



ÇOCUK DESTEK PROGRAMI

Alle, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı
Çocuk Hizmetleri Genel Müdürlüğü



ÇOCUK DESTEK PROGRAMI

Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı
Çocuk Hizmetleri Genel Müdürlüğü

ANKA ÇOCUK DESTEK PROGRAMI

Program Koordinatörü

Emin ERASLAN

Daire Başkanı

Program İzleme Grubu

Mesut DEMİRTAŞ

Celal SULU

İbrahim Kürşat ERGÜT

Hakan KEÇE

Program Geliştirme Ekibi

Prof. Dr. Kültegin ÖGEL

M. Kadir AKBULUT

Ceyda YILMAZÇETİN

Çiğdem VAİZOĞLU

Sena YÜCESAN

Hizmet İçi Eğitim Gerçekleştirme Ekibi

Hatun ÖZKÜMÜŞ

Hakan KEÇE

Mustafa ATALAY

Katkıda Bulunanlar

Adem HAYTA

Ali ÖZDEMİR

Avni OKAY

Aylin ŞENOĞLU

Ayşe Altunkaya ERDOĞMUŞ

Başak Gökdal BAYRAKTAR

Berçem BARUT

Cana DEDE

Çiğdem FİDAN

Elif ÜNVER

Esmâ İNCE

GülDen GÜNEŞLİGÜN

Hülya Yaşar ARSLAN

Hüseyin BATMAN

Kıymet Korkmaz YEMİŞEN

Kuduret GÜLTAŞ

Mehmet KOÇAK

Metin Gani TAPAN

Nurdan KENDİRLİ

Özlem ŞAHİN

Pelin GÜRAĞAÇ

Sakine Çiğdem KOÇ

Sara ÖZKAN

Serdar Ahmet SARIKAYA

Serpil YILDIRIM

Sinem ERUSTA

Tuğba GÜNALP

Zehra AKÇA

Zeynep DEMİRCİ

İÇİNDEKİLER

- 5 Önsöz ve Teşekkür
- 7 Genel bilgiler
- 8 Bireysel Risk Değerlendirme Formu (BİRDEF)
- 68 Destekleyici ortam bileşenleri
- 76 Temel danışmanlık teknikleri
- 82 Bireysel danışmanlık
- 130 Aileyle çalışma
- 184 Destekleyici personel için yaklaşım ilkeleri
- 188 Krize müdahalede kurumsal yaklaşım
- 198 Kaynaklar

Önsöz ve Teşekkür

Anka Çocuk Destek Programı; suça sürüklenen, suç mağduru olan ve sokakta sosyal tehlikelerle karşı karşıya kalan ve hayatın kısıyında olan çocuklarımızı; düşünen, kendini geliştiren, kendine ve başaracağına inanan, yaşam becerisini zenginleştiren, entellektüel kapasitesini geliştiren, refah ve mutluluk içinde yaşam kalitesini arttıran çocuklar olmalarını isteyen, farklı kurumlarda çalışan yetkililer, saha çalışanları ve akademisyenlerden oluşan iyi niyetli insanların çocuklar için bir araya gelmesiyle az zamanda çok emek harcanarak 2014 yılında geliştirilmiş bir programdır. Program ismi küllerinden yeniden doğmayı simgeleyen Zümrüdü Anka kuşundan ilham alınarak belirlenmiştir.

Programın ilk geliştirilme sürecinde Avrupa Birliğinin finansal, UNICEF'in ise teknik desteği, alınmıştır. Programın geliştirilmesinde Bakanlığımız merkez ve taşra teşkilatı çalışanları ile alanında uzman akademisyenlerden oluşan bir çalışma grubu oluşturulmuş, çalışma grubu tarafından yapılan çalıştaylar ve pilot çalışmalar sonucu Anka Çocuk Destek Programı ve kurum bakımı altındaki çocukların risk ve ihtiyaçlarını belirlemeyi hedefleyen bir ölçek olan Bireysel İhtiyaç ve Risk Değerlendirme Formu (BİRDEF) geliştirilmiş, ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Anka Çocuk Destek Programı Uygulama Yönergesi 09/01/2015 tarihinde yayımlanarak yürürlüğe girmiştir.

Çok yönlü yaklaşım ve müdahaleyi amaçlayan Anka Çocuk Destek Programı, psiko sosyal destek ve müdahale hizmetlerine ilişkin standart bir uygulamanın hayata geçirilmesi açısından bir ilk olmasının yanında, personel açısından karmaşık ve zor bir alan olan rehabilitasyon sürecinde personele yol gösterici, önemli bir kaynak niteliği de taşımaktadır.

Anka Çocuk Destek Programının bu alanda yapılacak çalışmalara yol gösterici olmasını diliyor, programın geliştirilmesinde destek veren Bakanlığımız merkez ve taşra teşkilatı personeline, değerli akademisyenlere ve tüm emeği geçenlere teşekkür ediyoruz.

Amaç

Bu programın amacı; koruma ve bakım altındaki çocuklara yönelik psikososyal destek ve müdahale programı geliştirmektir.

Temel teorik dayanak

Programın temel paradigması Sosyal Öğrenme Teorisi'ne dayanmaktadır. Programda süreç "Risk, İhtiyaç ve Uygunluk Modeli"ne uygun bir şekilde planlanmıştır. Bilimsel yaklaşım ise Bilişsel Davranışçı Terapi, Farkındalık Temelli Terapiler (Mindfulness)ve Diyalektik Davranış Tedavisi (DBT)temelinde geliştirilmiştir.

Geliştirme süreci

Program 2014 yılının Temmuz-Eylül aylarında geliştirilmiştir. Geliştirme aşamaları aşağıda belirtilmiştir.

- Öncelikle 30 ASPB personelinin katıldığı bir ihtiyaç analizi çalıştay yapılmıştır.
- Çalıştaydan elde edilen bilgiler doğrultusunda taslak materyal geliştirilmiştir.
- Daha sonra taslak materyal üstüne ayrı bir çalıştay yapılmıştır.
- Bireysel risk değerlendirme formu 300 çocuğa ASPB personeli tarafından uygulanmış ve bir pilot araştırma yapılmıştır. Ayrıca grup çalışmaları için bir pilot uygulama düzenlenmiş, her grup çalışması en az iki uygulamada değerlendirilerek çocuklara uygunluğu ve kurumda uygulanabilirliği test edilmiştir.
- Pilot uygulamadan elde edilen bilgiler başka bir çalıştayda tartışılmıştır.
- Çalıştaylardan edinilen geri bildirimlerle program son haline getirilmiştir.

Programın bileşenleri

Program aşağıdaki bileşenlerden oluşmaktadır:

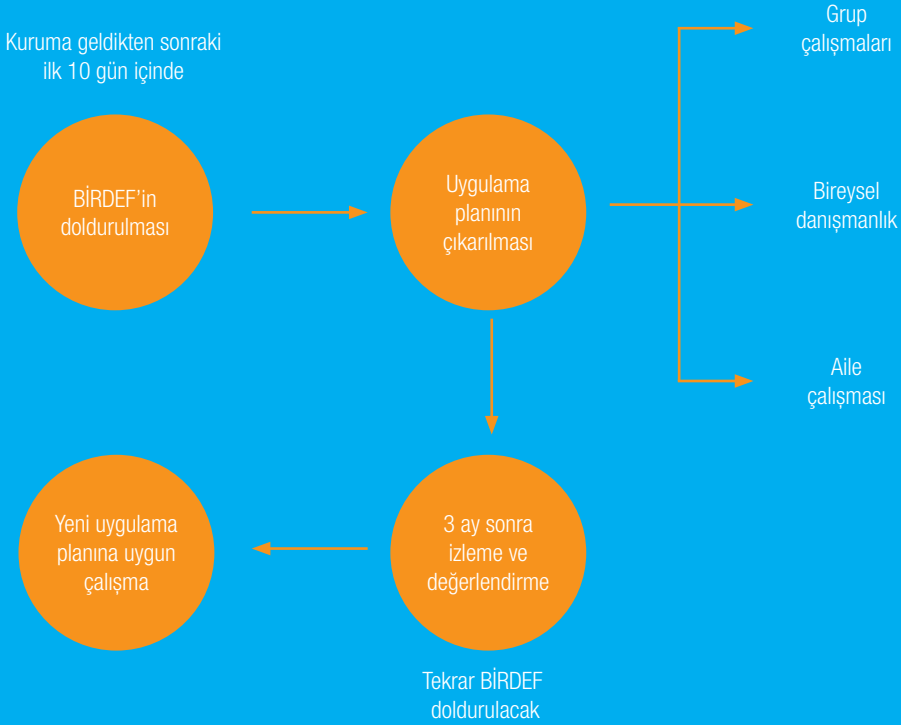
- Bireysel risk değerlendirmesi
- Destekleyici ortamın bileşenleri
- Grup çalışmaları
- Bireysel danışmanlık
- Aile çalışmaları

- Destekleyici personel için yaklaşım ilkeleri
- Krize müdahalede kurumsal yaklaşım

Uygulama süreci

Programın uygulama süreci şekil 1’de gösterilmiştir. Buna göre BİRDEF çocuk kuruma geldikten sonra 10 gün içinde uygulanacaktır. BİRDEF’in sonuçlarına her çocuğun risk ve ihtiyaçları belirlenecek, buna göre bir Uygulama Planı hazırlanacaktır. Çocuk risk ve ihtiyaçlarına uygun grup çalışmalarına alınacak ve/veya bireysel danışmanlık uygulanacaktır. Çocuğun durumuna uygun olarak aile çalışması yürütülecektir. Tüm bu çalışmalar programda belirtilen destekleyici ortam ve temel danışmanlık becerileri çerçevesinde yapılacaktır. Kurum içi sorun yaşandığında krize müdahalede kurumsal ilkeler uygulanacaktır. 3 ay sonra BİRDEF izlem formu doldurulacak ve çocuğa uygun yeni müdahaleler belirlenecek ve buna göre uygulamalara devam edilecektir.

Şekil 1:



NEDEN BİRDEF?

- BİRDEF'in hedefi; erken, doğru ve güvenilir risk ve ihtiyaç değerlendirmesi yapmaktır.
- Kurumlar ve uzmanlar arasında standardın sağlanması hedeflenmektedir.
- Sorun alanları; araştırmalarda riskli davranış gösteren çocuklarda sık görülen belirtiler arasından seçilmiştir. Böylece bir çok sorun alanı standart biçimde taranabilecektir.
- Her çocuğun farklı riskleri ve ihtiyaçları vardır. Bireysel risk ve ihtiyaçların saptanması, müdahalenin de bireyselleşmesini sağlayacaktır.

GELİŞTİRİLME SÜRECİ

- BİRDEF oluşturulması için öncelikle bir "İhtiyaç Analizi Çalıştayı" yapıldı.
- Bilimsel literatür ve çalıştaydan edinilen bilgiler ışığında taslak bir form geliştirildi.
- Geliştirilen taslak form, ikinci bir çalıştayda meslek elemanları tarafından gözden geçirildi.
- Gözden geçirilen taslak formlardan eksik doldurulan formlar çıkarılmış ve 291 çocuğa ait form değerlendirmeye alınmıştır.
- Yapılan pilot uygulamadan elde edilen verilerin analizi ve edinilen deneyimlere göre BİRDEF geliştirildi.

BİRDEF'İN YAPISI

- BİRDEF; 13 sorun alanı değerlendiren 68 sorudan ve güçlü yanları değerlendiren 6 sorudan oluşmaktadır.
- Her sorun alanının değerlendirilmesi üçlü likert skala üstünden yapılmaktadır.
- Eğer bir sorun alanı için yeterli bilgi yok, bilgi güvenilirmez veya o sorun alanı çocuğun özellikleri nedeniyle cevaplanamaz durumda ise; o zaman Bilinmiyor-Uygulanamaz-Güvenilmez (BUG) seçeneği işaretlenmelidir.
- Bir sorun alanı çocukta yok ve çocuk bu sorun alanındaki olumsuz özellikleri taşıyorsa; bu durumda güçlü yan (GY) seçeneği işaretlenmelidir. Güçlü yan seçeneği alt sorun alanları için değil, temel sorun alanları için geçerlidir.

DOLDURMADAN ÖNCE YAPILMASI GEREKENLER

- Formu doldurmadan önce varsa Sosyal İnceleme Raporunun gözden geçirilmesi, çocukla ilgili başka kayıtların incelenmesi, yapılan yazışmaların okunması yararlıdır.
- Form doldurulmadan önce tüm bilgi kaynakları ile görüşmeler inceleme alanları göz önüne alınarak yapılmalıdır.
- Mümkünse birden fazla kaynaktan bilgi alınmalıdır.
- Diğer kaynakları ile görüşüldükten veya çocukla ilgili belgeler gözden geçirildikten sonra, çocukla görüşülmeli ve formda yer alan sorular çocuğa da doğrudan sorulmalıdır.

BİRDEF NE ZAMAN DOLDURULMALIDIR?

- BİRDEF, çocuk kuruma geldikten sonra en geç 10 gün içinde doldurulmalıdır.
- Formun, ilk kabul sırasında doldurulması önerilmez.
- Daha önce başka bir kurumda BİRDEF doldurulduysa, önceki formdan da yararlanılarak BİRDEF'in yeniden doldurulması önerilir.
- Çocuk kurumu izinsiz terk edip geri döndüğünde; çocuğun kurum dışında kaldığı süre 3 aydan kısaysa formun tekrar doldurulmasına gerek yoktur. 3 aydan uzun süre dışarıda kalan çocuklarda BİRDEF'in tekrar doldurulması gerekir.

FORMU KİMLER DOLDURABİLİR?

- BİRDEF meslek elemanları (sosyal çalışma görevlileri) tarafından doldurulmalıdır.
- BİRDEF hakkında eğitim almamış meslek elemanlarının formu doldurması sakıncalıdır.
- Çocuğun danışmanı olan meslek elemanı formu doldurmalıdır.

UYGULAMA SIRASINDA DİKKAT EDİLECEKLER

- Her sorun alanını oluşturan alt alanlar sorgulanırken, BİRDEF AÇIKLAMALAR bölümünde yer alan bilgiler gözden geçirilmelidir. Alt sorun alanında nele-
rin kast edildiği, inceleme konusunun ne olduğu unutulmamalıdır.
- Gerekli durumlarda örnek sorular sorulmalıdır.
- Özel olarak belirtilmediği takdirde, sorular genelde çocuk kuruma gelmeden önceki yaşantısı ile ilgilidir.
- Yanıt seçenekleri seçilirken BİRDEF AÇIKLAMALAR bölümünde yer alan açıklamalar göz önüne alınmalıdır.
- Yanıt seçenekleri arasında seçim yapılırken önce uzman yanıt seçeneklerin-
de yer alan iki uçtan birisini (var-yok veya iyi-kötü vb) seçip seçememe konu-
sunda karar vermelidir. Eğer uzman; iki uçtan birisini seçemiyorsa bu durumda
ortadaki seçenek (örneğin “kısmen”) işaretlenmelidir.
- Mümkün olduğu kadar farklı kaynaklardan yararlanılmalıdır.
- BUG seçeneğinin fazla işaretlenmemesine dikkat edilmelidir.
- Yanıt seçeneklerinin sırası değişiklik göstermektedir. Örneğin bir soruda
“yok” ile başlarken, diğer soruda “iyi” ile başlamaktadır. Sorular yanıtlanırken
seçeneklere dikkat edilmelidir.

BİRDEF - 1



(Bireysel Risk Değerlendirme Formu)

Z1	Günün tarihi
Z2	Kurumun adı
Z3	Dolduranın adı soyadı
Z4	Dolduranın ünvanı
Z5	Çocuğun adı soyadı
Z6	Cinsiyeti <input type="radio"/> Kadın <input type="radio"/> Erkek
Z7	Doğum tarihi
Z7b	Doğum yeri
Z8	Çocuğu var mı? (varsa sayısını yazınız)
Z9	Çocuğun eğitim durumu
0	Okuma yazma bilmiyor
1	Okur yazar olup bir okulu bitirmemiş
2	İlkokul mezunu
3	İlköğretim mezunu
3b	Açık ilköğretim
4	Ortaokul veya dengi okul mezunu
4b	Ortaokula devam ediyor
5	Liseye devam ediyor
6	Açık liseye devam ediyor
7	Kaynaştırma veya özel eğitim alıyor
9	BUG

Z10	Geliş şekli	Z10	Geliş şekli	Z12	Bilgi kaynakları
A	Adli/Kolluk birimleri	A	Adli/Kolluk birimleri	A	Çocuk
B	Aile	B	Aile	B	Aile
C	ÇİM	C	ÇİM	C	Çocuğun yakını
D	Cezaevinden	D	Cezaevinden	D	Dosya bilgisi
E	Doğrudan	E	Doğrudan	E	Diğer kurumlardan
F	Nakil			F	ASPB'den görevli
G	Tertip				
H	Diğer				

Yukandaki sorularda birden fazla seçenek işaretlenebilir

Z13	Daha önce kurumdan kaçma öyküsü var mı?	Z14	Adli durum
0	Yok	A	Denetimli serbestlik
1	Bir kez	B	Ceza erteleme
2	Birden fazla	C	Mağduriyetle ilgili dava
3	İlköğretim mezunu	D	Hiçbiri
3b	Açık ilköğretim		
4	Ortaokul veya dengi okul mezunu		

A Eğitim

1	Eğitim düzeyi	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Düşük	<input type="radio"/>
2	Eğitim başarı durumu	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Düşük	<input type="radio"/>
3	Okul yaşamında uyum	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Düşük	<input type="radio"/>
4	Öğrenime devam etme isteği	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Düşük	<input type="radio"/>

B Ekonomik ve çalışma durumu

1	Ailenin ekonomik durumu	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Kötü	<input type="radio"/>
2	Çocuğun kendi gelirini sağlama durumu	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
3	Erken yaşta çalışmaya başlama	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
4	Uygunsuz işte çalışma	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
5	Bir mesleğinin olması	<input type="radio"/>	Evet	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Hayır	<input type="radio"/>

C Yaşadığı yer

1	Yaşadığı ortam/mahalle	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Kötü	<input type="radio"/>
2	Aile ortamında yaşama	<input type="radio"/>	Evet	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Hayır	<input type="radio"/>
3	Barınma durumu	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Kötü	<input type="radio"/>
4	Sokakta yaşama öyküsü	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
5	Daha önce bir kurumda kalma	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

D Arkadaş ilişkileri

1	Arkadaşlarının yaşıt olması	<input type="radio"/>	Yaşıt	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Değil	<input type="radio"/>
2	Arkadaş çevresi	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Kötü	<input type="radio"/>

E Fiziksel durum

1	Fiziksel sağlık	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Kötü	<input type="radio"/>
2	Gebelik öyküsü	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Geçmiş	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
3	Bedensel özür/Engellilik	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

F Alkol-madde kullanımı

1	Sigara kullanımı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
2	Sık alkol kullanımı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
3	Sık madde kullanımı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
4	Fazla miktarda alkol kullanımı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
5	Fazla miktarda madde kullanımı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
6	Alkol-madde kullanımının sorun yaratması	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
7	Alkol-madde kullanımı için tedavi ihtiyacı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
8	Daha önce bağımlılıkla ilgili tedavi öyküsü	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

G Ruhsal durum

BUG

Psikiyatrik hastalık (bipolar, psikoz vb)	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
2 Üzgün/depresif/isteksiz	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
3 Korku/heyecan/panik hali	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
4 Dikkat eksikliği/Hiperaktivite	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
5 Kendine zarar verme davranışı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
6 İntihar öyküsü/düşünceleri	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
7 Zihinsel yetersizlik	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

H İstismar

1 Aile içi cinsel istismar öyküsü	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kararsız	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
2 Aile dışı cinsel istismar öyküsü	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kararsız	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
3 Aile içi fiziksel istismar öyküsü	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kararsız	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
4 Aile dışı fiziksel istismar öyküsü	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kararsız	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
5 İhmal/Duygusal istismar öyküsü	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kararsız	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
6 Travmatik yaşantı öyküsü	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kararsız	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

J Kişisel özellikler

1 Güvenli davranış eksikliği	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
2 Kolay öfkelenme	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
3 Düşünmeden hareket etme	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
4 Sosyal /iletişim becerilerinde yetersizlik	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

K Davranış sorunları

1 Kuralları ciddi biçimde ihlal etme	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
2 Kendine aşırı güven/beğenme	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
3 Suçluluk duyabilme yetisinde eksiklik	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
4 Riskli davranışlar/Heyecan arama	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
5 Saldırganlık	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
6 Evden kaçma öyküsü	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
7 Başkalarını düşünme yetisinde eksiklik	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
8 Değişim motivasyonunda eksiklik	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

L Suç öyküsü

BUG

1 Suç öyküsü	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
2 Tekrarlayan suç davranışı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
3 Cezaevi öyküsü	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

M Ailevi özellikler

1 Ebeveynlerin eğitim düzeyi	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Kötü	<input type="radio"/>
2 Ebeveynlerde suç öyküsü	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
3 Ebeveynlerde alkol-madde kullanımı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kararsız	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
4 Kurlsız ebeveynler/Ailede kurlsızlık	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
5 Ailede ruhsal hastalık	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
6 Ebeveynin kurumla işbirliği	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>
7 Ebeveynler arası sorun	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
8 Ebeveynin çocuğu istismarı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kararsız	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
9 Ebeveynin suçta teşviki	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
10 Ebeveynin çocuğa desteği	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>
11 Olumsuz yetişme ortamı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

N Diğer

1 Uygunsuz cinsel aktivite	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
2 Can güvenliği tehlikesi	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

O Güçlü yanlar

1 Eğitime uyum ve isteği	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
2 Ekonomik destek	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
3 Uygun bir ortamda yaşama	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
4 Arkadaş çevresi	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
5 Olumlu kişisel özellikler	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
6 Aile desteği	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kısmen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

N Diğer

BUG

1	Uygunsuz cinsel aktivite	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
2	Can güvenliği tehlikesi	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

0 Güçlü yanlar

1	Eğitime uyum ve isteği	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
2	Ekonomik destek	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
3	Uygun bir ortamda yaşama	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
4	Arkadaş çevresi	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
5	Olumlu kişisel özellikler	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
6	Aile desteği	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

İlgi alanları

Düşünceler

BİRDEF - 2



(Üç Aylık Değerlendirme Formu)

BİRDEF-2; 3 ay sonunda değerlendirmenin yapılacağı formdur. Bu formda amaç, çocukta 3 ay içinde yaşananlara ve yapılan müdahalelere ilişkin bilgiyi toplamak ve değerlendirmek amaçlanmıştır.

Aşağıdaki formu doldururken 3 ay sonunda o alanda çocuğun olumlu bir gelişme sağlayıp sağlamadığını değerlendirin. Örneğin eğitimi başarı durumunda çocukta belirgin olumlu gelişme varsa “var” seçeneği işaretlenmelidir.

Genel bilgiler

X1	Eğitim başarı durumu	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
X2	Ekonomik durumu	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
X3	Yaşadığı ortam	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
X4	Fiziksel durumu	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
X5	Alkol-madde kullanımı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
X6	Genel ruhsal durum	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
X7	Kendine zarar verme davranışı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
X8	İntihar davranışı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
X9	Yeni travmatik yaşantı	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
X10	Öfke ve/veya saldırganlık	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
X11	Kişisel özellikler	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
X12	Davranış sorunları	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
X13	Çocuk aile ilişkileri	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>
X14	Uygunsuz cinsel aktivite	<input type="radio"/>	Yok	<input type="radio"/>	Kismen	<input type="radio"/>	Var	<input type="radio"/>

Uyum bilgileri

X15	Grup çalışmalarına katılım	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Kötü	<input type="radio"/>
X16	Kurum kurallarına uyum	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Kötü	<input type="radio"/>
X17	Kurum çalışanlarıyla ilişkileri	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Kötü	<input type="radio"/>
X18	Diğer çocuklarla ilişkileri	<input type="radio"/>	İyi	<input type="radio"/>	Orta	<input type="radio"/>	Kötü	<input type="radio"/>

X19 Karar

Başka bir hizmet modelinden yararlanabilir	<input type="radio"/>
Aile dönüşü uygundur	<input type="radio"/>
Mevcut kuruluşta hizmetin devamı	<input type="radio"/>

Düşünceler

UYGULAMA PLANI

DURUM	İHTİYAÇLAR
A1	Eğitimi yarım kalmış veya eğitim dđzeyi yetersiz.
A2, A3, A4	Eğitime uyumu zayıf.
B5	Mesleki becerileri yok.
C1, C2, C3, C4, C5	Uygun barınma yeri yok, yaşadığı çevre olumsuz.
B2, B3, B4	Ekonomik durumu kđtđ.
F2, F3, F4, F5	Alkol-madde kullanımı var.
F2, F3, F4, F5 + F6, F7, F8	Yoğun alkol-madde kullanımı ve konuyla ilgili tedaviye ihtiyacı var .
G1, G2, G3, G4, G6	Ruhsal sorunları var.
E1, E3	Fiziksel sağlık sorunları var.
H1, H2, H3, H4, H5, H6	İstismar ve olumsuz yaşantı öyküsü var.
J2, J3 , K5, K4, G3, G5	Öfkesini kontrol etmekte ve stresle başa çıkmada zorlukları var.
D1, D2	Arkadaş ilişkileri olumsuz.
J1, J4	Gđvenli davranış eksikliği ve sosyal/iletişim becerileri yetersiz. .
K1, K2, K3 K4, K5, K6, K7 + L1, L2	Ciddi davranış sorunları var.
K6	Evden kaçma davranışı var.
G5, G6	Kendine zarar verme davranışları var.
G6	İntihar öyküsü ve/veya dđřünceleri var.
E2	Gebelik öyküsü var.
G7	Zihinsel yetersizlik söz konusu.
B1, B2	Ailenin ekonomik durumu kđtđ.
M10, M6, M11	Ebeveyn çocuk ilişkisi bozuk.
M4	Ebeveynler kural koyma ve çocuk idaresinde yetersiz.
M1, M2, M3, M5, M6, M7, M9	Olumsuz ebeveynlere sahip.
N1	Uygunsuz cinsel aktiviteleri var.
N2	Can gđvenliđi yok
O1, O2, O3, O4, O5, O6	Güçlü yanları var.

EYLEM

Eğitime devamı sağlanmalı.

Eğitim başarısını artırmak için bireysel danışmanlık yapılmalı

Meslek eğitimine yönlendirilmeli

Çevresel koşullar değiştirilmeli

Aileye ekonomik destek sağlanmalı

Bağımlılık grup çalışmalarına katılmalı, ebeveynlerine yönelik bağımlılık ile ilgili bilgilendirme yapılmalı, etkin ebeveynlik becerisi geliştirilmeli

Psikiyatriye sevk edilmeli, Bağımlılık grup çalışmalarına katılmalı, ebeveynlerine yönelik bağımlılık ile ilgili bilgilendirme yapılmalı, etkin ebeveynlik becerisi geliştirilmeli

Psikiyatriye sevk edilmeli

Tıbbi destek sağlanmalı

Çocuğa istismar ve krize müdahale bireysel danışmanlık uygulanmalı, ebeveynlerine yönelik aile çalışması yapılmalı

Duygu düzenleme grup çalışmalarına katılmalı

Güvenli davranış geliştirme için bireysel danışmanlık yapılmalı

Güvenli davranış geliştirme için bireysel danışmanlık yapılmalı

Kişilik gelişimi grup çalışmalarına katılmalı, ailenin etkin ebeveynlik becerileri geliştirilmeli, ebeveynler suçla sürüklenen çocuk yaşama hakkında bilgilendirilmeli

Evden kaçma davranışına yönelik bireysel danışmanlık yapılmalı, çocuk aile ilişkisi ve etkin ebeveynlik becerileri geliştirilmelidir

Kendine zarar verme davranışına yönelik bireysel danışmanlık yapılmalı

İntihar konusunda bireysel danışmanlık yapılmalı

Gebelik takibi ve bilgilendirmesi yapılmalı, gebelik grup çalışmalarına katılmalıdır

Zihinsel yetersizlik için özel eğitim planlanmalı ve bireysel danışmanlık yapılmalı

Aileye ekonomik destek sağlanmalı

Çocuk ebeveyn ilişkisine yönelik aile çalışması yapılmalı

Etkin ebeveynlik için aile çalışması uygulanmalı

Ebeveynle işbirliğini artırmaya yönelik aile çalışması yapılmalı

Kendini koruma ve güvenli davranış geliştirme için bireysel danışmanlık yapılmalı

Can güvenliğini sağlayacak önlemler alınmalı, gerektiğinde bazı destek çalışmalarından vazgeçilmelidir

Güçlü yanları desteklenmeli

BİRDEF AÇIKLAMALAR



Dikkat: Eğer çocuk özel eğitime devam ediyorsa, eğitim bölümüyle ilgili tüm sorulara BUG işaretlenmelidir.

EĞİTİM DURUMU

- Çocuğun genel eğitim durumunun tespiti için var olan bir sorudur.
- Örneğin 3. sınıftan ayrıldıysa ve okur yazar ise; okur yazar olup bir okulu bitiremeyen işaretlenecektir. Eğer eski sisteme göre 6. sınıftan ayrıldıysa ilkokul mezunu, 9. sınıftan ayrıldıysa ilköğretim işaretlenecektir.

EĞİTİM DÜZEYİ

İnceleme alanları



- Okuma yazma biliyor mu?
- Hangi okul ve hangi sınıfı bitirmiş?

Risk düzeyi açıklaması

- İyi | Yaşına uygun eğitim düzeyine sahip ve/veya sınıfa devam ediyorsa
- Orta | İyi veya düşük dışında kalan durumu varsa
- ◀ Düşük | Okuma yazma bilmiyor ve/veya yaşına uygun okulu terk etmişse (devam etmemişse) ve/veya okula gidiyor ama eğitim düzeyine uygun bilgiye sahip değilse (örneğin halen tam okuma yazma bilmiyorsa)

EĞİTİM BAŞARI DURUMU

İnceleme alanları



- Eğitime devam ederken okul başarısı nasılmış?
- Sınıfta kalmış mı?

Risk düzeyi açıklaması

- İyi | Okul başarısı iyi düzeydeyse
- Orta | Okul başarısı orta düzeydeyse
- ◀ Düşük | Okul başarısı çok düşük düzeydeyse ve/veya sınıfta kaldıysa

OKUL YAŞAMINDA UYUM

İnceleme alanları

?

- ▶ Devamsızlık oranı yüksek miymiş?
- ▶ Sık sık okuldan kaçır mıymiş?
- ▶ Okulda disiplin cezası almış mı?
- ▶ 13 yaşından önce okuldan kaçmış mı?
- ▶ Okuldaki arkadaş/sosyal ilişkileri nasıl?

“

Açıklama: Açık liseye devam ediyorsa sınavlara girip girmediği değerlendirilebilir.

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ İyi | Yüksek devamsızlık ve/veya sık okuldan kaçma ve/veya disiplin cezası alma yoksa
- Orta | İyi ve düşük seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Düşük | Yüksek devamsızlık ve/veya sık okuldan kaçma ve/veya disiplin cezası alma ve/veya 13 yaşından önce okuldan kaçma varsa

ÖĞRENİME DEVAM ETME İSTEĞİ

İnceleme alanları

?

- ▶ Öğrenimine devam etmek istiyor mu?

“

Açıklama: Bu soru, hali hazırda eğitimine devam eden çocuk için daha üst düzey öğrenim kademesine devam edip etmeme olarak ele alınmalıdır.

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ İyi | Öğrenimine devam etme isteği varsa
- Orta | Öğrenimine devam etme konusunda kararsızsa
- ◀ Düşük | Öğrenimine devam etme isteği yoksa

AİLENİN EKONOMİK DURUMU

İnceleme alanları



- Aile temel ihtiyaçlarını karşılamakta zorlanıyor mu? (Temel ihtiyaçları karşılayamamaya örnekler: bakkaldan ekmek alamama, kira ödenmediği için sokağa atılma, tüp alamama, parasızlıktan evde elektriğin kesilmesi gibi durumlar. Temel ihtiyaçları karşılayamama, geçim sıkıntısından daha güç bir durumu ifade etmektedir).
- Aile üyelerinin düzenli geliri var mı?



Açıklama:

- Örneğin; aile hırsızlıktan gelir sağlıyorsa bu durumda düzenli bir gelir yok diye girilir. Çünkü bu soruda düzenli gelir var diye girilirse çocuk için risk yok çıkacaktır. Buna dikkat etmek gerekir.
- Çocuğun yaşadığı kişilerin geliri de sayılır. Örneğin; çocuk anneannesi ile yaşıyorsa anneannesinin geliri bu sorunun yanıtı olarak kabul edilir.

Risk düzeyi açıklaması

- İyi | Aile ihtiyaçlarını karşılayabiliyor, düzenli gelirleri var
- Orta | Aile sadece temel ihtiyaçlarını karşılayabiliyor
- ◀ Düşük | Temel ihtiyaçlarını karşılamakta zorlukları var, düzenli gelirleri yok

Çocuk tek başına yaşıyorsa, BUG işaretlenmelidir.

ÇOCUĞUN KENDİ GELİRİNİ SAĞLAMA DURUMU

İnceleme alanları



- ▶ Çocuk gelirini nereden sağlıyor?
- ▶ Aile üyelerinden veya başka yakınlarından düzenli geliri var mı?
- ▶ Kendi gelirini sağlamak zorunda mı?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ İyi | Aile çocuğun ihtiyaçlarını karşılıyorsa
- ▶ Orta | Aile çocuğun ihtiyaçlarını zaman zaman karşılıyorsa, yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ▶ Düşük | Ailenin ekonomik durumu yoksa veya çocuk tek başına yaşadığı için kendi gelirini sağlamak zorundaysa

ERKEN YAŞTA ÇALIŞMAYA BAŞLAMA

İnceleme alanları



- ▶ Çocuk çalışmış mı veya halen çalışıyor mu?
- ▶ Çalıştıysa, ilk kez kaç yaşında çalışmaya başlamış?



Açıklama:

“Çalışma” her tür çalışma biçimini kapsar. Örneğin: Düzenli olarak herhangi bir iş yerinde çalışma, sokakta çalışma, geçici işlerde çalışma, mevsimlik çalışma, tarlada çalışma, aileden birinin işyerinde çalışma, evde yapılan gelir getirici işler

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | 14 yaşında veya daha küçük yaşta çalışmışsa
- ▶ Orta | 15-18 yaş arası çalışmışsa
- ▶ Yok | Çalışmamış veya mesleki eğitim için çalışmışsa

UYGUNSUZ İŞTE ÇALIŞMA

İnceleme alanları



- ▶ Çalıştıysa hangi tür işlerde ve işyerlerinde çalışmış?
- ▶ Çalıştıysa, ne tür işler yapmış?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var
Sokakta, düzensiz, çocuk işçiliğini kötüye kullanan bir yerde çalışmışsa (Herhangi bir meslek veya sanat öğretimi olmaksızın, sadece gelir getirilmesi amacıyla yönelik olarak veya kötü koşullarda, ağır ve tehlikeli işlerde çalıştırılmış olmayı kapsar. Ailenin işyerinde örneğin tarla veya bakkalda, eğitim ve gelişimine zarar verecek biçimde çalıştırılma halleri de bu kapsamda yer alır. Çocuğun gelirine tamamen el konulduğu bütün çalışma biçimleri de bu kapsamda değerlendirilmelidir.)
 - ▶ Orta
Düzenli, sabit, çocuk işçiliğini kötüye kullanmayan bir yerde çalışmışsa (Bir meslek veya sanat öğrenmek için bir usta yanında ve güvenli bir ortamda, eğitimi engellemeyecek biçimde çalışma durumunu ifade eder. Ailenin işyerinde örneğin, bakkalda, tarlada okul dışı zamanlarda çalışmış olmak bu bölümde yer almalıdır. Çünkü bu durum da çocuk çalıştırılmasıdır ancak kötü koşullarda çalıştırılmaya nazaran daha az risk oluşturduğu için bir sonraki kategoriden ayrı değerlendirilmektedir.)
 - ▶ Yok
Hiç çalışmamışsa, mesleki eğitimse (Mesleki eğitim, meslek eğitim okullarından birine kayıtlı olarak çalışmayı ifade eder. Bir meslek veya sanat öğrenmek için bir usta yanına yerleştirilmek bu kapsamda değildir.)
- ▶ Çıraksa, mesleki eğitim kapsamında değerlendirilebilir.
 - ▶ Okuyor ama boş zamanlarda babasının fırınında çalışıyorsa, o zaman düzenli, sabit çocuk işçiliğini kötüye kullanmayan bir yerde seçeneği işaretlenmelidir.
 - ▶ Okumuyorsa babasının yanında çalışıyorsa; düzensiz, çocuk işçiliğini kötüye kullanan bir yerde işaretlenmelidir.

BİR MESLEĞİNİN OLMASI

İnceleme alanları

?

- ▶ Çalıştıysa, sürekli aynı işte veya benzer işlerde mi çalışmış?
- ▶ Meslekle ilgili bir belgesi var mı?
- ▶ Meslek eğitimi alıyor mu?
- ▶ Özel bir iş becerisi var mı?

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input checked="" type="radio"/> Evet | Sürekli aynı veya benzer işte çalıştıysa, bir belgesi varsa veya bununla ilgili okuyorsa, özel bir beceri edinmişse veya eğitimine devam ediyorsa |
| <input type="radio"/> Orta | Ok veya var arası bir durumdaysa |
| <input type="radio"/> Hayır | Hep farklı işlerde çalıştıysa, özel bir becerisi veya belgesi yoksa, meslek eğitimi almıyorsa |

YAŞADIĞI YER

YAŞADIĞI ORTAM / MAHALLE

İnceleme alanları

?

- Nasıl bir mahalle/ortamda yaşıyor?
- Yaşadığı mahalle/ortamda suç işleme oranı yüksek mi?
- Yaşadığı mahalle/ortam yoğun uyuşturucu kullanımıyla biliniyor mu?

Risk düzeyi açıklaması

- İyi | Sık suç işlenen ve/veya uyuşturucu kullanımıyla bilinen bir mahallede ve/veya ortamda yaşamıyorsa
- Orta | İyi veya kötü seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Kötü | Sık suç işlenen ve/veya uyuşturucu kullanımıyla bilinen bir mahallede ve/veya ortamda yaşıyorsa
- ◉ BUG | Başka bir ilden geliyorsa çocuk ve formu dolduranın çocuğun yaşadığı ortamla ilgili bilgisi yoksa

AİLE ORTAMINDA YAŞAMA

İnceleme alanları

?

- Kuruma gelmeden önceki son altı ayda, çoğunlukla kiminle birlikte yaşıyor?

Risk düzeyi açıklaması

- Evet | Anne ve babayla veya anne veya babadan birisiyle
- Kısmen | Anne/babadan birisi üveyse, yakın akrabalarıyla, başka bir aileyle (uzak akraba, bakıcı aile vb), eşi ile yaşıyorsa
- ◀ Hayır | Kendi başına, arkadaşlarıyla, yurt veya kurumda yaşıyorsa
- ◉ BUG | Son bir yıldır kurum bakımı altındaysa

BARINMA DURUMU

İnceleme alanları

?

- Kuruma gelmeden önceki son altı aydır çoğunlukla nerede yaşıyor?
- Kuruma gelmeden önceki son altı aydır çoğunlukla nasıl bir yerde barınıyor?

Risk düzeyi açıklaması

- İyi | Bir konut (apartman dairesi, gecekondulu vb) yaşıyorsa
- Orta | Bir kurumda (yurt, hastane vb) yaşıyorsa
- Kötü | Sokakta, inşaatta, şantiyede, çalıştığı yerde, barınakta vb yaşıyorsa

SOKAKTA YAŞAMA ÖYKÜSÜ

İnceleme alanları

?

- Hiç sokakta yaşamış mı?
- Sokakta yaşadıysa, ne kadar süre sokakta yaşamış?

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Sokakta yaşıyor veya sokakta yaşama öyküsü var
- Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- Yok | Hiç sokakta yaşamamış ve halen sokakta yaşamıyorsa

DAHA ÖNCE BİR KURUMDA KALMA

İnceleme alanları

?

- Daha önce bir kurumda kalmış mı?
- Daha önce bir kurumda kaldıysa, nasıl bir kurumda kalmış?
- Daha önce bir kurumda kaldıysa, ne kadar süre kalmış?

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|----------|-----------------------------------------------|
| ➤ Var | Daha önce bir kurumda kalmamışsa |
| ⦿ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa |
| ⬅ Yok | Daha önce bir kurumda kalmışsa |

ARKADAŞLARININ YAŞIT OLMASI

İnceleme alanları



- ▶ Arkadaşlarının ne kadarı kendinden küçük?
- ▶ Arkadaşlarının ne kadarı kendinden büyük?
- ▶ Arkadaşlarının ne kadarı kendiyile yaşit?



Açıklama:

- Kuruma gelmeden önceki arkadaşlıkları değerlendirilmelidir.
- Bu sorunun çocuğa doğrudan sorulması ve değerlendirmenin yapılması önemlidir.

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|---------------|---------------------------------------------------------------|
| ▶ Yaşit | Arkadaşlarının çoğunluğu kendisiyle yaşıtısa |
| ◉ Kısmen | Yaşit veya yaşit değil seçenekleri arası bir durumdaysa |
| ◀ Yaşit değil | Arkadaşlarının çoğunluğunun yaşı kendinden küçük veya büyükse |

ARKADAŞ ÇEVRESİ

İnceleme alanları

?

- ▶ Arkadaşlarının arasında suç işleyen, polisle veya kanunlarla başı derde girenler var mı? Varsa ne kadarı bu özelliğe sahip?
- ▶ Arkadaşlarının arasında yoğun alkol veya uyuşturucu kullananlar var mı? Varsa ne kadarı bu özelliğe sahip?
- ▶ Genel olarak arkadaş çevresi olumlu mu, olumsuz özelliklere mi sahip?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ İyi | Arkadaşlarının arasında suç işleyen, polisle veya kanunlarla başı derde giren ve/veya yoğun alkol veya uyuşturucu kullananlar yoksa
- ▶ Orta | İyi veya kötü seçenekleri arasında bir durumdaysa
- ▶ Kötü | Arkadaşlarının arasında suç işleyen, polisle veya kanunlarla başı derde giren ve/veya yoğun alkol veya uyuşturucu kullananlar çoğunluktuysa

FİZİKSEL DURUM

FİZİKSEL SAĞLIK

İnceleme alanları

?

- Herhangi bir ciddi fiziksel hastalığı var mı?
- Herhangi bir süreğen/kronik/müzmin hastalığı var mı? (ör: şeker hastalığı, astım vb)
- Eğer varsa bu hastalık hayatını ne kadar etkiliyor?

