

TRAVMA SONRASI
PSİKOLOJİK
DANIŞMA

TRAVMATİK
YAŞANTILARI
OLAN
ÇOCUKLARLA
ÇALIŞMA



GELİŞİM...

Gelişim Alanları

Zihinsel (Bilişsel) Gelişim

Dil Gelişimi

Duygusal ve Sosyal
Gelişim

Fiziksel Gelişim

(İlk Çocukluk)
Okul Öncesi
Gelişim

3 – 6 yaş

(İkinci Çocukluk)
İlkokul Dönemi
Gelişim

7- 11 yaş

GELİŞİM VE TRAVMA

- ✓ Kendi **gücü** olduğuna inanmaya başlamıştır. Kim oldukları ve neyi ne kadar yapabildiğini **ortaya koymaya** çalışır.

(BAĞIMSIZLIK)

- ✓ İlişkilerdeki başarısızlık **suçluluk duygusuna** neden olur.

(ÖZGÜVEN)

01

İyi ile kötü
ayrımı net olarak
yoktur.

02

Fiziksel sonuç
önemlidir. Bir
şeyin sonucunda
ceza alınacaksa
yapmamak
gerekir.

03

Dışarıdan
denetlenir,
cezalandırılan
şey kötü,
ödüllendirilen
davranış iyidir.

04

Anlama ve söz
vermelere özel
bir değer verilir

GELİŞİM VE TRAVMA

GELİŞİM VE TRAVMA

1. Dikkatleri kendilerine yöneliktir ve bu duygularını öğretmenlerine ve arkadaşlarına yayabilirler.
2. Ben merkezcidirler ve sıkça kendilerini başkalarının yerine koymayı beceremezler.
3. Başkaları hakkında keskin yargılar geliştirebilirler .
4. Basma kalıp ya da tekrara dayalı oyunlar ya da sadece kendi başına oynama.
5. Kayıtsız kalma ve duygusuz davranışlar.
6. Sorunlar çıkararak kendini ifade etme.

RİSK FAKTÖRLERİ

- İşlevsel olmayan başa çıkma mekanizmaları
- Süreğen hastalığı olma
- Özel gereksinimli olma
- Ekonomik sıkıntılar
- Zorlu yaşam olayına eşlik eden ruh sağlığı sorunları
- Olumsuz aile atmosferi

RİSK FAKTÖRLERİ

- Zorlu yaşam olayına doğrudan tanık olma
- Sosyal destek kaynaklarının olmaması veya az olması
- Zorlu yaşam olayıyla beklenmedik bir şekilde karşılaşma
- Geçmiş travmatik deneyimler
- Zorlu yaşam olayına eşlik eden stres kaynakları

KORUYUCU FAKTÖRLER

Ebeveyn-çocuk arasındaki destekleyici ilişki

Ailenin davranış ve değerler için uygulanabilir, gerçekçi ve net beklentiler içinde bulunması

Yeterli sosyoekonomik statüye sahip olma

Akraba ve aile dışı yetişkin desteği

Psikososyal destek olanakları

Arkadaş edinebilme ve var olan ilişkileri sürdürebilme yeteneği

Sağlıklı fiziksel gelişim

Aile ve okul arasındaki pozitif ilişki

Akran / Arkadaş desteği

TRAVMA SONRASI TEPKİLER

Duygusal Tepkiler

- Kaygı, endişe, korku (Özellikle zorlu yaşam olayına dair uyaranlardan korkma: karanlık, ses vb.)
- Üzüntü
- Umutsuzluk ve çaresizlik
- Suçluluk
- Huzursuzluk

Davranışsal Tepkiler

- Ağlama/öfke krizleri
- Oyuncaklara, arkadaşlara ve ebeveynlere zarar verme
- İnkâr etme
- Regresyon (Altını ıslatma, parmak emme vb.)
- Aşırı hareketlilik, yerinde duramama
- Ebeveynlere aşırı bağlılık gösteren davranışlar sergileme
- Sosyal olarak geri çekilme
- Gerçekçi olmayan abartılı hikâyeler anlatma

