

SHB 348 KRİZE MÜDAHALE

1. Hafta: Giriş-Tanımlar
Öğr. Gör. Ezgi Arlan Özdemir



Wellesley Projesi: Krize Müdahalenin Gelişimi

- Eric Lindemann (1944) krize müdahaleye odaklanan ve ilk büyük topluluk olan zihinsel sağlık programını başlatmıştır. Boston'da 28 Kasım 1942'deki, Coconut Grove yangınında yaralanan ya da ölen kurbanların yakınlarının yaşadığı yas tepkilerini incelemiştir. Coconut Grove gece kulübünün yanmasıyla o gece 493 kişi ölmüştür. Bu, Amerika'nın tarihindeki en büyük bina yangınıdır. Lindemann, sevdiklerini kaybedenlere yardım etmek için Massachusetts Genel Hastanesi'ndeki (MGH) gruplara katıldığında, sosyal hizmet uzmanları ve diğer toplum hizmetlilerinin de yas çalışması ile insanlara yardım edebileceğine inanmaya başlamıştır. O zamana kadar kişilik bozuklukları ya da biyokimyasal hastalıklardan kaynaklandığı düşünülen belirtiler ile kaygı ve depresyonu olanlara sadece psikiyatrlar ve psikologlar hizmet vermişlerdir

Wellesley Projesi: Krize Müdahalenin Gelişimi

- Lindemann çalışması sonrasında, Wellesley Projesi olarak bilinen; Cambridge, Massachusetts'te toplum çapında bir zihinsel sağlık programı oluşturmak üzere Gerald Caplan ile birlikte çalıştı.
- İlk başta ani ölüm ya da prematür bir çocuğun doğumu gibi travmatik olaylara maruz kalmış kişilerle çalıştılar. Bir bebeğin ölümü ya da normal olmayan bir bebeğin doğumunun yasıyla uğraşan kadınlarla çalışmaya odaklanma durumu, II. Dünya Savaşı sona erdikten sonra, 1940'ların sonlarında başlayan bebek doğumundaki patlamadan etkilenmiştir. Milyonlarca kadın hamile kalmış ve bazılarının hamileliği ile ilgili komplikasyonlar olmuştur. Doktorlar sabah bulantılarını önleyen yeni bir ilaç olan talidomidi denemiş ancak bu ilaç da doğum kusurlarına ve diğer komplikasyonlara yol açmıştır. ilaç nedeniyle bebeklerinde doğum kusurları olan bu kadınlar travmalarını çözmenin bir yoluna ihtiyaç duymuşlardır.
- Caplan'ın pozitif gelişimi teşvik etmek ve psikolojik bozukluk olasılığını en aza indirmek için erken müdahalenin sağlandığı önleyici psikiyatriye odaklanması, zihinsel sağlık danışmanlığına vurgu yapılmasına yol açmıştır. Krize müdahale kavramının, henüz o tarihte bile düşünülmemiş olmasına inanmak zor görünebilir. Caplan'ın yaklaşımı kısa vadeli, yönlendirici ve krize müdahale odaklı bir akım başlatmıştır. İlginçtir ki, günümüzdeki krize müdahale kuramının çoğu kısmı Wellesley Projesi'nden gelmektedir.

Wellesley Projesi: Krize Müdahalenin Gelişimi

- Caplan, Wellesley Projesi'ndeki araştırmasında, bazı kişilerin içinde buldukları durumla diğerlerinden daha iyi başa çıkabildiklerini keşfetmiştir. Caplan, kriz durumundan çıkabilen ve krize girmeyen kişilerin gösterdiği etkili başa çıkma davranışının yedi özelliğini açıklamıştır.
- Bir danışanın duygusal sıkıntısı yönetilebilir bir düzeye indirildiğinde, kriz çalışanı başa çıkma stratejileri sunabilir Bu stratejiler; kurumlara, gruplara, doktorlara ve avukatlara yönlendirmekten; okumaya, günlük tutmaya ve egzersiz yapmaya yönlendirmeye kadar uzanmaktadır. Caplan'ın yedi başa çıkma davranış özelliği, çalışanlara, yaratıcı bir şekilde bilişleri değiştiren, duygusal sıkıntıyı azaltan ve işlevselliği artıran bir planı oluşturmada rehberlik edebilir.

Caplan'ın Etkili Başa Çıkma Davranışının Yedi Özelliği

1. Gerçeklik ile ilgili sorunları aktif biçimde araştırmak ve bilgi aramak

2. Hem olumlu hem de olumsuz duyguları özgürce ifade etmek ve engellenmeleri tolere etmek

3. Aktif olarak diğerlerinden yardım

4. Sorunları yönetilebilir parçalara bölmek ve bunlar üzerinde birer birer çalışmak

5. Mümkün olduğunca pek çok işlevsellik alanında kontrolü korurken, tükenmenin ve başa çıkma çabalarının ilerleme hızının farkında olmak

6. Mümkünse duyguların üstesinden gelmek; esnek olmak ve değişmeye istekli olmak

7. Kendine ve diğerlerine güvenmek ve sonuç hakkında temel bir iyimserliğe (optimizm) sahip olmak

Kaynak: Caplan, G. (1964). Principles of preventive psychiatry, New York: Basic Books.

Kriz, hayatın doğal bir parçası

- Kriz sözcüğü sıklıkla panik, acil durum ve kontrolden çıkma hissi uyandırır. Bu durum; doğal afetler, bombalama, silahı yaralama ve kişisel saldırı durumları için geçerli olabilmektedir. Ancak, diğer zamanlarda kriz hayatın normal bir parçası olarak görülebilir. Krizler, stresle başa çıkmakta zorluk çeken normal, ortalama bireylerin hayatında meydana gelmekte ve bu nedenle de çoğumuzun ilişkilendirebileceği bir durumu temsil etmektedir.

Faydalanılan kaynaklar

- Kolski, T.D., Avriette, M. ve Jongsma, A.E. (2001). The Crisis Counseling and Traumatic Events. Wiley.
- Roberts, A.R. (2005). Crisis Intervention Handbook: Assessment, Treatment and Research. New York: Oxford University Press.
- SAYIL-OĞUZ, I., BERKSUN-REFİA PALABİY, E. (2000). Kriz ve Krize Müdahale. Ankara: Ankara Üniversitesi Araştırma Merkezi
- Psikolojik Krizler ve Müdahale Yöntemleri
- [KristiKanel](#)