Risk düzeyi açıklaması

- İyi | Herhangi bir ciddi fiziksel veya süreğen/kronik/müzmin hastalığı (ör: şeker hastalığı, astım vb) yoksa
- Orta | İyi veya kötü seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Kötü | Herhangi bir ciddi fiziksel veya süreğen/kronik/müzmin hastalığı (ör: şeker hastalığı, astım vb) varsa

GEBELİK ÖYKÜSÜ

İnceleme alanları

?

- Halen gebe mi?
- Yakın zamanda cinsel ilişkisi var mı ve varsa gebelik testi yaptırmış mı?
- Geçmişte gebelik öyküsü var mı? Sonucu ne olmuş?

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Gebe olduğu tespit edildiyse
- Geçmiş | Gebelik varmış ama sonlandırılmış, doğum yapmış ve çocuğu var.
- ◀ Yok | Gebelik ve gebelik şüphesi yoksa

BEDENSEL ÖZÜR / ENGELLİLİK

İnceleme alanları



- ▶ Bedensel bir özrü veya engelliliği var mı?
- ▶ Eğer varsa, bu durum yaşamını ne kadar etkiliyor?



Açıklama:

Herhangi bir nedene bağlı olarak iskelet (kemik), kas ve sinir sistemindeki bozukluklar sonucu, bedensel yeteneklerini çeşitli derecelerde kaybeden, toplumsal yaşama uyum sağlama ve günlük yaşamdaki gereksinimlerini karşılamada güçlükleri olan, bu nedenlerle korunma, bakım, rehabilitasyon, danışmanlık ve destek hizmetlerine ihtiyaç duyan kişiye bedensel özürlü; bu duruma yol açan durumlara ise bedensel özür denir. Örneğin körlük, felç, kas hastalığı vb.

Bu başlık zihinsel yetersizliği içermez, bu nedenle burada işaretlenmemelidir.

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| ▶ Var | Herhangi bir bedensel özür veya engellilik durumu var ve yaşamını etkileyecek düzeydeyse |
| ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa |
| ◀ Yok | Herhangi bir bedensel özür veya engellilik durumu yoksa |

SİGARA KULLANIMI

İnceleme alanları



- ▶ Hayatında sigara içmiş mi?
- ▶ Kuruma gelmeden önceki son bir yıl içinde ne sıklıkta sigara içiyor?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Günde bir veya daha fazla sigara kullanıyorsa
- ▶ Kısmen | Günlük sigara kullanımı yok ama 2-3 günde bir sigara kullanıyorsa veya sigara kullanımı var ama bırakmışsa
- ▶ Yok | Sigara kullanımı yok veya çok seyrekse

ALKOL KULLANIMI

İnceleme alanları



- ▶ Ne sıklıkta alkol kullanıyor?
- ▶ Haftada kaç gün alkol içiyor?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Alkol kullanımı haftanın çoğunluğunda var veya hemen hemen her gün ise
- ▶ Kısmen | Alkol kullanımı haftada bir kaç gün veya "yok"/"var" seçenekleri arasında bir durumdaysa
- ▶ Yok | Alkol kullanımı yok veya çok seyrekse




MADDE KULLANIMI

İnceleme alanları



- ▶ Ne sıklıkta madde kullanıyor?
- ▶ Haftada kaç gün madde kullanıyor?

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Var | Madde kullanımı haftanın çoğunluğunda var veya hemen hemen her gün ise |
|  Kısmen | Madde kullanımı haftada bir kaç gün veya "yok"/"var" seçenekleri arasında bir durumdaysa |
|  Yok | Madde kullanımı yok veya çok seyrekse |

FAZLA MİKTARDA ALKOL KULLANIMI

İnceleme alanları

?




- ▶ Alkol kullandığı zamanlar ortalama ne kadar içiyor?
- ▶ Alkol kullanımı ne sıklıkla sarhoşluk düzeyine ulaşıyor?
- ▶ Alkol kullanımı ne sıklıkla gün boyu sürüyor?

“

Açıklama:

Alkol kullanımı sorusunda "yok" işaretlendiyse bu soruda BUG işaretlenmelidir.

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Var | Alkol kullanımı olduğunda çok miktarda alıyor ve/veya gün boyu sürebiliyorsa |
|  Kısmen | Alkol kullandığında belirgin miktarda alıyor ama sarhoş olmayacak düzeyde ve gün boyu değilse |
|  Yok | Alkol kullanımı olduğunda miktar çok az ve belirli saatler içinde oluyorsa |

FAZLA MİKTARDA MADDE KULLANIMI

İnceleme alanları



- ▶ Madde kullandığı zamanlar ortalama ne miktarda kullanıyor?
- ▶ Madde kullanımı ne sıklıkla sarhoşluk düzeyine ulaşıyor?
- ▶ Madde kullanımı ne sıklıkla gün boyu sürüyor?



Açıklama:

Madde kullanımı sorusunda “yok” işaretlendiyse bu soruda BUG işaretlenmelidir.

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| ▶ Var | Madde kullanımı olduğunda çok miktarda alıyor ve/veya gün boyu sürebiliyorsa |
| ◉ Kısmen | Madde kullandığında belirgin miktarda alıyor ama sarhoş olmayacak düzeyde ve gün boyu değilse |
| ▶ Yok | Madde kullanımı olduğunda miktar çok az ve belirli saatler içinde oluyorsa |

ALKOL MADDE KULLANIMININ SORUN YARATMASI

İnceleme alanları






- ▶ Alkol veya madde kullanımının aşağıdaki alanlarda hayatına ne kadar olumsuz etki yapıyor? Eğitim, çalışma, aile ilişkileri, arkadaş ilişkileri, ruhsal, fiziksel veya yasal sorunlar
- ▶ Bu alanlardan herhangi birinde sorun varsa, sorun “var” olarak değerlendirilmelidir.



Açıklama:

- Alkol-Madde kullanımı ile ilgili sorularda “yok” işaretlendiyse bu soruda BUG işaretlenmelidir.
- Bu soruda alkol-madde kullanımının psikososyal işlevler üstüne olan etkileri araştırılmaktadır. Eğer yoksunluk belirtisi varsa, bu durum “alkol madde kullanımına yönelik tedavi ihtiyacı” sorusunda değerlendirilmelidir.

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
|  Var | Alkol-madde kullanımının yaşamına olumsuz etkisi belirgin düzeydeyse |
|  Kısmen | Alkol-madde kullanımının yaşamına olumsuz etkisi hafif düzeydeyse |
|  Yok | Alkol-madde kullanımının yaşamına herhangi bir etkisi yoksa |

ALKOL MADDE KULLANIMINA BAĞLI TEDAVİ İHTİYACI

İnceleme alanları

?




- ▶ Alkol veya madde kullanmadığı zamanlar yoksunluk belirtileri (uykusuzluk, rahatlayamama, sinirlilik vb) oluyor mu?
- ▶ Şiddetli alkol madde kullanım isteği yaşıyor mu?

“

Açıklama:

Alkol-Madde kullanımı ile ilgili sorularda “yok” işaretlendiyse bu soruda BUG işaretlenmelidir.

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
|  Var | Tedavi ihtiyacı varsa |
|  Kısmen | Tedavi ihtiyacı yok ama bilgilendirme/eğitim ihtiyacı varsa |
|  Yok | Tedavi ihtiyacı yoksa |




BAĞIMLILIK TEDAVİ ÖYKÜSÜ

İnceleme alanları

?

- ▶ Alkol veya madde kullanımı nedeniyle tedavi görmüş mü?
- ▶ Tedavi gördüyse, ayaktan mı tedavi görmüş, yatarak mı tedavi görmüş?

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|  Var | Tedavi görmemiş |
|  Kısmen | Ayaktan tedavi görmüş |
|  Yok | Tedavi ihtiyacı yoksa |

PSİKİYATRİK HASTALIK

İnceleme alanları



- Bir psikiyatrist tarafından manik atak, bipolar hastalık gibi bir tanı konmuş mu?
- Bir psikiyatrist tarafından psikoz, şizofreni, atipik psikoz gibi bir hastalık tanısı konmuş mu?



Açıklama:

- Sadece reçeteye bakarak karar verilmemelidir.
- Kararınızı çocuğun psikiyatri dosyasına veya psikiyatrik tedavi formuna bakarak karar verin.
- Gerekirse aileden de bilgi alınmalıdır.
- Emin değilseniz BUG işaretleyin

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| ► Var | Ciddi bir psikiyatrik hastalık varsa |
| ● Kararsız | Gözlendiği kadarıyla bir akıl hastalığı var veya ilaç kullanıyor ancak tanı konmamışsa |
| ◀ Yok | Ciddi bir psikiyatrik hastalık yoksa |




ÜZGÜN/DEPRESİF/İSTEKSİZ

İnceleme alanları



- Kendini üzgün ve mutsuz hissetme var mı? Bu durum 15 günden daha uzun süredir var mı?
- Her şeye karşı isteksizlik, yaptığı şeylerden eskisi kadar zevk alamama var mı? Bu durum 15 günden daha uzun süredir var mı?

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
|  Var | Üzgün/depresif /isteksizlik belirgin düzeyde ve çoğunlukla gözleniyorsa |
|  Kısmen | Üzgün/depresif /isteksizlik var ama zaman zaman oluyorsa |
|  Yok | Üzgün/depresif /isteksiz değil |




KORKU/HEYECAN/PANİK HALİ

İnceleme alanları

?

- ▶ Aniden gelen ve belli bir süre süren korku, panik veya heyecan halleri var mı?
- ▶ Sürekli devam eden korku, panik veya heyecan halleri var mı?
- ▶ Spesifik durumlarda gelişen korku, panik veya heyecan halleri var mı? Örneğin bir hayvan, kapalı yerde kalma vb

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
|  Var | Korku/heyecan/panik hali belirgin düzeyde varsa |
|  Kısmen | Korku/heyecan/panik hali var ama belirgin değilse |
|  Yok | Korku/heyecan/panik hali yoksa |

DİKKAT EKSİKLİĞİ/HİPERAKTİVİTE

İnceleme alanları



- ▶ Dikkatini ayrıntılara verememek, dikkatsizce hata yapmak, detayları gözden kaçırmak
- ▶ Dikkatin dağılması ve sürdürülememesi, aynı anda bir kaç işi birden yapmak
- ▶ Karşısındakini dinlemiyormuş gibi görünmek
- ▶ Yönergeleri izlemekte veya kurallara uymakta zorluk çekmek
- ▶ İşleri düzenleyememek, sıraya koyamamak, planlayamamak
- ▶ Bir şeyleri sürekli kaybetmek
- ▶ Yerinde duramama
- ▶ Bir yerde uzun süre oturamama
- ▶ Sürekli hareket halinde olma
- ▶ Her zaman bir şeylerle uğraşma, boş kalamama
- ▶ Çok konuşmak
- ▶ Sırasını beklemekte güçlük
- ▶ Başkalarının sözünü kesmek veya yaptıklarına karışmak



Açıklama:

- Yukarıdaki belirtiler çoğunlukla 7 yaşından itibaren vardır
- Burada dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu değil, eşik altı dikkat eksikliği hiperaktivite belirtilerinin olup olmadığı araştırılmaktadır.

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ▶ Var | Dikkat eksikliği/hiperaktivite belirtilerinin üçten fazlaysa veya dikkat eksikliği-hiperaktivite bozukluğu tanısı konmuşsa |
| ◉ Kısmen | Dikkat eksikliği/hiperaktivite belirtilerinin 1-3 tanesi varsa |
| ◀ Yok | Dikkat eksikliği/hiperaktivite belirtilerinden hiçbiri yoksa |

KENDİNE ZARAR VERME

İnceleme alanları



- Bedeninde kesi izleri (faça), sigara yanığı, yapılmış yaralar var mı?
- Eğer bu izler varsa, yeni mi eski mi?
- Nasıl oluşmuş, kendisi mi yapmış?



Açıklama:

Değerlendirme yaparken gerekirse kolları veya bedeni izin alınarak açılmalı ve bakılmalıdır.

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Kesi izleri (faça), sigara yanığı, yapılmış yaralar varsa ve bir kısmı yeniyse
- Kısmen | Kesi izleri (faça), sigara yanığı, yapılmış yaralar var ama hepsi eskiyse
- Yok | Kesi izleri (faça), sigara yanığı, yapılmış yaralar yoksa

İNTİHAR ÖYKÜSÜ / DÜŞÜNCELERİ

İnceleme alanları



- Geçmişte intihar öyküsü var mı?
- Yaşamak istemiyor ancak intihar etmeyi de düşünmüyor mu?
- Halen intihar ile ilgili düşünceleri var mı?
- Halen intihar ile ilgili planları var mı?
- Ailesinde intihar eden kişi var mı?

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Geçmiş intihar öyküsü varsa veya halen intihar düşünceleri varsa
- Kısmen | Yaşamak istemiyor ama intihar etmeyi de düşünmüyorsa ve/veya geçmiş intihar öyküsü var ancak bugüne ilişkin düşünce veya planları yoksa
- Yok | İntihar öyküsü veya düşünceleri yoksa

ZİHİNSEL YETERSİZLİK

İnceleme alanları

?

- ▶ Daha önce yapılmış IQ testi var mı?
- ▶ Raporlaştırılmış bir zeka testi sonucu var mı?
- ▶ Soyut düşünme veya planlama yapma becerileri yeterli mi?.
- ▶ Öğrenme güçlüğü var mı?
- ▶ Yemek, temizlik, giyinme gibi günlük işleri yapmakta zorlanma var mı?

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------|
| ▶ Var | Zihinsel yetersizlik tanısı konmuşsa |
| ◉ Kısmen | Bazı sorunlar var ama zihinsel yetersizlik olup olmadığına karar verilemiyorsa |
| ◀ Yok | Zihinsel yetersizlik yoksa |

AİLE İÇİ CİNSEL İSTİSMAR ÖYKÜSÜ

İnceleme alanları

?

► Aile bireylerinden, ona bakan kişilerden ya da akrabalarından birinin cinsel olarak yaklaştığı ya da dokunduğu olmuş mu? (Okşama, cinsel organını gösterme, uyarma, cinsel birleşme gibi tüm davranışlar cinsel istismar olarak kabul edilir)

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Aile içi cinsel istismar öyküsü varsa
- Kararsız | Aile içi cinsel istismar öyküsü şüphesi var ama tanımlanamıyorsa
- ◀ Yok | Aile içi cinsel istismar öyküsü yoksa

AİLE DIŞI CİNSEL İSTİSMAR ÖYKÜSÜ

İnceleme alanları

?

► Aile dışından birinin cinsel olarak yaklaştığı ya da dokunduğu olmuş mu? (Okşama, cinsel organını gösterme, uyarma, cinsel birleşme gibi tüm davranışlar cinsel istismar olarak kabul edilir)

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Aile dışı cinsel istismar öyküsü varsa
- Kararsız | Aile dışı cinsel istismar öyküsü şüphesi var ama tanımlanamıyorsa
- ◀ Yok | Aile dışı cinsel istismar öyküsü yoksa

AİLE İÇİ FİZİKSEL İSTİSMAR ÖYKÜSÜ

İnceleme alanları



- ▶ Anne veya babası (veya ona bakan kişiler veya büyüten kişiler) tarafından yumruk, tekme atılmış veya sopa, kemer gibi bir alet kullanarak dövülmüş mü?
- ▶ Sigara vb ile yakıldığı olmuş mu?



Açıklama:

Fiziksel istismar=Çocuğa acı veren ve bilerek gerçekleştirilen davranışlar, çocuğa dayak atmak, vurmak, vücuduna herhangi bir şekilde zarar vermek ve bir yere kilitlemek

Bu soruda doğrudan çocuğu büyüten kişi ile olan dövülme ya da şiddet yaşantısı sorgulanmaktadır. Diğer akrabaların (amca, dayı vb.) şiddet öyküleri araştırılmamaktadır.

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Aile içi fiziksel istismar öyküsü varsa
- ▶ Kararsız | Aile içi fiziksel istismar öyküsü şüphesi var ama tanımlanamıyorsa
- ▶ Yok | Aile içi fiziksel istismar öyküsü yoksa

AİLE DIŞI FİZİKSEL İSTİSMAR ÖYKÜSÜ

İnceleme alanları



- ▶ Başkaları tarafından yumruk, tekme atılmış veya sopa, kemer gibi bir alet kullanarak dövülmüş mü?
- ▶ Sigara vb ile yakıldığı olmuş mu?



Açıklama:

Fiziksel istismar=Çocuğa acı veren ve bilerek gerçekleştirilen davranışlar, çocuğa dayak atmak, vurmak, vücuduna herhangi bir şekilde zarar vermek ve bir yere kilitlemek

Bu soruda doğrudan aile dışından başkalarının yaptığı şiddet yaşantısı sorgulanmaktadır. Diğer akrabaların (amca, dayı vb.) şiddet öyküleri araştırılmamaktadır.

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|----------|---------------------------------------------------------------------|
| ➤ Var | Aile dışı fiziksel istismar öyküsü varsa |
| ⦿ Kısmen | Aile dışı fiziksel istismar öyküsü şüphesi var ama tanımlanamıyorsa |
| ⬅ Yok | Aile dışı fiziksel istismar öyküsü yoksa |

İHMAL ÖYKÜSÜ

İnceleme alanları

?

- Ailesi (veya ona bakan kişiler) ile ilişkilerinde, yeterince sevgi ve ilgi görmüş mü?
- Hastalandığında, geçerli bir sebep olmadığı halde, anne veya babasının (veya ona bakan kişiler) onu doktora götürmedikleri olmuş mu?
- Derslerinin gidişatı ile ilgilenmedikleri olmuş mu?
- Sorunlarını dinleyip, çözmeye çalışmadıkları olmuş mu?
- Özel yaşantılarını ailesiyle paylaşabiliyor mu?

“

Açıklama:

İhmal= Çocuğun beslenme, giyinme, barınma, eğitim ve sağlık gibi temel gereksinimlerinin karşılanmamasıdır.

Örnekler:

- “Babası bisiklet alabilecekken almadıysa” ihmal değildir
- “Çocuk zeki, ders notları iyi ama baba onun işte çalışmasını istiyorsa” ihmal olarak değerlendirilmelidir.
- “Hep hastaneye götürürmüş annesi ama bu sefer götürmemiş” ise “kararsız” işaretlenebilir.

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|------------|-----------------------------------------------|
| ➤ Var | İhmal öyküsü varsa |
| ⦿ Kararsız | İhmal öyküsü şüphesi var ama tanımlanamıyorsa |
| ⬅ Yok | İhmal öyküsü yoksa |

TRAVMATİK YAŞANTI ÖYKÜSÜ

İnceleme alanları



- Bugüne kadar yaşadığı veya tanık olduğu kaza, saldırı, şiddet olayı, deprem, sel gibi afet olayları veya ölüm gibi huzursuz edici, korkutucu deneyimleri var mı?
- Bu deneyimleri hatırlatan düşünceler, duygular, kabuslar, yerler veya kişiler nedeniyle korku veya kaygı yaşamış mı?
- Bu olayları düşünmemek, olayları hatırlatan şeylerden uzak durmak için çaba harcamış mı?
- Bu olaylardan sonra kendini sürekli diken üstünde veya tetikte hissetmiş mi?



Açıklama (Travmatik yaşantılara örnekler):

- Ciddi ve korkutucu bir kaza ör. araba kazası? Yangının içinde bulunma? Ciddi biçimde tehdit edilme veya saldırıya uğrama? Ciddi fiziksel zarar görme?
- Rahatsız eden bir şekilde cinsel dokunulma? Cinsel bir saldırı? Aile üyelerinin birbirlerine karşı ciddi şiddet uyguladıklarına tanık olma?
- Birinin ciddi şekilde saldırıya uğradığına tanık olma?
- Ani bir ölüm/intihar/ aşırı dozda ilaç alımı/ ciddi kaza veya bir kalp krizine tanık olma?
- Başka huzursuz edici veya korkutucu deneyimler yaşama?

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Travmatik yaşantı varsa
- ◉ Kararsız | Travmatik yaşantı öyküsü şüpheliyse
- ◀ Yok | Travmatik yaşantı öyküsü yoksa

KİŞİSEL ÖZELLİKLER

GÜVENLİ DAVRANIŞ EKSİKLİĞİ

İnceleme alanları

?

- ▶ “Hayır” demekte zorluk çekiyor mu?
- ▶ Arkadaş baskısına boyun eğiyor, grup tarafından kolaylıkla yönlendirilebiliyor mu?
- ▶ Sıkılgan veya utangaç mı?
- ▶ Kendini korumakta zorlanıyor mu?
- ▶ Kendi başına karar vermekte zorluk yaşıyor mu?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Güvenli davranış eksikliği belirtilerinden birden fazla varsa
- ▶ Kısmen | Güvenli davranış eksikliği belirtilerinden biri varsa
- ▶ Yok | Güvenli davranış eksikliği belirtilerinin hiçbiri yoksa

KOLAY ÖFKELENME

İnceleme alanları

- ▶ Çok çabuk ve kolaylıkla öfkeleniyor mu?
- ▶ Öfkelenildiğinde eşyalara veya çevreye zarar veriyor mu?
- ▶ Sık sık sözel veya fiziksel kavgaya karışıyor mu?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Kolay öfkelenme belirginse
- ▶ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ▶ Yok | Kolay öfkelenme belirtileri yoksa

DÜŞÜNMEYEN HAREKET ETME

İnceleme alanları

?

- Düşünmeden hareket ediyor mu?
- Kendini durdurmakta zorluk yaşıyor mu?
- Her lafa karışıyor, başkalarını dinlemekte zorluk çekiyor mu?
- Riskli davranışlar sık giriyor mu?

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Düşünmeden hareket etme belirginse
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Düşünmeden hareket etme belirtileri yoksa

SOSYAL /İLETİŞİM BECERİLERİNDE YETERSİZLİK

İnceleme alanları

?

- İletişim becerileri yetersiz mi?
- Duygu ve düşüncelerini ifade etmekte zorluk çekiyor mu?
- Sosyal bir ortamda nasıl davranacağını biliyor mu?
- İletişimi başlatmakta veya sonlandırmakta zorlanıyor mu?

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Sosyal /iletişim becerilerinde yetersizlik belirginse
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Sosyal /iletişim becerilerinde yetersizlik yoksa

KURALLARI CİDDİ BİÇİMDE İHLAL ETME

İnceleme alanları



- ▶ Yasalar veya toplumsal kurallara uymakta zorlanıyor mu?
- ▶ Otoriteye karşı gelme eğilimi var mı? (normal ergenliğin ötesinde bir davranıştan söz edilmektedir)
- ▶ Başkaları bir şey yapmasını istediği zaman onlara öfkeleniyor mu?
- ▶ Sadece kendi bildiğini yapmaya eğilimi var mı?
- ▶ İnatçı, değişmez tavırları var mı?
- ▶ Kuralların başkaları için olduğunu düşünüyor mu?



Açıklama:

Kurumdan sık kaçmaların olması da, kuralların ciddi biçimde ihlali kapsamında değerlendirilebilir.

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|----------|-----------------------------------------------|
| ▶ Var | Kuralları uymama veya ihlal etme belirginse |
| ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa |
| ◀ Yok | Kuralları uyuyor veya ihlal etmiyorsa |

KENDİNE AŞIRI GÜVEN VE BEĞENME

İnceleme alanları



- ▶ Kendine fazla güveniyor mu?
- ▶ Kendini önemli biri olarak görüyor mu?
- ▶ Kendini beğenmiş tavırlar var mı?
- ▶ Her ortamda lider olma eğilimi gözleniyor mu?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Belirgin biçimde kendine aşırı ve güven ve beğenme varsa
- ▶ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ▶ Yok | Kendine güven kabul edilebilir düzeydeyse

SUÇLULUK DUYABİLME YETİSİNDE EKSİKLİK

İnceleme alanları



- ▶ Kendi suçu olan davranışların sonunda suçluluk duygusu hissediyor mu?
- ▶ Yapmaması gereken şeyleri yaptığı zaman pişmanlık hisseder mi?
- ▶ Yaşadıklarından veya davranışlarından dolayı vicdan azabı çekiyor mu?
- ▶ Kötü davranma veya bir şey çalma durumuna karşı aldırmaçlık var mı?
- ▶ Empati yeteneği var mı?
- ▶ Sürekli başkalarını suçlama eğilimi var mı?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Suçluluk duyabilme yetisinde eksiklik varsa
- ▶ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ▶ Yok | Suçluluk duyabilme yetisine sahipse

RİSKLİ DAVRANIŞLAR/HEYECAN ARAMA

İnceleme alanları



- Uygunsuz veya tehlikeli olsalar bile, heyecanlı veya eğlenceli şeyler yapmaktan hoşlanma?
- Kendisini tehlikeye atabilecek aktivitelere kolaylıkla girme, maceraya girme?
- Hayatında yeni bir şeyler olmadığında, heyecan ya da coşku verici şeyler aramaya başlama?
- Ne zaman ne yapacağı belli olmayan, heyecan verici, hareketli arkadaşları tercih etme?
- Riskli davranışlar sosyal kabul görme veya grup için mi? Eğer istememesine rağmen sosyal kabul için yapıyorsa, burada yok işaretlenmelidir.

Risk düzeyi açıklaması

- | | | |
|--|--------|-------------------------------------------------------------------|
| | Var | Riskli davranışlar/Heyecan arama davranışı belirtileri belirginse |
| | Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa |
| | Yok | Riskli davranışlar/Heyecan arama davranışı belirtileri yoksa |

SALDIRGANLIK

İnceleme alanları



- Kolay öfkelenmenin ötesinde saldırgan davranışları var mı?
- Başkalarına zarar verme riski var mı?
- Küfür, hakaret gibi sözel şiddet var mı?
- Fiziksel şiddet var mı?
- Öfkelenildiğinde eşyalara zarar veriyor mu?
- Hayvanlara zarar verme davranışı var mı?

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Saldırganlık belirginse
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Saldırganlık yoksa

EVDEN KAÇMA ÖYKÜSÜ

İnceleme alanları



- Evden kaçma öyküsü var mı?
- Evden kaçtıysa kaç kez kaçmış?
- 13 yaşından önce de evden kaçmış mı?
- Kaçtığında nerede kalmış? (akraba yanında kaldıysa, bunu evden kaçma olarak nitelendirmeyin)

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Birçok kez evden kaçma öyküsü var, 13 yaşından önce de bir kez evden kaçmış
- ◉ Kısmen | Bir kez evden kaçma öyküsü var
- ◀ Yok | Hiç kaçma öyküsü yok

BAŞKALARINI DÜŞÜNEBİLME YETİSİNDE EKSİKLİK

İnceleme alanları



- ▶ Hep kendini haklı buluyor mu?
- ▶ Empati yeteneğinde eksiklik var mı?
- ▶ Hep haksızlığa uğradığını düşünüyor mu?



Açıklama:

Burada başkasına zarar verirken onun üzüntüsünü fark ettiği halde bu üzüntüyü önemsememe araştırılmaktadır.

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Başkalarını düşünme yetisinde eksiklik varsa
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Başkalarını düşünme yetisinde eksiklik yoksa

DEĞİŞİM MOTİVASYONUNDA EKSİKLİK

İnceleme alanları



- ▶ Kendisine zarar veren davranışlarını değiştirmek istiyor mu?
- ▶ Değişim konusunda destek alıyor mu?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Değişim için motivasyonu yoksa
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Değişim için motivasyonu varsa

SUÇ ÖYKÜSÜ

SUÇ ÖYKÜSÜ

İnceleme alanları



- ▶ Hakkında açılmış kovuşturma/soruşturma var mı? Varsa, konusu nedir?
- ▶ Hakkında açılan dava(lar) var mı? Varsa, konusu nedir?
- ▶ Cezanın ertelenmesi kararı var mı? Varsa, konusu nedir?
- ▶ Yasal takibata uğramadığı ama ciddi suç girişimleri kabul edilecek davranışları var mı?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Belirgin suç davranışına ilişkin bulgular varsa, işlenen suçlar ciddiye
- ◉ Kısmen | Suç öyküsü var ama belirgin suç davranışına ilişkin bulgu yoksa
- ◀ Yok | Suç öyküsü yok

TEKRARLAYAN SUÇ DAVRANIŞI

İnceleme alanları



- ▶ Daha önce kaç kez suç işlemiş?
- ▶ Hakkında açılan başka dava(lar) var mı?
- ▶ Hakkında açılmış kovuşturma/soruşturma var mı?
- ▶ Cezanın ertelenmesi kararı var mı?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Şimdiki suç dışında, daha önce işlediği birden fazla suçu varsa
- ◉ Kısmen | Şimdiki suç dışında, daha önce de işlediği başka bir suçu varsa
- ◀ Yok | Suç öyküsü yok veya ilk kez suç işlemişse

CEZAEVİ ÖYKÜSÜ

İnceleme alanları

?

- ▶ Hüküm giymese bile, daha önce cezaevine girmiş mi?
- ▶ Cezaevinde ne kadar süre kalmış?
- ▶ Sonunda hüküm giydiği bir dava nedeniyle cezaevinde kalmış mı?

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| ▶ Var | Bir aydan uzun cezaevi öyküsü var ve/veya hüküm giydiği bir davadan cezaevinde kalmış |
| ◉ Kısmen | Bir kez cezaevine girmiş ama bir aydan kısa süreliyse |
| ◀ Yok | Cezaevi öyküsü yoksa |

AİLEVİ ÖZELLİKLER



Dikkat: Bu bölümde anne-baba, bakım veren veya büyüten kişiler ebeveyn olarak değerlendirilmektedir.

EBEVEYNLERİN EĞİTİM DÜZEYİ

İnceleme alanları



- Annesinin eğitim düzeyi nedir?
- Babasının eğitim düzeyi nedir?
- Onu büyüten kişinin eğitim düzeyi nedir?



Açıklama:

Her iki ebeveynin eğitim durumu değerlendirilmeli ve formu dolduran kişide oluşan kanaate göre işaretleme yapılmalıdır.

Risk düzeyi açıklaması

- | | |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ➤ İyi | Her iki ebeveyni de ortaokul ve dengi veya üstü okul mezunu |
| ● Orta | Her iki ebeveyni de ilkokul mezunu ve/veya sadece biri ortaokul ve dengi veya üstü okul mezunu |
| ⬅️ Kötü | Her iki ebeveyni de okuma yazma bilmiyor ve/veya ilkokulu bitirmemiş |

Eğer anne/babası veya büyüten kişi yoksa BUG işaretleyin

EBEVEYNLERDE SUÇ ÖYKÜSÜ

İnceleme alanları







- Annesi, babası veya büyüten kişilerin veya kardeşlerinde başı yasalarla soruna girmiş mi?
- Cezaevinde kalan var mı?



**Açıklama:**

Ebeveynlerden birisinde suç öyküsü varsa, “var” işaretlenmelidir.

Risk düzeyi açıklaması

-  Var | Ebeveynlerinden veya kardeşlerinde en az biri cezaevine girmiş
-  Kısmen | Ebeveynlerinde veya kardeşlerinde suç öyküsü var ama cezaevine giren olmamış
-  Yok | Ebeveynlerinde veya kardeşlerinde suç öyküsü yok
-  BUG | Eğer anne/babası veya büyüten kişi yoksa





EBEVEYNLERDE ALKOL MADDE KULLANIM ÖYKÜSÜ**İnceleme alanları**

-  Annesi, babası veya büyüten kişiler arasında uyuşturucu madde veya yoğun alkol kullanımı var mı?
-  Hastanede alkol-madde nedeniyle tedavi gören ebeveyni var mı?

**Açıklama:**

Ebeveynlerden birisinde alkol-madde kullanım öyküsü varsa, “var” işaretlenmelidir.

Risk düzeyi açıklaması

-  Var | Ebeveynlerinde madde ve/veya yoğun alkol öyküsü varsa
-  Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
-  Yok | Ebeveynlerinde madde ve/veya yoğun alkol öyküsü yoksa
-  BUG | Eğer anne/babası veya büyüten kişi yoksa

KURALSIZ EBEVEYNLER/AİLEDE KURALSIZLIK

İnceleme alanları



- ▶ Çocuğun yaşadığı evde belirgin, aile üyelerinin tümü tarafından bilinen kurallar var mı?
- ▶ Annesi, babası veya büyüten kişiler kural koyabiliyor ve bu kuralların uygulanmasını sağlayabiliyor mu?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Kurallar yok veya uygulanmıyorsa
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Kurallar var ve uygulanmaya çalışılıyorsa
- ◉ BUG | Eğer anne/babası veya büyüten kişi yoksa

AİLEDE RUHSAL HASTALIK

İnceleme alanları



- ▶ Ebeveynleri arasında ciddi psikiyatrik hastalık yaşayanlar var mı?
- ▶ Ebeveynlerinden birisi veya ikisi psikoz, şizofreni, bipolar tanısı almış mı?
- ▶ Ebeveynlerinden birisi veya ikisi ruh sağlığı hastanesinde yatarak tedavi görmüş mü?



Açıklama:

Ebeveynlerden birisinde ciddi bir ruhsal hastalık öyküsü varsa, "var" işaretlenmelidir.

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Ailede ruhsal hastalık belirginse
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Ailede ruhsal hastalık yoksa
- ◉ BUG | Eğer anne/babası veya büyüten kişi yoksa

EBEVEYNİN KURUMLA İŞBİRLİĞİ

İnceleme alanları



- ▶ Ebeveynleri ziyarete geliyor mu?
- ▶ Çocukla ilgili sorunları kurum görevlileri ile paylaşıyor mu?
- ▶ Ebeveynleri kurum görevlilerinin önerilerine uyuyor mu?



Açıklama:

- Ebeveynlerden birisinin kurumla işbirliği yüksekse var işaretlenebilir.
- Ebeveynler ayrıysa, çocuğun hayatı üstünde etkin olan ebeveynin tutumuna göre değerlendirme yapılmalıdır.

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Ebeveynin kurumla işbirliği yeterliyse
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Ebeveynin kurumla işbirliği düşük düzeyde veya yoksa
- ⊖ BUG | Eğer anne/babası veya büyüten kişi yoksa

EBEVEYNLER ARASI SORUN

İnceleme alanları



- ▶ Ebeveynler arası iletişimsizlik/uyuşmazlık var mı?
- ▶ Ebeveynler arası kavgalar var mı?
- ▶ Ebeveynleri ayrı mı?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Ebeveynler arası ciddi sorunlar varsa
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Ebeveynler arası bir sorun yoksa
- ⊖ BUG | Eğer anne/babası veya büyüten kişi yoksa

EBEVEYNİN ÇOCUĞU İSTİSMARI

İnceleme alanları



- ▶ Ebeveyn, çocuğa fiziksel istismar uyguluyor mu?
- ▶ Ebeveyn, çocuğa cinsel istismar uyguluyor mu?



Açıklama:

Ebeveynlerden birisi çocuğu istismar ettiyse, “var” işaretlenmelidir.

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Ebeveynin çocuğu istismarı belirginse
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Ebeveynin çocuğu istismarı yoksa
- ◻ BUG | Eğer anne/babası veya büyüten kişi yoksa

EBEVEYNİN ÇOCUĞU SUÇA TEŞVİKİ

İnceleme alanları



- ▶ Ebeveynin çocuğu suç işlemeye yönlendirme veya teşviki var mı?
- ▶ Eğer çocuk suç işlediyse, ebeveyni buna engel olmaya çalışıyor mu?



Açıklama:

Ebeveynlerden birisinde çocuğu suçta teşvik öyküsü varsa, “var” işaretlenmelidir.

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Ebeveynin çocuğu suçta teşviki belirginse
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Ebeveynin çocuğu suçta teşviki yoksa
- ◻ BUG | Eğer anne/babası veya büyüten kişi yoksa

EBEVEYNİN ÇOCUĞA DESTEĞİ

İnceleme alanları



- ▶ Ebeveyn çocuğu ziyaret ediyor mu?
- ▶ Onunla sorunlarını paylaşıyor, ona destek olmaya çalışıyor mu?



Açıklama:

Ebeveynlerden birisinin çocuğa desteği iyi düzeydeyse “var” işaretlenebilir.

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Ebeveynin çocuğa desteği yeterliyse
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Ebeveynin çocuğa desteği düşük veya yoksa
- ◉ BUG | Eğer anne/babası veya büyüten kişi yoksa

OLUMSUZ YETİŞME ORTAMI

İnceleme alanları



- ▶ Çocuğu kim büyütmüş?



Açıklama:

En uzun süre kimin yanında kaldıysa, onun büyüttüğü varsayılmalıdır.

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Yurt veya kurumda büyüdüyse
- ◉ Kısmen | Kardeşleri veya üvey ebeveyn ile büyüdüyse
- ◀ Yok | Anne ve/veya baba veya yakın akrabaları ile büyümüşse
- ◉ BUG | Eğer anne/babası veya büyüten kişi yoksa

UYGUNSUZ CİNSEL AKTİVİTE

İnceleme alanları

?

- ▶ 13 yaşından önce cinsel aktivite var mı?
- ▶ Yaşları dışında veya uygunsuz kişilerle cinsel aktivite var mı?
- ▶ Seçimsiz, sürekli değişen kişilerle cinsel aktivite var mı?

“

Açıklama:

Burada çocuğun bir eğilimi olup olmadığı araştırılmaktadır.

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Uygunsuz cinsel aktivite belirginse
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Uygunsuz cinsel aktivite yoksa

CAN GÜVENLİĞİ TEHLİKESİ

İnceleme alanları

?

- ▶ Çocuğu tehdit eden kişi veya kişiler var mı?

Risk düzeyi açıklaması

- ▶ Var | Can güvenliği tehlikesi belirginse
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Can güvenliği tehlikesi yoksa

GÜÇLÜ YANLAR

Güçlü yanlar (GY), çocuğa uygulanacak müdahalelerde danışmana yardımcı olacak alanları belirlemektedir. Daha önce sorulardan elde ettiğiniz bilgilere dayanarak, aşağıdaki soruları yanıtlayınız.

EĞİTİME UYUM VE İSTEĞİ

İnceleme alanları

?

► Çocuğun eğitim düzeyini, eğitime devam isteğini, okula uyumunu, okul başarısını genel olarak değerlendirin.

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Okul başarısı, okula uyumu, eğitime devam isteği iyi düzeydeyse
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Okul başarısı, okula uyumu, eğitime devam isteği düşük düzeydeyse

EKONOMİK DESTEK

İnceleme alanları

?

► Çocuğun ailesinin gelir ve ekonomik durumunu genel olarak değerlendirin.

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Ekonomik desteği yeterli düzeydeyse
- ◉ Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- ◀ Yok | Ekonomik desteği yoksa veya çok düşükse

UYGUN BİR ORTAMDA YAŞAMA

İnceleme alanları



Çocuğun yaşadığı ortamın özelliklerini genel olarak değerlendirin.

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Çocuğun psikososyal gelişimine olumlu etki edecek bir ortamda yaşıyorsa
- Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- Yok | Çocuğun psikososyal gelişimine olumsuz etki edecek bir ortamda yaşıyorsa

ARKADAŞ ÇEVRESİ

İnceleme alanları



Çocuğun arkadaşlarının özelliklerini genel olarak değerlendirin.

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Çocuğun psikososyal gelişimine olumlu etki edecek bir arkadaş ortamı varsa
- Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- Yok | Çocuğun psikososyal gelişimine olumsuz etki edecek bir arkadaş ortamı varsa

OLUMLU KİŞİSEL ÖZELLİKLER

İnceleme alanları



Çocuğun kişilik özelliklerini (karakterini) genel olarak değerlendirin.

Risk düzeyi açıklaması

- Var | Gelişimine olumsuz etki edecek kişisel özellikleri (karakter) yoksa
- Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa
- Yok | Gelişimine olumsuz etki edecek kişisel özelliklere (karakter) sahipse

AİLE DESTEĞİ

İnceleme alanları



► Aile özelliklerini ve aile desteği olup olmadığını genel olarak değerlendirin.

Risk düzeyi açıklaması

- | | | |
|--|--------|-----------------------------------------------------------|
| | Var | Olumlu ebeveyn özellikleri ve/veya aile desteğine sahipse |
| | Kısmen | Yok veya var seçenekleri arası bir durumdaysa |
| | Yok | Olumlu ebeveyn özellikleri ve/veya aile desteği yoksa |

Destekleyici ortamın geliştirilmesi için gerekli temel uygulamalar şunlardır. Bunların tümünün birlikte uygulanması etkili olur. Bileşenlerden birisinin eksik kalması, psikososyal destek programının etkinliğini azaltır.

ETKİN DANIŞMANLIK

- ▶ Danışmanlar meslek elemanları arasından seçilir.
- ▶ Kurumda farklı özelliklere sahip çocuklar bir danışman tarafından üstlenilir. Örneğin aynı kurum içinde danışmanlardan birisi küçük, diğeri büyük çocukları üstlenebilir.
- ▶ Bir çocuk kurumdan çıkıp, tekrar gelirse aynı danışmana verilmelidir.
- ▶ Her danışmana bağlı destekleyici personel belirli olmalıdır. Bir ekip çalışması yürütülür.
- ▶ Danışmanların psikososyal destek programındaki görevleri ve rolleri şunlardır:
 - Çocukların Bireysel Risk Değerlendirme Formlarını doldurmak
 - Bakıcıların günlük programını yapmak, takip etmek ve çocuklar hakkında geri bildirimleri almak
 - İzin vb konularda KODE (Koordinasyon ve Değerlendirme Toplantısı) ve vaka değerlendirme toplantısında alınan kararlara uygun olarak danışman tarafından karar verilir.
 - Güne başlarken toplantısını yapmak
 - Her sabah vardiyadaki bakıcılarla görüşerek, gece olup bitenler hakkında onlardan bilgi almak

BİREYSELLEŞTİRİLMİŞ RİSK VE İHTİYAÇ DEĞERLENDİRMESİ

Kuruma geldikten sonraki ilk 10 gün içinde her çocuk için Bireysel Risk Değerlendirme Formu (BİRDEF) uygulanmalıdır. Form, çocuğun danışmanı tarafından doldurulmalıdır. Formun doldurulması ile ilgili olarak danışmanlara eğitim verilmelidir.

ÇOCUĞA ÖZGÜ PSİKOSOSYAL DESTEK

- ▶ Her çocuk grup çalışmalarına katılmalı ve grup çalışması en az günde bir kez yapılmalıdır.
- ▶ BİRDEF'ten çıkacak sonuçlara uygun olarak; çocuklar ihtiyaçlarına uygun grup çalışmalarına katılmalıdır. Bağımlılık sorunu olanların, genel grup çalışmalarının yanında bağımlılık gruplarına da katılması gerekir.
- ▶ BİRDEF'e uygun olarak çocuklar bireysel danışmanlık ve aile danışmanlığı verilmelidir. Bireysel ve aile danışmanlıkları, kılavuzda yer aldığı biçimde yürütülmelidir.