Bilişsel Tepkiler

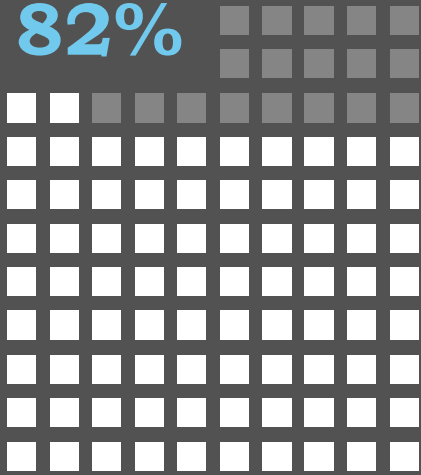
- Zihni zorlu yaşam olayıyla meşgul etme
- Dikkatte azalma ve odaklanmada güçlük
- Kafa karışıklığı
- İstenmeyen, kontrol edilemeyen düşünceler

Fiziksel/Somatik Tepkiler

- Beslenme sorunları
- Karın ve baş ağrıları
- Uyku sorunları (Uykuya dalmakta güçlük, kabus görme, sabah uyanamama)
- Sindirim sistemi sorunları

İstatistikler bize ne anlatıyor?

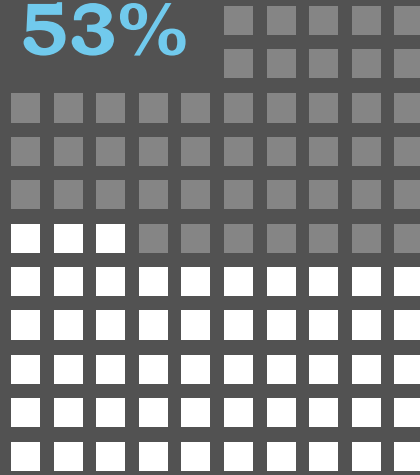
82%



Çocuklar

Savaş ve terör travması.

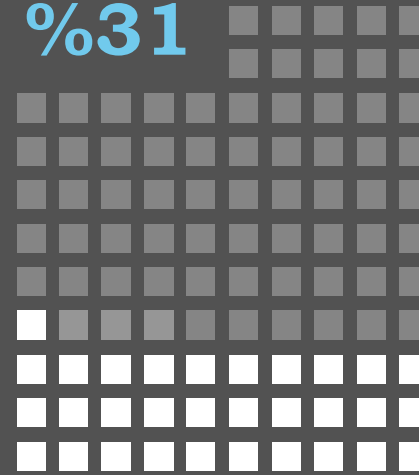
53%



Çocuklar

Aile içi şiddet
Düşük sosyo-ekonomik düzey

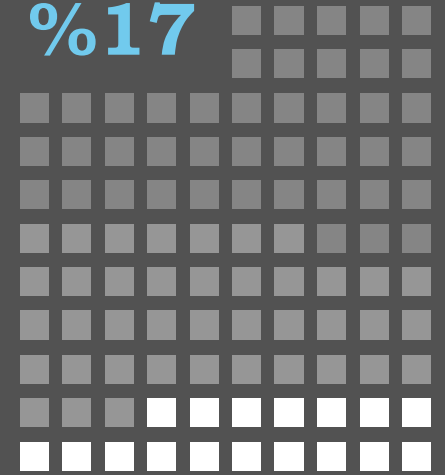
%31



Çocuklar

Yakınlarını kaybeden
Çocuk ihmali ve istismarı
Çocuk işçiliği
Gerileme davranışları

