleri için ruhsal sağlık sorunlarını tanımlayabilmek, farkında olmak ve bu sorunları paylaşmak için profesyonellere güvenmek ve yardım istemek zor olabilir.

Çoğu zaman, öğretmenleri ve bakımverenleri, onların geçmiş dönem öyküleri ve daha önceki gelişimiyle ilgili çok az bilgiye sahip olabilirler. Bu sebeple kişisel gözlemler, ebeveynleri harici diğer önemli yetişkinlerle bilgi paylaşımı ve çocuklar hakkında konuşma gibi etmenler çocuğun ihtiyaçları hakkında kapsamlı bir izlenim oluşturmamıza yardımcı olacaktır.





Huylarındaki ve alışkanlıklarındaki değişimlerin yanı sıra aşığıdaki gibi şikâyetlere de özellikle dikkat etmek gerekebilir:

- Baş ağrısı ya da mide ağrısı gibi somatik belirtiler
- Uyku düzeni (örneğin gece boyunca kabus görmeleri yüzünden gün boyunca uyku hali)
- İçe çekilme, akran grubuna katılmada isteksizlik, yalnız kalma isteği
- Çabuk öfkelenme
- Başkalarına karşı agresif davranışlar
- Çabuk ağlama
- Ruh halinde dalgalanma
- Ürkek görünüş
- Konsantrasyon bozukluğu
- Kendine zarar verme davranışı izleri ( kesik izi, morluk gibi)
- Akut stres sonrası kolay yatışmama

# Mülteci çocuklara yardım engelleri

- Güven eksikliği \*(örneğin "beni anlamıyorsunuz, güveneceğim kişi o değil, güven en önemlisi")
- Otorite ve sürgün korkusu
- Damgalanma
- Farklı ruh sağlığı kavramları ve bunların anlaşılması (örneğin 'zihinsel', 'deli değil', 'baş ağrısı', 'gözlerim acıyor')
- Dile bağlı problemler
- Halkın olumsuz tutumları
- Hizmetlere erişimin sınırlı olması veya hiç olmaması
- Kültürel olarak geliştirilmiş müdahalelerin eksikliği
- Mülteciler için belirlenen kaynaklarda eksiklik

# Mülteci çocuklara yardım etmek için engeller nasıl aşılır?

## Hassas, odaklanmış ve süregelen gözlemler:

- Farklı bağlamlarda ve çevrelerde
- Her zamanki davranışlardaki değişiklikleri arayarak
- Davranışların kültürel anlamlarını dikkate alarak
- Bakımverenler (veliler, bakıcılar ya da kurum personeli), öğretmenler, avukatlar gibi onlar için önemli yetişkinler ile birlikte bu gözlemleri teyit ederek

## Koruyucu ağin belirlenmesi için bağlantı noktaları:

- Aile ve diğer bakım verenler
- Okullar
- Mülteci kuruluşları
- Sosyal hizmetler
- Yardım kurumları
- Sağlık kurumları

## Psikolojik dayanıklılığın oluşumuna katkı sağlayan etmenler:

- Yeni dil öğrenmek
- Yeni arkadaşlıklar kurmak ve bunları korumak
- Eğlenceler ve diğer boş zaman aktiviteleri
- Kendi topluluğunda inanç, manevi ve diğer fırsatlar
- Kültürel açıdan uygun hizmetlere ve müdahalelere erişim
- Kurumlar arası bağlantılar
- Sağlığı hizmetlerine erişim yolları

Mülteci çocuğun ruh sağılığı ihtiyaçlarını ve bölgenizdeki hizmet boşluklarını aşağıdaki psikososyal modelin altı boyutunu göz önünde bulundurarak değeriendirebilirsiniz; daha sonra yapabildiğiniz kadarını iyileştirmeye çalışırsınız:

## WACIT PSİKOSOSYAL MODELİ



# **Mülteci çocuklara yardım etmeye çalışırken dikkat edilmesi gereken bazı hususlar**

- Çocuk fiziksel ve ruhsal olarak kendini güvende hissetmeli
- ‘Önce zarar verme’ ilkesi ile yaklaşın. Travmatik süreçlerini çözümlemek için hazır olmayabilirler. Bu nedenle onları istemedikleri sürece hiçbir şekilde terapi için zorlamayın.
- Rahat hissetmedikçe ve bunlar sizin içinde bulunduğunuz konumla alakalı olmadıkça onların hikayesini tekrar anlatmak ya da ilk defa sizinle paylaşmak için onları baskı altına almayın
- Tedavi yardımı ve sığınma talep süreci arasındaki ya da diğer temel ihtiyaçları karşılama arzusu hakkındaki hassasiyetlerinin ve kafa karışıklıklarının farkında olun
- Emin değilseniz, özellikle sığınma başvurusunun başarılı olacağı konusunda hiçbir şeyi garanti etmeyin
- Her bir çocuğa onların izin verdiği kadar hassas, gözlemci ve yakın durun (örneğin, birçok çocuk fiziksel temasla rahat hissetmez; bu nedenle başlangıçta çocuğa görüşme şartları anlatılmalı ve çocuğun onayı alınmalı)



World Awareness for Children in Trauma (WACIT)

**WACIT** ([www.wacit.org](http://www.wacit.org)) üzerinden bize katılmak ister misiniz ?

Bize katılmak için Prof. Panos Vostanis ([pv11@le.ac.uk](mailto:pv11@le.ac.uk)) ile iletişime geçebilirsiniz.

© University of Leicester