PUAN SİSTEMİ

- Kuruluşlarda yaşam düzeninin sürdürülmesi için puan sisteminin olması gereklidir. Puan sistemi ceza üstünden çalışmamalı, ödül üstünden çalışmalıdır. Örneğin; kurallara uyanlar, grup çalışmalarına katılanlar, diğer etkinliklere katılım için belli oranda puan kazanır (Ek 1).
- Belli oranda puan kazananlar; kurum dışı etkinliklere katılım, refakat izni gibi bazı haklar kazanmalıdır.
- Basamaklandırma sisteminde de yeterli düzeyde puan toplayanlar, bir üst basamağa geçebilir. Süreç içinde düşük puan alanlar, bir alt basamağa geçerler.
- Puanlar, danışmanlar tarafından tutulur ve çocuklarla günlük veya haftalık olarak paylaşılır.
- Puanlar; kurum içinde görünür bir yerde durmalıdır.

BASAMAKLANDIRMA

- Basamaklandırma sistemi; bir ceza yöntemi değil, çocuğun kişisel gelişimini değerlendiren ve özendiren bir sistemdir. Bu nedenle çocuğa da cezalandırma olarak değil, gelişimini değerlendiren bir yöntem olarak anlatılmalıdır.
- Basamaklar yükseldikçe; çocuk doğal ve yasal hakları dışında daha iyi imkanlar elde etmelidir (Ek 1).
- Her kurumda en az iki basamak olmalıdır. İdeali üç basamağın olmasıdır.
- Daha iyi uyum sağlayan, kurallara uyan, puan sisteminden düzenli olarak yüksek puan alan çocuklar bir üst basamağa geçerler. Ters durumlarda ise bir alt basamağa düşüş olmalıdır.
- Kuruma ilk kez gelen çocuk ilk basamaktan başlar.

KURUM İÇİ YAŞAM DÜZENİ

- Günlük program, her gün yapılmalıdır. Günlük program; her sabah danışman tarafından hayat tahtasına yazılır. Her danışman kendi grubunun programını belirler.
- Kurumun genel yaşam düzeni; görünür bir şekilde duvarda asılı durmalıdır (yatış-kalkış saatleri, TV açılış-kapanış saatleri, yemek saatleri vb)
- Kurum için önemli olan temel kurallar; büyük, görünür ve görsel biçimde kurumun farklı yerlerinde duvarlara asılı olmalıdır. Kurallar somut konulardan seçilmelidir (örneğin “saygı göstermek” değil, “küfür etmemek” seçilebilir).

FAALİYETLERİN AMACA UYGUN YÜRÜTÜLMESİ

Kurum içinde yürütülecek faaliyetler kategorize edilmelidir. Aşağıda etkinlik cinsinin uygulanma sıklığı verilmiştir.

ETKİNLİK CİNSİ	SIKLIK
Sosyal kültürel faaliyetler: Tiyatro, resim, sinema vb.	Haftada 1 kez
İş meslek edindirme kursları: Doğrudan meslek edinmeye yönelik kurslardır.	Özel durumu olmayan her çocuk bir kursta yer almalıdır
Boş zamanları değerlendirme etkinlikleri: Oyunlar (tabu vb.)	Günde 1 kez
Psikososyal destek grup uygulamaları	Günde 1 kez
Günlük yaşam becerileri kazandırma: Yemek yapma, priz değiştirme vb.	Haftada 1 kez

SORUMLULUK DAĞILIMI

- Her çocuğun kurum içinde bir sorumluluğu olmalıdır. Okullardaki “kollar” gibi düşülebilir.
- Sorumluluklar, kurum tarafından belirlenir ve bir toplantı ile çocuklara birlikte karar verilerek dağıtılır.
- Sorumluluklar; çocuklara ayrıcalık tanımayacak, bir çocuğu diğerlerinden üstün kılmayacak biçimde düzenlenmelidir.

GÜNE BAŞLARKEN TOPLANTISI

- ▶ Her sabah danışmanlar, sorumlu oldukları çocuklarla Güne Başlarken toplantısını yapmalıdır.
- ▶ Güne Başlarken toplantısı, bir müzik aletini akort etmek gibi, kurumda yaşayan grubun düzenini sağlamak için gereklidir. Bu toplantı aynı zamanda çocuğun kurum yönetimine katılımını sağlayacak bir aktivitedir.
- ▶ Güne Başlarken toplantısında aşağıdaki konular gündeme getirilir.
 - Çocukların veya ülkenin gündeminde olan konuların konuşulması
 - Günün programı
 - Kurum kuralları
 - Ruh halinin ifadesi
- ▶ Ruh halinin ifadesi için Güne Başlarken toplantısının sonunda her çocuk o anki ruh halini belirten bir resmi veya yüz ifadesini hayat tahtasına çizer (Ek 1).
- ▶ Güne Başlarken toplantısı sırasında çocukların kendini ifade etmesine izin verilmeli, çocuk bunun için cesaretlendirilmelidir.
- ▶ Günün programı hakkında görüşleri alınmalı, buna göre bir düzenleme yapılmalıdır.

PERSONEL EĞİTİMİ

Kurum personelinin düzenli eğitimi destekleyici ortamın oluşması için çok önemlidir. Bu nedenle tüm personelin yılda en az 4 kez eğitim alması gereklidir.

STK VE GÖNÜLLÜLER İLE ÇALIŞMA

- ▶ STK ve gönüllülerle düzenli çalışmalar yapmak gereklidir.
- ▶ Grup çalışmaları için gönüllülerden destek alınabilir.

SÖZLEŞME

- ▶ Her çocukla kuruma geldiğinde bir sözleşme (kontrat) yapılmalıdır. Ek 1'de bir örnek vardır.
- ▶ Sözleşmenin çocuk kuruma geldikten yaklaşık 1 hafta sonra yapılması uygundur. Danışmanın çocuğu tanımadan sözleşme yapması doğru değildir.
- ▶ Gerekli durumlarda sözleşme çocukla birlikte gözden geçirilmelidir.

GENEL UYGULAMA BİLGİSİ (ÖRNEK)

- Her basamakta çocuklar farklı haklar kazanır. Basamaklarda kazanılacak haklara ilişkin örnek aşağıda verilmiştir.
- Basamaklarda arasında geçiş, aşağıda verilen basamak çizgisi kriterleri formuna göre yapılır.
- Basamak sistemi çocuklara ayrıntılı bir şekilde kuruma geldikten hemen sonra anlatılmalıdır.
- Her çocuk için basamak çizgisi kriterlerini gösteren form çoğaltılır ve her hafta çocuğun danışmanı ile birlikte doldurulur. Form doldurulmadan önce diğer personelle değerlendirme yapmak zorunludur.
- Bir üst basamağa çıkış ve inişte, çocukla bunun nedenleri görüşülmeli ve yeni basamaktaki hakları konusunda çocuk bilgilendirilmelidir.

BASAMAKLARDA ELDE EDİLECEK HAKLAR (ÖRNEK)

1. basamak haklar

- Bina içindeki oyunlar
- Çerez, pasta gibi ara öğünlerine katılma
- Radyo, televizyon
- Atölye ve derslere katılma

2. basamak haklar (1. basamak haklarına ek olarak)

- Bazı bakım araçlarını bulundurma (basit makyaj malzemeleri)
- Bahçedeki etkinliklere katılmak
- Belli günler yapılan listeye ihtiyaçlarını yazdırarak, kendi harçlığı ile alışverişini yaptırmak

3. basamak haklar (2. basamak haklarına ek olarak)

- Merkez dışındaki etkinliklerine katılmak (tiyatro, sinema, gezi, yemek...)
- Tercih ettiği arkadaşı ile aynı odada kalma (tedavi ekibince onaylanması şartıyla)
- Mutfaktaki cihazları kullanmak (görevli personel eşliğinde)
- Görevli personel eşliğinde haftalık alışverişlere gitmek
- Uygun görüldüğü takdirde görevli personel eşliğinde kendi harçlığı ile alışveriş yapmaya gitmek
- Çocuk komisyonu temsilcisi seçimlerinde aday olmak

BASAMAKLARDAN DÜŞÜŞ VE ÇIKIŞ (ÖRNEK)

Çocuklar kuruma geldikten sonraki ilk 10 gün uyum sürecini tamamladıktan sonra 1 veya 2 hafta bu seviyede yer alır. 1 veya 2 hafta sonunda basamak çizgisini geçenler, kurum çalışanları tarafından değerlendirilerek ikinci basamağa geçmelerine karar verilir. İkinci basamağa geçen çocuk, ikinci basamağın haklarından yararlanır.

Çocuklar ikinci basamakta en az 2 hafta kalırlar. İki hafta boyunca basamak çizgisini geçmek için gerekli puanı toplayanlar birinci basamak hakkını kazanırlar. İkinci basamağa geçen çocuk, üçüncü basamağın haklarından yararlanır.

Üçüncü basamakta kaldıkları sürece, basamak çizgisi için puanları toplamaya devam ederler. Basamak çizgisini iki kez geçemeyenler, ikinci basamağa geri dönerler. Benzer şekilde ikinci basamaktan birinci basamağa geri dönüş söz konusudur. Düşüşten sonra basamaklarda yükselme kuruma yukarıda belirtildiği gibi olur.

BASAMAK ÇİZGİSİ KRİTERLERİ (ÖRNEK)

Adı - Soyadı:

Tarih:

1. Kişisel temizliğe özen göstermek	<input type="radio"/>
2. Atölye, ders ve spor gibi etkinliklere düzenli katılmak	<input type="radio"/>
3. Sabah vaktinde kalkmak	<input type="radio"/>
4. Gün içerisinde izinsiz olarak odada yalnız vakit geçirmemek	<input type="radio"/>
5. Odasını toplamak	<input type="radio"/>
6. Grup çalışmalarına etkin katılmak*	<input type="radio"/>
7. Tedavi için verilen ilaçları düzenli ve sorunsuz kullanmak	<input type="radio"/>
8. Kavga çıkarmamak ve kavgaya karışmamak*	<input type="radio"/>
9. Kurum içi görev ve sorumlulukları tam olarak yerine getirme	<input type="radio"/>
10. Kurumun temel kurallarına uymak	<input type="radio"/>
11. Okuldan verilen ödevleri tam yapmak	<input type="radio"/>
12. Kurum personeli ile çatışma yaşamamak	<input type="radio"/>
13. Alkol veya uyuşturucu kullanmamak*	<input type="radio"/>
14. Küfürlü konuşmamak	<input type="radio"/>
15. Kaçak eşya bulundurmamak	<input type="radio"/>
16. Kendine zarar vermemek*	<input type="radio"/>

Açıklama

- Her bir kriter 1 puan olarak değerlendirilir.
- En az 14 puanı toplayan basamak çizgisini geçmiş olarak kabul edilir.
- Başında yıldız (*) işareti olanların yapılmaması doğrudan basamak çizgisinin gerisinde kalmasına yol açar.

ÇOCUK/GENÇ DAVRANIŞ SÖZLEŞMESİ (ÖRNEK)

Her şeyin daha iyiye gitmesi ve huzurum için aşağıda belirlenen kuralları kabul edip sonuçlarına uyacağıma söz veriyorum.

- Günlük yatış kalkış saatine ve yaşam planına uyacağım.
- Gündüz saatlerinde odamda kalmayacağım.
- Derslere ve toplantılara zamanında katılacağım.
- Kişisel bakım ve temizliğime özen göstereceğim.
- Her ne sebeple olursa olsun personel yahut diğer çocuklara saldırı ve şiddet girişimlerinde bulunmayacağım.
- Tedavi gören çocukların birbirlerinin tedavilerini olumsuz etkileyecek (tedaviyi bıraktıracak her türlü eylem) ve kurumdan ayrılmalarına neden olabilecek bir girişimde bulunmayacağım.
- Küfürlü konuşmayacağım.
- Sadece kendi odamda kalacağım.
- Sadece danışmanın uygun gördüğü zamanlarda telefon edeceğim.
- Kıyafet gibi özel eşyaları, başkalarına ödünç vermeyeceğim veya ödünç almayacağım.
- Yanımda görevli personel olmadan kurum dışına çıkmayacağım.
- İzinsiz eşyalar bulundurmayacağım (Örnek: cam nesnelere, çakmak, kibrit, sigara, silah, çakı, bıçak ve çalışanlar tarafından belirtilecek olan diğer nesnelere).
- Kaset çalar, CD çalar, radyo gibi cihazlar sadece merkezin izin verilen yerlerinde ve başkalarını rahatsız etmeden kullanacağım.
- Grup çalışmalarında ve okulda verilen ödevlerimi tamamlayacağım.
- Yiyecekler odamda muhafaza etmeyeceğim.

Danışman

Çocuk/Genç

“ PAYLAŞIMA AÇIK OLUN!

“ Açık uçlu sorular sorun.

Açık uçlu sorular onun daha çok konuşmasına ve kendisini keşfetmesine yol açar. Öte yandan sizin onu anlamanızı da kolaylaştırır.

“ Aktif dinleme yapın.

En azından dinlediğinizi gösterin. İyi dinlemek için:

- ▶ Göz kontağı kurun
- ▶ Ara sıra konuştuğunuz konuyla ilgili sorular sorun “anlamadım, bir daha anlatır mısın?”
- ▶ Konuşurken onu anladığınızı belirtecek şekilde kafanızı sallamak gibi bedensel işaretler kullanın
- ▶ Konuşurken başka bir şeyle uğraşmayın

“ Hemen çözüm bulmayın.

İyi bir paylaşım için onu dinlediğinizi ve anladığınızı göstermenin yanı sıra, onun duygularını da paylaşmanız gerekiyor.

Yaşadığı soruna hemen bir çözüm bulmayın. Onun duygusunu paylaşın. Örneğin “hay Allah öyle mi oldu”, “Yok yaaa...”.

“Canın mı acıdı, hemen pansuman yapalım, geçer” yerine “ooo, canın çok acımış...” diyebilirsiniz.

“ ÖNCE ANLADIĞINIZI HİSSETTİRİN, SONRA DEĞİŞİME YÖNLENDİRİN!

Anladığınızı göstermeden değişimi başlatamazsınız. Bu nedenle önce anlamak ve kabullenmek gerekir. Anlamak ve kabullenmek onu onaylamak, doğru düşündüğünü söylemek, hemfikir olmak değildir:

Anlamak ve kabullenmek;

- ▶ Yargılamadan dinlemektir.
- ▶ Dinlerken tüm dikkatinizi ona vermektir.
- ▶ Neden bu şekilde davrandığını anladığınızı belirtmektir.
- ▶ Altta yatan duyguyu anladığınızı göstermektir.

Hemen çözüm bulmadan, duygusunu yaşamasını, rahatça anlatmasını, paylaşmasını ve bunu sizin anladığınızı sağlamak gereklidir. Daha sonra değişim için gerekli adımlar atılabilir.

“ ETKİN TAVSİYE YÖNTEMİNİ KULLANIN!

Tavsiye vermek iyidir ama nasıl? Etkin tavsiye vermek gereklidir. Bunun için...

“ Tavsiye vermeden önce izin alın.

“istersen sana bu konuda hakkında bilgi verebilirim...”

“bu konuda sana bir şey önermemi ister misin?”

“ Üçüncü şahıs dili üstünden tavsiyenizi verin.

Üçüncü şahıs dili üstünden tavsiye vermek yararlıdır, ikinci tekil şahıs diliyle tavsiye vermek doğru değildir.

“ Sorumluluğu ona verin.

Tavsiye sırasında sorumluluğu kişiye vermek gerekir.

“durum böyle ama tabi bu senin hayatın, kararı sen vereceksin...”

Seyrek olarak tavsiye verin. Mesajlarınızı uzun uzadıya anlatmayın. Mesajınızı verin geçin. Soru sorarsa SINIRLI düzeyde yönlendirme yapın.

“ DESTEKLEYİN!

Kendine olan yeterliliğini destekleyin, güvenini ve inancını artırın. Küçük başarılar olsa bile, onu cesaretlendirin.

Örneğin kısa süreli olsa bile uyuşturucu kullanmayı bıraktıysa, bunu takdir ettiğinizi belirtmeden geçmeyin.

“ SEÇENEK SUNUN!

Herhangi bir konuda yapmasını istediğiniz bir değişim varsa, muhakkak seçenekler verin. Veya istemediğiniz bir davranışın sonucunda olacaklar konusunda seçenekleri ortaya koyun.

Örneğin “Okula devam etmek istemediğini, ders çalışmanın zor olduğunu söylüyorsun. Okula devam edebilirsin veya etmeyebilirsin. Devam edersen, ders çalışmak zorundasın. Devam etmezsen düzgün bir mesleğin olmayabilir. Bu seçeneklerden hangisi sana daha uygun?”.

“Uyuşturucu kullanmak istediğini söylüyorsun. Şimdi gidip uyuşturucu kullanabilirsin. Bir dahaki sefer yine canın ister, yine gidip kullanırsın, bu böyle devam edip gider ve zarar

görürsün. Diğer bir seçeneğin ise, uyuşturucu kullanmayı, onunla başa çıkmayı öğrenebilirsin”.

Seçenekleri verirken, tarafsız görünmeye özen gösterilmelidir. Tarafı gözüktüğünüzde bu strateji etkin olmayacaktır.

“ SORUMLULUĞU ONA VERİN!

İnsanlar, yanlış davranışları olsa bile, bunu kendi tercihleri olarak görmek isterler. Başkalarının tercihi doğru olsa bile, bazen o tercihlere karşı gelmek için yanlış davranışları seçebilirler. Özellikle ergenler bunu çok sık yapar. Sonuçta hep başkalarını suçlamak için bir nedeni de olmuş olur. Örneğin “ama o öyle demeseydi...”. O nedenle çocuğa kendi sorumluluğunu vermek çok önemlidir. Sorumluluk verildiği zaman, ergenler direnç göstermekten vazgeçebilirler. Örneğin,

- ▶ “Tabii, bu senin hayatın, buna sen karar vereceksin...”.
- ▶ “Benim düşüncelerim bu şekilde. Ama sonuçta sen karar vereceksin. Senin hayatın bu...”

“ SPESİFİK OLUN!

Spesifik davranışları seçin. Kolay olandan başlayın. Ulaşılabilir ve kısa vadeli hedefler seçin. Öncelikle seçtiğiniz davranışı değiştirmeye çalışın. O değişince, diğerine geçin...

Her yeni bir olay olduğunda yeni bir davranışa yönelmeyin. Yeni olay üstünde konuşun ama siz üstünde çalıştığınız davranışla uğraşmaya devam edin.

“ DİREKT HİTAPTAN KAÇININ!

Doğrudan hitap edildiğinde; örneğin “sen” dili veya ikinci tekil şahıs kullanıldığı zaman, gençler bunu üstüne alabilir ve direnç geliştirebilecektir. Özellikle gençler de aşağıdaki yöntemlerin kullanılması mesajın onlara daha iyi ulaşmasına yardımcı olacaktır.

1. Üçüncü şahıs dili

Çocuğu doğrudan hedef almayan, mesajı sanki ortalığa söylenen biçimde vermek yararlıdır. Üçüncü şahıs dilini televizyondan haber okumaya benzetebiliriz.

Örnekler

- ▶ “Küfretmen doğru değil” yerine “insanların birbirine küfretmesi doğru değildir”
- ▶ “Esrar kullanma, bağımlı olursun...” yerine “araştırmalar gösteriyor ki, esrar da bağımlılık yapan bir madde...”

2. “Ben” dili

Çocuğa doğrudan hitap etmek yerine “ben” dilini kullanmaya özen gösterin.

“ YANITLARINIZA DİKKAT EDİN!

“ Her şeye cevap vermeyin.

Bazen sorduğumuz sorular, karşıdakinin cevap vermesi için değildir. Örneğin “sen bunu hiç yaşadın mı?” diye sorar çocuk, ardından cevap beklemeden “bu çok kötü bir duygu” der. Arada lafa girip, “hayır, ben böyle bir şey yaşamadım” demek oldukça gereksizdir.

Veya sık sık “ben gideceğim” diyen çocuğa her seferinde yanıt verip, gitmemesini istemek gereksizdir. Bir süre sonra aynı şeyleri defalarca söylemek bir iletişim tarzına döner.

Böyle durumlarda sessiz kalmak, sözün nereye gittiğine bakmak, gerekirse ve zorunluysa cevap vermek doğru olacaktır.

“ Yanıtınızı işinize yarayacak tarzda dönüştürün.

Sorulan soruya veya bir söze, bazen olduğu gibi yanıt vermek yerine kavramı değiştirerek yanıt vermek yararlıdır. Buna yeniden çerçeveleme adı verilir. Bu tür yanıtlar vermek, konuşmanın kontrolünün görüşmecinin kalmasını sağlar. Aşağıda bazı örnekler verilmiştir.

- ▶ “Onu öldüreceğim” yerine “çok öfkelenmişsin”
- ▶ “Sıkıntım var, canım madde çekiyor” yerine “stresle başa çıkabilmeyi istiyorsun”
- ▶ “Çıkmak istiyorum” yerine “sıkılmışsın”

“ HEDEFLERİ NETLEŞTİRİN!

Yeni, gerçekçi ve somut hedefler koymasına yardımcı olun. Koyulan hedefler havada kalmamalıdır. “Hangi hedefe, ne zaman ulaşılacak, bu nasıl gerçekleştirilecek, A-B-C planları neler gibi?” soruların yanıtları bulunmalıdır.

Çocukların ve gençlerin bir çok hedefi olur, bunların bir kısmı hayal düzeyindedir. Ancak somut hedefler bulunmalı ve bu hedefler netleştirilmelidir.

Örneğin “üniversiteye gideceğim diyorsun. Buna ulaşmak için neler yapacaksın? Ne kadar ders çalışman gerekiyor? Burada ders çalışmazsan planın ne? Dersane gerekli mi?”

TANIM

Gencin ebeveynlerinin iznini almadan bir ya da daha fazla gün eve gelmemesi, geceleri en az iki kere evden kaçmış olması belli bir eğilimin varlığına ipucu olabilir.

Evden kaçmanın pek çok nedeni olabilir. Şiddet uygulanan, istismarın (fiziksel, duygusal ya da cinsel) yaşandığı kaotik ev ortamları, ebeveynler arasındaki ciddi anlaşmazlıkların yanı sıra gencin “özgürlük” arayışı, otorite ile yaşadığı sorunlar, madde kullanımı da evden kaçma davranışının sebepleri arasında yer alabilir.

DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

- ▶ Evden kaçma davranışı aile ile çözülebilecek bir durumdur. Bu nedenle ebeveynlerle çalışmak zorunludur.
- ▶ Evden kaçmanın tekrarlama ihtimalini göz önüne alarak, olumsuz bir tutum takınmak yerine, kaçtığı zaman kuruma gelmesini sağlayacak yaklaşımda bulunmak yararlıdır.

UYGULAMA

“ Güvene dayalı bir ilişki kurun.

Öncelikle güvene dayalı bir ilişki kurun. Konuşmaya isteksiz ve dirençli olabilir. Yaşadıklarını paylaşabilmesi için size güvenmesi gerekir. Anlattığı olumlu ve olumsuz her bilgiyi onu eleştirmeden, yargılamadan dinleyin; kendisini olduğu gibi kabul ettiğinizi gösterin. Neler yaşadığını, ne hissettiğini anlatabilmesi için sizin ne olursa olsun onun yanında olacağınızı, kendisini yargılamadan dinleyeceğinize inanmasını sağlayın.

“ Evden kaçış öyküsünü alın.

İlk defa ne zaman ve neden evi terk etmiş, bu kendi kendine aldığı bir karar mı olmuş, ne kadar süre dışarıda kalmış, evde olmadığı zamanları nerede ve nasıl geçirmiş, kaç kez kaçmış evden, eğer tekrar döndüyse neden dönmüş? Bu sorulara verdiği cevapların doğruluğunu ve tutarlılığını kontrol etmek için aynı soruları yinelemek yararlı olabilir.

“ Aileye ait olabilecek evden kaçma nedenlerini araştırın.

- ▶ Evden kaçma nedeninin aile içi cinsel, fiziksel ya da duygusal istismar olup olmadığının araştırmasını yapın. 11-14 yaş grubu için istismar bilgilerini resim yaptırarak ya da oyun yoluyla almak daha kolay olabilir.

- ▶ Madde kullanımı olup olmadığını değerlendirin.
- ▶ DEHB (Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu) olup olmadığını değerlendirin. Karar veremediyse çocuğu psikiyatrik muayeneye yönlendirin.
- ▶ Ebeveynlerin alkol ya da madde bağımlısı olup olmadığı araştırın. Evden kaçma sebebi ebeveynlerden birinin alkol ya da madde kullanıyor olması olabilir. Eğer alkol, madde kullanıcısı ebeveyn sizinle ilişki kurarsa onu tedavi için yönlendirin.

“ Çocuğa ait olabilecek evden kaçma nedenlerini araştırın.

Evden kaçma sebebinin ebeveynlerden değil çocuktan kaynaklandığı durumlarda bunun altında yatan nedeni araştırın.

- ▶ Daha önce evden kaçmış bir tanıdığı (yaşça büyük akraba ya da arkadaş) olabilir, sokakta yaşamak ile ilgili romantik, abartılmış düşünce ve hayallere sahip olabilir. Bunları ortaya çıkarmak ve sokakta başına gelebilecek kötü olayları anlamasını sağlamak gerekir.
- ▶ Tehlikeli davranışlar sergilemekten kaçınmıyor, “özgürlüğünü” yaşamak için evden kaçıyor, ya da evden kaçan başka bir arkadaşına uymak için ve sokakta yaşamak ile ilgili hayallerini gerçekleştirmek için evden kaçıyor ise bu düşüncelerinin gerçekleri yansıtmadığı gösterilmelidir. Üçüncü şahıs üzerinden konuşarak sokakta bir kişinin başına neler gelebileceğini sorup, sokakta karşılaşabileceği kötü olayların farkına varmasını sağlayın. “Arada evden kaçan bir öğrencim vardı. Yine sokakta geçirdiği bir gece kendinden büyük başka çocuklar tarafından dayak yiyip parası çalınmıştı. Senin başına ya da bir arkadaşının başına buna benzer şeyler geldi mi? Başka neler olabilir evden kaçtığında?”
- ▶ Çocuğa aile içinde hangi durumlarda kendini değersiz hissettiğini, ne gibi ihtiyaçlarına cevap alamadığını sorun. Bunların bir listesini yaptırın. Bunların onda ne gibi duygular uyandırdığını görmesini sağlayın.
- ▶ 11-14 yaş grubunda evden kaçmanın sebebi ne olursa olsun bunun kötü bir seçim olduğu vurgulanmalıdır. Evden kaçtığına başına gelebilecekler ve sokak yaşamı hakkında bilgilendirin. Evden kaçmanın ve sokakta yaşamının kötü bir seçim olduğu ve kendine sağlıklı alternatifler yaratması gerektiğini vurgulayın. Bu yaş grubunda bilgilendirme yaparken korkutarak caydırma yöntemini kullanabilirsiniz.

“ Alternatif çözüm yolları üstünde düşünmesini sağlayın.

- ▶ Evden kaçmanın bir olay, duygu karşısında verilmiş kötü bir seçim olduğu, zaman zaman herkesin bunun gibi kötü seçimler yapabileceğini vurgulayın. Evden kaçma ve sokaktaki yaşantı ile ilgili neler bildiğini sorun. Gerçek bilgileri onu yargılamadan, suçlamadan verin. Sorunlarına daha sağlıklı çözüm alternatifleri bulması gerektiğini; evden kaçmaya karar verdiğinde durup bu kararı bir kere daha düşünmesi ve değerlendirmesinin daha sağlıklı hareket etmesini sağlayacağını vurgulayın.

- Sorunları ile başa çıkabilmesi için alternatif yollar geliştirmesine yardım edin.
- Evden kaçmasının nedeni ev içindeki çatışmalarla başa çıkmak ya da bunlardan kaçmak olabilir. Bu durumlarla daha sağlıklı bir şekilde başa çıkabilmesi için evden kaçmak yerine neler yapabileceğini tartışın.

“ Yeni beceriler kazandırın.

- Ebeveynlerine iletişim becerilerini öğretin. Böylece aile içindeki iletişimin daha sağlıklı hale gelmesine yardımcı olun (İlgili bölüme bakınız.).
- Ev içindeki çatışmaları çözebilmeleri için çatışma çözme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olun. Yaşanan çatışmalarda, kavgalarda her bireyin kendi sorumluluğunu görmesini ve bunu kabul etmesini sağlayın (İlgili bölüme bakınız).
- İletişim becerileri ve sorun çözme becerileri ile ilgili grup çalışmalarına girmesini sağlayın.

“ Destek kaynaklarının üstünde çalışın.

Evden kaçmasına neden olan sorunları ile başa çıkarken başkalarından destek almasının yararlı olabileceğini vurgulayın. Hangi durumlarda kimlerden yardım isteyebileceğini planlaması için Ek-1'deki çalışmayı ve Ek- 2b çalışmasını uygulayın.

Evden kaçmasına neden olan sorunları ile başa çıkarken başkalarından destek almasının yararlı olabileceğini vurgulayın. Hangi durumlarda kimlerden yardım isteyebileceğini planlaması için Ek-1'deki çalışmayı uygulayın. Daha sonra 11-14 yaş grubuna Ek2a ve 15-18 yaş grubuna Ek-2b çalışmasını yapın.

Burada hedef; sorunları ile başa çıkarken yardım alabileceği destek kaynaklarını belirlemektir.

Yönerge:

1. “Bir sorununla başa çıkarken kimlerden ya da hangi kuruluşlardan yardım isteyebilirsin?” sorusunu yöneltin.

Kaynaklar bilgi ve tavsiye almak için danıştığımız kişi ya da kuruluşlar olabilir. Örneğin arkadaşlarımız, akrabalarımız, kitaplar, dernek ve vakıflar, internet siteleri, filmler bu tür kaynaklardır.

2. Her bir kaynağın avantaj ve dezavantajlarını sıralamasını isteyin. Bunun için 10-14 yaş grubuna “Kime Güvenebilirim?” (Ek 2b), 7-10 yaş grubuna “Güvenlik Çemberleri” (ek 2a) alıştırmalarını uygulayın.

Ek 2b için örnek: Aile üyeleri

Avantajlar	Dezavantajlar
Yakın	Diğer aile üyelerine karşı önyargı
Güvenilir	Sorun o kişiden kaynaklanabilir
Aynı evde yaşamak	Ebeveyne söyleyebilir
Ulaşmak kolay	
Seni tanıyorlar	
Benzer bir sorun yaşıyor olabilir	

3. Aşağıdaki durumlarda hangi kaynağı kullanmak senin için daha uygun?

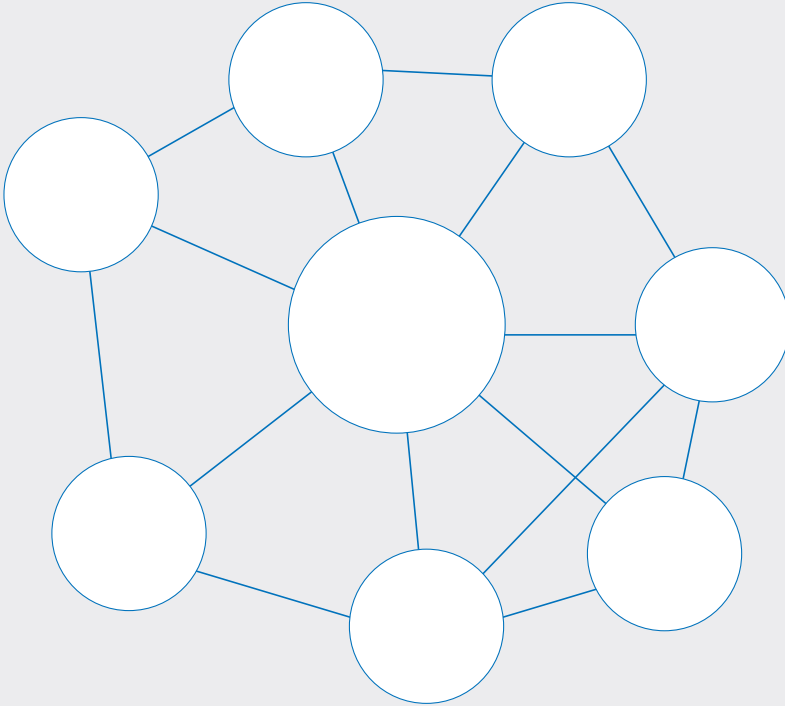
- Arkadaşın intihar edebilir.
- Gözlerinde bir problem var.
- Kuzenin uyuşturucu madde deniyor.
- Annen mutsuz.
- Cinsellikle ilgili bilgi edinmek istiyorsun.
- Matematik dersinde sorun yaşıyorsun.
- Evde fiziksel şiddet görüyorsun.
- Kardeşin evden kaçmak istediğini söylüyor.
- Yüklü bir miktar borç ödemek zorundasın.
- Sınıfta seninle alay ediyorlar.

Güvenlik çemberleri alıştırmaları; çeşitli kaynakların onu güvende tutacağını gösterilmesini hedeflemektedir.

Yönerge:

1. Kağıttaki daireleri görüyorsun. Hepsi birbirine bir çizgi ile bağlı.
2. Ortadaki daireye kendi adını yazmanı istiyorum.
3. Diğer dairelerin içine güvendiğin, bir sorunun olduğunda danışmaktan çekinmeyeceğin kişilerin ya da başvurabileceğin kuruluşların adını yazmanı istiyorum.
4. Bunlara eklemek istediğin kişiler varsa yeni daireler ekleyebilirsin.
5. Bu kişiler birbirleri ile hangi yönlerden bağlantılı? Hangileri birbirini tanıyor?
6. Bu kişilerden hangisini diğerlerine göre daha güvenilir buluyorsun? En çok güvenebileceğin ve sorunun olduğunda sana yardım edeceğini düşündüğün üçünü işaretler misin?
7. Resmi dilediği gibi renklendirmesine izin verin.

Örnek:



Aşağıdaki kaynakların avantaj ve dezavantajlarını yazarak size en yararlı olacağını düşündüklerinizi daire içine alın.

	Avantaj	Dezavantaj	Ne zaman kullanılabilir
Arkadaşlar			
Arkadaşımın annesi			
Akraba			
Öğretmen			
Psikolog			
Doktor			
Sosyal hizmet uzmanı			
Çocuk gelişimci			
İnternet			
Diğer			

KENDİNE ZARAR VERME DAVRANIŞI

Bu bölümde yer alan uygulamaları, sadece psikolog ve bu tür müdahale becerisi olan sosyal hizmet uzmanları ile çocuk gelişimcilerinin yapması uygundur

TANIM

Kendine zarar verme davranışı tekrarlayıcı, kişinin bilinçli ölüm isteği olmadan isteyerek ve amaçlı olarak yapılan, doku hasarı ile sonuçlanan, kendi bedenine yönelik girişimdir.

Kendini kesme davranışı bir intihar davranışı değildir. Ancak kendine zarar vermenin intiharla sonuçlanabileceği de akıldan çıkarılmamalıdır. Kendine zarar verenlerde intihar girişimi de sık gözlenir.

Kendine zarar verme davranışının temel özellikleri şunlardır:

- Vücudunun belirli bölümlerine zarar vermesi,
- Tekrarlayıcı olması,
- Bilinçli olmaması,
- Ölümcül olmaması,
- Yaşamı tehdit etmemesi,
- Ortama uyamamanın ve tahammülsüzlüğe karşı kendine yardım etmesi.

DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

- Kendine zarar verme davranışı birçok ruhsal bozuklukta gözlenebilir.
- Ayrıca çocukluk fiziksel veya cinsel istismar öyküsü, yetişkinlikte mağdur olma yaşantısı, stresle başa çıkma yetilerinde azlık, sosyal becerilerinde zayıflık, alışkanlık haline gelmiş kendine zarar vermeyi davranışı, suçluluk duygusu, kendine düşük güveni olanlarda sık görülür.
- Kendine zarar verme davranışları, kendini suçlama ve cezalandırma işlevi görüyor olabilir. Bazı kişilerin çıkar amaçlı veya arkadaş grubunda fantezi için kendine zarar verebileceği hatırlanmalıdır.
- Aşağıdaki durumlarda intihar girişimi olarak değerlendirilmelidir: Yaşadığı için üzgünse, davranış planlıysa ve gelecekle ilgili karamsarlık varsa.
- Bir kişinin kendine zarar vermesi o ortamda bulunan diğerleri tarafından bu davranışın taklit edilmesine yol açabilir.
- Kendine zarar verme davranışı ergenlik döneminde sık görülür. Önemli bir kısmı yetişkinliğe geçişte bu davranışa devam etmez.
- Ergenlik döneminde kendine zarar verme davranışına müdahale, bu davranışın yetişkinlikte devam etmesini önleyebileceği için önem taşır.

UYGULAMALAR

Grup çalışmaları daha etkindir. O nedenle öncelikle grup çalışması düşünülmelidir. Ancak kurumda kendine zarar veren çocuk sayısı az ise, bu durumda bireysel danışmanlık verilmelidir. Kendini zarar verme için temelde yatan belirgin bir etken varsa bununla ilgili müdahalede bulunun. Örneğin psikolojik travma varsa travma tedavisi yapmak ya da öfke kontrolünü öğretmek gibi.

“ Eski kesileriyle ilgilenin.

İlgilenirken acıma ya da korku duygusu göstermeyin “nötr” olun.En eski kesinin hangisi olduğunu göstermesini isteyin.İlk ne zaman kestiğini, kesmeye nasıl başladığını sorun. İlk kesinin ayrıntılı bir öyküsünü alın.

“ Son kesi üstünden davranışın zincir analizini yapın.

En son ne zaman kestiğini sorun ve o kesiyi göstermesini isteyin. Kesi anının bir analizini yapın.

- ▶ Kestiği sırada nerede olduğu, saatin kaç olduğu, madde etkisi altında olup olmadığını sorun.
- ▶ Kesmeden önce ne hissettiğini ve ne düşündüğünü araştırın.
- ▶ Kesmeye başlamasındaki motivasyonu anlamaya çalışın.
- ▶ Kestikten sonra ne hissettiğini ve düşündüğünü sorun.
- ▶ Çocuğun kendini kesmesine yol açan olayların duygusal, düşünsel, ve davranışsal analizlerini yapın.
- ▶ Bu yaşantılarının diğer kesilerinde de benzer olup olmadığını, farklılıklar varsa bunların neler olduğunu araştırın.

“ Özetleyin.

Kesme eylemi ile ilgili topladığınız bilgileri özetleyin ve doğru anlayıp anlamadığınızı sorun. Yanlışlıklar varsa düzeltin.

“ Risk etkenlerini saptayın.

Genel olarak en çok hangi durumların kendini kesmesi için risk faktörü taşıdığını, yani kendini kontrol etmekte zorlandığını görmesine çalışın. Bunların bir listesini çıkarın ve risk etkenleri ile başa çıkma yolları üzerinde tartışın.

Madde kullanımıyla kendini kesme arasındaki ilişkinin farkına varmasını sağlayın. Genellikle kişiler madde etkisi altındayken kendini kesme eğilimi gösterirler. Genelde duygularıyla başa çıkmakta zorlandıkları için kendilerini kesme eğilimi gösterirler.

“ Duygularını tanımlamasını ve duygularıyla başa çıkmasını öğretin

- Duygularını farkına varmasını ve kendini kesmek yerine başka davranışlar bulması gerektiğini anlatın. Bunun duygularını tanımlama ile ilgili grup çalışmalarından yararlanabilirsiniz.
- Farkında Nefes Çalışmasını üstünde durun. Düzenli uygulamasını sağlayın. Şiddetli olumsuz duygular duyduğunda farkında nefes alıştırmasını uygulamasını isteyin.

“ Düşünmeden hareket etmeyi önlemek için yöntemler öğretin.

Çocuğa harekete geçmeden önce yapabileceği olası davranışlar üzerinde durun. Çocuğa;

- Dur
- Düşün
- Dinle
- Plan Yap
- Harekete Geç stratejisini öğretin.

Trafik lambası örneğini kullanarak kişiye egzersiz yaptırın. Sonra bunu anahtar kelime olarak da nitelendirmesini sağlayın, böylece kişi için riskli olarak tanımladığınız olaylar karşısında kendi kendine “trafik lambası” demesini sağlayın. Bu kişi için bir hatırlatıcı görevi görecek ve harekete geçmeden önce durup, düşünüp, plan yapmasına yardım edecektir.

“Trafik lambalarını düşün.Kırmızı, sarı ve yeşil ışık ne anlama geliyor. Evet seninde dediğin gibi dur, harekete hazırlan ve geç. Kendimizi kesme isteği geldiği zaman bizde böyle yapabiliriz. Kesme isteğini uyandıran olaylar karşısında kesmeden önce durup, düşünüp, kendimizi dinleyerek ve plan yaparak harekete geçebiliriz. Böylece kendimize daha az zarar vererek bu sıkıntılarla nasıl baş edebileceğimizi öğrenebiliriz. Sıkıntılı olaylarla karşılaştığımızı trafik lambası diyerek ne yapmamız gerektiğini hatırlayabilirsin.”

“ Kendisini keserek kendisine zarar verdiğini anlamasını sağlayın.

Kendini kesmeye devam etmek isteyip istemediğini araştırın. Eğer istemiyorsa bunun için neler yapması gerektiğini sorun. Önerileri varsa Kendini keserek aslında yine kendine zarar verdiğini anlamasına yardımcı olun. Örneğin karşısındakine öfkelenildiği zaman, ya da reddedildiği zaman kendini keserek yine kendisine zarar verdiğini, kaybedenin yine kendisi olduğunu farkına varmasını sağlayın.

“ Önleme için gerekli girişimlerde bulunun.

- Kendine zarar verme davranışını önlemenin en iyi yolu kurumlarda düzenli aramalar yapılması ve kesici aletlerin önceden bulunmasıdır.
- Temizlik amaçlı bile olsa kesici aletleri tek başına vermemek ve ortada bırakmamak gerekir.
- Ders gördükleri sınıflarda kalem tıraşları kontrollü bir şekilde verilmelidir.
- Elişi sınıfında bulunan çocukların makas vb. kesici aletleri kontrollü vermeli ve ortada bırakılmamalıdır.

- Kendini kesen çocukların belirlenip, riskli anın erken tespitini yapmak gerekir. Çünkü kendilerini kesenler, kesmeden önce sıkıntı yaşarlar, düşünceli ya da öfkeli davranışlar sergilerler. Huzursuzdurlar sürekli dolaşırlar. Bu davranışlar kendilerini kesebilecekleri anlamına gelebilir. O durumda çocuğu sakın ortama alıp neler yaşadığı ve sıkıntı üzerinde konuşularak rahatlamasını sağlamak kendini kesme davranışını engelleyebilir.
- Çocuğun kendini kesmesinden “prim” yapması engellenebilir. Bazen çocuklar “kendimi keseceğim” diye tehdit ederek bazı haklar elde ederler. Onunla ilgilenilmesi ya da onun istediklerinin yapılması gibi. Bunları elde etmek için sürekli tehdit ederler.