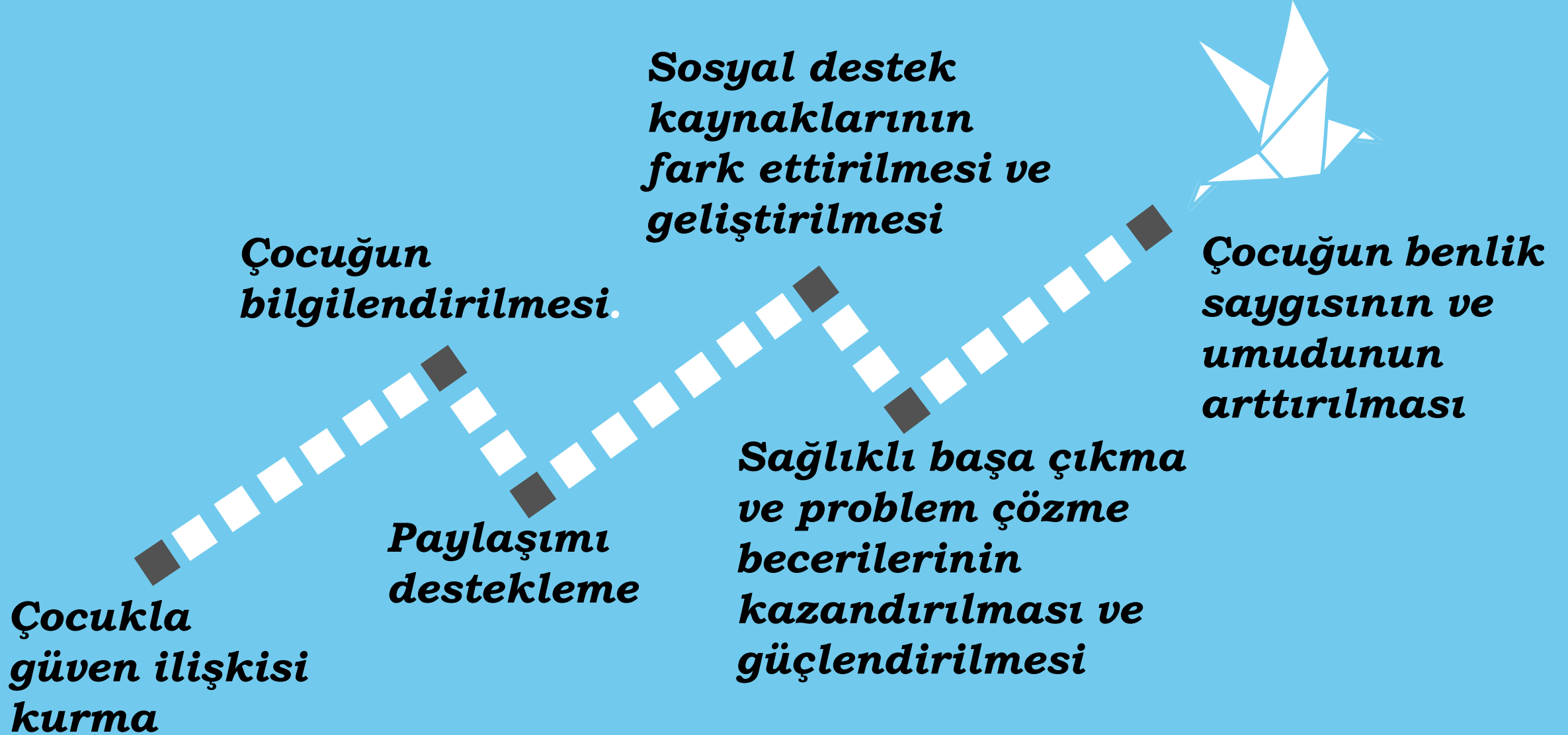
%17



Çocuklar

Hastalıklar
Trafik kazaları

Çocukla Psikolojik Danışma Süreci



Çocukla güven ilişkisi kurma

Neden ilk oturumlar önemlidir?

Danışma sürecinde anne-baba ile görüşme?

Gizlilik?

Çocukların aklındaki sorular: Ortam neresi? Ne yapacağız burada? Sen kimsin?

“Çocuklar İçin Oyun Terapisi İlk Kitabı”

“Duygu Saklambacı”

Dinlemek

Anlamak

Doğrulamak



Çocuğun bilgilendirilmesi

Çocukların olayla ilgili hatalı varsayımlarının düzeltilebilmesi...

Travmatik yaşantı sonrası gösterdiği tepkileri olayı yaşayan herkesin verebileceği tepkiler olduğunu anlayabilmesi...

Gelecekle ilgili kaygılarının azaltılabilmesi

Olay sonrası gelecekleriyle ilgili daha gerçekçi bilgiler edinilebilmesi....

