

Psikososyal Çalışmaları Uygulama Örnekleri

1. Destek Grup Toplantıları:

Yetişkinlerin ve çocukların deneyimlerini, endişelerini tarafsız bir ortamda paylaşmalarını sağlayarak kişilerin ortak duygulara sahip olabileceğinin anlaşılması sağlanmaktadır.

2. Sanat ve El İşi Aktiviteleri:

Travmatize olmuş kişilerin yetenek ve ilgileri doğrultusunda duygularını sözel olmayan yollarla ifade edilmesini sağlamak amacıyla sanatsal faaliyetlere yönlendirilmesi uygun olacaktır.

3. Spor ve Fiziksel Aktiviler:

Kişilerin travma sebebiyle kaybolan güven duygularını işbirliğine dayalı spor ve fiziksel aktiviteler ile tekrar kazanmaları sağlanabilir.

4. Çocuklar İçin Oyun Aktiviteleri:

Çocukların stres ve zorluk yaşadıkları ortamlardan ziyade rahatlamaları için oyun ortamları oluşturmak travma sürecinin iyileşmesine katkı sağlayacaktır.

Travmatik Olaylarla Başetmede Aileye Öneriler

Travmatik olaylarda aile desteği olumlu bir katkı sunmaktadır. Çünkü bir insanın en çok zaman geçirdiği ve kendisindeki değişiklikleri fark edebilecek olan ailesidir. Bu nedenle travmatik olaylar karşısında aile üyeleri birbirine sevgi ve şefkatle yaklaşmalıdır. Araştırmacılar stresle başa çıkabilen ailelerin özelliklerini incelemiştir. Aşağıda açıklanan bazı stratejilerin stres yaratan olaylara uyumu kolaylaştırdığı gözlemlenmiştir:

- ◇ Stres yaratan durumu kabul etme
- ◇ Sorunları hep birlikte uğraşarak çözme
- ◇ Yaşamla ilgili yeni ve olumlu bakış açısı geliştirme
- ◇ Aile içi açık ve etkili iletişim
- ◇ Aile içi rol ve beklentilerde esneklik
- ◇ Aile ortamının güven verici olması şeklinde sıralanabilir.



T.C

KİLİS VALİLİĞİ

MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ

REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



“PSİKOSOSYAL ATOM”

PROJESİ TANITIM

BROŞÜRÜ

Adres: Yaşar Aktürk Mahallesi Cengiz Topel Caddesi
No:1 Merkez/ KİLİS
Tel: (0348) 814 26 41
okulweb.meb.gov.tr/79/01/362607

“Psikososyal Atom” Projesi

“Psikososyal Atom” Projesi ülkemizde geçici koruma statüsünde bulunan Suriyeli göçmenlerin yaşadıkları savaş travmalarını azaltmak, normal hayata uyumlarını kolaylaştırmak amacıyla başlatılmış bir projedir. Kilis ilinde yoğun sayıda Suriyeli göçmenlerin bulunması projenin ortaya çıkmasında etkili olmuştur. Bu kapsamda psikolojik danışmanlar tarafından yetişkinlere yönelik 4 saatlik psikososyal destek uygulamaları gerçekleştirilmektedir. Proje kapsamında hazırlanan psikososyal destek içerikleri velilere aktırılacak, örnek uygulamalar yapılacaktır. Programda travma sonrası stres tepkileri, yetişkinlerin kendilerine nasıl destek olabilecekleri, travmatik olaylara verilen tepkilerdeki kültürel farklılıklar vb. konulara değinilecektir. Yapılan çalışmalar sonunda gönüllü olan velilere uzun erimli çalışmalar ve

Travma Sonrası Stres (TSS) Nedir?

Travma, “kişi üzerinde beden ve ruh açısından önemli ve etkili yaralanma belirtileri bırakan yaşantı” anlamına gelmektedir. Travma doğrudan yaşanmış, tanık olunmuş veya başkasından öğrenilmiş olabilmektedir. Yaşanan travmanın üzerinden yıllar bile geçse kişinin stres tepkileri verebildiği görülmektedir. Suriyeli göçmenlerin de ülkelerinde yaşamış oldukları iç savaşın etkisiyle yıllar sonra bile travma sonrası stres belirtileri gösterdikleri gözlemlenmiştir. Bunlardan bazıları aşağıda sıralanmıştır:

- ◇ *Travmatik olayın yeniden yaşanması*
- ◇ *Travmayla ilgili düşünce ve duygulardan kaçınma*
- ◇ *Fizyolojik Uyarılma*

Travmanın Aileler Üzerindeki Sosyal Etkileri

Travma sonrasında aileler davranışsal, duygusal ve bilişsel yönler dışında travmadan sosyal olarak da etkilenirler. Travmanın sosyal etkileri aşağıda özetlenmiştir:

- ◇ Aile yapısının ve rollerinin değişebilmesi
- ◇ Aile, arkadaş ve akrabalarından uzaklaşma
- ◇ Aile içi çatışmalarda artış
- ◇ Özellikle çocukların güven ihtiyacı duyması nedeniyle ilgi görme isteklerinde artış
- ◇ Ailenin birlikte olması ve hoş vakit geçirmesi için koşulların oluşmaması
- ◇ Maddi ve manevi kaynakların azalması durumunda karşılaşılan sorunlar