“ Çocuk kendini kesme tehdidinde bulunduğu uygun yaklaşımda bulunun.

“... yapmazsan kendimi keserim.”

- Bu durumda telaşa kapılmayın. Siz telaşa kapılmaz sakın kalırsanız o da sakinleşecektir. Telaşa kapılmanız kendisini kesmesine neden olabilir.
- “Kendini kesme, yap ya da yapma” demek herhangi bir yarar getirmez. “Kesip kesmeye sen karar ver” diyerek kararı ona bırakmak yerinde olacaktır. Hala tehdit ediyorsa:
- “Kendini kesmenin sonucunda ne olacağını sen benden daha iyi biliyorsun. Bu yaptığının sonuçları neye yarayacak?” veya “Kesebilirsin, biz de pansuman yaparız.” diyebilirsiniz.
- Sakin bir ortama alıp o andaki sıkıntılarını konuşun. Kendisini kesmesine ve öfkelenmesine yol açan olayın ne olduğunu sorun ve yorum yapmadan dinleyin. Sıkıntısını anlatmak istemiyorsa fazla ısrar etmeyin. Ona nasıl yardımcı olacağını sorun. Eğer hala kesme konusunda ısrar ediyorsa kendini kesmesine izin verin. Kestikten ve kendine geldikten sonra tekrar aynı şeyleri sorun. Kendisini kesmesine yol açan olayın ne olduğunu, kendisini kesmek dışında o sorunla ilgili neler yapabileceğini konuşun. Kendini keserek aslında kendine zarar verdiğinin farkına varmasına sağlayın.

“ Kesme anında uygun yaklaşımda bulunun.

- Çocuğun etrafını güvenli bir hale getirin. El altında kesici bir alet bulundurmayın.
- Çevreyi kontrol altına alın. Diğer çocukları yanından uzaklaştırın. Etrafındaki ergenler onu kesmesi için kışkırtabileceği gibi diğer ergenlerin de kendilerini kesebileceklerini unutmayın.
- Kesikler çok derinleşmedikçe önlemeye çalışmayın.
- Kesikler gayri ciddi bile olsa pansuman yapın.
- Kan kaybı fazla ise doktora sevk edin.

İNTİHAR

Bu bölümde yer alan uygulamaları, sadece psikolog ve bu tür müdahale becerisi olan sosyal hizmet uzmanları ile çocuk gelişimcilerinin yapması uygundur

TANIM

- Tekrarlayan intihar düşünceleri ve sürekli ölümlerle meşgul olma hali ile seyreden bir ruhsal durumdur.
- İntihar davranışı intihar düşünceleri, planı ve girişiminden oluşur. Her aşamada dikkat edilmelidir.

RİSK ETMENLERİ

Ergen intiharında risk etmenleri şunlardır:

- İntihar düşüncesinin varlığı
- Geçmiş intihar girişiminin olması
- Evden kaçma
- Öfke
- Öğrenme güçlüğü
- Yeni yaşanmış bir kayıp, ayrılık (yas)
- Eşcinsellik (buna ek stres kaynaklarının olması ve sosyal destek eksikliği)
- Ailede intihar geçmişi
- Depresyon
- Psikotik belirtiler
- Madde ve/veya alkol kötüye kullanım geçmişi olanlar
- Kronik ya da çok sıkıntı veren bir fiziksel hastalığı bulunanlar
- İletişim becerilerinde ya da sorunlarla başa çıkma becerilerinde sorun yaşayanlar
- Cinsel istismara uğramış olma
- Aile sorunları
- Ailede intihar geçmişi ve/veya ailede ruhsal bozukluk

DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

Ergenlerde intihar konusunda dikkat çeken özellikler şunlardır:

- ▶ Gençlerin, yetişkinlerden daha dürtüsel davranabileceği unutulmamalıdır.
- ▶ Ergenlik döneminde intihar girişimi kızlarda daha yüksek oranda iken tamamlanmış intihar erkeklerde daha sıktır.
- ▶ Sorunlarla baş etmede yetersizlik, kurumda bulunmanın yarattığı baskı, dışarıdaki sorunlar, suçun türü, aileyle ilgili endişeler veya salıverilme hakkında kaygı duyma ile ilgili olarak intihar girişimi olabilir.
- ▶ Ergenlerde depresyon ve intihar değerlendirilirken fiziksel belirtilere dikkat edilmelidir. Kronik baş ağrısı, karın/mide ağrısı ve sırt ağrısı görülebilir. Ergen, sıkıntı ve mutsuzluk ile baş etmek için bu duyguyu farklı davranış şekillerine dönüştürüyor olabilir.
- ▶ Depresyonunu ifade etmekte güçlük çekebildiğinden bunu davranışsal olarak göstermeye çalışabilir. Madde kullanımı, rastgele cinsel ilişkide bulunma ya da hırsızlık gibi heyecan verici davranışlarda bulunabilirler.
- ▶ Duygudurum ergenlik döneminde hızlı değişim gösterdiğinden intihar girişimleri genellikle plansız, ani öfke ile ve dürtü kontrolündeki denetimsizlikle ortaya çıkmaktadır. Genellikle ön görmek pek mümkün olmaz. Dikkatli olunmalı ve ipuçları iyi değerlendirilmelidir.

UYGULAMALAR

“ İntihar düşüncesi ve varsa planını değerlendirin

İntihar düşüncesinin boyutunu dikkate alın; var olan bir intihar planı olup olmadığını, geçmiş intihar girişiminin var olup olmadığını ve aile geçmişini inceleyin. İntihar düşüncesi hakkında konuşmak önemlidir, konuşmaktan kaçınmayın.

“ İntiharı önleyen etkenleri güçlendirin

İntihar düşüncesini bugüne kadar eyleme geçirmemesinde nelerin etkili olduğunu sorun, bu sebepleri vurgulayın.

- ▶ Bugüne kadar seni ne durdurdu?
- ▶ Hayatta kalmaya dair düşüncelerin neler?
- ▶ Şu dönemde sorunlarınla başa çıkmada nasıl bir yardıma ihtiyacın var? Neler yapılabilir?

Onu bugüne kadar hayatta tutan olaylar, kişiler ya da değerlerin üzerinde durun, vurgulayın. Ancak bunu yaparken tek amacınızın intiharı önlemek olduğunu göstermeyin. Daha çok onun söylediklerini ona yansıtın.

Bugüne kadar ailenin varlığının önemli olduğunu söyledin, onları çok seviyor olmalısın. Onları arkanda bırakmak istememeni anlıyorum. Ailene bu kadar değer vermen çok güzel.

“ İntihar düşüncesine eşlik eden duygu ve düşünceleri ifade etmesini sağlayın.

- Mutsuzluk, suçluluk, pişmanlık gibi olumsuz duygularını ifade etmesini kolaylaştırın.
- Yaşamının artık değerli olmadığına dair düşünceleri belirtiyorsa yargılayıcı olmaktan kaçının, tartışmaya girmeyin ve iyi bir ilişki kurmaya çalışın.

“ Ertelemeyi sağlayın.

Çocuğun intihar planını ertelemek ve zaman kazanmak önemlidir.

İstersen bu intihar planını 1 ay sonraya atalım, erteleyelim. Gelecek görüşmede tekrar konuşalım.

“ Anlaşma imzalayın.

- Çocuğun intihar düşünceleri yoğunlaştığında ve eyleme geçmeye yakın hissettiğinde kurum personeli ile bunu paylaşması için bir anlaşma imzalayın.
- İntihar düşüncesi ve dürtüleri yoğunlaştığında kişinin yapması ve yapmaması gerekenleri belirtin.

“ Çevresel düzenlemeler yapın ve önlemler alın

- Çocuğun risk altında olduğu düşünüldüğü andan itibaren destekleyici personeli sürece dâhil edin. Destekleyici personelin risk altındaki kişileri daha yakından gözlemlemesini sağlayın. Destekleyici personeller ile birlikte vaka toplantısı yapın. Destekleyici personeller genellikle çocukları iyi tanırlar ve günlük iletişimlerinde destekleyici olabilirler.
- Çocuğun odasındaki diğer çocukları gerekirse durum hakkında bilgilendirin. Dikkatlerini çeken bir durum olduğunda (davranış değişiklikleri gibi) cezaevi personele haber vermelerini isteyin.
- Kurum dışı etkinliklerde (örneğin hastaneye götürme sırasında) personeli çocuğun durumu hakkında uyarın. Varsa intiharla ilgili evrakları personele verin.
- Çocuk başka bir kuruma nakledilecekse, gideceği kurumu durumu hakkında bilgilendirin.
- Çocuğun intihar girişiminde kullanabileceği nesnelere ulaşımını mümkün olduğunca engelleyin (bıçak, jilet vb.)

- Tecrit ve ayırma son çare olarak düşünülmemelidir.
- İlaç kullanımı varsa takip edilmelidir, gözetim altında ilaç alması sağlanmalıdır.

“ Olumlu iç konuşma tekniğini öğretin.

Çocuğun olumsuz iç konuşmalarına alternatif olarak olumlu iç konuşma örneklerini öğretin. Olumlu iç konuşma tekniği diğer yöntemler uygulandıktan sonra yapılmalıdır. Örneğin;

- Sorunlarımla başa çıkabilirim, bunu başarabilirim.
- Teslim olmayacağım
- Hayatta bugüne kadar bazı şeyleri iyi yaptım.
- Beni seven insanlar var. Hayatıma devam etmek için sebeplerim var.

“ İntihar girişimi varsa, sonrasında uygun müdahalede bulunun.

Çocuğun intihar girişimi sonrası iyileşme sürecinde destekleyici bir ortam oluşturulması önemlidir.

- Çocuk yalnız kalmamalıdır, tecrit edilmemelidir.
- Zamanını planlamasına ve doldurmasına yardım edilmelidir. Kurum içinde çalışma, kurslara katılma, imkan dâhilinde bedensel aktiviteyi artırma uygulanabilir.
- Aile ziyaretleri veya telefon görüşmeleri imkan dâhilinde artırılmalıdır. Ancak bunlar intihar davranışını ödüllendirici bir şekilde olmamalıdır.
- Antidepresan kullanılmaya başlandıysa, antidepresanların geç etki edeceği unutulmamalıdır. Bu süreci takip edin ve çocuğu bilgilendirin. Bir süre sonra daha iyi hissedeceğini vurgulayın.
- Çocukla düzenli görüşmeler yapın.

“ Gerektiğinde sevk edin.

Aşağıdaki durumlarda çocuğun psikiyatrye sevk veya ilaç kullanımı gereklidir:

- İntihar düşüncesi çok yoğun olduğunda ve dürtülerini kontrol etmekte zorlandığında,
- İntihar düşüncesi ile birlikte çocuğun intihar planı var olduğunda,
- Geçmiş intihar öyküsü varsa,
- İntihara eşlik eden başka ruhsal sorunlar (depresyon, alkol ve madde kullanımı gibi) varsa.

TANIM

- ▶ Çocuğun sağlığını, fiziksel, psikolojik ve sosyal gelişimini olumsuz yönde etkileyen, bir yetişkin ya da toplum tarafından bilerek veya bilmeyerek yapılan davranışlar çocuk istismarı ve ihmali olarak değerlendirilir.
- ▶ Çocuğa yönelik istismar sözlü ve/veya davranışsal olarak zarar vermeyi, zor kullanmayı, ihmali etmeyi ve kötüye kullanmayı içerir.
- ▶ Çocuğun sürekli olarak nitelik, kapasite ve arzularının kötülenmesini duygusal istismar; çocuğun bedenine yönelik kalıcı veya geçici fonksiyonel zarar veren her türlü davranışlar fiziksel istismar; bir çocuk ya da gence yönelik cinsel eylemde bulunulması, buna teşebbüs veya tehdit edilmesi ise cinsel istismar olarak tanımlanır.

DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

- ▶ İstismara uğramış bir çocuk veya gençle çalışırken ekip çalışması yapılması ve uzman desteği alınması zorunludur.
- ▶ İstismara uğramış bir çocuk veya gencin kendini yeniden riskli ortamlara sokma veya riskli davranışlarda bulunma ihtimali göz önüne alınmalıdır. Bu çalışmanın uzun soluklu olacağı unutulmadan kurumla olan güven ilişkisinin devam etmesini sağlayacak yaklaşımlarda bulunmak yararlıdır.
- ▶ Evden kaçma, madde kullanımı, kendine zarar verme ve/veya şiddete yönelik davranışları bulunan çocuk ve gençlerde istismar öyküsü mutlaka sorgulanmalıdır.
- ▶ Cinsel veya fiziksel istismara maruz kaldığını ifade eden bir çocuk/ergen karşısında, durum her zaman ciddiye alınmalı ve soruşturulmaya başlanmalıdır. Olayın bildirildiği ilk andan itibaren ergene/çocuğa inanmak, onu dinlemek gerekir.
- ▶ İstismara bağlı çeşitli bedensel rahatsızlıklar meydana gelebilir. Dürtüsellik, uykusuzluk, kabuslar görme, çeşitli yeme bozuklukları, kronik baş ağrıları, bayılmalar vb belirtiler görülebilir. Bu belirtilerin değerlendirilmesi için psikiyatriste yönlendirmeniz faydalı olacaktır.

UYGULAMALAR

“ Güvene dayalı bir ilişki kurun.

- ▶ Öncelikle güvene dayalı bir ilişki kurun. Yaşadıkları travmatik deneyimlerden dolayı iletişime geçmeye karşı isteksiz veya tepkili olabilirler. Yaşadıklarını paylaşabilmesi için size güvenmesi gerekir. Konuşmalarında abartılı veya uç tepkiler ortaya koyarak sizi test edebilirler.

► Onu yargılamadan, suçlama yada eleştiri dili kullanmadan dinlemeniz sizin tarafınızdan kabul edildiğinin hissetmesi için ilk adım olacaktır. Bazı durumlarda ise görüşme boyunca sessiz kalmayı tercih edebilirler. Olduğu haliyle kabul edildiğini hissettirmek için ona sık soru sormamalı ve içinde bulunduğu durumda yaşadıklarının anormal değil olağüstü duruma verilen normal tepkiler olduğunu ifade etmelisiniz.

“ Ruhsal travma hakkında bilgi verin.

► Yaşadığı travmatik deneyimin gündelik hayatına olumsuz yansımaları olabileceği hakkında bilgilendirilmesi “Ben niye böyle oldum?”, “Ben de bir sorun var?”, “Bu durum benim başıma geldiğine göre bende bir hata olmalı!” gibi sağlıksız sorgulamalarının sonlanması için gereklidir.

► Travmatik deneyim sonrasında yaşadığı zorlukların olay sonrası görülebilecek tepkiler olduğu, olayın kendisinin anormal bir durum olduğu bilgisi verilmelidir. Gerçekçi olmayan şeyler söylemeyin. Yakın gelecekte kendisini ne gibi duygusal zorlukların beklediğine dair bireyi bilgilendirin. Doğru bilgi, kişinin kendisini hazırlamasına, adapte olmasına kolaylık sağlar.

► Ruhsal travma, kişinin hayatına, vücut bütünlüğüne, sevdiklerine ve inanç/değer sistemlerine yönelik tehdit içeren deneyim ve durumlardır. Günlük işleyişi bozan, aniden, beklenmedik bir şekilde gelişen ve bireylerde dehşet, kaygı ve panik yaratan ve anlamlandırma süreçlerini bozan olaylar olduğu bilgisini vurgulayın.

► Travmatik bir yaşantıya maruz kalan herkeste olaydan sonra gözlemlenebilecek “travmatik stres tepkileri” bir bozukluk değildir; ancak psikolojik destek verilmesi şarttır. Olayın üzerinden 3 ay geçmesine rağmen yaşadığı sıkıntılar devam ediyorsa bu durum “Travma Sonrası Stres Bozukluğu” olarak tanımlanır ve bir uzman tarafından mutlaka tedavi edilmesi gerekir (Ek-1 Travmatik stres belirtileri” bkz.)

“ İstismar öyküsünü özenli bir şekilde alın.

► Güven ilişkisi kurulduktan sonra yaşadığı travmatik deneyimin ne zaman başladığı, ne kadar sürdüğü, kim tarafından yapıldığını sorabilirsiniz. Görüşmede ten temasından kaçınılmalıdır.

► İstismarı öğrenmeye çalışırken ergenin kontrol duygusunu hissetmesi sağlamak için onun hızına göre hareket edilmelidir.

► Anlatmak istemediği veya hatırlamadığını belirttiği ayrıntılar ile ilgili zorlanmamalı ve bu konularla ilgili boşluklar sizin tarafınızdan doldurulmamalıdır.

► Çocuğa başka akranlarının da benzer travmatik yaşantılara maruz kalabildiğini; yaşadığı sıkıntıları atlatmasının zaman alacağı ama bunun mümkün olabileceği söylenebilir.

► Cinsel istismarın olduğu durumlarda çocuk cinsel yollardan bulaşan hastalıklardan korumak amacıyla bir uzmana muayeneye yönlendirilmelidir.

“ Kurumda gizlilik ilkesinin korunmasına özen gösterin.

- ▶ Cinsel istismar olayı, mümkün olduğunca gizli tutulmalıdır. Bu olayın başkalarına bildirilmesi çocuk veya gencin güvenini daha da zedeleyecek ve yaşadıklarını çok daha zorlaştırabilecektir. Kurum sorumlularıyla görüşün, ergenin güvenliğini sağlayacak ve duruma en iyi müdahaleyi oluşturacak bir plan yapın.
- ▶ Kurumdaki tüm görevlilerin bu olaydan haberdar olması gerekmez. Eğer hemen her görevli olaydan haberdarsa, bu kişileri olayla ilgili çocukla konuşmamaları konusunda uyarın.

“ Görüşmelerinizde dikkatli davranın.

- ▶ Travmatik deneyim sonrasında duyguları ve düşünceleri hakkında konuşması ve soru sorması için onu cesaretlendirin. Eğer sizinle konuşmak konusunda henüz hazır değilse onun yanında olduğunuz ve istediği zaman sizinle konuşabileceği mesajını verin.
- ▶ “Unut artık”, “Çok abartıyorsun”, “Dünyada diğer sıkıntı çeken insanları düşün” veya “Saçmalama” gibi cümleler kurmaktan kaçının. Travmatik ya da zorlayıcı bir olaydan sonra bireye zaman tanınmalıdır. Hiçbir şeyin hemen ve bir kerede normale dönmeyeceği bilgisini verin. Dünyada başka olumsuz olaylar olması başına gelen olayın verdiği sıkıntı ve acıyı hafifletmeyeceği unutulmamalıdır.
- ▶ “Seni çok iyi anlıyorum” demekten kaçının. Travmatik bir olaya maruz kalan kişi gibi olayı aynen algılayamaz ve hissedemezsiniz. “Anlamaya çalışıyorum” veya “Yaşadıkların çok zor deneyimler, tahmin edebiliyorum” demeye özen gösterin.
- ▶ Çocuğa acıyarak yaklaşmayın; yaşadığı tüm zorluklardan onu kurtaracak kişi rolüne girmeyin.

“ Adli süreç ile ilgili temel bilgilendirmeyi yapın.

Adli süreç başladığında cumhuriyet savcılığı ve mahkemede dinleneceği ve bu süreçte kendisinden olayı anlatmasının isteneceği açıklanmalıdır.

Kendisine bir avukat atanacağını ve isterse duruşmaya çıkmadan önce bu avukatla görüşebileceğini, avukatla görüşmeden önce isterse konuşmayabileceğini belirtin.

Duruşma sırasında kendisine yardımcı olmak üzere mahkeme salonunda bir psikolog veya sosyal hizmet uzmanının bulunacağı, anlamadığı veya kaygı duyduğu durumlarda ondan da yardım alabileceğini anlatın.

Cinsel istismarın her zaman fiziksel bulgularının olmayabileceğini ancak psikolojik bulgular için bir psikolog veya psikiyatrist ile görüşmesi gerekeceğini söyleyin.

Fiziksel boyuttaki tepkiler

- Vücudunun değişik yerlerinde tırnak izleri ve morluk, özellikle gözaltında morluk gibi bir takım fiziksel belirtiler,
- Baş ve karın ağrısı,
- Kusma, iştah azalması,
- Dudak/ağız ve genital/anal bölgede ağrı, şişme, kızarma, kanama, iltihap kapmaları,
- Vücudun çeşitli yerlerinde şişkinlikler,
- Üriner iltihaplar, cinsel yolla bulaşan hastalıklar,
- Altını ıslatma gibi fiziksel belirtiler
- Uyku düzeninin bozulması, kabusların artması

Duygusal boyuttaki tepkiler

- İnkâr
- Çökkünlük
- Duygularında ani değişiklikler
- Utanç ve kirlenmişlik hissi
- Olaydan kendini sorumlu tutma ve suçluluk hissetme
- Kendine saygıda düşüş,
- Güven kaybı,
- Sevdiği şeylere karşı ilgi kaybı,
- Kızgınlık,
- Aldatılmışlık hissi,
- Kontrol kaybı duygusu,
- Çaresizlik,
- Kaygı ve korku
- Unutkanlıklar
- Aşırı hayal kurma ve hayali arkadaş eğilimi
- Cinsel kimliğinde sıkıntılar

Sosyal boyuttaki tepkiler

- İlişkilerinde hayır demekte zorlanma
- Başkalarına güvenememe

- Kendini ve/veya başkalarını idealize etme ya da değerinden az görme eğilimi
- Kendilerini her şeyden izole etme
- Aşırı bağımlı hale gelip birilerine bağlanma
- Ailesiyle görüşmek istememeye başlama
- Değişik sebeplerle oda değiştirme isteği

İnanç boyutundaki tepkiler

- Dünyanın “tamamen” ve insanların “hepsinin” güvenilmez olduğuna dair olumsuz ve çarpık bir inançların gelişmesi
- Dini boyutta kendini aniden aşırı ibadete verme ya da var olan inancından uzaklaşma/vazgeçme

Davranışsal boyuttaki tepkiler

- Aşırı temizlenme ihtiyacı veya öz bakımını tamamen ihmal etme,
- Yaşına göre daha bebeksi davranışlarda bulunma,
- Abartılı davranışlarda bulunmaya başlama; daha erkeksi/sert görünme çabası içine girme,
- Tanıdık veya tanımadık insanlardan veya bazı yerlerden korkmaya ve kaçmaya çalışma,
- Sosyal çevre tarafından dışlanma veya kendi kendisini çevresinden soyutlama ve içine kapanma
- Etkinliklere katılmamaya başlama
- Çevresine ya da kendisine yönelik yıkıcı davranışlarda bulunma,
- Gerginlik ve saldırganlık davranışlarının görülmesi veya bu davranışlarda artma meydana gelme,
- Kendini kesme, yakma gibi kendine zarar verme davranışlarında bulunma,
- İntihar düşünceleri veya girişimi,
- Alkol veya madde kullanımı
- Cinsel eylemlerin çoğalması,
- Yetişkinlerin cinsel davranışlarını taklit etmek, onların sözleri ve ifadeleri ile cinsel bilgiler ifade etme
- Başka çocuklar ile cinsel içerikli oyunlar oynamak gibi davranışlarda bulunma

Bu bölümde yer alan uygulamaları, sadece psikolog ve bu tür müdahale becerisi olan sosyal hizmet uzmanları ve çocuk gelişimcilerinin yapması uygundur

UYGULAMALAR

“ Olumsuz davranışlara yönelik temel müdahaleleri yapın.

Cinsel konulara aşırı merak

Cinsel istismara maruz kalmış çocuğun cinsellikle ilgili konulara aşırı ilgi ya da merak duyma eğilimi görülebilir. Bu durum çevresindekiler tarafından yargılanabilir ve dışlanmasına yol açabilir. Çocuğun yaşadığı travmatik deneyimin bir sonucu olarak ortaya çıkan bu anlamlandırma çabasının, kendisini yeni risklere sokabileceği hakkında bilgilendirin. Cinsel konular hakkında öğrenmek istediklerine dair yaşına ve gelişimsel özelliklerine uygun cevaplar verin veya bilgi alabileceği güvenli bir kaynağa yönlendirin.

Rastgele cinsel ilişkiler

Rastgele cinsel ilişkiye girme ya da ilişkilerinde cinselliği ön plana çıkarma eğilimleri görülebilir. Cinsel istismara maruz kalan çocuk, yetişkin cinselliğine çarpık bir şekilde dahil edildiğinden ötürü kimliklerinde karmaşa ve kafa karışıklığı yaşarlar. Sevme ve sevilmenin bir yolu olarak cinselliğini kullanmadan diğerleri ile iletişime geçebilmesi gerektiği anlatılmalıdır. Bu becerileri kazanabilmesi için grup çalışmalarına yönlendirilmelidir.

Suçluluk, utanç ve kendini değersiz hissetme

Suçluluk, utanç ve kendini değersiz hissetme duyguları gözlemlenebilir. İstismarı engelleyememesi, kendini koruyacak bir yetişkinin bulunmayışı çocukta/ergende bu duyguları tetikler. Olayın kendisinin suçu olmadığı her seferinden vurgulanmalı, olayın anormal olduğu, istismarı uygulayan kişinin sağlıksız bir birey olduğu vurgulanmalıdır. Olaydan ötürü gelişebilecek öğrenilmiş çaresizlik duygusunu azaltmak için şimdiki zamanda kendi kontrolü altında olan durumlara örnek verilmesi ve bu örnekleri kendisinin de çoğaltması istenebilir.

Olayı tekrar yaşıyormuş hissi

Taciz olayı tekrar ediyormuş gibi hissetme ya da davranma (halüsinasyonlar görme, flashbackler yaşama...) veya kabuslar görme durumu görülebilir. Bu gibi durumlarda nefes ve gevşeme egzersizi gibi rahatlatma teknikleri uygulanmalı, “şimdi ve burada” olduğu bilgisini kendisine hatırlatması istenmelidir.

Aşırı duygusal tepkiler

Cinsellik ile ilgili konulardan bahsedildiğinde ya da tacizde bulunan kişi ile karşılaştığında veya aklına geldiğinde öfke, nefret ya da korku tepkileri verebilir. Bu gibi durumda yaşadığı duyguların sağlıklı olduğu bilgisi vurgulanmalıdır. Mağdur değil hayatta kalan güçlü bir birey olduğu söylenmelidir. Olayın üstesinden gelmek için o kişi hakkındaki öfkesini dindirmesi kadar kendisini iyi hissedeceği ve öfkesini yararlı bir şekilde kullanabileceği aktiviteler (yaptığı işe, okula, sportif bir faaliyete veya el sanatları işi vb) yönlendirilmelidir.

Sosyal izolasyon

İnsanlara güvenmediğinden kendini izole etme ve yakın ilişkiler kuramama eğilimi, duygu durumunda uzun süre depresyonda olma veya kaygılı olma gibi rahatsızlıklar görülebilir. Travmatik yaşantıları sonrası bu tür tepkilerin normal olduğu, üstesinden gelmek için kendisine zaman tanınması gerektiği, yapabileceklerini mümkünse listeleyip en kolayından en zoruna doğru adım adım ilerlemesi için cesaretlendirilmelidir.

Kendine zarar verme davranışı

Kendine zarar verme davranışları, suça yönelme veya taciz içerikli ilişkilere yönelme, cinsel tacizle ilgili acı verici duygularla başa çıkmak için alkol ya da madde kullanma eğilimi sergileyebilirler. Bu başlıklarla ilgili hazırlanan bireysel destek ve beceri çalışmalarını uygulayınız (İlgili bölüme bakınız).

“ Psikososyal çalışmalar uygulayın.

- Kendisini ifade edebilmesini sağlayın.

İstismara uğramış bir çocuğun yaşadıkları hakkında konuşmasına, duygu ve düşüncelerini ifade etmesine yardımcı olmak için öykü tekniğini (Bkz. Ek-1 “Öykü Tekniği”); başa çıkma mekanizmalarını fark ettirmek için kahramanım hikayesini (Bkz. Ek-2 “Kahramanım”) kullanın. Büyük yaştakilerde de kullanılabilen ama daha küçük yaştaki çocukların kendilerini ifade etmelerini kolaylaştıran “Canavarın üstesinden gelmek” tekniğini korkularını ifade etmeleri ve çözüm üretmeye başlamaları için kullanabilirsiniz (Bkz. Ek-3 “Canavar üstesinden gelmek”).

- Güçlü yanlarını fark etmesini sağlayın.

Resim yapmak, seramik ya da hamurla uğraşmak, spor yapmak gibi iyi olduğu alanlarda ilerlemesi için destekleyin.

- Sosyalleşmesine yardımcı olun.

Sosyal olarak daha aktif olmasını sağlayarak kendine olan güvenini ve saygısını kazanmasına yardım edin. Boş zamanlarını en iyi şekilde değerlendirmeleri için günlük aktivitelerini planlamalarına yardımcı olun. Kurum içinde olduğu kadar kurum dışında da değişik aktivitelere katılımını teşvik edecek ve çeşitlendirecek imkanları yaratmaya çalışın.

- Kendine bakım konusunda bilgilendirin.

Uyku, yemek, temizlik ve giyinme vb kendine bakım konusunda destekleyin.

- İlişkiler konusunda bilgilendirin.

Yakın ilişkiler kurabilmesi için kendisine zaman tanınmasını, hızlı hareket etmemesini vurgulayın. Bir öteki ile güvene dayalı bir ilişki kurması için sohbetlere kendisi ile ilgili en özel bilgilerden başlamamasını; gündelik hayattaki olaylardan konuşarak ilerlemesi gerektiğini söyleyin. Bir öteki ile paylaşacağı kişisel bilgi seviyesinin güven ilişkisi güçlendikçe artması gerektiğini açıklayın.

- Kendisini korumasını öğretin.

İleride doğabilecek tacizlerden kendisini korumak için yapması gereken şeylerin neler olabileceğini tartışın ve bunları hayata geçirmesine yardım edin.

 Kendisini ifade etmekte zorlanıyorsa alternatif teknikleri kullanın.

Mektup yazmak

İstismardan dolayı yaşadığı duygu ve düşüncelerini ifade etmekte güçlük çeken çocuğa istismarı yapana bir mektup yazmasını veya resim yapmasını söyleyebilirsiniz. Mektubu okumasını veya resmi anlatmasını teşvik edebilirsiniz. Gerçekçi olmayan olumsuz düşünceleri ortaya çıkarsa (örn. “Benim hatam”, “Ben durdurmayı beceremedim” vb) gerçekçi ifadelerle duruma müdahale edebilirsiniz.

Boş sandalye tekniği

Boş sandalye tekniğini kullanarak istismarı uygulayan kişiye ve diğer aile üyelerine karşı hissettiklerini dışa vurmasını sağlayın.

İstismarı uygulayan kişiye ve diğer aile üyelerine karşı hissettiklerini dışa vurmasını sağlamak için “boş sandalye tekniğini” kullanabilirsiniz. Boş sandalye çalışması, kişinin herhangi bir duruma/kişiye/ilişkiye dair yoğun duygusal sıkıntılar yaşadığı zamanlarda kullanılır.

Tekniğin amacı kişinin karşı tarafın bakış açısına dair farkındalık kazanmasına; kendi duygularını, düşüncelerini fark edebilmesine ve bunları ifade ederek rahatlamasına yardımcı olmaktır. Uygulamada, karşılıklı iki sandalye koyulur. Çocuktan önce sandalyelerden birine oturması, belli bir kişinin rolünde konuşması istenir.

Bu sandalyede otururken çocuk annesinin, babasının, arkadaşının vs. diliyle karşısındaki boş sandalyeye (kendisine) konuşur. Örneğin, çocuk babasına kendisini ifade etmek istiyorsa, “Şimdi babanın yerinde olduğunu hayal et. Bu sandalyede otururken baban olduğunu düşün. O sana neler söylerdi? Onun hangi sözleri canını acıtmıştı? Bunları söyle.” denir.

Çocuk daha sonra karşıdaki sandalyeye geçer ve kendi rolünde cevap verir. “Şimdi sen çocuklarından birisin. Karşında da baban oturuyor. Onun neler dediğini işittin, şimdi ona

cevap ver” denir. Çocuk daha sonra tekrar baba rolünde olduğu sandalyeye geçer ve çocuğa cevap verir. Bu diyalog bu şekilde birkaç kere sürdürülür.

Günlük tutmak

Bir günlük tutarak gün içinde kendisini rahatsız hissettiği durumları, düşünceleri ve duygularını yazmasını isteyin. Bu durumlar karşısında ne yaptıklarını öğrenin. Sağlıksız tepkiler yerine nasıl davranabileceği konusunda alternatif çözüm önerilerini tartışın.

Günlük tutmak ve yaşadığı duyguları, düşünceleri, olayları yazmak çocuğun/ergenin kendini rahatlatmasına, olaylara dışarıdan bir gözle bakabilmesine, sıkıntılı durumun içinde kaybolmaktansa bu durumla arasına mesafe koyabilmesine yardımcı olur. Yazmak, stresle baş etme kaynaklarımızdan birisidir.

Bir günlük tutarak gün içinde kendisini rahatsız hissettiği durumları, düşünceleri ve duygularını yazmasını isteyin. Bunların üzerinden beraber geçin ve bu durumlar karşısında ne yaptıklarını öğrenin. Günlük üzerinden davranışlarının olumlu ve olumsuz sonuçlarını tartışın; olumsuz duygularla baş etme yolları üzerinde durun.

Günlükteki bilgileri çocuğun kendisini tanıması, ne zaman, nelere, nasıl tepki verdiğini fark etmesi için kullanın. Sağlıksız tepkiler yerine nasıl davranabileceği konusunda alternatif çözüm önerilerini tartışın.

“ Öfkesi üstünde çalışın.

1. Yaşadığı istismar sonucu diğer insanları ve durumları nasıl tehlikeli ve tehdit edici görme eğiliminde olabileceğini anlamasına yardım edin.
2. Öfkesinin altında yatan duyguları görebilmesi için açık uçlu sorular sorun.
3. Öfkenin aslında ikincil bir duygu olduğunu öğretin. Haksızlığa uğrama, anlaşılmama, reddedilme, mutsuzluk, önem verilmeme ve değersiz hissetme, takdir edilmeme gibi nedenlerden ötürü öfke yaşadığını değişik örnekler vererek dile getirin. Bu duyguların üstesinden gelmesinde onu dinleyin ve yanlış inançlarına müdahale edin.
4. Gündelik hayatında öfkelenildiğinde kaynağını başka bir şeymiş gibi gösterdiğini ve asıl duygularını hasır altı ederek biriktğine dair örnekleri onunla paylaşın. Bu tür biriktirmelerin, ufak olaylarda dahi patlama yaşamasına yol açtığını gösterin. Yaşadığı olaydan dolayı hissettiği öfkeyi gündelik yaşamındaki olaylarda insanlara yansıtabilir. Gündelik yaşamına yaşadığı olayın öfkesini yüklememesi için örnekler üzerinden yapabileceğini konuşun.
5. Öfkelenildiğinde yapabileceği alternatif davranışlar üzerinde konuşun. Başkalarına veya kendine öfkesini yöneltmemesi için neler yapabileceğini tartışın. Kendini öfkelenen ortamdan yada kişiden uzaklaşma, odağını başka bir şeye yöneltmeye çalışarak tepkilerini geciktirmesi, nefes egzersizi, yürüyüş yapmak, müzik dinlemek, resim yapmak gibi fiziksel aktivitelere kendini vermesi gibi alternatiflerden bahsedin.

Amaç Zorlayıcı yaşam olayları sonrasında baş etme kanallarını (İnanç sistemi/değerler, Duygu, Sosyal İlişkiler, Hayal Gücü, Düşünce/Bilgilenme, Fiziksel Aktivite) kullanması için teşvik etmek ve başa çıkma kapasitesini arttırmak.

Malzeme Kağıt ve kalem.

Yönerge

Çocukların bir kağıdı 6 eşit bölme olacak şekilde çizmeleri isteyin. Yapmakta zorlanan olursa siz yapın ve gösterin.

“Yaşadığımız zorluklar neleri yapıp yapamayacağımız konusunda kafamızı karıştırabilir. Böyle durumlarda başa çıkma gücümüzü kendimize hatırlatmamız gerekir. Şimdi önünüzdeki kağıdı 6 eşit bölme olacak şekilde çizmenizi istiyorum” diyerek elinizde önceden hazırladığınız 6 eşit bölme olan boş kağıdı gruba gösterin.

Sonra Birinci bölümün üzerine “Kahraman”, ikinci bölümün üzerine “Hedef”, üçüncü bölümün üzerine “Engel”, dördüncü bölümün üzerine “Yardımcı”, beşinci bölümün üzerine “Ne Oluyor?”, altıncı bölümün üzerine “Sonuç” yazmalarını isteyin.

Birinci bölümde çocuklardan kendilerine bir kahraman belirlemelerini ve çizmelerini isteyin. Bu bir insan, ağaç, hava, çiçek ya da film/çizgi film karakteri vb. olabilir.

İkinci bölümde çocuklara “Kahramanınızın yapmak istediği bir şey var. Ulaşmak istediği bir hedefi var. Bu ne olabilir?” diye sorun ve bunun resmini çizmelerini isteyin.

Üçüncü bölümde “Kahramanınızın amacına ulaşmasını engelleyen bir sorunla karşılaştı. Bu engel ne olabilir?” diye sorun ve bu engeli üçüncü bölüme çizmelerini isteyin.

Dördüncü bölümde “Kahramanınızın karşılaştığı engeli aşmasında ona ne/kim nasıl yardımcı oluyor?” diye sorun ve yardımcıyı dördüncü bölüme çizmelerini isteyin. Bu yardımcı bir insan, hayvan, eşya, hayali bir kahraman vb. olabilir.

Beşinci bölümde “Ne oldu? Engeli aşmasında kahramanınıza kim/ne nasıl yardımcı oldu? Ne yaptılar?” diye sorarak buldukları kahraman ve yardımcının çözüm yolunu çizmelerini isteyin.

Altıncı ve son bölümde “Kahramanınızın hikayesi nasıl bitiyor? Sonuç olarak neler oldu?” diye sorun ve son bölmeye bunu çizmelerini isteyin.

Çalışma bittiğinde yaptıklarını paylaşsınlar. Kahramanların bile olaylar karşısında engellerle karşılaşabileceğini ama yalnız olmadıklarını, engelleri aşmak için yardımcı kaynaklarını kullanabileceklerini ve üstesinden gelmenin zaman alsa bile mümkün olabildiğini vurgulayarak çalışmayı tamamlayın.

Amaç Resim aracılığıyla çocuğun duygu ve düşüncelerinin dışı vurumunu kolaylaştırmak; canavar metaforunu kullanarak çocukların korkularıyla başa çıkmasına yardımcı olmak.

Malzeme Kağıt, parmak boyası veya sulu boya yada sadece pastel boya.

Yönerge

Çocuğa korktuğu durumu/olayı/kişiyi düşünmesini ve eğer bu “canavar” olsaydı neye benzeyeceğini, nasıl gözükeceğini hayal etmelerini söyleyin.

Aklındaki hayali bir kağıda çizmesini isteyin. Eğer imkanınız varsa çizdiği resmi bir duvara veya beyaz tahtaya bantla yapıştırabilirsiniz. Ortamınız elverişli değilse çocuk resmini önünde tutabilir.

Çocuğa boyalar verilir. Eğer duvara asılmışsa ellerindeki boyayı resme fırlatabilirler. Duvara asılmamışsa ellerindeki boya ile canavarı boyayıp karalayabilirler. Bunu yaparken çocuğa “Bu canavara ne söylemek isterdin?” veya “Bu canavar ne duysun yada bilsin isterdin?” diye sorun. Bir yandan boyayıp karalarken bir yandan da söylemekten korktuğu şeyi ifade etmesine yardımcı olun. Bu çalışmanın sonunda resmi ne yapmak istediğini sorun. Yırtmak, atmak, saklamak ne yapmak isterse onu yapabileceğini söyleyin. Çalışmanın sonunda nasıl hissettiğini, neyin iyi geldiğini sorun.

Bir sonraki görüşmenizde aklına yeni şeyler gelip gelmediğini sorun. Olaylara dair yanlış inançları varsa “Asla güvende olamam”; “Kendimi koruyamam”; “Hep korkacağım” vb. doğru ve gerçekçi bilgilendirmeleri yapın. Eğer ihtiyacı varsa ve istiyorsa aynı çalışmayı tekrarlayın; her defasında ifade edemediklerini dillendirir.

ÇOCUĞUN ENSEST MAĞDURU OLDUĞU DURUMLAR

Çocuğun durumla ilgili bilgisini, farkındalığını araştırın. Enseste çok küçük yaşlardan beri maruz kalmış çocuklar normal ilişkinin böyle olduğunu düşünebilirler. Temel güven kaynakları tarafından yapılan maruz kaldıkları bu durumu farkında olmadan normalize ederler, çünkü ensest uygulayan kişi aynı zamanda bakım, barınma, güvenlik ve sevgi gibi temel ihtiyaçları için bağlı olduğu kişidir. Bu durum çocuk için daha da kafa karıştırıcıdır. Bu nedenle ilk olarak, “iyi” ve “kötü” dokunuşun, sağlıklı sevgi gösterme şeklinin ne olduğuna dair bilgilendirme yapın. Çocuğun maruz kaldığı bu durumun bir suç olduğunu fark etmesi ancak sağlıklı olanı bildiğinde mümkündür.

Çocuk ensest ilişkiye maruz kaldığı aileye geri gitmek istiyorsa; maruz kaldığı durumun bir suç olduğunu ve onu korunması için güvende olmadığı ortama gönderilemeyeceğini anlatın. Ensest uygulayan kişinin evden uzaklaştırılmasını sağlamak amacıyla bilgileri gerekli yerlere bildirin.

 Yasal süreç hakkında çocuğu bilgilendirin.

Yaşanan olayın aile, mahalle ve okul düzeyinde ne kadar bilindiğini kendisi ile paylaşın. Bu gibi durumlarda kendisini bekleyen şeylerin neler olabileceği konusunda çocukla konuşun. Kendisini yargılayacak bazı tutumlarla karşılaşsa da bunun onun suçu olmadığı vurgusunu sık sık tekrarlayın. Çocuk ensest uygulayan kişiyi sevdiğini ve ona bir şey yapmadığını söyleyebilir. Kafasının karışık olduğunu ve “Stockholm Sendromu” yaşıyor olabileceğini göz önünde bulundurun. Sağlıklı ve güvenli sevgi ilişkisi hakkında bilgilendirme, güvenli ilişkiler içerisinde bulunmaya teşvik etmeye devam edin. Böylece normal ile anormal olanı ayırt etmesi kolaylaşacak ve ensest uygulayan kişiden uzak durması gerektiğine zamanla inanacaktır. Ensest ilişkide bulunan kişiye ne olacağına dair sorular sorabilir. Bu durumda kararı adli makamların vereceğini; işinizin yargı değil; kendisine duygusal olarak yaşadığı olaylar sonrası yardımcı olmak olduğunu söyleyin.