Paylaşımı destekleme

Çocuğun deneyimlerinin, duygularının, düşüncelerinin ve sorunlarının **dinlenilmesidir**.

Oyun çocuk için kendini ifade etme biçimidir.

Çocukla etkili iletişim: Göz kontağı, güler yüz, onaylama mesajları

«Duygu Yüzleri Kartı»

«İki Küçük Serçe Tekniğı»

«Karınca Yuvası Tekniğı»

DUYGU DÜZENLEME ETKİNLERİ

Sosyal destek kaynaklarının fark ettirilmesi ve geliştirilmesi

Sosyal destek kaynaklarını fark etmesi çocukların

- Günlük hayata uyumunu kolaylaştıracak,
- Çevresindeki bireylerle yeni bağ kurmalarına destek olacak

Baş etme becerilerinin gelişmesini sağlayacaktır.

«ÇUKUR» «ÇAKIL TAŞLARI»

Sağlıklı başa çıkma ve problem çözme becerilerinin kazandırılması ve güçlendirilmesi

- Çocuklarının beklemedikleri bir anda karşılaştığı olaylarla başa ıkabilmelerinde
- Yeni problem çözme davranışlarını uygulamaya dökabilmelerinde
- Yeni başa çıkma ve problem çözme becerilerini kazanmalarında

etkili olan oyun içeren etkinliklerdir.

«Kara řemsiye»

Çocuğun benlik saygısının ve umudunun artırılması

➤ Yetersiz, çaresiz, güçsüz, korkulu....

çocukların keşfedilmemiş güçleri, henüz kullanmadıkları yetenekleri ve farkında olmadıkları ama bu süreçte işlerine yarayacak pek çok beceriye sahiptirler.

«Güçlü Yanlarım»

«Köy Resmi»

«Düş Ağacı»

«Dilek Ağacı»

KAYNAKLAR

- Boelen, P. A., & Spuij, M. (2013). Symptoms of post-traumatic stress disorder in bereaved children and adolescents: Factor structure and correlates. *Journal Of Abnormal Child Psychology*, 41(7), 1097-1108.
- Erdur Baker, Ö & Doğan, T. (2018). *Kriz Danışmanlığı*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Erdur Baker, Ö. & Doğan, T. (2014). *Afetler, Krizler, Travmalar ve Psikolojik İlk Yardım*. Ankara: Türk PDR Derneği Yayınları.
- Erdur Baker, Ö., Aksöz Efe, İ. & Doğan, T. (2021). *Travma Psikolojisi*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Herman, J. (2016). *Travma ve İyileşme* (Çev.: Tamer Tosun). İstanbul: Literatür Yayıncılık.
- Jimenez, M. E., Wade, R., Lin, Y., Morrow, L. M., & Reichman, N. E. (2016). Adverse experiences in early childhood and kindergarten outcomes. *Pediatrics*, 137(2), 1-11. doi:10.1542/peds.2015-1839.
- Levine, P. A. (2017). *Travma ve Anı: Zihin ve Bedende Yaşayan Geçmişin İzini Sürmek*. İstanbul: Butik Yayıncılık.
- Montague, K. T., Christensen, K., & Furr, S. (2020). Counselor preparation in crisis, trauma, grief, and neurocounseling. *The Journal of Counselor Preparation and Supervision*, 13(4), 1.
- Ratrou, H. F., & Hamdan-Mansour, A. M. (2020). Secondary traumatic stress among emergency nurses: Prevalence, predictors, and consequences. *International journal of nursing practice*, 26(1), e12767.
- Savi Çakar, F. (2019). *Travma Psikolojik Danışmanlığı*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Scheeringa, M. S., Zeanah, C. H., & Cohen, J. A. (2011). PTSD in children and adolescents: Toward an empirically based algorithm. *Depression and anxiety*, 28(9), 770-782.
- Scott, C. & Briere, J. N. (2016). *Travma Terapisinin İlkeleri* (Çev.: Kollektif). İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Blaustein, M. E. (2013). Childhood trauma and a framework for intervention. In E. Rossen, R. Hull (Eds.). *Supporting and educating traumatized students: A guide for school-based professionals* (pp. 3-21). New York: Oxford University Press.