Varsa çocuğun kardeşlerinin de enseste maruz kalıp kalmadığının araştırılması gerekir. Bu durumda aile, bazı insanların olmaması gereken şeyler yaptığını ve yaşananların onun suçu olmadığı tekrar anlatılmalıdır. Çocuk utanabilir ve kendisinin ya da sevdiklerinin başına bir şey gelmesinden korkabilir.

Aileye, bunu bir sır olarak tutmak yerine olayı ortaya çıkarmasının çocuğun korunması açısından daha sağlıklı ve doğru olacağı söylenmelidir. Karşımıza çıkan deneyimlerden biliyoruz ki bazı anneler çok destekleyici olabilirken bazıları çocuğuna karşı olumsuz tutum sergileyebilmektedir. Bu gibi durumlarda, aileden güvenilir ve çocuk ile sağlıklı ilişki kurabilecek akrabaları bulmak ve onların desteğini almak önemlidir. Bu yaparken anne ile görüşmelere devam etmek, onu bilgilendirmek, bunun çocuğun suçu olmadığını anlatmak, kimsenin böyle bir şeyi seçmeyeceğini vurgulamak gerekir.

ÇOCUK HAMİLE KALMIŞSA

Öncelikle bu durumun çocuğun suçu olmadığını anlatın. Güvende hissettiği aile üyelerinin desteğine ihtiyaç duyacaktır. Şartların izin verdiği ölçüde bu aile bireyleri ile görüşmesine olanak sağlamaya çalışın.

Kürtaj seçeneğini aileyle konuşun. Çocuğu da nasıl bir operasyon geçireceği hakkında kısaca bilgilendirin. Doğurması gerekiyorsa hamilelik sürecinde fiziksel, duygusal ve sosyal olarak kendisini nelerin beklediğine dair bilgilendirme yapın (Bkz. “Hamilelik” oturumu).

Kürtaj olmak istemiyor ve çocuğu doğurmak istiyorsa bu kararı neye göre verdiğini anlamaya çalışın. Hangi sebeplerin onun bu kararı vermesinde rol oynadığı önemlidir. Eğer korku ve suçluluk duyguları gibi sebepler varsa bu konuda hızlıca profesyonel destek almasını sağlayın. Çocuğu doğurmaya karar verdiğinde aile boyutunda yaşayabileceği zorlukların neler olabileceği hakkında konuşun. Bu tür zorlukların neler olduğunu tespit ettiğinizde neler yapabileceği konusunda da çözüm olasılıklarını çocukla tartışın.

İSTİSMAR EDEN KİŞİYE BAĞLILIK GELİŞMESİ

Çocuk, kendisini istismar eden kişi ile işbirliği içerisinde olabilir, kendisini istismar eden kişiye karşı sevgi ve saygı duyuyor olabilir. Bu durum kafa karıştırıcı olabilir. Böyle durumlarda çocuğun/ergenin tepkilerinin “Stockholm Sendromu” denilen durumdan kaynaklanabileceğini göz önünde bulundurun.

Stockholm Sendromu, genel anlamıyla rehinelere, kendilerini rehin alan kişiye karşı zaman içerisinde karşı duygusal yakınlık duymaları ve özdeşim kurmaları olarak tanımlanır. Rehin alma, tecavüz, taciz, ensest, savaş, aile içi şiddet gibi durumlarda görülebilir. Hayati tehlikenin bulunması, mağdurun dış dünyadan soyutlanmış olması, mağdurun bulunduğu ortamdaki kaçamaz ya da kaçamayacağına inandığı bir durumda olması, failin ara sıra arkadaşça ve yakın davranması Stockholm sendromunun oluşma riskini artırır.

İstismar eden kişinin amacı kurban üzerinde tam bir hakimiyet kurmaktır. Sadece itaat değil; saygı, sevgi, bağlılık ve hatta minnet bekler, çünkü yaptıklarını haklı göstermek için kurbanın onayına ihtiyacı vardır. Kurbanın hayatta kalma içgüdüğü bu sendromun oluşumunun temel sebebidir. Kurban dış dünyadan izole bir haldeyse, ihtiyaçlarının karşılanması için istismar eden kişiye bağımlı olduğunu hisseder. İstismar eden kişinin küçük jestleri bile kurbanın gözünde büyür. Hatta, kurbanın şiddetine haklı sebepler bulur, durumun tehlikeli olmadığını düşünür. Kurban istismar eden kişiyi kızdıracak şeyler yapmaya, onun takdirini kazanmaya çalışır.

Uzun süre istismara maruz kalmış ya da ensest mağduru çocukta istismar eden kişiye bağlılık görülebilir. Bu durumlarda Stockholm sendromu ve gelişim süreçlerinin gereği olarak çocuğun var olabilmek ve hayatta kalabilmek için annesini/babasını/bakım veren kişiyi ne olursa olsun yüceltme ihtiyacında olduğu unutulmamalıdır.

Bu gibi durumlarda, çocuğun istismar edene karşı abartılı övgüleri öfke veya suçlama ile karşılık bulmamalıdır. İstismar edenin kötü birşey yaptığını söylemek ilk zamanlar işe yaramaz, çünkü çocuğun hayatta kalma güdüsü veya sevilmenin ne olduğunu bilmemesi istismar edeni gözünde büyütmesine yol açar. Gerçeği anlaması için istismar edenin kendisine ne yaptığını anlatma çabasından kaçınılmalıdır. Sadece soru sorulmalı ve düşünmesi için zaman verilmelidir (Örn. “Kafam karıştı, sen en son onu sevdiğini söylediğinde seni dövmüş müydü?”). Tohumlama dediğimiz bu teknikte, karşımızdakini ikna etmek yerine şüphe yaratacak sorular sormak ve verdiği cevapla ilgilenmeyip benzer sorular sormaya devam etmek gerekir. Unutulmamalıdır ki ancak güvenli ve sağlıklı ilişkiler kurmayı öğrendikçe bu düşünce ve davranışlarından uzaklaşacaktır.

İstismar eden ile bir arada olmak veya görüşmek istediğinde, buna izin verilmeyeceği kesin bir dille açıklanmalıdır. Kanunlar bu çerçevede gerekçe olarak gösterilebilir. İstismara uğrayan çocuk sanki sevdiğinden ayrı tutuluyormuş gibi isyan ve üzüntü tepkileri verebilir. Bu gibi durumda sadece ona eşlik etmek, içinde bulunduğu zorluğu fark ettiğinizi ancak başka bir seçeneğin olmadığını vurgulamanız gerekebilir.

TANIM

- Kriz, kişinin normal veya geleneksel/alışılmış problem çözme becerileri ile çözülemeyen, baş etme kapasitesini zorlayan, çoğu zaman ani gelişen ve yoğun bir etkiye sahip durumlar/olaylardır.
- Krizler, kişinin içinde bulunduğu sistemin dengesinin ve var olan düzenin bozulmasına yol açar.
- Krizler aynı zamanda birer büyüme ve değişim için bir fırsat olarak da görülebilir. Mevcut olan problemin çözümlenmesi, bu durumun bireyin gelecek krizlerle başa çıkması için repertuarını genişletmesi anlamına gelmektedir.

Krizler, gelişimsel ve travmatik/durumsal olmak üzere ikiye ayrılır.

1. Gelişimsel kriz olarak tanımlanan stresörler bireylerin yaşam döngüsü içinde karşılaşılabileceği ve aşmak zorunda olduğu görevlerdir. Örneğin; evlilik veya bir ilişki, doğum, evlat edinme, çocuğun okula başlaması, çocuğun ergenliğe girmesi, çocuğun evi terk etmesi, emeklilik vb. Bu stresörler gerginlik yaratsa da normal yaşam döngüsünün birer parçasıdır ve genellikle önceden tahmin edilebilirler.
2. Travmatik/durumsal kriz ise kişinin günlük işleyişi bozan, aniden, beklenmedik bir şekilde gelişen ve bireylerde dehşet, kaygı ve panik yaratan ve anlamlandırma süreçlerini bozan olaylar travmatik yaşantılar olarak adlandırılır. Bu beklenmedik olaylar sıklıkla bir kayıp ile karakterize olur; sevilen birinin veya bireyin yaşamı üzerindeki kontrol kaybı gibi. Örneğin; anne-baba veya çocuğun ölümü, aile üyelerinden birinin intiharı, AIDS/HIV veya kanser gibi bir hastalık teşhisi almak, fiziksel veya cinsel tacize maruz kalmak, doğal afetler, işkence, tecavüz, saldırı vb.

DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

- Kişiler, aynı krize farklı tepkiler verebilirler. Unutmayın ki, kriz karşısında herkes aynı tepkileri, aynı zamanda, aynı devamlılıkta göstermez.
- Krize verilen tepkiler, krizin şiddeti, büyüklüğü, kişinin yaşı, sosyo-ekonomik özellikleri, gelişimsel öyküsü, önceden travmatik deneyimlerinin olup olmaması, baş etme ve problem çözme becerileri ve destek sistemlerine göre farklılık gösterir.
- Krizler güçlü tetikleyicilerdir. Çocuğun/ergenin daha önce var olan zorlantılı yaşam deneyimlerini, travmalarını tetikleyebilirler.
- Zorlayıcı ya da travmatik bir yaşantıya maruz kalan herkes “travmatik stres tepkileri” verir. Bu tepkiler öncelikle “anormal bir olaya verilen normal tepkiler” (Bkz. Ek-1) olarak tanımlanır. Bunlar eğer bir süreklilik gösterirse, süreye ve döneme göre; Akut Stres Bozukluğu ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu olarak tanımlanır.

UYGULAMALAR

“ Çocuğun krizden önceki işlevselliğine dönmesine yardımcı olun.

Krizle müdahalenin ilk hedefi, kişinin bozulan stabilizasyonunu tekrar kurmak için kriz öncesi işlevselliğine geri dönmesini sağlamaktır. Bunun için kişinin hayatının birçok alanında devamlılığın olmasına özen gösterin. Örneğin; çocuğun/ergenin yemek ve düzenin stabil olmasına yardımcı olun. Hayatındaki düzenin (okul, ev sistemi, rutinleri) kriz öncesindeki dönemde olduğu gibi ilerlemesini sağlayın. Onlara “Hayatında değişmeyen ne var?” diye sorarak sürekliliklerin korunmasına yardımcı olun; onlar bu soruyu cevaplamakta zorlanırlarsa onlara hala var olan şeyleri göstermeye çalışın.

“ Bilgilendirin.

Kriz sonrası çocuğun/ergenin yaşadığı kaygıyı, korkuyu azaltmak ve güvende hissetmesine yardımcı olmak için olan durum/olay hakkında ve kendisini bekleyenler hakkında doğru bilgiler verin. Yakın gelecekte kendisini ne gibi duygusal zorlukların beklediğine dair bireyi bilgilendirin. Gerçekçi olmayan şeyler söylemeyin. Bazen yetkililer paniğe yol açmamak ya da sorunu büyütmemek adına bilgi vermekten kaçınabilirler. Ancak, önceden yeterli ve doğru bir şekilde alınan bilgilendirme, kişinin kendisini hazırlamasına, adapte olmasına, çözümler üretebilmelerine olanak tanır.

“ Çevresindeki kişilerle temasta kalmasını sağlayın.

Çocuğun/ergenin duygusal olarak yakınlığı olan kişi veya kişilerle zaman geçirmesine yardımcı olun. Duyguları ve düşünceleri hakkında konuşması ve soru sorması için onu cesaretlendirin. Eğer sizinle konuşmak konusunda rahat değilse ona başkaları olduğunu ve onlarla konuşabileceğini söyleyin. Sizinle konuşmak istiyor ama o an için hazır değilse de onun yanında olduğunuz ve istediği zaman sizinle konuşabileceği mesajını verin.

“ Baş etme yollarını aktif hale getirin.

Kriz durumları, kişinin baş etme kapasitesini aşar ve duygusal, bilişsel bir karmaşaya sebep olarak kişinin duruma tepki gösterebilme becerisini olumsuz yönde etkiler. Çocuğun/ergenin kriz öncesi var olan stresle baş etme yollarını ona tekrar hatırlatın ve yeniden kullanmaya başlaması için destek olun. Genel olarak 6 tane baş etme kanalımız vardır. Bu kanallar ne kadar çok aktif olursa çocuğun/ergenin kriz durumunu atlatabilme olasılığı o kadar artar. Bu baş etme kanalları şunlardır:

- İnanç sistemlerimiz (dua etmek, adalet sistemine inanmak, yaşadığı acılarının bir anlamının olduğuna inanmak vs.)
- Duygularımız (duyguları tanımlamak, paylaşmak veya resme, yazıya dökmek vs.)

- Sosyal ilişkilerimiz (aile ya da arkadaşlarla vakit geçirmek, onlarla bir aktivite yapmak ya da sohbet etmek)
- Hayal gücümüz/imajinasyon (hayal kurmak, dans etmek, müzik dinlemek, resim yapmak vs.)
- Bilişsel becerilerimiz (olanlar hakkında bilgi edinmek, araştırmak, sorgulamak, çözüm yolları düşünmek vs.)
- Fiziksel hareketliliğimiz (bedeni rahatlatmak için fiziksel aktiviteler, gevşeme ve nefes egzersizleri yapmak)

“ Çocuğun geçmiş öyküsünü mutlaka göz önünde bulundurun.

Kriz durumları çocuğun/ergenin yeni beceriler edinmesi, gelecekteki krizlerle baş etme olasılığının artması gibi olumlu şekilde sonuçlanabileceği gibi, travmatik stres tepkilerinin çok uzun süre devam etmesi ve başka duygusal/davranışlar problemlerin oluşması gibi olumsuz şekilde de sonuçlanabilir. Kişinin geçmiş yaşantısındaki birçok faktör krizin hangi yönde sonuçlanacağını etkiler.

Çocuğun,

- Anneye/bakım verenle güvenli bir bağlanma ilişkisinin olup olmadığını,
- Daha önce travmatik bir deneyim veya kayıp yaşayıp yaşamadığını,
- Sosyal çevresinin destekleyici olup olmadığını,
- Hayatında rutin bir düzenin olup olmadığını,
- Stresle baş etme kaynaklarının olup olmadığını,
- Daha önce herhangi bir davranışsal ya da duygusal problem sergileyip sergilemediğini mutlaka sorun.

Çocuğun hayatındaki koruyucu faktörler ne kadar az ise krizden etkilenme durumu artacaktır. Böyle bir durumda çocuğu/ergeni daha yakından takip etmeniz ya da bir uzmana yönlendirmeniz gerekebilir.

“ İntihar riskini değerlendirin.

İntihar, intihar girişimleri ve intihar düşünceleri kriz durumlarında sıkça görülebilen durumlardandır. Krizin ilk evresinde kişinin alışageldiği, her zaman kullandığı baş etme stratejileri sorunu çözmekte yetersiz kalır. Bu evrede kişi şiddetli bir çaresizlik duygusu yaşar. Ayrıca engellenmişlik, kaygı ve öfke duyguları da bu çaresizliğe eşlik eder. Krizin ikinci evresi olan “baş etme” evresinde kişi durumla baş etmek için olumlu ya da olumsuz yollara başvurur. Tam bu evrede, kişi çabalarının sonuç vermediğini fark edip yoğun çaresizlik ve ümitsizlik hissedebilir. Bu evre intihar riskinin de belirlediği evredir. İntihar girişimlerinden bazılarının, kişilerin birçok yol denemelerine rağmen yaşadıkları zorluklarla baş edemediklerinde yaptıkları bir “yardım çağrısı” olduğu unutulmamalıdır.

Çocuğun intihar riski olup olmadığını araştırmak için şu durumları değerlendirin:

- ▶ Depresif belirtiler (yeme ve uyku düzeninde belirgin değişiklikler, içine kapanma, ilişkilerinde kendini izole etme, çaresizlik ve ümitsizlik duyguları, yaşamın anlamsız olduğunu düşünme vb.) gösteriyor mu?
- ▶ Arkadaşlarına, çevresine yaşamına söz vermekten bahsediyor mu? Plan yapıyor mu?
- ▶ Alkol ya da uyuşturucu madde kullanımı var mı?
- ▶ Daha önceden evden kaçma, şiddet ve suça eğilimli olma gibi risk faktörleri sergiliyor mu?
- ▶ Daha önceden bir intihar girişimi olmuş mu?
- ▶ Duygu durumunda, davranışlarında ani değişiklikler gözlemleniyor mu?

Çocuk intihar etmeyi düşündüğünden ya da plan yaptığından bahsederse:

- ▶ Çocuğun/ergenin söylediklerini ciddiye alın, önemseyin ama endişeli bir şekilde tepki vermeyin.
- ▶ Eleştirmeden, küçümsemekten ve yargılamadan dinleyin.
- ▶ Onu intihar etmemeye ikna etmek yerine neler hissettiğini dinleyin, duygularını olduğu gibi kabul edin ve sizinle konuşabileceği güvenli bir ortam oluşturun.
- ▶ Sizinle işbirliği yapacak ortamı oluşturmaya çalışın.
- ▶ Aile veya arkadaşlarıyla vakit geçirmesine, sosyal destek almasına teşvik edin.
- ▶ Çaresizlik ve ümitsizlik duygusu çocuğun/ergenin alternatif çözüm yolları görmesini zorlaştırabilir. Durumla/olayla baş etme kaynaklarını ve çözüm yollarını birlikte keşfedin ve böylece hissettikleri kontrol duygusunu arttırın.
- ▶ Çocuğun/ergenin çevresindeki bir yetişkine durumla ilgili bilgi vererek gözetim yapmasını sağlayın ve bunu çocukla/ergenle paylaşın.
- ▶ Çocukta/ergende depresif belirtiler gözlemliyorsanız psikiyatrik değerlendirme için mutlaka bir uzmana yönlendirin.

TANIM

Güvenli davranış eksikliği, kişinin istediklerini talep edememesi, hayır diyememesi ve diğer insanlardan farklı bir düşünceye sahip olduğunda bunu ifade edememesi şeklinde tanımlanabilir.

Güvenli davranış ise duygu, düşünce ve ihtiyaçların açık ve net bir şekilde uygun bir dille ifade edilebilmesi anlamına gelir. Güvenli davranışta bulunan kişiler başkalarının düşüncelerini ve haklarını görmezden gelmezler; ancak kendi düşüncelerini ve haklarını uygun bir dille ifade ederler. Güvenli davranış eksikliği olan kişilerde görülebilecek özellikler şunlardır:

- Birisinden yardım isteyebilmekte zorluk,
- Ortamda herkesten farklı bir fikri söyleyebilmekte zorluk,
- Olumlu veya olumsuz duygularını ifade edebilmekte zorluk,
- Kendisini rahatsız eden bir şeyi diğerine söyleyebilmekte zorluk (örneğin restoran ya da mağaza gibi yerlerde mağaza görevlisi ya da garsona itiraz edememek, otobüs durağı geçmesine rağmen şoföre dur diyememek),
- Hakkını arayabilmek ve koruyabilmekte zorluk,
- Bir grup insan önünde konuşabilmekte zorluk,
- Hayır diyebilmekte zorluk,
- Tanımadığı bir kişiyle konuşma başlatabilmekte zorluk,

DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

Ergenlik döneminde güvenli davranış eksikliği sık görülen bir durumdur. Ergenlerde güvenli davranış eksikliği çok fazla soruna yol açabilir. Örneğin hayır diyememe madde kullanım bozukluğu olan ergenlerde sıklıkla görülen bir durumdur.

Güvenli davranış eksikliği olan ergenler kolaylıkla başkaları tarafından kullanılabilirler. Hayır demenin arkadaş grubundan dışlanmaya neden olacağına inanırlar. Depresyon ve madde kullanım bozukluğu olan ergenlerde güvenli davranış eksikliği daha sıktır.

UYGULAMALAR

“ Güvenli davranış eksikliği gösterdiği alanları saptayın.

a. Belirtileri saptayın

Ekteki formu çocuğa verin. Doldurmasını isteyin veya birlikte doldurun. Formdaki belirtilerin hangilerinin kendisinde olduğunu sorun.

b. Belirtilerin özelliklerini irdeleyin

Formun dışında örnekler vermesini isteyin. Kime ve hangi ortamlarda “hayır” diyemediğini araştırın. Güvenli davranış eksikliğini aşağıdaki sorular yardımıyla soruşturun.

- Kimlere hayır diyemiyorsun? Ne düşünerek hayır demiyorsun? Örnek verebilir misin?
- İnsanlardan farklı düşündüğün zaman bunu dile getirebiliyor musun?
- İnsanlardan yardım istiyor musun? Neden isteyemiyorsun? Seni ne engelliyor?
- Duygularını ve düşüncelerini ifade ederken saldırgan oluyor musun? Çok sık tartışmaya giriyor musun?
- Eleştirildiğinde ne yapıyorsun? Nasıl tepki veriyorsun? Örnek verebilir misin?

“ Bir istekte bulunmanın dört aşamasını öğretin.

İstekte bulunmanın dört aşamasını öğretin.

1. Kısa bir gerekçelendirme (gerekli durumlarda). Bir cümle ile problemin ne olduğunu açıklayın. “Burası sıcak... Bu çantalar ağır... Yürümek için uzun bir yol... Bunlar biraz dar görünüyor...” Çoğu durumda gerekçeye gerek yoktur; gerek olduğu zaman ise, bunu kısa tutun.

2. Yumuşatıcı bir ifade kullanmak. Bu kişiyi kibar ve talepkar olmayan, makul bir insan olduğunu pekiştirecek önemli bir aşamadır. Yumuşatıcı ifadeler genelde şöyle başlar.

“Sakıncası yoksa...”

“Eğer çok yardımcı olur.”

(Gülümseme ile beraber söylenir) “Acaba...”

“Merhaba, merak ediyorum acaba...”

Bu ifadelerin uzlaştırıcıdır. Dik kafalı bir istek ile kıyaslandığında direnç ile karşılaşma ihtimali oldukça düşüktür.

3. Doğrudan soruyu sormak. Ne istediğinizi tam olarak ve açıkça söyleyin. Sesinizde herhangi bir duygu yükü olmasın. Söylediğinizi düz bir şekilde bir olgudan bahsediyormuş gibi söyleyin. Karşınızdakini suçlamayın ya da onunla ilgili yanlış bir sorun olduğunu ima etmeyin. Ricanızı normal ve makul bir şeymiş gibi sunun – herkesin yardım etmekten ke-

yif alacağı bir şeymiş gibi. Eğer yapabiliyorsanız, ricanızı bir cümle ile sınırlı tutun – ne kadar değerlendirir ve açıklarsanız, o kadar direnç ile karşılaşacaksınız.

4. Bir teşekkür cümlesi. Bu karşınızdaki insanın size evet deme davranışını pekiştirir. Onların yaptığı şeye değer verdiğinizizi hissetmelerini sağlar. Örneklere bakalım.

“Bu bana çok yardımcı olacak.”

“Çabanız için çok teşekkür ederim.”

“Bu büyük bir fark yaratacak.”

Burada kendisinin de bir örnek vermesini isteyebilirsiniz.

“ Davranış tarzlarını ve aradaki farkları öğretin.

- Davranış tarzlarının farklarını öğretin.

Ekteki davranış tarzları kartlarını hazırlayın. Önce saldırgan tarz kartını verin. Birlikte okuyun. Sonra pasif tarz kartını verin, birlikte okuyun. Daha sonra olması gerekenin ne olduğunu sorun. Bunun üstünde tartışın. Son olarak güvenli davranış tarzı kartını birlikte okuyun.

- Kendi yaşamından örneklerle pekiştirin.

Kendi yaşamından örnekler vermesini isteyin. Bu örnekler üstünden konuşarak saldırgan-pasif-güvenli tarz ayrımını tartışın.

“ Güvenli davranış örnekleri anlatın.

Örnek durumlar üzerinden güvenli davranış anlatın. Örnekleri çoğaltabilirsiniz.

- “Kuyruktasın, biri önüne geçti”. Neler söyleyebileceğini sorun. Sonra örneği verin. “Ben de kuyruktayım, bir süredir bekliyorum. Sıra benim, lütfen sıraya girer misiniz?”. Bu şekilde söylese neler olabileceğini, en kötü ne yaşayabileceğini sorun.

- “Arkadaşın senden ödünç kitap aldı ve geri vermedi. “. Neler söyleyebileceğini sorun. Sonra örneği verin. “Sana kitabımı ödünç vermiştim, geri vermeyi unutmuş olabilirsin. Kitabımı geri alabilir miyim?”. Bu şekilde sorarsa neler olabileceğini, en kötü ne yaşayabileceğini sorun.

- “Sigarayı bıraktın ve bir arkadaşın sürekli sana sigara ikram ediyor. Sigara içmek istemiyorsun ama geri çevirmekte zorlanıyorsun.”. Neler söyleyebileceğini sorun. Sonra örneği verin. “Teşekkür ederim ama sigarayı bıraktım, artık kullanmıyorum”. Bu şekilde söylese neler olabileceğini, en kötü ne yaşayabileceğini sorun.

Örnekleri role-play (rol yapma) şeklinde uygulayabilirsiniz. Çocuğu güvenli davranış sergileyecek kişi, kendinizi de karşınızdaki insan olarak konumlandırarak örnek hikâyeyi canlandırabilirsiniz. Bu alıştırmaya için önceki bölümde verilen örneklerden yararlanabilirsiniz.

“ Tost tekniğini öğretin.

Tost tekniğinin bu konuda yararlı olduğunu vurgulayın ve tekniği öğretin. Tost tekniğinde önce iyi bir şey sonra yapacağınız eleştiri, sonra da yine iyi veya olumlu bir şey söylenir.

Örneğin:

- ▶ Çok çalışıyorsun son günlerde.
- ▶ Bazen hatalar yapıyorsun. Biraz daha dikkatli olman gerekiyor.
- ▶ Çok çalıştığını gördüğümü söylemek istedim...

“Ben” dili’nin ne olduğunu ve önemini anlatın.

“Ben” dili’nin ne olduğunu aşağıdaki biçimde anlatın. “Ben” dili, kişinin o anda karşılaştığı durum karşısında, kişisel tepkisini yaşadığı duygu ve düşünceleriyle açıklayan bir ifade tarzıdır. Duygu ve düşüncelerimizi içtenlikle ifade etmemizdir. Başkalarıyla ilgili değerlendirme ve yorumlarımızı değil, kendi duygu ve yaşantılarımızı açıklarlar. Örneğin “ben sana kızdım”.

Sen dili ise daha çok suçlayıcıdır ve karşınızdaki kişide savunma duygusu yaratır. Örneğin “sen insanları kızdırıyorsun”

Ben dili kullanmanın önemini aşağıdaki biçimde anlatınız.

Ben diye başladığımız zaman karşı tarafı suçlamamış oluruz.

Ben diye başlayınca karşı taraf direnç geliştirmez.

Böylece istediğimiz her şeyi karşıdakini kırmadan söyleyebiliriz.

“Ben” dilini örnekler ile öğretin.

Aşağıdaki örnekleri verin:

- ▶ Sen doğruyu söylemiyorsun / Ben doğruyu söylemediğimi düşünüyorum.
- ▶ Sen haksızsın / Ben haklı olmadığımı inanıyorum.
- ▶ Sen beni kızdırdın / Ben sana kızgınım.

Aşağıdaki örnekler üstünde çalışın, onların ben dilini bulmasını sağlayın, sonrasında örnek verin.

Bana böyle söylediğin zaman beni sinirlendiriyorsun.

Ben böyle söylediğin zaman sinirleniyorum.

Daha dikkatli olmalısın.

Daha dikkatli olmanı isterdim.

Arabayı kullanmama hiç izin vermedin.
Arabayı kullanmayı isterdim.

Geç kaldığında beni meraklandırıyorsun.
Geç kaldığında ben meraklanıyorum.

Bana ön yargılı davranıyorsunuz.
Bana ön yargılı davranıldığını düşünüyorum.

İçinde “ben” kelimesi kullanmadan bir öykü anlatmasını isteyin. Bunun için 3 dakika süre tanıyın. Daha sonraki görüşmelerinizde, ben dilini uygulayıp uygulamadığını sorun, karşılaştığı sorunları tartışın.

“” Israrlara karşı koymanın önemini anlatın.

a. Israrlara karşı koyamamayı tanımlayın. Israrlara karşı koyamamanın ne olduğunu ve neden aşağıdaki biçimde yapıldığını anlatın.

Kimi zaman çevremizdekiler bizim yapmak istemediğimiz şeyleri yapmamız için ısrar ederler. Yapmak istemediğimiz halde onların ısrarlarına dayanamayız. Başkalarının isteklerini, tekliflerini geri çevirmekte, “hayır demek”te zorluk çekeriz.

Bazı kişiler karşısındakini kırmamak için isteklerine hayır demekten çekinir. Bu kişiler genellikle dostlarının ve arkadaşlarının beklentilerini yerine getiremediği zaman kendini suçlu hisseder ve üzülür. Bu yüzden kişinin onları üzmemek adına isteklerine evet ve istemediğimiz davranışları yapmak zorunda kalır.

b. Israrlara karşı koyamamanın sonuçlarını anlatın.

- ▶ “İnsanın istemediği şeyleri yapması, aslında yapmak istediği şeyler için gerekli olan zamanını ve gücünü boşa harcamasına neden olabilir.”
- ▶ “İnsanın kendisine olan saygısını kaybetmesine neden olabilir.”
- ▶ “Diğerlerine karşı açık davranmadığınızdan, sizin hakkınızda farklı düşüncelere sahip olmalarına ve zamanla kendinizi rahatsız hissetmenize neden olabilir.”
- ▶ “Baskılara karşı direnemediğiniz için madde ya da alkol kullanımına neden olabilir.”
- ▶ “Başkalarının sizi sömürmesine/kullanmasına izin vererek, durumla hiç ilişkisi olmayan birisi sizden çok küçük bir şey bile istese aşırı tepki vermenize neden olabilir.”

“” “Hayır” demeyi öğretin.

- ▶ “Hayır” derken yapılan yanlışları belirtin.

Hayır derken 2 yanlışın önemli olduğunu vurgulayın.

- ▶ Ertelemek ya da “kusura bakmayın demek” gibi özür dilemek tercih edilmemelidir. Arkadaşların ısrarı karşısında kesin ve net olarak “hayır” denmelidir.
- ▶ Hayır derken suçluluk duygusuna kapılmamak gerekir. Suçluluk duygusu evet demek için büyük bir etken yaratır. Karşınızdaki kişinin üzüleceğini düşünüp onun dediklerini yaparsanız zamanla yapmak istemediğiniz şeyler sizin göreviniz haline dönüşür.
- ▶ “Hayır” deme yöntemlerini öğretin.

Birden fazla hayır deme şekli bulunmaktadır. Aşağıdaki hayır deme yöntemlerini ona anlatın ve hangisinin onun için en iyi yöntem olduğunu tartışın. Bu amaçla ekteki formu kullanabilirsiniz.

- **Basit Hayır:** “Hayır” veya “Hayır, teşekkürler”.
- **Olanı Söylemek:** “Hayır, teşekkürler. Sigara kullanmıyorum.
- **Mazeret Göstermek:** “Hayır, acelem var, gitmek zorundayım.”
- **Atlatma:** “Hayır, belki daha sonra.”
- **Konuyu Değiştirme:** “Hayır, teşekkürler. Dünkü maçı izledin mi?”
- **Hayır Tekrarı:** “Hayır, teşekkürler”, “Hayır, istemiyorum”, “Hayır”.
- **Yürüyüp Gitmek:** Hayır deyip ortamdan uzaklaşın.
- **Görmezden Gelme:** Diğer kişiyi duymuyor, görmüyor gibi yapın.
- **Ortamdan Sakınmak:** Sigara içme teklifinde bulunacak kişilerden ve ortamlardan uzak durmaya çalışın.

“ Kırık plak taktiğini öğretin.

- ▶ Kırık plak taktiğini anlatın

Laf anlatmadığınız biri mi var, kırık plak tekniği uygulayın. Sürekli aynı şeyi söyleyin, eninde sonunda sizden sıkılıp uzaklaşacaktır.

Bu tekniği karşınızdaki kişi mesajınızı anlamadığında kullanırsınız. Ne istediğinizi kısa, anlaması kolay ve spesifik hale getirin. Daha sonra gerektiği kadar, aynı ifadeyi bir iki kelimesini değiştirerek tekrarlayın - ama fazlasını değil.

- ▶ Kırık plak örneğini verin

Önce aşağıdaki diyalogu okuyun...

A: Hep geç kalıyorsun!

B: Bir kere geç kaldım

A: Daha önce de geç kaldın

B: Abartıyorsun

A: Abartan sensin, hep gecikiyorsun

B: Yahu ne zaman geç kaldım

A: Her zaman...

B: Allah allah yok öyle birşey

A: Bir de kabul etmiyorsun

Daha sonra aşağıdaki kırık plak kullanılmış diyalogu okuyun, aradaki farkı sorun...

A: Hep geç kalıyorsun

B: Sadece bir kere geç kaldım

A: Daha önce de defalarca geç kaldın

B: Bir kere geç kaldım

A: Ben hatırlıyorum çok sefer!

B: Sadece bir kere

A: Nasıl hatırlamazsın

B: Bir kere geç kaldım

Kırık plakta dikkat edilecekler

Kırık plak taktiğini uygularken dikkat edilmesi gereken aşağıdaki noktaları vurgulayın.

- ▶ Düşüncenizi veya duygunuzu sürekli tekrarlayın.
- ▶ Herhangi bir özür veya açıklama sunmayın, açıklama getirmeyin, neden sorularına yanıt vermeyin.
- ▶ Tekrarlarken sesinizi yükseltmeyin, hatta alçaltın, sesinizi yükseltirseniz karşı tarafta direnç oluşturur.
- ▶ Tartışmayın, öfkelenmeyin, karşınızdakinin söylediklerini çürütmeye çalışmayın, hiçbir şekilde daha fazla bilgi veya bakış açınızla ilgili kanıt sunmayın.
- ▶ Aynı şeyi yapmaktan bıkmayın, o siz bıkcıncaya kadar tekrarlayabilir aynı şeyi. Sabırlı olan kazanır.

	Hayır	Bazen	Evet
Birinden yardım isteyeceğin zaman güçlük çektiğin olur mu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bulduğun bir ortamda, herkesin fikrinden farklı bir fikrin olduğunda söylemekte zorlanır mısın?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olumlu ya da olumsuz duygularını rahatça ifade etmekte zorlanır mısın?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Seni rahatsız eden bir şeyi karşıdaki insana rahatlıkla söyleyebilir misin?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
İnsanların önünde konuşmakta zorluk yaşar mısın?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
İnsanlara hayır demekte zorluk yaşar mısın?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tanımadığın bir insanla konuşma başlatmakta güçlük çeker misin?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

AGRESİF TARZ

“Çok sert”



Nedir?

Duygu, ihtiyaç ve düşüncelerini başkasına saldırı biçimde ifade eder. Öfkeyi, karşıdakini incitecek ve küçük düşürecek bir şekilde ortaya koymaktır.

Verilen mesaj

“Ben sadece kendimi düşünürüm”, “ben önemliyim ama sen değilsin!”

Sonuç

Konuşma sonrası kendinizi kötü hissedebilirsiniz. Başkalarını sizden uzaklaştırabilir.

Örnek

Örneğin; bakkaldan aldığı yoğurdun son kullanma tarihinin geçmiş olduğunu fark eden kişinin yoğurdu bakkalın ortasına fırlatıp atarak bağırması ya da taksiciden para üstünü alamayınca adama bağırıp küfrederek aracı tekmelemesi gibi.

PASİF TARZ

“Çok yumuşak”



Nedir?

Sürekli öfkeyi bastırmak, sanki hiç kızmıyormuş gibi sakin görünerek içindeki öfkeyi belli etmemektir.

Verilen mesaj

“Ben kendimi düşünmüyorum”, “ben önemli değilim”

Sonuç

Başkaları size saygı duymaz. Sizi kullanırlar. Biriktirip sonra gereksiz yerde öfkelenebilirsiniz. Başkalarının isteğine göre hareket ettiğiniz için ya onlara uyup alkol veya uyuşturucu kullanabilirsiniz veya kendinizi gerçekleştiremediğiniz ve kendinizi kötü hissettiğiniz için alkol veya uyuşturucu kullanabilirsiniz.

Örnek

Örneğin; bakkaldan aldığı yoğurdun son kullanma tarihinin geçmiş olduğunu fark eden kişinin yoğurdu iade etmekten kaçınması ya da taksiciden para üstünü almaktan kaçınmak gibi

GÜVENLİ TARZ

“Tam kıvamında”



Nedir?

Duygu, ihtiyaç ve düşüncelerini başkalarına saygı göstererek ifade eder. Kendi haklarını da korur.

Verilen mesaj

“kendimi de seni de düşünürüm”, “ikimizde önemliyiz”

Sonuç

Kendi isteklerinizi koruyabildiğiniz için kendinizi iyi hissedersiniz. İlişkileri güçlendirdiği ve kendi isteklerinizi ortaya koymanızı sağladığı için tekrar alkol ve uyuşturucu kullanımını engeller.

Örnek

Örneğin; bakkaldan aldığı yoğurdun son kullanma tarihinin geçmiş olduğunu fark eden kişinin yoğurdu iade ederken satıcıya geri getirme gerekçesini izah etmesi ve bu tür ürünleri başka kimselere de satmaması konusunda uyarması ya da taksicinin para üstünü vermediğini fark ettiğinde kendinden emin bir şekilde para üstü vermediğini hatırlatması gibi

ZİHİNSEL YETERSİZLİK

TANIM

Zihinsel yetersizlik, ağırdan hafife doğru giden şiddet basamaklarını içerir. Orta ve ağır zihinsel yetersizliği tanımak daha kolaydır. Ancak sınır ve sınırın biraz üstü zihinsel yetersizliği tanımak zor olabilir.

Öncelikle zihinsel yetersizliğin belirtilerini tanımak gereklidir. Zihinsel yetersizliği olan çocukların;

- ▶ Zihinsel işlevleri düşüktür. Bu nedenle, soyut düşünme, planlama yapma, muhakeme, sorun çözme becerileri azdır. Mantıklı düşünmede güçlükleri vardır. Öğrenme güçlüğü yaşarlar. Bunun yanında deneyimlerinden öğrenme konusunda da zayıftırlar (ders çıkarma, deneme-yanılma, gözlemlene gibi).
- ▶ Uyum işlevlerinde yetersizlik gözlenir. Bağımsız ve sorumlu yaşama becerileri zayıf olduğundan, başkalarının desteğine ihtiyaç duyarlar.

- Çocukların Bireysel Risk Değerlendirme Formlarını doldurmak
- Günlük işlerde zorlanma vardır (yemek yapma, temizlik, giyinme vb.).
- Sosyal ilişki sorunları gözlenir (çalışma veya evlilik hayatında başarısızlık vb.).
- İletişim becerileri zayıftır. Anlama, kavrama, yorumlamada zorluk çekerler.
- Kurallara, standart toplumsal davranış kalıplarına uymada güçlükler gözlenir.
- Öz bakımları düşük olabilir.

Bütün bunların sonucu olarak, ergende zihinsel yetersizlik sonucu aşağıdaki durumlarla karşılaşılması olasıdır:

- ▶ Akranlarla sorunlar,
- ▶ Uyumsuz davranışlar,
- ▶ Uygun olmayan cinsel davranışlar,
- ▶ Öğrenme güçlüğü dolayısıyla okul başarısında düşüklük.

DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

- ▶ Bireyin zekasını genel anlamda geliştirebilmek çok güç olsa da, zihinsel yetersizliğe bağlı olarak gelişen uyumsuz davranışları, eğitimlerden yararlanılarak olumlu yönde değiştirilebilir.
- ▶ Bu çocuklar geç ve zor öğrendikleri için, yapılması istenenlerin defalarca tekrarlanması ve öğretilmesi gerekir. Her seferinde tutarlı ve sabırlı bir şekilde ondan istenen

tekrarlanmalıdır. İstenilen şey ayrıntılarıyla gösterilmelidir. Örneği yatağının toplanması isteniyorsa, sadece toplanması değil, nasıl toplanması gerektiği adım adım defalarca anlatılmalıdır.

- ▶ Cezayı çok iyi algılayamadıkları için onlarda ödül verme yöntemini kullanmak daha başarılı olur. İstenilen bir şeyi yapması için, ya da istenileni yaptığı zamanlar küçük ödüller verilmesi davranış değişikliklerini kolaylaştırır.
- ▶ Bu ergenler iyi ve kötüyü ayırt etmekte zorlanırlar. Bu nedenle “ayıp” olarak nitelendirilebilecek davranışlar yapabilirler (örneğin cinsel organını göstermek). Böyle davranışlar gösterdiği zaman şiddetli tepkiler vermek yerine neyi neden yapmaması gerektiği ona anlatılmalıdır. Ancak öğrenmesinin geç olduğu akılda tutulmalı ve sabırlı olunmalıdır.
- ▶ Kolaylıkla istemedikleri şeylere zorlanabilirler. Örneğin bu ergenler kurumlarda cinsel yönden tacizlere uğrayabilir. Bu nedenle koruma altına alınmalıdır.
- ▶ Zihinsel yetersizliği olan ergenlerde aileyi de sürece dahil etmek faydalı olabilir. Aileden çocuğun kurum dışındaki davranışları ve zihinsel yetileri hakkında bilgi almak, tanıyı kolaylaştırır.

UYGULAMA

“ Zarar görmelerini engelleyin

Başkaları tarafından kullanılabilir veya zarar görebilirler. Bu nedenle;

- ▶ Uygun odalara yerleştirilmelidirler. Odalarda bir kişiyi onunla ilgilenmesi için görevlendirebilirsiniz.
- ▶ Kendisiyle görüşerek, kurumda karşılaştığı zorluklar olup olmadığını sorun.
- ▶ Çocuğu bilgilendirin: Sorun yaşadığı alanlardaki bilgi eksikliklerini bulmaya çalışın, fark etme, kavrama ve uyumunu artıracak şekilde bilgi eksikliklerini tamamlayın.
- ▶ Kurum çalışanlarını bilgilendirin. Çocuğun zihinsel olarak yapabildikleri ve yapamadıkları hakkında bilgi verin, onu iyi gözlemeleri için uyarın.
- ▶ Kolay öğrenmedikleri için kurallara uyum göstermedikleri düşünülebilir ve kurum çalışanlarıyla sorun yaşayabilirler, bu nedenle çalışanları uyarın.
- ▶ Diğerleri tarafından kötüye kullanım, istismar, zarar gördükleri muamelelerin olup olmadığını araştırın. Eğer varsa uygun şekilde çocuğu koruma yollarını harekete geçirin.

“ Sosyalleşmelerine özen gösterin

- ▶ Çocuğun diğerlerinden ayrı kalarak, izole edilmesini önleyin.
- ▶ Sosyal aktivitelere katılımını sağlayın.

“ Gelişimlerine katkıda bulunun

- Kurum içinde küçük işler verilmesini sağlayın.
- Eğitimleri için girişimlerde bulunun.
- Başarılı oldukları konularda onları ödüllendirin.
- Aynı şeyleri sürekli tekrarlayın, tekrarlarla öğrenebilirler.
- Davranışçı yöntemlerden yarar görürler. Sigara vermenin bir ödüllendirme olmadığını unutmayın ve bu konuda diğer çalışanları da uyarın. Başka ödüllendirmelerden yararlanın.

“ Yaşamlarını düzenleyin

- Yapılandırılmış bir günlük rutine gereksinimleri vardır.
- Kendilerini organize etme kapasiteleri azdır. O nedenle onların günlük aktivitelerini planlayın (resim çizme, elişleri, puzzle çözme, mektup yazma vb).

“ Ona uygun bir dille ve ona uygun biçimde görüşme yapın

- Sık görüşün. “Ben seninle ilgileniyorum, seni takip ediyorum” hissini verin.
- Görüşme sırasında açık, basit ve somut ifadeler kullanın.
- Uzun cümleler kullanmayın.
- Bir konuda karar vermeleri gerektiği zaman sabırlı olun, karar vermeleri için zorlamayın ve baskı kurmayın.
- Bazı şeyleri tekrarlamakta yarar vardır.
- Başkalarının duymak istediklerini söyleyebilirler, gerçek duygu ve düşüncelerini ifade edemeyebilirler. Bu nedenle yanıtların doğrulanması gerekir.

UYGULAMALAR

“ Eğitimiyle ilgilendiğinizi hissettirin

Danışmanlar, çocukların eğitim hayatları ve başarılarıyla yakından ilgilenmeli ve bunu da göstermelidir. Bu amaçla günlük olarak okulda yaşananlar, verilen ödevler, alınan notlar hakkında çocukla kısa görüşmeler yapmak yararlıdır. Etüt saatlerine katılımı kontrol edilmeli, etüdü yaptıran görevliden durumu hakkında bilgi alınmalıdır.

“ Ödüllendirin

Eğitimle ilgili başarılarını da ödüllendirin. Örneğin iyi bir not aldığıında, küçük bir ödöl verebilirsiniz. Bunlar küçük başarılar olsa bile, ödüllendirmeler motivasyonu artıracaktır.

“ Hedefler belirleyin ve hedefleri belirli aralıklarla revize edin

Örneğin ilk sınavlarda alması beklenen notlar üstünde konuşun. Sınav zamanlarını takip edin. Hedeflere ulaşıp ulaşılmadığını, olumsuzluk varsa bunun nedenlerini, başarı varsa bunu sürdürmek için neler gerekli olduğunu tartışın. Yakın bir dönem için (örneğin ikinci sınavlar) yeni hedefler koyun. Hedeflerin ulaşılabilir olmasına özen gösterin. Yüksek beklentiler oluşturmayın.

“ Kurumda eğitime önem veren bir hava yaratın

Bu amaçla çeşitli dönemlerde başarılı olan çocuklara ödöl verin, küçük törenler düzenleyin. Bu tür düzenlemeler, çocukların eğitime olan bakış açısını olumlu yönde etkileyecektir.

“ Uygun durumlarda aileyi de sürece katın

Eğitimle ilgili başarılarını ailesiyle paylaşın. Uygun durumlarda aileyi de eğitim hayatının içine sokmaya çalışın. Örneğin ailenin okulla ve öğretmenleriyle görüşmesini sağlayın.

TANIM

Kendini koruma kavramı, çocuğun kendisi için zarar teşkil eden riskli aktivitelerden fiziksel ve ruhsal sağlığını koruyabilmesini içermektedir. Kendini koruma kavramının içinde çocuğun bedensel bütünlüğünü ve mahremiyetini koruyabilmesi de yer almaktadır.

DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

- ▶ Çocuğun çevreyle iletişim halinde olduğunu unutmayın. Çocuğa kendini koruyabilme-yi öğretmek için içinde yaşadığı çevresel koşulların da değerlendirilmesi ve uygun ortamların yaratılması için çalışmak gereklidir.
- ▶ Çocuğun sosyal ilişkileri, aile ilişkileri de değerlendirilmeye alınmalı buralarda çocuğun kendisini korumasını zorlaştıran etkenler belirlenip, bunlar da çalışmaya dahil edilmelidir.

UYGULAMA

“ Bedenin mahremiyeti ve riskli davranışlar hakkında bilgilendirin

Çocuğu, bedeninin mahremiyeti, ona zarar verebilecek davranışlar ve durumlarla ilgili bilgilendirin. Çocuğa iyi ve kötü dokunuş arasındaki farkı anlatın. İyi dokunuşun bedeni-mize ve bize zarar vermeyen, bizi iyi hissettiren dokunuşlar olduğunu (arkadaşının sana sarılması gibi), kötü dokunuşun ise kendimizi rahatsız ve huzursuz hissettiren dokunuşlar olduğunu belirtin.

İyi dokunuşların zararsız olduğunu ve kendimizi iyi hissetmemizi sağladığını ancak kötü dokunuşların kendimizi kötü hissettirdiğini ve bize zarar verebileceğini, bu nedenle kötü hissettiren dokunuşlardan kendimizi korumamız gerektiğini anlatın.

“ Akran baskısına karşı koymayı öğretin

Çocuklar bazen akran baskısına direnmekte zorluk çekerler. Bunun nedenleri, reddedil-mekten, arkadaşlarını kaybetmekten, onlarla alay edilmesinden korkmaları olabileceği gibi, durumdan kendilerini nasıl sıyracaklarını bilememelerinden kaynaklanıyor da olabilir. Çocuğa istemediği bir durumla karşılaştığında reddetme ve ortamdan uzaklaşmaya hakkı olduğunu belirtin. Bu konuda “hayır” demeye ilişkin grup çalışmalarından yararlanabilirsiniz.

“ Sınır koymayı ve hayır demeyi öğretin

Çocuğun hayır demeyi öğrenmesi ve ilişkilerinde sınır koymayı bilmesi, kendini koruması için gereklidir.

- ▶ Çocukla birlikte bir liste yaparak, kendisini zorunlu hissettiği davranışlara, “..mam gerekir.” gibi zorunluluk belirten cümlelere karşı daha uygun alternatifler üretmesine yardımcı olun. (Örneğin, insanların beni sevmesi için onların isteklerini reddetmemem gerekir/insanların bazı istekleri beni zorluyorsa, onlara bunu yapmak istemediğimi söylememde sorun yoktur gibi.)
- ▶ Çocuğa, karşısındakinin istekleri onun istekleri ve önceliklerinden farklı olduğunda, kendisine ya da çevreye zarar verici bir istek olduğunda ne kadar baskıyla karşılaşırsa karşılaşsın hayır demesi gerektiğini belirtin.
- ▶ Hayır derken açık ve net olması gerektiğini, tereddütsüz bir ses tonu ile konuşması gerektiğini, kendisini bu nedenle suçlu hissetmemesi gerektiğini anlatın.

“ Güçlü bir benlik imajı oluşturması için destekleyin

Olumlu bir kendilik algısı ve güçlü bir benlik imajının geliştirilmesi, çocuğun kendisini değersiz ve sevilemez biri olarak görmemesi ve diğerleri tarafından reddedilme kaygısı yaşamaması için önemlidir. Bu tür bir kaygı yaşamayan çocuğun, akran baskısına direnmesi, sınır koyabilmesi, hayır demesi, kendisini koruması daha kolay olacaktır.

- ▶ Görüşmede çocuğu duygularını ve düşüncelerini dile getirmesi için cesaretlendirin. Böylece çocuğun fikirlerini ve kendisini ifade ederken daha kendine güvenli olmasını, daha rahat bir şekilde duygularını ve düşüncelerini dile getirebilmesini desteklemiş olacaksınız.
- ▶ Çocukla birlikte bir liste oluşturarak kendisinde olumlu gördüğü özellikleri yazmasını isteyin.
- ▶ Kurum içinde çocuğa, kendine güvenini ve motivasyonunu artırıcı görevler verin.
- ▶ Çocuğun yapmaktan hoşlandığı, iyi yaptığı şeyleri bulun ve bunları yapmaya devam etmesi, daha çok yapması için onu cesaretlendirin.

“ Dürtüsel davranışları kontrol etme üstünde çalışın

- ▶ Çok hızlı kararlar vermenin, düşünmeden hareket etmenin yarattığı sorunlar hakkında tartışın.
- ▶ Bu tür davranışları nasıl engellenebileceğini sorun.
- ▶ Erteleme yetisini kazandırın
- ▶ Dürtüsellikle başa çıkabilmek için farkında nefes alıştırmasını öğretin.

Bu amaçla grup çalışmalarında yer alan dürtüsellikle ilgili bölümlerden yararlanabilirsiniz.

AİLE MÜDAHALESİ DEĞERLENDİRME LİSTESİ

Aşağıda yer alan “Aile Müdahalesi Değerlendirme Listesi”ni doldurun.

	Evet	Hayır
Aileyle görüşmek için güvenlik sorunu var mı?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ailenin çocuğa yönelik isteği ne?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Çocuğun aileyle görüşmesi doğru mu? Çocuk - Aile ilişkisini değerlendirin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aile, ergenlik hakkında bilgili mi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aile, çocuğun farklılıklarının farkında mı?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aile, çocuğun olumlu yönlerinin farkında mı?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aile, değişmeye hazır mı?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aile, yeterli iletişim becerilerine sahip mi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aile, çocukla birlikte zaman geçiriyor mu? Ailenin ebeveynlik becerilerini değerlendirin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aile, çocuğun zamanını yapılandırıyor mu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aile, olumlu davranışı yüreklendirmeyi biliyor mu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aile, çocuğa sorumluluk vermeyi biliyor mu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aile, çocuğu takip edebiliyor mu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aile, kural koymayı, etkili disiplin yöntemlerini biliyor mu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aile, çatışma çözümü konusunda yeterli mi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Çocuk, istismar mağduru mu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Çocuk madde kullanıyor mu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Çocuk, suça sürüklenmiş mi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

AİLE MÜDAHALESİNDE ETKİN 10 ADIM

Aile Müdahalesi Değerlendirme Listesini doldurduktan sonra aşağıdaki sırayı izleyerek gerekli adımları atın.

“ (1) Aileyle görüşmek için güvenlik sorunu olup olmadığını değerlendirin.

Eğer sorun varsa güvenlik tedbirlerini alarak görüşün veya görüşmeyi erteleyin.

“ (2) Ailenin çocuğa yönelik isteğini değerlendirin.

Aile çocuktan ne bekliyor? Çocukla olan ilişkisini sürdürmek istiyor mu? Karşılıklı beklentileri ve istekleri değerlendirin.

“ (3) Çocuğun aileyle görüşmesinin doğru olup olmadığını değerlendirin.

Eğer uygun değilse, görüşmeleri ayrı yapın. Eğer uygunsa, ortak görüşme de yapın.

“ (4) Aileyle işbirliği kurun.

Değişimi sağlamadan önce sizinle işbirliği kurmalarına öncelik verin.

“ (5) Bir sözleşme yapın.

Ailenin tekrar kuruma geliş zamanları, bundan sonra izlenecek yol konusunda sözlü veya yazılı bir sözleşme yapın (Ekte bir örnek sözleşme verilmiştir). Çocuğa uygulanacak grup çalışmaları konusunda da izin alın.

“ (6) Uygulanacak müdahaleleri seçin.

- Aile çocuk ilişkisi yetersizse “aile çocuk ilişkisini geliştirme” bölümünden ilgili konuları uygulayın.
- Etkin ebeveynlik becerilerinde yetersizlik varsa “etkin ebeveynlik” bölümünden ilgili konuları uygulayın.
- Çocuk istismar mağduruyorsa “istismar mağduru çocuğun ailesiyle çalışma” bölümünü uygulayın.

“ (7) Hedefin aileye dönüş olduğunu belirtin.

Temel hedefin “çocuğun, ailesinin yanında yaşaması” olduğunu belirtin.

“ (8) Gerekli müdahalelere başlayın.

“Aileyle görüşmede temel ilkeler” bölümünde yer alan teknikleri kullanarak gerekli müdahaleleri gerçekleştirin.

“ (9) Aileye dönüş kriterlerini değerlendirin.

Aileye dönüşü uygun olup olmadığını değerlendirin, uygun olanların dönüşünü sağlayın. Uygun olmayanlar için müdahalelere devam edin.

“ (10) İzleyin.

- ▶ Aileyi izleyin, değişim gerçekleşti mi? Çocuk, aileye uyum sağladı mı?
- ▶ İzinli gönderme sürecini değerlendirmeye alın.
- ▶ Olumsuz gelişmeler varsa, geri adım atmaktan çekinmeyin.
- ▶ Çocuğu aile yanında en az 3 ay süreyle izlenmesini sağlayın.

Sayın Veli

1- Çocuklar ve (varsa) bebekleriyle ilgili tüm işlemler 5395 sayılı Çocuk Koruma Kanunu ile 2828 sayılı Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kanunu hükümleri gereğince yürütülür.

2- Ailenin aile hukukundan kaynaklanan çocukla ilgili hak ve yetkileri bulunmaktadır. Bu hak ve yetkiler arasında velayetten doğan haklar olduğu gibi velayete bağlı olmaksızın ortaya çıkan hak ve yetkiler de vardır. Bunlar Türk Medeni Kanunu ve ilgili diğer kanunlar tarafından düzenlenmiştir. Aile bu hak ve sorumlulukları yerine getirmekle yükümlüdür. Ailenin sorumluluğunu yerine getiremediği ve getiremediği durumda kurum müdahale eder.

3- Çocuk Hakları Sözleşmesine taraf olan bir ülkeyiz. Bu sözleşmedeki hükümler tüm aileler için geçerlidir.

4- Kuruluşumuza kabulü yapılan çocuklarla ilgili olarak aşağıda belirtilen hususlara uygun davranacağınızı beklemekteyiz:

- Çocuğun ziyaretine danışmanı tarafından aksi belirtilmediği sürece sadece anne ve/veya baba gelebilecektir. Kimlerin ziyarete gelebileceği danışman tarafından belirlenecektir.
- Kuruluşu ziyaret için geldiğinizde kuruluştaki bulunan diğer çocuklarla iletişim kurmamamız, herhangi bir yardımda bulunmamanız, sohbet etmemeniz gerekmektedir.
- Kuruluşu ziyarete gelmeden önce mutlaka (xxxxx) numaralı telefonda arayarak danışmanından randevu almanız gerekmektedir.
- Ziyarete geldiğinizde çocuğunuza veya kuruluşa yiyecek ve içecek kesinlikle getirmeyiniz.
- Çocuğunuz ziyarete geldiğinizde size danışma ve yönlendirme birimi tarafından gösterilen yerde görüşmelerinizi yapınız.
- Kuruluştaki ziyaretiniz süresince kuruluş bahçesinde veya çocukların görebileceği yerlerde sigara içmek kesinlikle yasaktır.
- Kuruluştaki çocukların yatakhaneleri aileleri tarafından ziyaret EDİLEMEZ.
- Kuruluştaki diğer çocukların kendilerini kötü hissetmelerine yol açacak bir tavır ve eylemde bulunmamanız gerekmektedir. Örneğin "Allah Kurtarsın" gibi ifadeler doğru değildir.
- Ziyarete geldiğinizde danışma servisine telefon numaranızı ve kimliğinizi bırakınız.
- Çocuğunuzu gün içerisinde çocuğun okulda bulunduğu saatleri ve günlük yaşam programına uymak koşuluyla hafta sonları akşam 9.00'a kadar arayabilirsiniz. Ancak telefonu uzun süre meşgul etmemenizi bekliyoruz.
- Çocuğunuzu danışmanın uygun gördüğü zamanlar ve sürelerde kuruluştaki görmeye gelebilirsiniz ve danışmanı uygun görürse saatlik olarak dışarıya çıkarabilirsiniz.

5- Kuruluşta kaldığı süre içerisinde doğum veya hastalık durumlarında hastanede yatış yapıldığında yanında refakatçi olarak aileden güven duyduğu ve rahat hissettiği birisinin kalması çocukla aile arasındaki ilişkinin güçlenmesi için önemlidir. Çocuğunuz hastaneye yatırıldığında size bilgi verilecektir. Bu durumlar için hazırlıklı olmanız gerekmektedir.

6- Çocuğunuz kuruluşta kaldığı süre içerisinde kuruluş ortamından ve/veya kalan diğer çocuklardan kaynakla ruhsal sıkıntılar yaşayabilir ve bu nedenle kavga edebilir. Bu durumlar size bildirilecektir. Böyle durumlarda en kısa zamanda çocuğunuzla iletişim kurunuz, sakin bir biçimde durumu anlamaya ve çocuğunuza destek olmaya çalışınız.

7- Özellikle ilk kez kuruluşta kalan çocuklarda olmak üzere çocuğun kuruluş ortamına ve diğer çocuklarla birlikte yaşamaya alışamaması nedeniyle kuruluşu izinsiz terk(kaçak) durumuna düşebilir. Bu durumda Emniyete aranması için ihbarda bulunulur ve ailelere herhangi bir risk taşıyorsa bilgi verilir. Böyle bir durum size aktarıldığında çocuğun gidebileceği/bulunabileceği yerleri bize aktarınız ve imkan varsa siz iletişime geçiniz.

8- Çocuklar zaman zaman kuruluş ortamına alışamadıkları için yaşananları abartılı algılayabilir ve size bu şekilde aktarabilirler. Çocuklarınızın size aktardığı bilgilerle değil danışmanlarının aktardığı bilgilere göre hareket ediniz.

9- Çocukların adli işlemleri aksi bir durum yoksa kuruluşumuz tarafından takip edilmekte, çocuklar mahkemeye görevli kişilerce götürölmektedir. Çocuğun aileye teslimi durumunda adli süreç aile tarafından takip edilmelidir. Böyle durumlarda aile yardıma ihtiyaç duyduğunda yardım alabilecektir.

10- Çocukların sağlık takipleri sağlık birimizizde yapılmaktadır, bir problem durumu size aktarılacaktır.

11- Çocukların kuruluşta kaldığı sürelerde çeşitli eğlence, dinlenme ve sosyal faaliyet etkinlikleri düzenlenmektedir. Bu etkinliklere çocuğun katılımına danışmanlarınca karar verilmektedir. Kuruluşa kabulü yapılan her çocuk bu etkinliklerden yararlanır ve ailenin onay verdiği kabul edilir.

12- Çocuğunuzun kuruma ilk geldiği anda danışman, belirlenmektedir. Çocukların tüm işlemleri ekip halinde yapılan çalışmalarla yürütölmektedir.

13- Çocuğunuzun psikososyal destek programı süresince izin günleri vardır. Bu izin günleri ve süreleri tarafımızca yapılan değerlendirme ve vaka tartışma ve değerlendirme toplantısında alınan karar doğrultusunda uygulanmaktadır.

14- Çocukların eğitim hayatlarına devam etmesi ana ilkedir. Bu amaçla çocuğun durumuna uygun okula devamı sağlanır. Eğitim dışında kalmış çocukların sigortalı işlerde çalışması ve/veya çeşitli mesleki kurslara katılması gerekmektedir. Bu çocuğun gelecek yaşamı ve toplumsal hayata adapte olması için önemlidir. Kuruluşta kalmakta olan tüm çocuklar için geçerlidir ve ailenin buna onay verdiği kabul edilir.



15- Çocukların giyim kuşamları ve diğer ihtiyaçları ve kuruluşumuz tarafından karşılanmaktadır. Çocukların giyim kuşamlarına çok önemli ve uyarılması gereken, kendisini riske atacak bir durum yoksa müdahale edilmemektedir. Ailelerin de bu konuda baskı kurmaları önerilir.

16- Çocukların kurum içerisinde ve burada kaldıkları sürece cep telefonu kullanmaları yasaktır. Çocuğunuzun cep telefonu kullanmaması için teşvik ediniz ve telefon kullandığını öğrendiğinizde mutlaka bize bildiriniz.

17- Çocuğunuz özel ve yaşamı için önemli bir durum yaşamaktadır. Bunu en zararsız şekilde atlatabilmesi ve yaşamına en az zararlarla devam edebilmesi ailenin destek ve yardımıyla mümkündür. Çocuğunuzun hata yapma hakkı vardır. Yapılan hataların giderilmesi için çocuğunuzla bizimle iletişimi güçlendiriniz.

Yukarıda belirtilen hususları okudum ve kabul ediyorum.

Velinin Adı Soyadı

İmza

Tarih:.... / / 2.....

TEMEL TEKNİKLER

“ Destekleyici davranın

Öncelikle danışmanın güveni artırarak destek ilişkisinin güçlenmesini sağlayacak sıcak, destekleyici ve empatik bir çevre sağlaması çok önemlidir. Danışman, ailenin anlaşılması, kabul görmüş, rahat ve daha az kaygılı hissetmesi için çalışmalıdır. Bu çalışma, odanın küçük yaştaki çocuklar için daha güvenli ve rahat bir hale getirilmesini ve çocukların orada buldukları süre boyunca içlerinden geldiği gibi davranmalarını da kapsamaktadır.

“ Herkesi dinleyin

Danışman ailenin tüm bireylerinin söylemek istediklerini dinlemeli, hepsiyle bireysel seviyede ilişki kurmalı, hepsinin yapılan tartışmaya katkı sağlama derecelerini değerlendirmeli, bunu yaparken de sözel ve sözel olmayan ipuçlarını kullanmalıdır. Danışman, ailedeki herkesin istediği zaman tartışmaya katılım sağlayabilecek durumda olduğundan emin olmalıdır.

“ Tarafsız olun

Tarafsızlık, görüşme sürecinde işbirliği için gereklidir. Danışman, herkesin görüşlerini dinlemenin yanında, hepsinin menfaatlerini sistemin içinde farklı perspektiflere yerleştirmelidir. Bu noktada, eğer gizlilik ya da güvenlikle ilgili ciddi sorunlar ve endişeler yoksa, danışman ailenin görüşlerini açıkladığı konular ve yaşadıkları zorluklarla ilgili tarafsızlığını korumalıdır.

Bazı durumlarda etik ya da süreçle ilgili sebeplerden dolayı aileden biriyle aynı hizada durmak gerekli olabilir. Ancak bu durum destekleyici sürecin tamamında sabit bir şekilde devam etmemelidir. Tarafsızlık, çözüm için gereklidir ancak sonuç olarak danışman çocuğun tarafında olmalıdır.

“ Monolog yerine diyalogu tercih edin

Danışman aileyle olan etkileşiminde, aileye ders vermek ya da uzun monologlar yapmak gibi davranışlar sergilememelidir. Süreç daha çok aile ile danışmanın ve aile bireylerinin kendi aralarında karşılıklı fikirlerini paylaşmaları şeklinde ilerlemelidir. Danışman olarak genelde aileye etkileşimleri ve yaşadıkları zorluklar konusunda direk tavsiye vermek de uygun olmaz.

“ Kutuplaşmayın - Benzeşmeyin

Danışman aileyle kutuplaşmış bir pozisyondan ya da buna doğru tırmanan bir pozisyondan kaçınmalıdır. Danışman ailenin düşüncelerine temas edebileceği ancak bir yandan da bunları sorgulayabileceği ve ailenin merak etme durumunu korumasına izin veren bir pozisyon bulmalıdır.

Öte yandan, danışman ailenin düşünceleriyle sürekli olarak hemfikir olma durumunda da olmamalı, yeni, keşfedilmemiş olasılıklar ve fikirler sunabilmek amacıyla, var olan düşüncelerin doğası ve içeriğine yönelik meraklı ve sorgulayan halini korumalıdır.

“ Zaman içinde hareket etmeye özen gösterin

Danışman tek bir zaman dilimine takılıp kalmamalı, sorularının ve tartışmasının odağını geçmiş, bugün ve gelecek arasında hareket ettirmelidir.

“ Duyguyu yansıtın

Danışmanın duygulanımı aileninkiyle uyuşmalıdır. Örneğin onlar üzülürken üzüldüğünü göstermelidir. Aile değişimle ve kaydettikleri ilerlemeyle ilgili iyimser hissederken danışman da kötümser olmamalıdır. Bununla beraber, duygulanımların uyuşmamasının kısa süreli olarak danışmanın ailenin düşüncelerini sorgulamak için aileyle ilişkide pozisyon alması amacıyla kullanılması söz konusu olabilir.

Danışmanın, ailenin süreç içinde gösterdiği duygulara dikkat etmesi ve duyguların ifadelerini görmezden gelmemesi gerekir. Bu durum, özellikle ailenin bir bireyi süreç içinde stres belirtileri gösterdiğinde, üzgün ya da öfkeli davranış sergilediğinde önemlidir.

“ Esnek davranın

Gerçeklik inşa edilmiştir: Doğru yoktur. Gerçeklik sosyal bir kavramdır, akıcıdır ve sabit değildir. Hepimiz farklı birer sandalyede olduğumuzdan hepimizin farklı gerçeklik perspektifleri vardır. Durumları farklı şekillerde algılarız. Hepimizin aynı şeye inandığına yönelik içsel inancımız vardır ancak gerçeklik diye bir şey yoktur. Bu nedenle esnek davranmaya özen gösterilmelidir.

“ Sorunu bireysel değil, etkileşimsel olarak değerlendirin

Tüm davranışlar bireyler arasındaki etkileşim tarafından yapılandırılmış ve sürdürülmektedir. Sorunlar, günlük yaşamdaki taraflar tarafından kötü idare edilen süreçlere veya değişimlere adaptasyon sağlamadaki zorlukların sonucudur. Sorulması gereken soru şudur: hangi davranış, sorunun sürdürülmesine neden olmaktadır? Yanlış davranan tek kişi yoktur. Danışman, probleme dahil olan bütün insanlarla çalışmalıdır.

YARATICI UMUTSUZLUK

Güncel durumla yüzleşmek (“yaratıcı umutsuzluk”) bireyleri, bugüne kadar daha iyi olmak için neleri denediklerini gözden geçirmeleri, bu konuda gerçekten çaba gösterip göstermediklerini incelemeleri ve yeni bir şeyin oluşması için alan yaratmaları konusunda cesaretlendirmektir. Çeşitli deneyimlerinin kullanışsız olan gerçekliğiyle yüzleşmek, bireyi bundan sonraki adımının ne olacağını bilemez halde bırakır. Bu bir yaratıcı umutsuzluk halidir. Bu hal yaratıcıdır çünkü önceki kuralların davranışa hükmetmesi olmaksızın, yeni stratejiler geliştirilebilir.

Bu nedenle görüşmelerin başında, bugüne kadar uyguladıkları yöntemleri sorun. Bu yöntemlerin işe yarayıp yaramadığını tartışın. Genelde bunların işe yaramadığı açıktır. Bugüne kadar kullandıkları yöntemler işe yaramıyorsa, bu durumda ne yapacaklarını sorun ve biraz umutsuzluğa düşmelerini sağlayın.

Ardından eksi yöntemlerin işe yaramadığı, bu nedenle yeni yöntemler geliştirmeleri gerektiğini vurgulayın. Böylece bundan sonra sizin önereceğiniz yöntemlere uyum daha iyi olacaktır. Ancak önceki yöntemleri konuşurken “kötü” “yararsız” diye nitelendirmeyin. Ama o çocukla veya bu ortamda çalışmadığını vurgulayın.

ÇOCUK VE AİLEYLE ORTAK GÖRÜŞME

- 1 Çocuk ve ailenin katıldığı ortak görüşmeler oldukça riskli oturumlardır. Bu nedenle bir arada alacaksınız, önceden hazırlık yapmanızda yarar vardır.
- 2 Görüşmenin başında aşağıdaki kuralları net olarak koyun ve hemen görüşmenin başından itibaren bu kuralları uygulamaya özen gösterin.
 - Herkes sırayla konuşacak ve sırayı siz belirleyeceksiniz. Herkes sırasını beklemek zordur.
 - Kimse birbirini eleştirmeyecek (“o zaten bunu beceremez “vb). Herkes kendi fikrini söylemek için burada.
- 3 Görüşmenin temel konusunu belirleyin. Bir görüşmede birden fazla konunun gündeme gelmesine izin vermeyin.
- 4 Görüşme sırasında taraf tutmayın, kendi fikrinizi söylemeyin, konuşurun, dinleyici ve yönlendirici olun.
- 5 Herkesin eşit konuşmasını sağlayın. Çocuk ve aile eşit ağırlıktadır. Örneğin ortamda anne, baba ve çocuk varsa; çocuğun söz hakkı ikisinin toplamı kadardır.
- 6 Geçmişten ziyade şimdiye yönelin. Geçmiş tartışmalarına girmelerine izin vermeyin.
- 7 Daha çok beklentileri almaya çalışın. Herkes diğerinden ne bekliyor? Bunu somutlaştırın.
- 8 Görüşmenin sonunda söylenenleri özetleyin. Ancak kendi görüşlerinizi değil, görüşmede ortaya konanları özetlemeye dikkat edin. Daha sonra bire bir konuşurken, kendi görüşlerinizi iletmeniz daha yararlıdır.

ZOR DURUMLAR

“ Aile bireylerinden birinin fazla konuşması

Bazen aile bireylerinden birinin anlatacak çok şeyi olabilir ve sizin araya girmenizi engelleyecek şekilde konuşmasını devam ettirebilir. Bu da görüşmenin gidişatını ve sizin müdahale ya da yönlendirme yapmanızı zorlaştırır.

Böyle durumlarda aile bireylerini önceden, herkese zaman ayırabilmek ve konuyu daha iyi anlayabilmek için zaman zaman onları durdurabileceğiniz ya da sözlerini kesebileceğiniz konusunda uyarmak iyi olabilir.

Bu uyarıyı yaptıktan sonra böyle bir sorun ortaya çıkarsa, konuşkan aile bireyine bahsetmek istediği konunun önemli olduğunu anladığınızı, daha sonra bu konuya döneceğinizi söyleyerek sözünü uygun bir şekilde kesebilirsiniz.

Bir başka çözüm de, konuşulması gereken konuların zamana göre planlanması konusunda bir plan oluşturmak ve bu aile bireyine planda yer alan her şeyin konuşulup konuşulmadığını takip etme görevini vermektir.

“ Aile bireylerinin konuyu saptırması

Bazen aile bireyleri görüşme sırasında, farklı kişisel sorunlarıyla görüşmenin amacı olan konunun dışına çıkabilir.

Anlattıkları çok sıkıntılı ve umutsuz gördükleri bir konu olduğu için, bu durum hem konunun gidişatını bozabilir hem de cesaret kırıcı ve umutsuz bir ortam oluşturabilir.

Böyle durumlarda görüşmenin ana hatlarının önceden karşılıklı olarak belirlenmiş olması ve sizin görüşmenin temposunu kontrol altında tutmanız önem taşımaktadır.

“ Kardeşler ile ilgili konular

Bazen çocuğun bir kardeşinin olması, çocukla ilgili görüşmede bir dezavantaj oluşturabilir. Aile bireyleri iki kardeşi birbirleriyle kıyaslayarak görüşmenin konusunu çözümedikleri bu farklılığa çekebilir, çocuğu kardeşi kadar iyi olamadığı için suçlamaya girişebilirler. Tam tersi bir durumda, eğer diğer kardeşle ilgili daha fazla sorun yaşadılarsa, bu kez de onunla ilgili geçmişte ve şu anda yaşadıkları sorunlardan bahsetmek isteyebilirler.

Her iki durum da görüşmenin akışını bozar. Böyle durumlarda, aile bireyelerine duygularını anladığınızı, ancak burada geçirdikleri zamanı evdeki sorunlardan bir süre uzaklaşarak, bahsi geçen çocuğa odaklanmak için bir fırsat olarak görebileceklerini söylemek faydalı olabilir.

“ Yüksek stresi olan aile bireyleri

Aile bireyleri bazen günlük streslerini görüşmeye taşıyabilirler.

Bu stresli durumla ilgili konuşmalarına bir süre izin vermek ve stresi ayaklarına takılan bir şey değil; etrafından dolaşabilecekleri bir şey olarak tanımlamak faydalı olabilir.

Bununla birlikte uzun dönem devam eden görüşmelerde boşanma, hastalık, ailede birin ölümü gibi büyük bir yaşam olayı da meydana gelebilir. Böyle olduğunda, bireylerin bu konulardan bahsetmesi için görüşme içinde zaman yaratılabilir ya da gerekli durumlarda birine yönlendirilerek bu konuyla ilgili profesyonel destek almaları sağlanabilir.

İlk görüşme sonrası...

- Ailede kimlerin olduğunu biliyor musunuz?
- Nasıl ve hangi ortamda çalışacağınızı ana hatlarıyla belirleyebildiniz mi?
- Danışmanlık ekibini aileye tanıttınız mı?
- Gizlilik ilkeleri konusunda anlaşma sağladınız mı?
- Aileye destekleme sürecine dair merak ettiklerini sorma fırsatı verdiniz mi?
- Ailenin tüm üyeleriyle iletişim kurmaya başladınız mı?
- Daha geniş sistem ve ağdaki bütün önemli bireyleri tanıyor musunuz?
- Ailenin mücadele ettiği zorluklarla ilgili net bir fikriniz var mı?
- Her aile bireyinin zorluk yaşanan durumla ilgili görüşünü dinlediniz mi?
- Ailenin bugüne kadar bu zorlukla baş etmek için denediği çözüm ve stratejilerle ilgili bir fikir oluşturduunuz mu?
- Ailenin güçlü yanlarıyla ilgili bir fikir oluşturduunuz mu?
- Ailenin neyin değişmesini ya da daha farklı olmasını istediği konusunda odaklanmasını sağladınız mı?

İlerleyen aşamalarda...

- Aileyle beraber çalışırken aile bireyleriyle iletişim kurmaya devam ediyor musunuz?
- Birlikte çalışırken ortaya çıkan sorunları, ortaya çıktıkları anda ele aldınız mı?
- Ailenin güçlü yanları ve kaynaklarıyla ilgili net bir fikir oluşturduunuz mu?
- Ailenin getirdiği sorunlarla ilgili yeni çözümler üretme konusunda aileyle birlikte çalışıyor musunuz?
- Aile bireylerinin ailedeki etkileşimler ve ilişkilerle ilgili inanç ve düşüncelerini keşfetmeye başladınız mı?
- Ailedeki etkileşimlerle ilgili bir değişim olmaya başladı mı?
- Ailenin getirdiği konuyla ilgili var olan inançlarını sorguladınız mı?
- Ailenin deneyimledikleri zorluklarla ilgili yeni açıklamalar getirebilmeleri konusunda onlarla beraber çalıştınız mı?
- Aile ve yaşadıkları zorluklar arasında bir mesafe koyduunuz ya da bu zorlukları dışsallaştırmayı denediniz mi?
- Ailenin süreç içinde kat ettikleri başarıyı ve değişimi kuvvetlendirdiniz mi?
- Ailenin yaşadıkları zorluklar üzerindeki hakimiyet algısını ve kontrol hissini artırmak için aileyle birlikte çalışıyor musunuz?
- Aileyle süreç içinde umdukları gibi bir değişim yaşayıp yaşamadıklarını analiz ettiniz mi?

ÇOCUK - AİLE İLİŞKİSİNİ GÜÇLENDİRME

Uygulamaların her biri ayrı oturumda veya iki uygulama tek oturumda yapılabilir. Çocuk ve ailenin durumuna göre oturumlarda uygulanacak olan uygulama sayısı belirlemek daha yararlıdır.

ERGENLİK HAKKINDA BİLGİLENDİRME

“ Ailenin ergenlikle ilgili bilgilerini öğrenin.

Aileye, ergenlik dönemi hakkında neler bildiklerini sorun.

“Ergenlik dönemi ile ilgili neler biliyorsunuz? Sizce bu dönemde çocuklarda ne gibi değişimler meydana gelir?”

“ Ergenlik dönemi hakkında bilgilendirin

Aileye ekteki resmi göstererek, ergenlik dönemindeki bireylerin ne bir çocuk ne bir yetişkin olarak görülmesi gerektiğini,ergenliğin çocukluk ve yetişkinlik arasında, oldukça özel ve kendine has davranış biçimleri olan bir dönem olduğunu vurgulayın (Ek1).

“Ergenlik döneminde çocuklar hem fiziksel, hem duygusal hem de davranışsal ve sosyal pek çok değişim yaşarlar. Çünkü artık çocukluktan uzaklaşmakta ve yetişkin olma yolunda ilerlemektedirler. Ancak henüz bir yetişkin de değillerdir. Birer yetişkin olabilmeleri için kim olduklarını bulmaları, anne babadan bağımsız olarak kendilerini tanımlayabilmeleri gerekmektedir. Bu nedenle ergenlik dönemi özel bir dönemdir.”

Aileye ergenlik dönemi ve bu dönemde çocuklarda olan davranışsal değişimler üzerine bilgilendirme yapın.

“Ergenlik dönemi 11 – 14 yaş arasında başlar, 20’li yaşlara kadar devam eder. Bu dönemde çocukta pek çok alanda değişimler olmaya başlar. Bunlardan bazıları:

- ▶ Fiziksel değişimler yaşar (boyun uzaması, vücut uzuvlarının büyümesi, seste değişimler, kıllanma gibi)
- ▶ Dış görünüşüne ilgisi artar
- ▶ Arkadaş ilişkileri onun için daha önemlidir
- ▶ Sınır koymada sorunlar yaşar
- ▶ Otoriteyle (aile, okul, öğretmenler, vb.) sorunlar yaşar, kurallara uymayı reddedebilir
- ▶ Özgürlüğüne düşkündür
- ▶ Daha kolay risk alır, çünkü kendisine bir şey olmayacağına inanır
- ▶ Çabuk karar verir ve değiştirir
- ▶ Sabırsız davranır”

“ Ailenin çocukta gördüğü değişikliklerin ergenlikle ilişkili olduğunu öğretin.

Aileye kendi çocuklarında ergenlik döneminin özelliklerinden hangilerini gördüklerini sorun.

“Peki siz çocuğunuzda bu özelliklerden hangilerini görüyorsunuz? Bu özelliklere eklemek istediğiniz bir şeyler var mı?”

Ailenin anlattıkları üzerinden, yukarıdaki bilgilerden de yararlanarak, yaşadıkları bu değişimin ergenlik döneminde olan doğal bir süreç olduğunu vurgulayın.

“Çocuğunuzda gördüğünüz bu tür bazı değişimler sizi zorluyor, kızdırıyor olabilir. Ancak bunlar ergenlik dönemine özgü ve beklenen değişimler olduğundan çocuğun davranışlarının içinde bulunduğu bu dönem göz önüne alınarak ele alınması gerekir.”

“ Ergenlik döneminde aileyi yapabilecekleri ile ilgili bilgilendirin.

Aileye, ergenlik dönemi özelliklerinden yola çıkarak nasıl davranmaları gerektiği konusunda bilgi verin.

- “Arkadaşlarına çok önem verirler. Arkadaşlarına kötü davranmayın. Ama arkadaşlarını izleyin, onları ve onların anne ve babalarını tanıyın.
- Otoriteyle sorun yaşar; anne ve babası ile kavga eder. Siz onunla kavga etmeyin. Ama isteklerinizi ona sakın olduğu zamanlarda söyleyin.
- Çelişkileri vardır. Bu yüzden her söylediklerine inanmayın. Onların her söylediklerine yanıt ya da tepki vermeye çalışmayın.
- Sabırsızdır. Kızmayın, ona sabır etmeyi öğretin.
- Kararları çabuk değişir. O yüzden her isteğine hayır demeyin. İsteklerini erteleyin, bir süre sonra vazgeçecektir.
- Özgürlüklerine düşkündürler. Kendilerini özgür hissetmelerini sağlayın.
- Daha kolay risk alır çünkü kendisine hiçbir şey olmayacağına inanır. Bu yüzden onu kollayın, takip edin, yönlendirin.
- Sınır koymayı bilmez. Sınır koymayı öğretin.
- Sorumlulukları hep başkalarına yüklemeye eğilimlidir. Sorumluluk almasını öğretin.”

ERGENİ TANIMAK VE KABUL ETMEK

1. Ailenin çocuk ile yaşadıkları sorunların değerlendirilmesi

Ailenin, çocukları ile ilgili yaşadıkları sorunları ve zorlandıkları konuları anlatmalarını isteyin.

“Çocuğunuz ile ne gibi sorunlar yaşıyorsunuz? Zorlandığınız, sıkıntı yaşadığınız durumlar neler?”

2. Aile neler yaşıyor?

Çocuklarıyla sorun yaşadıklarında hangi duyguları hissettiklerini sorun.

“Bazen, çocuğumuzla yaşadığımız sıkıntılarda, onun neden böyle davrandığını anlayamayız, kendimizi çaresiz, kızgın, hayal kırıklığına uğramış vs. hissedebiliriz. Siz, çocuğunuzla sorunlar yaşadığınızda neler hissediyorsunuz?”

Daha sonra aileye, anne ve babaların bu durumda neler yaşayabileceklerini anlatın.

“Böyle durumlarda her ebeveyn çocuklarıyla ilgili bazı duygular yaşar. Örneğin;

- *Hayal kırıklığı: Çocukları beklemedikleri davranışlar gösterdiği için hayal kırıklığı yaşayabilirler.*
- *Suçluluk: Kendilerinin bir hata yaptığını düşünürler ve bu nedenle kendilerini suçlarlar.*
- *İnkar: Çocuklarının bunları yapmayacağına inanırlar ve onu çok fazla korurlar.*
- *Ümitsizlik: Çocuklarının değişmeyeceklerini düşünürler, bu nedenle ümitsizliğe kapılabilirler.*
- *Şaşkınlık, ne yapacağını bilememe: Böyle bir durumla karşılaşmadıkları için şaşırabilirler.*
- *Öfke: Çocuklarına karşı öfke duyabilirler.*
- *Utanç: Çocuklarının yaptıklarından dolayı utanç duyarlar ve çevrelerinden saklarlar.*

Böyle duygular hissetmek çok normaldir, ancak bu duyguların çocuğumuzla ilişkimizi etkilemesine izin vermemeliyiz. Duygularımız bu şekilde davranışımıza etki etmemelidir.”

3. Çocukların farklılıkları ve kabullenme ile ilgili bilgilendirme

Aileye, çocuklarıyla sorun yaşadıkları durumlarla ilgili çocuklarının neden bu şekilde davrandıklarını düşündüklerini sorun.

“ Tartışmanın ardından, çocukların farklılıklarıyla ilgili bilgilendirme yapın.

“Aslında çocuğun bu davranışları sizi üzmemek için değil, çocuğun nasıl davranılacağı ile ilgili bildiği tek yolun bu olmasından kaynaklanıyor. Çocuğunuza başka bir yol gösterebilmenin ilk adımı ise, onu kabullenmek olmalıdır.”

“ Daha sonra aileye, kabullenmek ve onaylamak arasındaki farkı anlatın.

“Kabullenmek onaylamak değildir. Onu anlamaktır. Kabullenmek tek başına yeterli değildir; bunun yanında onu değişime yönlendirmek de önemlidir. Sadece kabullenirseniz değişmez, aynı kalır. Kabullenmez ve sadece değişime yönlendirirseniz, sizin onu anlamadığınızı düşündüğü için değişime direnecektir. Bu nedenle kabullenme ve değişim bir denge içinde olmalıdır.”

4. Ailenin çocuklarında gördükleri farklılıklarla ilgili tartışma

Aileye çocuklarının diğerlerinden farklı olduğunu düşündükleri noktaların neler olduğunu sorun. Daha sonra aileden çocuklarıyla ilgili olumlu özellikleri söylemelerini isteyin.

Tartışmanın sonunda çocuklarının farklı olduğunu ve onu diğerleriyle kıyaslamadan kabullenmenin önemini vurgulayın.

“Burada konuştuğumuz gibi, çocuğumuz hem olumlu hem olumsuz olarak nitelendirdiğimiz özelliklerinin toplamıyla, farklı bir birey. Bu nedenle onu bir başka çocukla ya da kardeşleriyle kıyaslamak yararsızdır. Bunun yerine, çocuğu bütün bu özellikleriyle ayrı bir birey olarak kabul etmemiz, onu anlamamıza ve ona yol göstermede daha önce işe yaramayan yöntemlerimizden uzaklaşarak, onun ihtiyaçlarına uygun yeni yöntemler bulmamıza yardımcı olacaktır.”

ERGENİN OLUMLU YÖNLERİNİ GÖRMEK

1. Aileyle çocuklarının özellikleri üzerine tartışma

Aileden çocuklarını tanımlamalarını, onlarla ilgili özellikleri söylemelerini isteyin. Daha sonra kısa bir bilgilendirme yapın.

“Ergenlik dönemindeki çocukla ilgili özellikleri söylerken, olumsuz özellikler olumlulara oranla daha çok gözümüze batar ve ilk onları söyleriz.”

Aileye ekteki resmi gösterin (Ek2). Burada, çocukla ilgili saydıkları olumsuz özelliklerin şeklin siyah yanına ait olduğunu ve bunun da bütün şeklin sadece bir bölümünü oluşturduğunu belirtin. Daha sonra aileden şeklin beyaz kısmına odaklanmalarını ve çocuklarıyla ilgili olumlu özellikleri saymalarını isteyin.

“Peki, sizden çocuğunuzla ilgili yalnızca olumlu özellikleri saymanızı istesem neler söyleyebilirsiniz?”

Daha sonra aileye çocuklarının olumlu özelliklerini farketmelerini ve bu özellikleri desteklemelerini söyleyin.

“Gördüğünüz gibi onların olumlu tarafları da var. Sadece olumsuz taraflarını düşünmeyin. Olumlu yanlarını da düşünün. Onlar iyi bir şey yaptığı zaman onları övüyor musunuz? Olumlu ve iyi şeyler yaptıkları zaman onları övün, destekleyin. Şüphesiz yaklaşımayın.”

2. Olumlu özelliklere dikkat etmenin önemi ile ilgili bilgilendirme

Aileye olumlu davranışı fark etmenin ve teşvik etmenin önemi ile ilgili bilgi verin.

“Reklamın iyisi kötüsü olmadığı gibi bazen çocuklar için de sonuçta ilgiyi elde edeceklerse davranışlarının olumlusu ya da olumsuzluğu yoktur. Kendisiyle ilgilenilmediğini hisseden bir çocuk, bazen dikkati kendi üzerine çekmek için de olumsuz davranışlarda bulunabilir. Ailesinin tepkileri olumsuz bir şekilde olsa da çocuk tarafından “benimle ilgileniyorlar” şeklinde yorumlanabilir.”

Daha sonra, çocuğun olumlu özelliklerine daha fazla dikkat etmenin, olumsuz özellikleri azaltacağına ilişkin bilgilendirme yapın.

“Çocuğun bazı özellikleri ve davranışları bizi çok zorladığından, sanki çocuğumuz bu olumsuz yönlerden ibaretmiş gibi düşünürüz. Oysa çocuğun olumlu özelliklerine daha çok dikkat etmek faydalı olabilir. Çocuğun olumsuz özelliklerine tepki göstermek ya da onu bunlardan dolayı sürekli cezalandırmak ya da eleştirmek yerine, olumlu davranışları fark etmek, takdir etmek, istediğimiz bu davranışları güçlendirecek, hiç dokunmadığımız halde olumsuz davranışlar da kendiliğinden azalacaktır. Çocuğun olumlu davranışlarını, oldukları an fark edin, destekleyin ve teşvik edin.”

3. Olumlu davranışı nasıl destekleyeceğiz?

Aileye olumsuz davranışa tepki vermeden olumlu davranışı destekleme ile ilgili neler yapabileceklerini anlatın.

- ▶ *“Olumlu bir davranışta bulunduğu anda onu hemen takdir edin.*
- ▶ *Çocuğu baş başayken ve başkalarının yanında, olumsuz davranışından dolayı eleştirmek yerine olumlu davranışından dolayı övün.*
- ▶ *Çocuk olumsuz bir davranışta bulunduğu anda sinirle hareket etmeyin, kendinize sakinleşmek için zaman tanıyın.*
- ▶ *Olumsuz davranışa sinirli tepki vermek yerine, siniriniz geçtikten sonra bu davranışın neden sizi üzdüğüyle ilgili çocukla konuşun.*
- ▶ *Olumsuz davranışla ilgili düşüncelerinizi çocuğu yargılamadan, etiketlemeden, çocuğun kişiliğine genelleme yapmadan söyleyin. Örneğin, “sen zaten işe yaramaz bir çocuksun” demek yerine “bu davranışın beni çok üzdü” demek buna bir örnektir.”*

Daha sonra aileye, çocuklarının olumlu davranışlarını pekiştirmek için bu yöntemlerden hangilerinin onlara daha uygun geldiğini, hangisini ya da hangilerini kullanmayı deneyebileceklerini sorun.

SİZ DEĞİŞİN

1. Ailenin çocuklarında değişmesini istedikleri özellikler üzerine tartışma

Aileye çocuklarında değişmesini istedikleri özellikleri sorun.

“Çocuğunuzla ne gibi sorunlar yaşıyorsunuz? Onda nelerin değişmesini isterdiniz?”

Daha sonra aileye, bunları değiştirmek için neler yaptıklarını, ne gibi yöntemler uyguladıklarını ve bunlardan nasıl bir sonuç elde ettiklerini sorun.

2. Ailenin değişmesinin önemi üzerine bilgilendirme

“Siz ne yaparsanız çocuğunuz da onu yapar” filmi izletin ve aileye bu filmde neler gördüklerini sorun.

Daha sonra aileye çocuklarındaki olumlu yöne değişimin, öncelikle kendilerinde yapacakları değişimlerle başlayacağını belirtin.

“Çocuğunuzda değiştirmek istediğiniz bazı olumsuz özellikleri saydınız. Bu özellikleri ve davranışları değiştirmeye çalışırken, bazen uyguladığımız yöntemlerin işe yaramadığını görürüz ve kendimizi çaresiz hissederiz. Oysa bu yöntemlerin işe yaramadığını görmek, belki de yeni yöntemler bulmamız için bize bir fırsat verecektir. Belki de, çocuktaki değişimin başlaması için öncelikle sizde bir değişimin başlaması gerekmektedir.

Bunu karşılıklı adımlaşma oyunu gibi düşünün. Siz eğer onun için, ona doğru birkaç adım atarsanız, ondan da size doğru adım atmasını bekleyebilirsiniz. Sırayla karşılıklı adımlar atarak ortak bir noktada buluşabilir; süreç içinde her ikiniz de birlikte ve birbiriniz için iyi yönde değişebilirsiniz.”

3. Ailenin değişim için yapabilecekleri ile ilgili bilgilendirme

Aileye, daha önce kullandıkları herhangi bir çözüm yolu işe yaramamışsa, artık onun, çözüm yolu değil, sorunun bir parçası olmaya başlamış demek olduğunu belirtin. Kullandıkları ve sonuç alamadıkları yöntemleri aileye anlattırın. Neden işe yaramadığını, nerede tıkanıklarını, neden daha fazla o yöntemi kullanmamaları gerektiğini kendi hayatlarından örnekler vererek açıklayın.

“Eskiden kullandığınız yöntemler başarıya ulaşmadıysa onları tekrar tekrar kullanmanın anlamı yok. Bu nedenle yeni yöntemler geliştirmeniz gerekir. Çocuğunuzla anlaşmak ve sorunlarla başa çıkabilmek için yeni stratejiler geliştirmek yararlıdır.”

Daha sonra aileye, değişim için yapabilecekleriyle ilgili bilgi verin.

“Daha önce bazı yöntemleri denediniz ve bunlar işe yaramadı. Şimdi bir başka türünü denemeyi düşünebilirsiniz.

Örneğin;

- ▶ *Çocuğunuz sürekli dışarı çıkmak istediği için ona kızıp bağıryorsunuz, bunun yerine sakin kalıp onun evde de zaman geçirmek istemesini sağlayacak bir aktivite bulabilirsiniz.*
- ▶ *Çocuğun yaptığı olumsuz davranıştan sonra onu cezalandırmak yerine, duygularınızı ve beklentilerinizi dile getirerek daha kuvvetli bir iletişim sağlamayı deneyebilirsiniz.*
- ▶ *Çocuğunuza olmasını istediğiniz davranışı sürekli tekrar etmek yerine onda görmek istediğiniz davranışı sergileyerek ona model oluşturabilirsiniz.”*

Gördüğümüz gibi, değişimin başlaması, ailenin içindeki iletişimi, desteği artırmaya ve ilişkileri güçlendirmeye yönelik yeni davranışlar benimsemekten geçmektedir.

Aileye, kendilerinde buna benzer hangi davranışları gördüklerini ve bunları ne yönde değiştirebileceklerini düşündüklerini sorun. Eklemek istedikleri başka davranışlar varsa eklemelerini isteyin.

“Sizin aklınıza bu konularda yapılabilecek başka neler geliyor?”

ERGENLİKTE ÇOCUKLA İLETİŞİM

1. İletişim ile ilgili tartışma ve bilgilendirme

Aileye, çocuklarıyla iletişim kurma konusunda sorun yaşayıp yaşamadıklarını ve yaşıyorlarsa bu sorunların neler olduğunu sorun.

Daha sonra aileye iletişimin çocukla ilişkideki önemi ile ilgili bilgilendirme yapın.

“Çocuğumuzla konuşurken, bizim ne söylediğimiz ve onun ne anladığı çok önemlidir. İletişim, mesaj ve yanıtta oluşur. Çocuklarla kurduğumuz iletişim, yaştan yaşa değişen bir şeydir. Dolayısıyla her yaş aralığında doğru yöntemle iletişim kurabilmemiz, vermek istediğimiz mesajı ona doğru iletebilmemizi ve onun yanıtını doğru anlayabilmemizi sağlar.”

2. Neyi amaçlıyoruz?

Aileye çocuklarıyla iletişimde neyi hedeflediklerini, kendi düşüncelerini çocuklarına aktarıp aktaramadıklarını ve çocuklarını anlayıp anlayamadıklarını sorun.

Daha sonra çocukların ihtiyaçları ile ilgili aşağıdaki bilgilerden yararlanarak bilgilendirme yapın.

İhtiyacı Yok

“Hayır” lar

Gereksiz sorular

Boş tehditler

Konferanslar

Uyarılar

Sürekli ne yapacağını söylemek

İhtiyacı var

Kendi, çevre ve dünya hakkında bilgi

Karar vermek için fırsatlar

Kendisi için düşünmesini sağlamak

Destek

Açıklama

Sorumluluk hissetmesi için cesaret

3. Farklı iletişim yöntemleri ile ilgili bilgilendirme

Aileye ekteki iletişimle ilgili resimleri göstererek her resim için yorum yapmalarını sağlayın. Ailenin her bir resim için aşağıdaki sorulara yanıt vermelerini isteyin (Ek3).

- Bu resimde neler oluyor?
- Bu resimde çocuğun yüz ifadesi nasıl?
- Bu resimde ebeveynin yüz ifadesi nasıl?
- Bu resimde sizce çocuk kendisini nasıl hissediyor?
- Sizce bu resimde ebeveyn ve çocuk iyi iletişim kurabilmişler mi?
- Bu resimde ne olsa resim daha güzel olurdu?

Aileye çocuklarıyla iyi bir iletişim kurabilmeleri için kullanabilecekleri yöntemlerden bahsedin.

Etkin dinleme yöntemleri

- ▶ “Çocuğunuzu aktif bir şekilde dinleyin. Onu dinlerken anladığınızı ifade etmek için, başınızı sallayın, “hı hı” “evet” deyin, ona doğru eğilin, göz kontağı kurun, konuyla ilişkili daha fazla şey anlatmasını sağlayacak sorular sorun ve sözünü kesmeyin.
- ▶ Eğer belli bir konuda net cevaplar istiyorsanız o zaman cevabı “evet-hayır” olan sorular sormaya özen gösterin (Olay seni kızdırdı mı?). Yalnız bunu yaparken teşhis koymaktan kaçının (“Sen üzülmüşsün” gibi). Bu yorumlarınız bazen doğru olabilir ancak iletişimin devam etmesini tehlikeye sokar.
- ▶ Aktif dinlerken çocuğunuzun yaşadığı duyguyu fark ettiğinizi gösterin (örneğin arkadaşıyla kavga ettiğini anlatıyorsa ve buna üzüldüğünü ya da kızdığını size hissettiriyorsa, ona ‘Arkadaşınla kavga ettiğin için üzüldüğünü/kızdığını görebiliyorum’ deyin).
- ▶ Konuşma bittikten sonra doğru anlayıp anlamadığınızı kontrol edin.
- ▶ Bazen de sadece sessiz bir şekilde dinlemek yetebilir.
- ▶ Sizin dinleyici olduğunuz durumlarda çoğunuz daha çok konuşmalı siz daha az konuşmalısınız.”

“Ben” dili kullanımı

- ▶ “Onları bir davranışlarından dolayı eleştirecekseniz, “sen” ile başlayandan çok, “ben” ile başlayan cümleler kullanın. Örneğin, “Sen işe yaramaz bir çocuksun, her seferinde bunu yapıyorsun.” demek yerine, “Bunu yaptığın zaman ben çok üzülüyorum ve senin için endişeleniyorum” gibi ifadeler kullanın. İlk cümle, çocuk tarafından saldırganca ve tehditkar algılanabilir. Ancak rahatsız olduğunuz durumları kendiniz üzerinden anlatmak, çocuğunuz savunmaya geçmeden dinleyerek, sizi daha iyi anlamasına yardımcı olur.
- ▶ Ben dili kullanmak için, karşınızdaki kişinin yaptığı yada söylediği şeyin sizde uyandırdığı duygu ve düşünceye dikkat edin ve bunları dile getirin (“Benimle bu şekilde bağırarak konuştuğunda sana çok kızıyorum ve bana saygı duymadığını düşünüyorum” gibi).
- ▶ İsteklerinizi suçlayıcı ifadeler kullanmadan (“Sen zaten düzgün konuşmasını bilmezsin ki” gibi) ortaya koyun (“Benimle konuşurken biraz daha sakin olmanı istiyorum, böylece seni daha iyi anlayabilirim” gibi).”

Etkin tavsiye

“Etkin tavsiyeler verin. Çocuğunuza tavsiye verirken, “Üzülme, geçer”, “Takma kafana bu kadar”, “Ne olacak, boş ver” gibi tavsiyelerde bulunmayın. Bunun yerine tavsiyelerinizin somut ve işe yarar olmasına dikkat edin. Örneğin, çocuğunuz üzgün bir şekilde arkadaşıyla kavga ettiğini anlatıyorsa ve ne yapacağını soruyorsa, “Boş ver birkaç güne konuşmaya başlarsınız, takma kafana. Böyle şeye ne üzülüyorsun” gibi tavsiyelerde bulunmak yerine, “Arkadaşınla kavga etmenin seni üzdüğünü görebiliyorum. Bu çok üzücü bir durum olmalı. Peki, arkadaşını arayıp konuşmak sana iyi gelir mi?” gibi gerçekçi, somut ve onu umursayan cevaplar verin.”

Kırık plak tekniği

“Çocuğunuzun ısrarları karşısında cevabınızı sakin bir ses tonuyla tekrar edin. Bunu yaparken tıpkı kırık bir plak gibi davranın. Eğer çocuğunuz bir şey için ısrar ediyorsa, bunu istememe nedeninizi bir kere açıkladıktan sonra, başka bir açıklama getirmeyin ve sürekli “istemiyorum” deyin. Bunu yaparken tekrarlar sırasında ses tonunuzu yükseltmemeye, alçak tutmaya dikkat edin.”

Bilgilendirmenin sonunda aileye, bu tekniklerden hangilerini daha önce kullandıklarını, hangilerini ise bundan sonra deneyebileceklerini sorun.

4. Yaralayıcı ve destekleyici mesajlar

Ailelere, etkili bir iletişim kurmak için yapılması gerekenlere dikkat edilmediğinde ortaya çıkan iletişim engellerine yaralayıcı mesajlar dendiğini belirtin.

Yaralayıcı mesajlar kullanıldığında iletişimin bozulduğunu, çocuğun kendisini savunmaya başlayarak ya içine kapandığını ya da yalan söylediğini dile getirin. Bu yaralayıcı mesajları tanıyabilmemizin ve onların önüne geçebilmemizin önemli olduğunu söyledikten sonra yaralayıcı mesajları anlatın.

- ▶ Yaşadığı duyguları inkar etmek (böyle durumlarda çocukların kafaları karışır ve kendi duygularını tanıyamazlar, güvenemezler)
- ▶ Ahlak dersi vermek
- ▶ Nasihat etmek
- ▶ Sorular sorup olayın yer yanını öğrenmeye çalışmak
- ▶ Diğer kişiyi savunmak (“Arkadaşın çok iyi yapmış sana böyle söylemekle”).
- ▶ Acımak
- ▶ Yorumlar yapmak
- ▶ Hiçe saymak

Yaralayıcı mesajlardan kaçınmak için neler yapabileceklerini aileye anlatın.

- ▶ Konuşma için doğru zamanı seçmek
- ▶ Çocuğun kişiliğine ait özelliklere saldırmamak
- ▶ O anki olaya dikkat etmek-genelleme yapmamak
- ▶ Tartışmacı olmamak
- ▶ Her iki tarafında ihtiyacını karşılayacak türden sonuçlar üzerinde çalışmak.

Daha sonra aileye destekleyici mesajlar kullanarak çocukların kendilerini iyi hissetmelerine destek olabileceklerini ve çocukların da doğru davranışlarda bulunmalarını sağlayabileceklerini belirtin. Aşağıdaki örnekler üzerinden destekleyici mesajları aileye anlatın.

- ▶ “Ne olursa olsun seni seviyoruz, senin bu durumunu değiştirmen için seni destekleyeceğiz”

- ▶ “Biz annen babanız seni terk etmeyeceğiz ama beklentilerimiz için liderlik yapacağız”
- ▶ “Senin daima yanımda olacağız”
- ▶ “Bana yardım ettiğin için teşekkürler”
- ▶ “Seninle bu konuları konuşmak hoşuma gidiyor”
- ▶ “Benimle samimi olarak konuşunca seni daha çok dinlemek istiyorum”
- ▶ “Benim için önemlisin”
- ▶ “Mutsuzken beni neşelendirdin”
- ▶ “Çok neşelisin. Neşen bana da sevinç ve neşe veriyor”
- ▶ “Seninle birlikte her şeyi yapmaktan hoşlanıyorum”

Daha sonra, aileye bu davranışlardan hangilerinin onların arasındaki iletişimde ortaya çıktığını sorun. Bu davranışlar yerine, etkili iletişim yöntemlerinden de yararlanarak, neler yapabilecekleri konusunda tartışın.

ERGENLE BİRLİKTE ZAMAN GEÇİRMEK

1. Ailenin çocukla zaman geçirme konusundaki deneyimlerinin değerlendirilmesi

Aileye, çocuklarıyla bir arada olduklarında nasıl zaman geçirdiklerini, nelerden bahsettiklerini ve neler yaptıklarını sorun.

Daha sonra çocukla zaman geçirme konusunda bilgilendirme yapın.

“Bazen, iletişimimiz çok bozulduğunda karşımızdakiyle zaman geçirmek istemez hale geliriz. Bir arada olduğumuzda da ya kavga ederiz, ya sessiz dururuz, fiziksel olarak yan yana belli bir zaman harcamış olsak da, birlikte zaman geçirmiş gibi hissetmeyiz.”

2. Ortak zaman geçirme konusunda bilgilendirme

Aileye çocuklarıyla zaman geçirme konusunda bilgi verin.

“Çocuğunuzun hayatına daha fazla dahil olmak; onu ve yaşadıklarını daha iyi anlayabilmek için beraber zaman geçirebilmek çok önemlidir. Bunun için, birlikte konuşarak ortak ilgi alanları bulmak, beraber yapabileceğiniz bunları içeren aktiviteler belirlemek iyi bir yöntem olabilir.

Birlikte geçirdiğiniz bu zamanda, ilişkiyi ve iletişimi kuvvetlendirmek önemlidir. Bunu, bir mola zamanı olarak düşünün. Bu, söylenmeden, onu önceki davranışlarından dolayı eleştirmeden ya da onu eğitime amacı gütmeyen sadece ona ayırdığınız bir zaman olmalıdır.”

3. Ortak aktivite belirleme

Aileye ortak bir aktivite belirlerken neler yapabilecekleriyle ilgili bilgi verin.

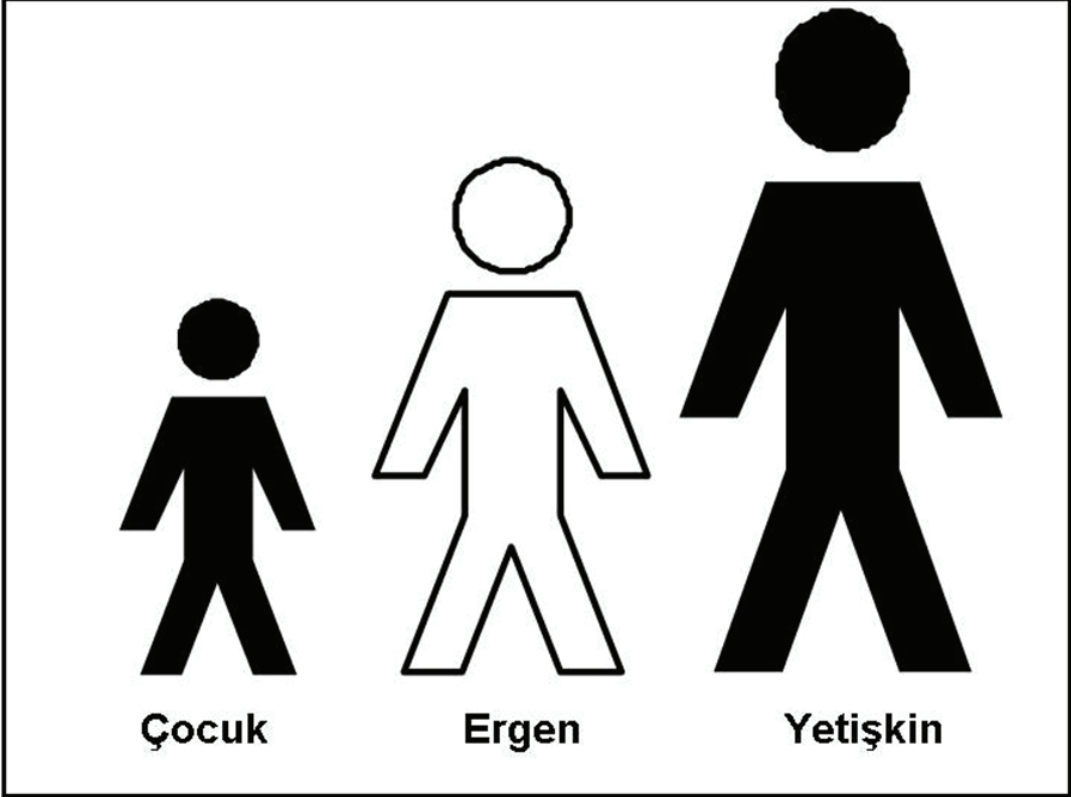
“Çocuğunuzla ortak yapacağınız bir aktivite belirlerken, ikinizin de ilgi duyacağı bir konu seçmeniz gerekmektedir. Bunun için bir araya gelerek sohbet edebilir, karşılıklı yapmak istediğiniz şeyleri sıralayarak hepimize hitap edecek aktiviteleri seçebilirsiniz.

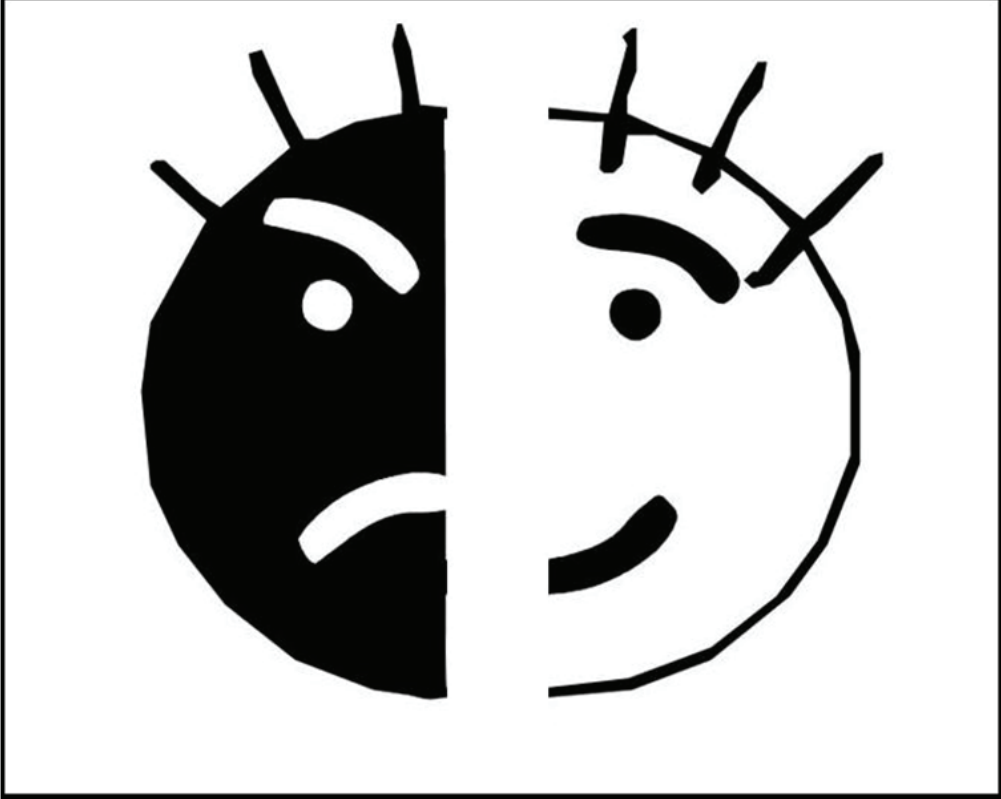
Aklınıza çocuğunuzla birlikte yapabileceğiniz neler geliyor?”

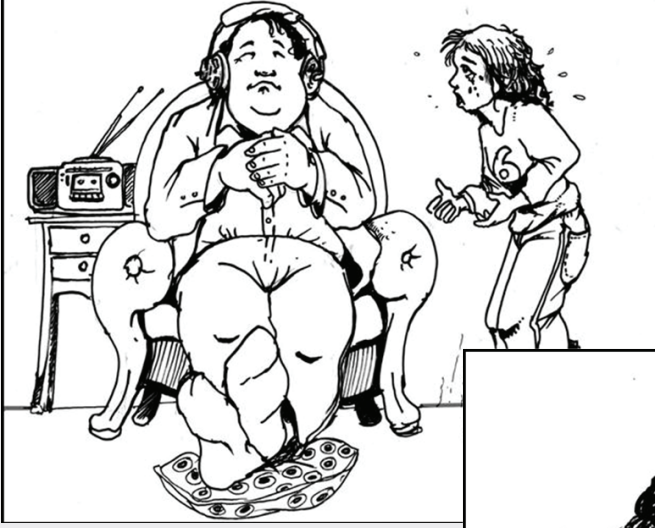
Aileye fikir yürütmeleri için zaman tanıyın. Daha sonra ortak yapılabilecek aktivitelere örnek verin.

“Örneğin, birlikte yürüyüşe çıkabilir, çocuğun okuldaki bir etkinliğine katılabilir, bir film izleyebilir ya da her zaman gitmek istediğiniz bir yere geziye gidebilirsiniz. Nerede olursanız olun, çocukla geçirdiğiniz zamanın yoğun olması ve bu zaman dilimindeki paylaşımlar, ilişkiyi ve iletişimi kuvvetlendirecek, birbirinizin hayatına daha fazla dahil olmanızı sağlayacaktır.”

Aileye ekteki listeyi vererek, listede çocuklarıyla birlikte yapabilecekleri aktiviteleri seçip yuvarlak içine almalarını isteyin (Ek4). Eğer akıllarına başka aktiviteler gelirse, bunları da listenin sonuna ekleyebileceklerini belirtin.







- Yemek yapmak
- Sofrayı kurmak
- Yemek yemek
- Evin temizliğini yapmak
- Evde düzenleme yapmak (dolapları yerleştirmek vb.)
- Evin alışverişini yapmak
- Okuldaki bir aktiviteye beraber katılmak
- Yürüyüş yapmak
- Spor yapmak
- Film izlemek
- Sinemaya gitmek
- Müzik dinlemek
- Konsere gitmek
- Yakın bir yeri gezmeye gitmek
- Başka bir şehri gezmeye gitmek
- Diğer.....

Uygulamaların her biri ayrı oturumda veya iki uygulama tek oturumda yapılabilir. Çocuk ve ailenin durumuna göre oturumlarda uygulanacak olan uygulama sayısı belirlemek daha yararlıdır.

ZAMANI YAPILANDIRMAK

1. Zamanı yapılandırmanın önemi

Aileye bir günlerini nasıl geçirdiklerini sorun. Daha sonra, gün içinde geçirilen zamanı daha etkili kılmak için nasıl planlama yapılabileceği ile ilgili ne düşündüklerini sorun.

Daha sonra zamanı yapılandırmayla ilgili bilgilendirme yapın.

“Zamanı yapılandırmak, yani zamanı nasıl geçireceğimizle ilgili planlama yapmak oldukça önemlidir. Çünkü gün içinde yirmi dört saatimizi ne kadar etkin bir şekilde kullanacağımızı belirler. Elbette hepimizin gün içindeki aktiviteler arasında, dinlenmemiz için boş zamanlara ihtiyacı vardır ancak zaman içinde çok büyük boşlukların olması, zamanı etkin kullanmamızı engelleyecektir.”

2. Çocuğun zamanının yapılandırılmasının gerekliliği

Aileye çocuğun zamanını yapılandırma ve bunun önemi ile ilgili bilgi verin.

“Çocuğun da zamanını etkin bir şekilde değerlendirmesi önemlidir. Çünkü çocuk gün içinde çok boş kaldığında olumsuz, sorun yaratan, riskli davranışlara daha fazla eğilimi olacak, bu tür davranışlar için daha fazla zaman ve enerji bulabilecektir. Bunun için, çocukların zamanını doldurmak, günlerini iyi yapılandırarak onlara sıkılacak zaman vermemek bu davranışları azaltmaya yardımcı olacaktır.”

3. Zamanın yapılandırılması için yöntemler

Aileye, çocuğun zamanını nasıl yapılandıracakları ile ilgili bilgi verin.

“Çocuğun günü nasıl iyi bir şekilde yapılandırılabilir? Bunun için, çocuğun ilgisini çekebilecek ve onu meşgul edebilecek aktiviteler bulmak, boş zamanlarını bu şekilde doldurmak gereklidir. Örneğin çocuğu bir spor aktivitesine yönlendirmek, ilgilendiği bir alanla ilgili kursa göndermek, bir iş ya da meslek eğitimi çocuğun gününü yapılandırmak için faydalı olacaktır. Öte yandan market alışverişi, ev işleri gibi eve yönelik aktiviteler de yer alması için özendirilmelidir.”

Daha sonra aileden, çocuklarının okula devam etme durumu, ilgileri gibi özellikleri üzerinden, çocuğun zamanını yapılandırmak için hangi aktiviteleri seçebilecekleri ile ilgili fikir yürütmelerini isteyin ve buna göre bir plan oluşturun.

Bu planı aşağıda yer alan şekil gibi dosya üstünde birlikte doldurun.

ÖDÜLLENDİRMEK

1. Cezalandırmaya karşı ödüllendirme

Aileye, çocukları olumsuz bir davranış sergilediğinde nasıl davrandıklarını sorun. Bunun ardından da, çocukları olumlu bir davranış sergilediğinde neler yaptıklarını sorun. Ödüllendirme yapıp yapmadıklarını öğrenin.

2. Ödüllendirmenin önemi

Daha sonra cezalar ve ödüller üzerine bilgilendirme yapın.

“Çocukları olumlu davranışa yönlendirmede, zannedilenin aksine cezalardan çok ödüller daha etkilidir. Çünkü çocuklar cezalardan çok ödüllere duyarlıdır. Çocuğa olumlu davranışı nedeniyle yapılan bir övgü bile, çocukta bir şeyi başarmış olma hissi yarattığından, onu motive eder. Bu nedenle çocuğun olumlu davranışlarını olağan kabul etmeli, onu takdir etmeli ve ödüllendirmeliyiz.”

3. Ödüllendirmenin içeriği

Aileye ödüllendirmenin içeriğiyle ilgili bilgi verin.

“Ödüllendirme, sadece övgü, takdir ya da onaylama gibi sözel şekilde olabileceği gibi, çocuğun istediği bir şeyin olumlu davranışının ardından gerçekleştirilmesi şeklinde de olabilir.

Ödüllendirme de aynen eleştiriler gibi, çocuğun davranışına yönelik olmalıdır. Yani, o an ödüllendirmek istediğiniz olumlu davranış neyse, o davranış ortaya çıktığı anda yapılması gerekmektedir. Çocuk olumlu bir davranış sergilediğinde, o an meşgul olsanız da bunu yarıda keserek çocuğu takdir etmeniz, onaylamanız ya da ona övgü içeren bir söz söylemeniz bu nedenle çok önemlidir.”

4. Ödüllendirmenin yöntemi

Aileye ödüllendirmenin nasıl olabileceğini örnekler vererek anlatın.

- ▶ *“Uyumlu davranışı ya da ufak bir başarısı karşısında hissettiklerinizi dile getirerek de çocuğu övebilir, böylece ödüllendirebilirsiniz. “Bugün eve vaktinde gelmen beni çok mutlu etti.” gibi. Günün bitiminde çocuğun sergilediği, çok basit bile olsa, en az bir olumlu davranışı bulabilir ve bunun için onu övebilirsiniz.*
- ▶ *Bazı olumsuzlukları görmezden gelmek ve olumluya odaklanıp geri bildirim vermek olumsuzların sıklığını azaltacaktır.*
- ▶ *Övgüler yapılan davranışın hak ettiğinden fazlaysa, diğer bir deyişle abartıysa, çocuk tarafından çok ciddiye alınmayabilir. Çocuğunuzu överken bebeği değil, bir yetişkini över gibi övün.*

- ▶ Çocuğu takdir ederken, onayladığınız davranışı neden takdir ettiğinizi detaylı bir şekilde dile getirmeniz övgüyü çocuk için daha anlaşılır ve inandırıcı hale getirecektir.
- ▶ Diğer kişilerin yanında çocuğa yönelik olumlu sözler söylemek de ödüllendirmenin bir yoludur.
- ▶ Bazı çocuklar başkalarının yanında övülmekten “hoşnut” olmadıklarını dile getirebilirler. Bu gibi durumlarda, asıl niyetinizin onunla ilgili duyduğunuz gururu dile getirmek olduğunu, ancak o istemiyorsa bir daha başkalarının yanında onu övmeyeceğinizi belirtebilirsiniz.
- ▶ Çocuğun değişim için gösterdiği çabayı fark ettiğinizi göstererek ve bunu dile getirerek de olumlu değişime yönelik davranışı pekiştirebilirsiniz.
- ▶ Ödüllendirme maddi şekilde de olabilir. Çocuğun olumlu bir davranışından sonra ona her zaman istediği bir şeyi almak ya da bir isteğini yerine getirmek de ödüllendirmenin bir yoludur.
- ▶ Kimi zaman istediği bazı şeylere olumlu davranışı karşılığı izin verdiğinizi belirtebilirsiniz.”

5. Tutarlı olmanın önemi

Olumlu davranışları destekleme konusunda tutarlılığın önemini anlatın.

“Olumlu davranışı bir destekler, bir desteklemezsiz bunun hiçbir anlamı yoktur. Çocuk olumlu davranışın desteklediğinin farkına varamaz. Tutarlı olmak için ise temel kurallar şunlardır:

- ▶ Bazen kızıp olumlu davranışı görmezden gelmeyin.
- ▶ Önceden bildirdiğiniz halde kızıp ödül den vazgeçmeyin.”

Çalışmanın sonunda aileye çocuklarına olumlu yaklaşımlarını ve olumluya odaklanmalarını isteyin. Çocukları bir gelişme gösterdiğinde, “olması gereken şey” diye düşünmemelerini ve onu takdir etmelerini söyleyin.

SORUMLULUK VERMEK

1. Sorumluluğun tanımlanması

Aileye çocuklarına verdikleri sorumlulukların neler olduklarını sorup, bunları örneklendirmelerini isteyin. Daha sonra sorumluluk vermenin önemi ile ilgili bilgilendirme yapın.

“Aile içinde çocuğa sorumluluk verilmesi çocuğun kendini kabul görmüş ve değerli hissetmesini sağlar. Bunun yanında, çocuğun kendi davranışlarının sorumluluğunu alması, çocuğun kendine güvenini artırır. Ancak çocuklar kendi kendilerine sorumluluk almazlar. Onlara sorumluluklarını sizin vermeniz gerekir. Bu nedenle çocuğunuzun sorumluluk almasına yardımcı olmanız ve ona uygun sorumluluklar vermeniz önemlidir.”

2. Sorumluluk ve itaat etme arasındaki ayrımın yapılması

Aileye ekteki resmi gösterin ve bu resimde neler olduğunu sorun (Ek1). Çocuğun yüz ifadesini ve annenin yüz ifadesini değerlendirmelerini isteyin.

Daha sonra aileye çocuğa verilen sorumlulukların resimdeki gibi üstüste yağdırılarak ve emir vererek değil, ortak bir kararla verilmesinin önemini vurgulayın.

“Çocuğun kendi sorumluluklarını alması ile ebeveynlerine itaat etmesi arasında fark vardır. İtaatte çocuğa yapması gereken iş, görev söylenir ve çocuktan buna uyması beklenir. Çocuğun bu işi yapmak isteyip istememesi, bu konudaki görüşü önemli değildir. Karar ve tatmin kaynağı çocuğun dışındadır. Sorumluluk almada ise çocuk yapacağı işler konusunda ailesi ile ortak bir görüşe sahiptir, çünkü bunlara birlikte karar verirler. Bu yüzden işi yapmak için kendisi de istek duymaktadır. Karar ve tatmin kaynağı çocuğun içindedir. Bu nedenle çocuğa sorumluluk vermek emir vermek şeklinde olmamalı, aile bireylerinin bir araya gelerek ortak kararlar iş bölümü yapması şeklinde olmalıdır. Aksi takdirde çocuk sadece kendisinden isteneni yapmış olacak, bu onda herhangi bir tatmin ya da doyum oluşturmadığından, bu durumun motive edici bir etkisi olmayacaktır.”

3. Çocuğa uygun sorumluluğun belirlenmesi

Aileye çocuğa uygun sorumlulukları nasıl belirleyecekleriyle ilgili bilgi verin.

“Çocuğunuza sorumluluk verirken, çocuğunuzun yaşını, gelişimini ve kabiliyetlerini göz önünde bulundurmalısınız. Bunları göz önüne almadan vereceğiniz sorumluluklar çocuğunuza ağır geleceğinden, çocuk sorumluluğu yerine getiremeyebilir ve bu durum özgüvenini zedeleyebilir. Bu yüzden çocuğun gelişimsel özellikleri göz önünde bulundurulmalı, yaşı ilerledikçe aldığı sorumluluklar arttırılmalıdır.”

4. Herkesin görüşünü almanın önemi

Sorumluluklarını belirlerken çocuğu da karar verme sürecine dahil etmelerinin önemini tekrar vurgulayın. Çocuğun yapmayı hiç istemediği bir iş, görev varsa bunun için ısrar etmelerinin yersiz olacağını, bunun yerine o işe alternatif başka bir şey belirleme yoluna gitmeleri gerektiğini anlatın. Çocuğun kendi bulduğu bir seçeneği seçmesine izin vermelerini söyleyin. Böyle bir durumda çocuğa, “Bunun yerine ne yapacağını sen seç.” şeklinde kendi isteğini belirtme fırsatı yaratabileceklerini belirtin.

5. Sorumlulukların açık ve kesin bir şekilde belirlenmesi

Aileye, çocuklarına verdikleri sorumlulukları net ve açık bir şekilde belirlemelerinin önemini anlatın.

“Çocuğa verilen sorumluluk net bir şekilde tanımlanmalıdır. Verilen sorumluluğun ne olduğu, günün hangi saatlerinde yapması gerektiği belirli olmalıdır. Verilen sorumluluğun net bir şekilde anlaşılması, sorumluluğu aksattığı hallerde uygulanacak yaptırımların önceden belirgin şekilde ortaya konması için yazılı bir sözleşme yapılabilir.”

Sorumlulukların net bir şekilde belirlenmesine yardımcı olmak amacıyla aileye, aşağıdaki sözleşme örneğini gösterin ve evde de bunun gibi bir sözleşme örneği yazabileceklerini belirtin . Aileden, çocuklarına verebilecekleri bir sorumluluk örneği isteyin ve buna uygun olarak birlikte sözleşme örneğini oluşturun.

SÖZLEŞME		
Hep birlikte yapılan görüşmelerin sonucunda’in günleri saatleri arasında yapması konusunda ortak karar alınmıştır.		
Bu sözleşmeyi imzalayan taraflar, bu kurallara uyulacağına söz verir.		
Tarih: / /		
İsim / İmza (baba)	İsim / İmza (anne)	İsim / İmza (çocuk)

6. Sorumlulukları çocuk yerine üstlenmemenin önemi

Bir çok aile çocuğun yapması gerekenleri kendi üstüne alır. Aileyi bunu yapmamak konusunda bilgilendirin.

- “Aile olarak onun sorumluluklarını onun yerine yüklenmeyin.
- Ona bir yetişkin gibi davranarak davranışlarının sorumluluğunu almasına ve sonuçlarını görmesine izin verin.
- Görev verin ve aldığı görevleri yerine getirmesi için destekleyin.
- Onun yerine onun yapması gereken işleri yapmayın.
- Ancak ihtiyacı olduğunda ona destek olacağınızı bilmesini sağlayın.”

7. Onu kurtarmamak

Aileye çocuğun başının yapmadığı bir iş, uymadığı bir kural yüzünden derde girdiği durumlarda onu kurtarmak için uğraşmamaları gerektiğini anlatın.

“Eğer çocuğunuz okuldan kaçtığı için devamsızlık yaptıysa ve bu durum sınıfta kalmasına sebep olarsa bu durumu düzeltmek için rapor almaya çalışmayın. Çocuğun davranışlarının sorumluluğunu alması için eğer gerekiyorsa ceza çekmesi gerekir. Aksi takdirde çocuk her durumdan onu bir şekilde kurtaracağınızı düşünerek sorumluluklarını yerine getirmeyecektir.”

8. Sabırlı olmanın önemi

Sorumluluk alma sürecinin uzun süreceğini aileye anlatın. Çocuklarından birdenbire değişerek sorumluluklarını almasını beklememeleri gerektiğini, değişimin yavaş olacağını, bu yüzden sabırlı davranmaları gerektiğini anlatın.

ÇOCUĞU TAKİP ETMEK

1. Ailenin çocuğun ne yaptığını bilmesi önemlidir

Aileye, çocuklarının günlük yaşantıları, nerede ve kimlerle vakit geçirdiği gibi konularda ne kadar bilgi sahibi olduklarını sorun.

Daha sonra, ailenin çocuğunun ne yaptığını bilmeleri konusunun öneminden bahsedin.

“Çocuklar ergenlik döneminde, kendilerine zarar gelmeyeceğini düşündüklerinden risk almaya eğilimli olurlar. Bu nedenle, arkadaş çevresine uyum sağlamak için ya da gördüğü bir davranıştan etkilenerek riskli davranışlar sergileyebilirler. Bunun yanında, medyada izledikleri, çevresinde gördükleri de onun için model teşkil edebilir. Bu noktada, çocuğunuzun ne yaptığını bilmeniz onu tehlikeden koruyabilmenize yardımcı olur. Çocuğun ne yaptığını bilmeniz demek; kimlerle görüştüğü, neler izlediği, nerelere gittiği ve nasıl zaman geçirdiğinden haberdar olmak anlamına gelir.”

2. Ailenin çocuklarını takip ederken dikkat etmesi gereken noktalar

Aileye çocuklarını takip ederken nelere dikkat etmeleri gerektiği konusunda bilgi verin.

“Çocuğunuzun ne yaptığını bilmeniz, onu izliyor olmanız önemlidir. Ancak bunu yaparken, çocuğa ona güvenmediğiniz hissini vermemeye dikkat etmelisiniz. Onu rencide etmeden ya da arkadaşlarının yanında küçük düşürmeden bunu yapmalısınız. Örneğin, çocuğunuzun kimlerle arkadaşlık ettiğini bilmeniz bir yolu, arkadaşlarını tanımaktır, arkadaşlarını davet ederek onları tanımak, gözlemek ve arkadaşlarının aileleriyle de iletişim kurmak bunun yollarından biridir.”

Daha sonra aileye, bu anlattıklarınızın hangilerini uygulayabileceklerini sorun. Ailenin, çocuklarının ne yaptığını bilmeleri ile ilgili izleyebilecekleri yolları yukarıdaki bilgilerden yararlanarak birlikte oluşturun.

KURAL KOYMAK

1. Kural koymanın tanımı

Aileye kural koyma ve disiplin dendiğinde ne anladıklarını sorun. Daha sonra disiplin ve kural koyma ile ilgili bilgilendirme yapın.

“Disiplin, sınır koymak ve yanlış davranışı düzeltmek anlamına gelmektedir. Çocuğun kendi kendisini kontrol etmesi için bir araçtır. Çocuk böylece, etrafında yetişkinler olmasa da, neyi, ne zaman yapacağını öğrenir.

Ergenlik dönemi, çocuğun sınırlarını belirlemede zorlandığı bir dönemdir. Bu dönemde çocuklar özgürlüklerine düşkün olurlar. Bu ince bir sınırdır. Çocuğu tamamen kurlsız ve sınırsız bırakmak yerine, çocuğun içinde rahat hareket edebileceği ancak sınırları belli bir çevre oluşturmak önemlidir. Kural koyma tam da bu aşamada gereklidir.”

2. Kural koyarken neyi amaçlıyoruz?

Aileye çocuk üzerinde otorite sağlamakla ona sorumluluklarını öğretmek konusunda fark olduğunu belirtin.

“Sınır ve kural koymanın amacı gücünüzü ispat etmek, onu susturmak, itaat etmesini sağlamak değildir. Amaç çocuğun sorumluluk sahibi, kendinden emin, kendisi için düşünebilen biri olmasına yardım etmektir. Uygulanan disiplin yöntemi, çocuğun kendine olan güvenini güçlü bir şekilde etkilemektedir.”

3. Çocuğun yaşına ve gelişimsel özelliklerine uygun kural koymak

Aileye çocuklarına kural koyarken, yaşına ve kapasitesine uygun kurallar konmasının önemi belirtin.

“Kuralların da aynen sorumluluklar gibi çocuğun yaşına ve gelişimsel özelliklerine uygun olması gerekmektedir. Çocuğun yaşı ve gelişimsel özellikleri değiştikçe bazı kurallar ve sınırlar üzerinde de değişiklikler yapılmalıdır. Örneğin, 5 yaşındaki bir çocuğun haber vermeden evden çıkması nasıl uygun değilse, 16 yaşındaki bir çocuğun arkadaşlarıyla dışarıda zaman geçirmesine izin vermemek de uygun değildir.”

4. Kural koyarken ortak karar almak

Aileye, sınırları çizerken bunu çocukları ile birlikte tartışarak, her iki taraf için de tatmin edici bir orta nokta bularak yapmaları gerektiğini vurgulayın. Kural koyarken bunu çocukları ile birlikte yapmaları gerektiğini, onun istek ve düşüncesini dinlemelerinin önemli olduğunu anlatın. Bir kural konulduğunda çocuğa bu kuralın neden konulduğunu anlatmaları gerektiğini vurgulayın.

5. Açık ve kesin kurallar koymak

Aileye, çocuğa konacak kural ve sınırların açık ve net bir şekilde belirlenmesi gerektiğini belirtin.

“Kural koyarken, kuralın çocuk için anlaşılır ve açık olması çok önemlidir. Örneğin ‘saygısızca davranmak yasak’ diye bir kural koyarsanız; saygısız davranmanın hangi davranışları kapsadığı konusunun çocuk için anlaşılabilir olması gerekir. Çocuk kendinden ne beklediğini bilmeli, böyle bir kuralın neden konduğu, bu kurala uymazsa hangi yaptırımlarla karşılaşacağı konusunda net bir şekilde bilgilendirilmelidir.”

Çocuğa kural koyarken ne yapmaması gerektiğinin yanında ne yapması beklediğini de söylemenin gerekli olduğunu dile getirin.

“Kural koyarken çocuğa sadece ne yapmaması gerektiği değil, ne yapması gerektiği de söylenmelidir. Örneğin, “Caddede top oynamanı istemiyorum.” yerine, “Caddede oynadığınızda arabaların size zarar vermesinden endişe ediyorum ve bu yüzden caddede oynamak yerine oyun parkında oynamanızı istiyorum.” demek gibi.”

Kural koyarken, çocuğun ödül ve ceza alacak davranışlarının ne olduğunu bilmesi gerekmektedir. Böylece çocuk, bir davranışta bulunmadan önce bunun sonucunu bilebilir ve ona göre davranabilir.

6. Sözleşme imzalamak

Çocuğun uyması gereken kurallar ve bu kurallara uymadığında karşılaşıcağı yaptırımlarla ilgili olarak, aile bireyleri arasında bir sözleşme oluşturup imzalamanın da uygun bir yöntem olduğundan söz edin. Aşağıdaki örnek üzerinden, aileyle birlikte sözleşme oluşturun.

SÖZLEŞME		
Birlikte yaptığımız görüşmeler sonunda'in hafta içi hergün saat 16:00-16:30 arası kardeşi ile ilgileneceğine karar verilmiştir. Her iki taraf bu kararlara uyacağına dair söz verir.		
Tarih: / /		
İsim / İmza (baba)	İsim / İmza (anne)	İsim / İmza (çocuk)

7. Tutarlı olmanın önemi

Ailelere kuralları uygularken tutarlı davranmaları gerektiğini anlatın. Kurallar delindiğinde uygulanan yaptırımın önceden kesin olarak belirlenmesi ve tutarlı olarak uygulanması gerektiğini; uygulanacak yaptırımların durumdan duruma, zamandan zamana ve ebeveynlerin kendi arasında değişmemesi gerektiğini vurgulayın.

- ▶ “Kurallar konusunda ebeveynlerin her ikisinin de tutarlı olması önemlidir.
- ▶ Çocuğa “hayır” dediğinizi günü kurtarmak için “evet” e çevirmeyin.
- ▶ Çocuğunuzun aynı davranışına farklı tepkiler vermeyin.”

8. Ödüller ve cezalar

Aileye çocuğun hangi davranışının nasıl bir ödül ya da ceza alacağını önceden bilmesinin önemini tekrar hatırlattıktan sonra, bu ödül ve cezaların çocuğunun kişiliğine yönelik değil, davranışına yönelik olması gerektiğini belirtin. Cezaların ailenin öfke ya da hayal kırıklığı seviyesine göre belirlenmemesi gerektiğini, bu yüzden de uygulanacak cezanın önceden, çocuğun davranışı göz önünde bulundurularak belirlenmesi gerektiğini vurgulayın.

“Çocuğunuzla beraber kuralları koymanız ve kurallara uyulması ve uyulmaması halinde gelecek ödüller ve yaptırımlar ile ilgili de birlik olmanız. Çocuk, kurala uyması ve uyulmaması halinde karşılaşıcağı ödül ve yaptırımları bilmeli, cezalar da ödüller de o anki ruh haline göre belirlenmemelidir. Bunun yanında, kurallara uyulmaması halinde çocuğunuzun bunu yapmama ya da yapmama nedenini de öğrenmelisiniz.”

Aileye, çocuğa uygulanacak yaptırımların uygun olarak belirlenmesinin ve bu konuda aşırıya kaçılmamasının öneminden söz edin.

- “Kurallara uyulmaması halinde istemediğiniz ya da uygun olmayan yaptırımları kullanmamalısınız. (Örneğin; bunu yapmazsan evden gidersin vb.)
- Yaptırımları aşırıya kaçırılmamalıdır. (Örneğin; geç geldiğin için 1 ay evden dışarı çıkmayacaksın vb.)”

9. Alternatif yollar denemek

Aileye, ceza uygulamadan önce alternatif yollar denemelerinin daha etkili olacağını vurgulayın. Çoğu aile, çocuklarının davranışları hakkında neyi sevmediklerini, neye kızdıklarını ifade eder. Aileye bu gibi cümlelerini yeniden kurmayı öğretin. Örneğin, “Bana bağırmanı istemiyorum.” demek yerine “Bana bağırdığında ben de sinirleniyorum. Bu da sorunu çözümsüz bırakıyor, bu yüzden benimle sakın konuşmanı istiyorum.” demek gibi.

10. Önlem almak

Aileye gelecekte ne gibi sorunlar yaşayabileceklerini sorun ve bunları çözmek için neler yapabileceklerini dile getirmelerini isteyin. Daha sonra önlem alma ile ilgili bilgilendirme yapın.

“Gelecekte ortaya çıkabilecek olumsuz davranışları önceden kestirmek ve önlem almak önemlidir. Çocuğunuz olumsuz davranışta bulunmadan ne yapacağınızı belirlemeniz ilerde yaşanacak çatışmayı daha iyi ele almanızı sağlayacaktır.”

11 .Çocuğu övmek

Aileye çocukları olumlu bir davranışta bulunduğunda ne yaptıklarını sorun. Yanıtları tahyaya yazın. Olumlu davranışın övülmesinin, takdir edilmesinin bu davranışın sıklığını arttıracak olduğunu vurgulayın.

“Çocuğun olumsuz yönlerine ilgi göstermek, bunlar hakkında konuşmak yeterli değildir. önemli olan çocuk olumlu bir davranışta bulunduğunda bunu takdir ettiğinizi göstermektir. Bu yüzden çocuk olumlu bir davranış gösterir göstermez bunu fark ettiğinizi ve onu takdir ettiğinizi göstermeniz gerekir. Örneğin, “Bugün eve kararlaştırdığımız gibi 8’de gelmen çok hoşuma gitti.” gibi.”

12. Jeton biriktirme yöntemi

Aileye jeton biriktirme yöntemini anlatın ve bu tekniğin olumlu davranışı pekiştirmek için kullanabilecekleri bir teknik olduğunu söyleyin.

Bu tekniğe göre çocuk ev içi kurallara, kendisine düşen gündelik işlere, kendisine verilen talimatlara ve kurallara uygun hareket ettiği zaman bir jeton ya da puan kazanır. Belli sayıda jeton (puan) topladığında çocuk, ailenin önceden birlikte belirledikleri bir ödülü kazanmış olur.

13. Tutanak tutma yöntemi

Aileye tutanak tutma yöntemini anlatın. Bu yöntemde, çocuk kurallara uymadığında ailenin bir tutanak tutması ama çocukla tartışmaması gerekmektedir. Örnek olay üzerinden anlattıklarınızı pekiştirin.

Örnek: Çocuk eve geç geldi

Tutanak örneği:“Şu an saat 23:45. Eve geç kaldın. Bunu yarın konuşalım.”

14. Mola vermek

Aileye, mola verme yöntemini tanıtır ve bunun çatışmayı önleyici bir yöntem olduğunu belirtir.

“Mola verme tekniğinde çocuk bulunduğu ortamdan uzaklaştırılır ve belli bir süre orada kalması sağlanır. Burada dikkat edilmesi gereken en önemli nokta çocuğun kendine oyalanabileceği ve eğlenebileceği bir ortama gönderilmemesi ve mola süresinin yaşı dikkate alınarak belirlenmesidir.”

15. Kural koymak ile ilgili dikkat edilmesi gereken konular

“Çocuğa kurallar koymak ve sınır çizmek önemlidir. Ancak bu sınırlar içinde çocuk ne yaparsa yapsın aile için değerli olduğunu ve kabul göreceğini bilmelidir.

- ▶ *Kural koyarken aşırı korumacı olmamaya, çocuğa çizilen sınırın çocuğu sıkıştırmasına dikkat edilmelidir.*
- ▶ *Kural koyarken amaç çocuğu sindirmek ya da çocuğun her koşula itaat etmesini sağlamak değil, çocuğun sınırlarını ve sorumluklarını bilen bir birey olmasına yardımcı olmaktır.”*

Aileye değişim için sabırlı olmaları gerektiğini ve bu yöntemleri kullanmalarının önemli olduğunu belirtir.

ÇATIŞMA ÇÖZME

1. Çatışmanın tanımı

Aileye, evde çocuklarıyla aralarında çatışma (anlaşmazlık) yaşanıp yaşanmadığını, yaşanıyorsa bu çatışmaların ne zamanlar ve hangi nedenlerle yaşandığını sorun.

Daha sonra ekteki resmi gösterin ve bu resimde ne gördüklerini sorun (Ek2). İnsanların bir kısmı bu resimde vazoyu, bir kısmı ise birbirine dönük iki insan yüzü görmektedir. Yanıtları ne olursa olsun aileye, bu resme bakan kişilerin farklı şeyler görebildiğini ve bu resmin ne olduğuyla ilgili farklı fikirlere sahip olabildiğini belirtir.

Bunun ardından, çatışmanın ne olduğuyla ilgili bilgilendirme yapın.

“Çatışma genel anlamda, iki kişinin belli bir konu üzerinde aynı fikirde olmamaları ve anlaşma sağlayamamaları anlamına gelir. Aslında çatışma, normal bir durumdur. Çünkü herkesin her zaman aynı fikirde olması mümkün değildir. Önemli olan çatışmayla karşılaşıldığında neler yapılabileceğini bilmektir.”

2. Çatışma çözerken neyi amaçlıyoruz?

Aileye, yaşanan bir çatışmayı çözerken neyi amaçladıklarını, aşağıdaki amaçları sayarak sorun.

- ▶ Çocuğu susturmak mı?
- ▶ Kendini haklı çıkarmak mı?
- ▶ Gücünü ispat etmek mi?
- ▶ Çocuğu zararlardan korumak mı?

Daha sonra aileye, esas amacın çocuğu susturmak, gücünü ispat etmek ya da kendini haklı çıkarmak olmadığını, amaçlananın, çocuğu zarar göreceği durumlardan korumak olduğunu vurgulayın.

“Çatışma karşısında aklınızda bulundurmanız gereken, bunun bir güç gösterme mücadelesi olmadığıdır. Bu nedenle, öfkeyle hareket etmek ya da çocuk üzerinde haki-miyet sağlamayı hedef almak çatışmayı daha da çözülmesi zor bir hale getirecektir. Çatışma çözüldüğünde bir kazanan ve kaybeden olmaz, ortak bir bulmacayı beraber çözen takım arkadaşları olur. Bunu yapmak için de çocuğu çözüme dahil etmek gerekir. Örneğin, “Ben bu sorunu şöyle görüyorum, sen ne düşünüyorsun? Birlikte bu sorunu çözmek için ne yapabiliriz?” şeklinde bir yaklaşım uygun olacaktır.

Burada hedef, ortaya çıkacak çözümün hem çocuğun isteklerine hem de kendi istekle-rimize yakın, ortak bir noktada olabilesidir.”

3. Çatışmayla karşılaştığımızda neler yapıyoruz?

Aileye, bir çatışmayla karşılaştıklarında neler yaptıklarını, nasıl tepkiler verdiklerini sorun. Örnek tepkileri sayarak, ailenin hangi tepkileri verdiğini anlatmalarını isteyin.

- ▶ Kaçıyor musunuz?
- ▶ Çatışmayı büyütüyor musunuz?
- ▶ Uzlaşmaya çalışıyor musunuz?

Aileye, çatışma sırasındaki davranışları, hissettikleri duyguları bilmelerinin önemini belir-tin.

Örneğin, kendilerini hangi davranışların ya da sözcüklerin sinirlendirdiğini bilirlerse, ça-tışma durumunda ve çatışma çözerken duygularını daha kolay kontrol edebileceklerini, böylece fevri bir davranışta bulunmayacaklarını vurgulayın.

“Eğer çatışma esnasında neler hissettiğimizi ve nasıl davrandığımızı bilirsek; yani kendimizi tanırsak bir şeyleri değiştirebiliriz. Kendimizi tanımazsak kendimize hakim olmamız zorlaşır.”

4. Çatışmayı ertelemek

Aileye aşağıdaki soruları sorun ve yanıtlarını alın.

- ▶ Çocuğunuz eve sizin söylediğiniz saatten daha geç bir saatte geldi. Nasıl davranırsınız?
- ▶ Peki o sizin nasıl davranmanızı bekler?

Soruların cevabını aldıktan sonra aileye, çocuğın onlardan beklediğinin ona kızmaları olduğunu belirtin. Bu durumda yapılabilecek bir şeyin, çatışmayı ertelemek olabileceğinden söz edin. Örneğin, çatışmalı durumu konuşmayı ertesi sabaha bırakmanın bunun bir yöntemi olduğunu söyleyin.

“Böyle bir durumda onunla bu konuyu yarın konuşacağınızı söyleyin. Bu, size zaman kazandıracaktır. Siz de bu sırada sakinleşebilir ve ertesi gün daha rahat bir şekilde çatışma üzerine konuşabilirsiniz.”

Bu açıklamadan sonra aileye ergenlik döneminde çocukların bazen bilinçli olarak çatışma ortaya çıkarabileceğini, bu yöntemi uygulayarak çocuğın tuzağına düşmeyebileceklerini belirtin.

5. Mola vermek

Aileye, çocukları olumsuz bir davranış sergilediğinde öfkelenmelerinin normal olduğunu, ancak öfkeyle hareket ettikleri zaman yapacakları müdahalelerin etkisiz olacağını, bu nedenle kendilerine sakinleşmek için zaman tanımaları gerektiğini söyleyin. İki tarafın bir süre birbirinden uzaklaşmasını içeren “mola verme” tekniğini tanıttın.

Aileye çatışma çözümünde çocuklarının istek ve ihtiyaçlarını anlamamanın ve kendilerini ifade ederken de “ben dili” kullanmalarının önemini anlattıktan sonra, öfkeyle hareket edilen durumlarda ben dili kullanmanın da daha zorlaştığını, dolayısıyla çatışmanın çözümünden uzaklaştığını anlatın. Bu nedenle sakinleşmeyi beklemenin önemini vurgulayın.

“Öfkeliyken kendimizi doğru ifade edebilmemiz ve karşımızdakinin duygu ve düşüncelerini anlamaya çalışmamız zorlaşır. Eğer çatışma sırasında bunları yapmanıza engel olacak kadar öfkelendiğinizizi hissediyorsanız, mola verebilir, ortamdan uzaklaşabilir ve sakinleşmeyi bekleyebilirsiniz.”

Aileye öfkelenmenin çatışma çözümü konusunda yararsız olduğunu vurgulayın. Eğer öfkelenirlerse çocuğın tuzağına da düşebileceklerini hatırlatın. Bu nedenle çok öfkelenmelerinde de mola vermelerini ya da öfkelenmelerini belli etmemelerini, maske takmalarını söyleyin.

6. Birbirini anlamak

Aileye, çatışmayı çözmek için, çatışmaya çocuklarının gözünden bakmalarının önemini anlatın. Bunu yapmak için kendilerine aşağıdaki soruları sormaları gerektiğini belirtin:

- Ne istiyor?
- Neden istiyor?
- Ne hissediyor?
- Neden böyle hissediyor?

Daha sonra somut bir örnek üzerinden, bu soruların cevaplarını bulmalarını sağlayın.

“Örneğin, arkadaşlarıyla geç saatlere kadar dışarıda kalmak ve eve geç gelmek istiyor...”

Daha sonra aileye, çocuğun duygularını anlamamanın önemini belirtin.

“Çatışma çözümünde herkesin kendi isteklerini ve duygularını ifade edebilmesi önem taşır. Kabul etmeseniz de çocuğun ne istediğini ve ne hissettiğini anlamaya çalışmanız, çocuğun istediğini elde edemese de duygularının anlaşıldığını hissetmesini sağlayacaktır. Bu nedenle çatışma çözerken “Bunun seni üzdüğünü görüyorum.”, “Oldukça kızgın görünüyorsun.” gibi cümleler kullanarak onun duygularını anladığınızı ve buna saygı gösterdiğinizi anlatabilirsiniz.”

Aileye, aynı şeyi çocuklarından da kendileri için yapmasını istemelerini söyleyin.

“Aynı şekilde çocuğa da sizin yerinizde olsaydı ne yapacağını sorabilirsiniz. Örneğin, “Sen benim yerimde olsaydın bu konu hakkında ne hissederdin? Ne yapardın?” gibi sorular, çocuğu da bu şekilde düşünmeye yönlendirecektir.”

7. Suçlamadan çatışmayı öğrenmek

Aileden, örnek bir çatışmalı durum üzerinden böyle bir durumda çocukla nasıl konuşabilecekleri konusunda fikir yürütmelerini isteyin. Örnek olayı ailenin dile getirdiği sorunlar arasından seçebilir ya da aşağıdaki örneği kullanabilirsiniz.

“Örneğin, çocuk akşam eve geç gelmek istiyor...”

Tartışmanın sonunda aileye çocuğun kişiliğini hedef alan suçlamalardan ve yargılardan (Çok inatçısın) ya da sorunu genelleştiren ifadelerden (Hiçbir zaman senden istediklerimi yapmıyorsun) kaçınmaları gerektiğini vurgulayın. Bu gibi ifadelerin çatışmanın çözümü için yararsız olduğunu ve çocukları ile aralarındaki gerilimi arttıracaklarını açıklayın. Bunun yerine, çocuğun ebeveynlerinin bakış açısını anlaması için “ben” cümleleri kurarak durumu nasıl gördüklerini anlatmaya çalışmalarının daha etkin olacağını dile getirin.

“Çatışma esnasında siz de kendi isteklerinizi ve duygularınızı dile getirebilirsiniz. Ancak bunu yaparken, suçlayıcı ve küçümseyici olmadan, mümkünse “ben” ile başlayan cümleler kurarak bunu iletmeniz iyi olacaktır. Örneğin, “Sen çok düşüncesiz bir çocuksun.” demek yerine, “Bu isteğini anlıyorum, ancak bunu yaptığın zaman ben çok endişeleniyorum.” şeklinde bir ifade daha uygun olacaktır.”

8. Alternatif üretmek

Aileye, çatışmaya neden olan sorunun tanımını yaptıktan sonra, aile bireylerinin tümünün beyin fırtınası şeklinde akıllarına gelen çözüm önerilerini ifade ederek alternatif çözümler üretmeleri gerektiğinden söz edin.

Bu alternatifleri içinde her iki tarafın da kabul ettiği, her iki tarafın da ihtiyaçlarını karşılayabilecek çözümler seçilerek uygulamaya konmalıdır.

Bulunan alternatif çözümü içeren bir sözleşme yapmanın ve imzalamanın da faydalı olacağından söz edin. Aşağıdaki örnek gibi bir sözleşme yapabileceklerini belirtin.

SÖZLEŞME		
Birlikte yaptığımız görüşmeler sonunda'in akşamları saat en geç 8:00'de evde olmasına ve haftada iki gece saat 12:00'ye kadar sokakta kalabileceğine karar verilmiştir. Her iki taraf bu kararlara uyacağına dair söz verir.		
Tarih: / /		
İsim / İmza (baba)	İsim / İmza (anne)	İsim / İmza (çocuk)

Seçilen çözüm uygulanmaya başladıktan belli bir süre sonra bu yöntemin etkinliğini değerlendirmelerini, eğer gerekiyorsa değişiklikler yapmalarını ya da farklı bir çözüm yolu denemelerini söyleyin.

9. Geçmişten ders çıkartmak

Aileden daha önce benzer bir çatışma yaşadıklarında ne gibi yöntemler kullandıklarını, bunlardan hangilerinin işe yaradığını, hangilerinin işe yaramadığını düşünmelerini isteyin. Geçmişten ders çıkarmanın önemli olduğunu, çünkü daha önce işe yarayan yöntemleri tekrar kullanabileceklerini belirtin.

Çatışma çözme becerilerini kullanmalarının otoritelerini bir kenara bıraktıkları anlamına gelmediğini, çocukların sınırlarını bilmeye her zaman ihtiyaç duyduklarını açıkladıktan sonra “Bu konuda pazarlık etmeyeceğiz.” deme haklarının her zaman olduğunu, çocukları için çizdikleri sınırlar içinde bunu yapabileceklerini vurgulayın.

10. Çocuğa örnek olmak

Aileye, çatışma çözerkenki davranışlarının çocuklarına da örnek oluşturduğunu belirtin ve öfkeyle hareket etmemenin bu konudaki önemini dile getirin.

“Öfkeyle hareket etmemeniz, çatışma çözme konusunda çocuğunuza model de teşkil ettiğiniz göz önüne alındığında oldukça önemlidir. Eğer siz ona bağırırsanız, o da size bağıracaktır.”

Çatışma sırasında çocuklara yanlış örnek olabilecek davranışların neler olduğu konusunda fikir yürütmelerini isteyin. Siz de aşağıdaki örneklerden yararlanarak bu listeye katkıda bulunabilirsiniz.

- İyi dinlememek...
- Hemen öfkelenmek...
- Vurup kırmak...
- İnat etmek...
- Suçlamak...

Daha sonra aileye herşeyin hemen değişmeyeceğini, sabırlı olmaları gerektiğini hatırlatın.

ÖZEL DURUMLAR

Evden kaçma

Çocuğun evden kaçması çoğu zaman evde ters giden bir şeylerin olduğunun belirtisidir. Çok katı, cezalandırıcı ya da bağımlığa sahip olan bir ebeveyn, evdeki fiziksel, sözel ya da cinsel bir istismarın varlığı, çocuğun bu davranışı gerçekleştirmesinin altında yatan bir neden olabilir.

Böyle bir nedenle gelen aileye çocuğun neden evden kaçmak isteyebileceği, evde buna neden olabilecek nelerin yaşandığı ve neyin değişmesinin çocuğun evde kalmayı istemesini sağlayacağı sorulmalıdır. Aynı sorular çocuğa da ebeveynlerinden ayrı olduğu bir ortamda özel olarak sorulmalıdır.

Okuldan kaçma ve düşük okul başarısı

Okuldan kaçma ve düşük okul başarısının her ikisi de çocuğun aile otoritesini zayıflatma amacı gütmektedir. Böyle durumlarda aileler çok fazla kaygılanabilirler.

Bunun yanında okul personeli de aileyi suçlayabilir, bunu dile getirmeseler bile aileye bunu hissettirebilirler. Bu da aileyle okul sistemi arasında çatışma yaratır ve çocuğun sorumluluğunu ortadan kaldırır. En başta çocukla ilgili olan bu sorun, artık aile ve okul sistemi arasındaki bir soruna dönüşmüştür.

Burada danışmanın yapması gereken, bu dönüşümü ortadan kaldırarak, esas sorun üzerinde çalışabilmeye devam edebilmek için okul ve aile arasındaki iş birliğini yeniden sağlamaya yönelik çalışmak olmalıdır.

İntihar tehditleri ya da davranışları

Çocuğun intihar girişimi ya da tehdidi aileler için oldukça zor bir durumdur. Girişimin ya da tehdidin ciddiyeti daha önce benzer bir girişimin ya da tehdidin varlığı ve ailenin bir ekip olarak çalışabilmesi, bu durumla baş etmenin anahtar noktalarıdır.

Bu girişimler ya da tehditler manipülasyon amacı içeriyor da olabilir. Böyle de olsa, çocuğun kendini istemeden öldürmesi söz konusu olabilir. Bu nedenle danışmanın bütün intihar tehditlerini ve buna yönelik davranışları ciddiye alması ve bu durumdaki bir aileyle çalışırken yukarıdaki bütün faktörleri göz önünde bulundurması gerekir.

İntihar konusu, görüşmenin gizliliğini bozan bir konudur, böyle durumlarda aileye de bilgi vererek, gerekli kurum ve kişilerden destek istenmesi söz konusudur. Çocuğun hastaneye yatması gerekli olduğunda danışmanın bunu ön görüp, aileye uygun bir dille söylemesi ve bu zor kararı alırken aileye destek sağlaması önemlidir.

Şiddet tehditleri ya da davranışları

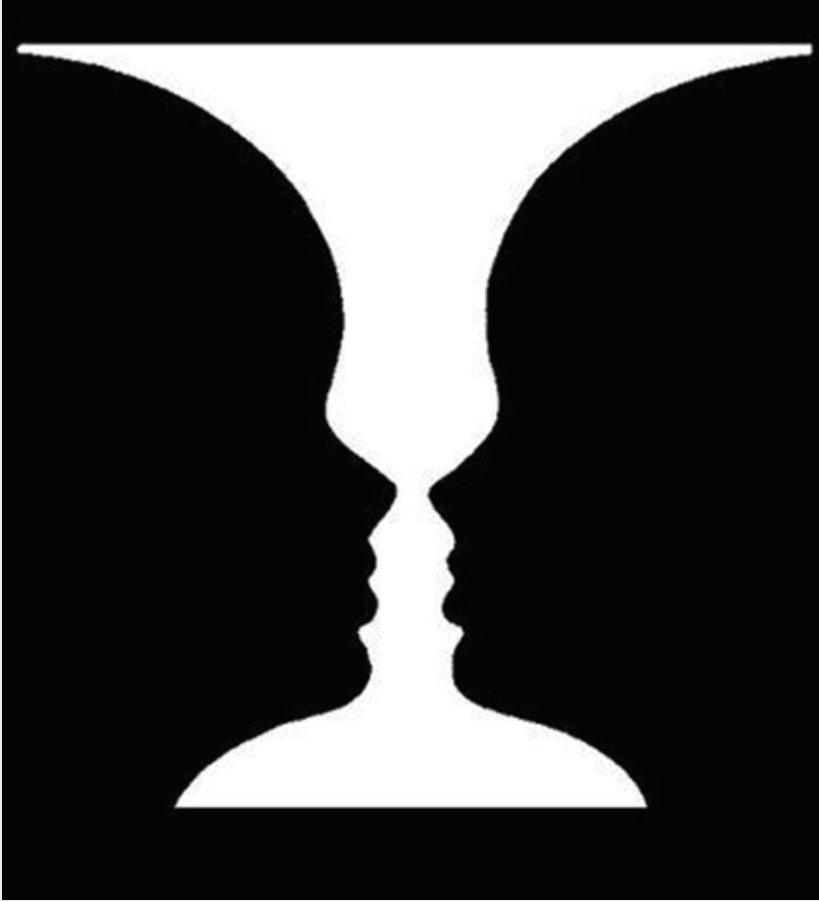
Şiddet tehdidi sırasında aile öfkesini artıracak davranışlardan kaçınmayı, o anda çocuğun üstüne gitmemeyi, sorunu daha sonra ele almayı öğrenmelidir.

Şiddet tehdidi manipülasyon amaçlıysa, aile buna teslim olmamalı, çocuğun her istediği yerine getirilmemelidir.

Eğer şiddet davranışı ortaya çıktıysa, bu konun zaman kaybetmeden ele alınması, çocuğun fiziksel olarak kısıtlanması ve gerekli durumlarda polisin de haberdar edilmesi gerekir.

Bu tür davranışlara karşı tolerans gösterilmesi, davranışın şiddetini artıracaktır.





İSTİSMAR MAĞDURU ÇOCUĞUN AİLESİ

1. Destek sistemlerinin devreye girebilmesi için isteği doğrultusunda çocuğun ailesi ile bağlantıya geçilmelidir. Bu konuda çocuk/ergen rıza göstermiyorsa ailesinden biriyle iletişime geçmesi konusunda hazırlanmalıdır.
2. İstismarı uygulayan birey aileden biri veya bir yabancı olabilir. Ailenin geri kalanının çocuğa sahip çıkması için bu durumun çocuğun kendi suçu olmadığı bilgisi verilmelidir.
3. Çocuğun verdiği olumsuz tepkilerin (evden veya okuldan kaçma, kendine zarar verme, madde kullanımı veya abartılı davranışlar vb) yaşadığı olay sonrası sağlıksız başa çıkma yöntemleri olduğu söylenmelidir. Bu durumun üstesinden gelmesi için hem çocuğun/ergenin hem de ailenin destek alması gerektiğini vurgulayın.
4. Çocuğun aile içinden veya dışından güvendiği yetişkin ile düzenli görüşmesi desteklenmelidir. Bu görüşmelerde yaşadığı deneyime dair yargılayıcı, eleştirel, suçlayıcı ya da küçümseyici konuşmalar yapmamaları konusunda yetişkinleri bilgilendirin.
5. Ailedeki diğer bireylerin olayı inkar etmek yerine tacizi uygulayanın sorumluluğunu görmelerini ve istismara maruz kalan çocuğa destek olmalarını sağlayın.
6. Yaşanan bu durumla başa çıkmalarına yardımcı olmak için olaya duydukları acı, öfke, çaresizlik gibi duygularını ve gerçekçi olmayan olumsuz düşüncelerini (“koruyamadım”; “kötü bir ebeveynim”vb) ifade etmelerine yardımcı olun. Travmatik yaşantıdan herkesin farklı düzeylerde etkileneceğini, yaşadıklarının anormal duruma verilen normal tepkiler olduğunu, devam etmesi durumunda destek almaları gerektiğini söyleyin.
7. Çocuk durumu anlattığında, çocuğun cinsel istismar ile ilgili söylediklerini ciddiye almaları ve çocuğu tekrar tekrar sorguya çekmekten kaçınılmaları gerektiğini açıklayın. Kendisinin desteklendiğine inanması için bu tür sorgulamalardan ve karı-koca arasında gerçekleşebilecek birbirlerini suçlayıcı cümlelerden uzak durmalarının önemini vurgulayın. Olayı anne-babası ile çok detaylı paylaşmayabileceğini, ancak konunun uzmanından destek almasının ve onunla paylaşmasının başlangıçta daha iyi olabileceğini anlatın.
8. Tacize uğrayan çocuk kadar ailesi de travmatize olmuştur. Onların da hayalkırıklığı, öfke, üzüntü, çaresizlik ve suçluluk duyguları içerisinde oldukları unutulmamalıdır. Kafaları karışık ve sağlıklı kararlar almakta zorlanabilirler. Bu dönemde önemli konular hakkında uç kararlar alma eğilimlerine karşın onları bilgilendirmek ve önemli kararları bir süre ertelemeleri istenebilir.
9. Anne-baba olarak kendi duygu ve düşünceleri hakkında konuşmalarına teşvik edin. Olayın onların suçu olmadığı sık sık tekrarlanmalıdır. Olayla ilgili bilgi edindikten sonra bu durumun onları nasıl etkilediğini ifade etmelerine yer verin.
10. Aileyi çocukları ile ilgili yapmaları gerekenler hakkında bilgilendirin. Aile çocuğun karmaşık duygular içerisinde olduğunu, hayal kırıklığına uğramış ve çok kızgın olabileceğini unutmamalıdır. Bu tür duyguların yaşanan bu travmatik olaydan sonra anormal olaya ve-

rilen normal tepkiler olduğunu söyleyin. Aile gündelik yaşamın akmamasına ve çocuğun alıştığı düzenin bozulmadan devam etmesine zen göstermelidir.çocuğun belli bir süre dikkati dağınık olabileceğini, okul başarısının düşebileceğini; bu durumda sabırlı olmaları, yaşadığı zor Şeyleri atlatması için ona zaman vermeleri ancak yapabildiği kadarıyla yaşamına devam edebilmesi in çocuklarını desteklemeleri gerektiği anlatılmalıdır.

11. Çocuğun en çok güvende hissetmesi gereken yerde, ailede ensest durumunun olması çocuğun güvenlik algısını bozar, ensesti ifade etmesini zorlaştırır. Çocuğun böyle bir çemberden çıkabilmesi için güven ilişkisi kuracağı başka ilişkilere ihtiyacı vardır. Ailenin, çocuğu çevreden izole etmek yerine, güvende hissettiği arkadaşlarıyla, yetişkinlerle zaman geçirmesine destek olmasını sağlayın.

12. Aile bireyelerine uygun sınırlar konusunda bilgi verin. Aile içinde sağlıklı ilişkilerin sürdürülmesi ve çocuğun/ergenin olası risklerden korunması için aile içinde olması gereken sınırları ve genel kuralları belirlemelerine yardımcı olun.

TANIM

Genellikle aileler çocuklarının madde kullandığını öğrendikleri an büyük bir şok geçirirler. Geçirdikleri bu şokun altında birçok etken vardır. Çocuklarından büyük beklentileri olan, çocukları için bir gelecek düşleyen anne baba, bir anda ciddi bir hayal kırıklığı yaşamaya başlar. Bütün düşleri, umutları, planları yok olmuştur. Çocuğu kendisine ve anne babasına bunu nasıl yapmaktadır? “Hadi kendini düşünmedin, anne babanı da mı düşünmedin?”.

“Ben bunu hak etmedim” duygusu hemen anne ve babayı kaplar. “Neden benim çocuğum!” Ardından ciddi bir suçluluk duyarlar. Neyi eksik yapmıştır ki, çocuğu bu ‘uyuşturucu batağına’ saplanmıştır. Bu suçluluk duygusu kimi zaman öfkeye dönüşür ve çocuğa yansıyabilir. Bu da ilişkiyi baştan bozacaktır.

Aile ve çevre baskısını da düşünmeye başlarlar. Çevredeki diğer insanlar, akrabalar, arkadaşlar, yakınlar ne düşünecektir? Onlara bu durum nasıl anlatılacaktır? Anne baba kendini de suçlamaya başlar. Bu duygu giderek bir öfkeye dönüşür. Kendine ve çocuğuna duyduğu öfke, gösterilen ilk tepkidir. Ne yapmaları gerekmektedir? Nasıl davranmalıdırlar? Böyle bir sorun ile nasıl başa çıkabileceklerini bilmedikleri için, bir panik durumu yaşayabilirler.

UYGULAMALAR

“ İşbirliği kurun.

Öncelikle aile üyesi dikkatle ve yargılanmadan dinlenmelidir. Aile üyesinin kullanıcı ile yaşadığı sorunları anlatmasına fırsat tanınmalıdır. Korkuları, üzüntüleri ve hayal kırıklıkları dinlenmeli ve onu anladığınızı göstermelisiniz. Ailenin gereksinimleri ve beklentileri önyargı göstermeden öğrenilmelidir.

Ailenin bugüne kadar bu konuyla ilgili yaptıklarını soruşturun. Nasıl bir yöntem uygulamışlar ve nasıl bir sonuç elde etmişler. Çocukları için bundan sonra yapmayı planladıklarını, aldıkları kararları öğrenin.

“ Maddeler ve etkileri hakkında bilgilendirin

Bilgi genelde aile üyesinin istediği en önemli yardımdır. İçinde bulunduğu bu zor durumda aile üyesine sağlanacak her türlü bilgi onun işine yarayacaktır. Öncelikle aile üyesine ya da yakınına söz konusu maddelerin etkileri, yan etkileri ve yüksek dozda alındığı zaman ortaya çıkacak sorunlar hakkında bilgilendirin. Madde kullananların genel davranış biçimleri hakkında bilgi verin.

“ Kabullenmelerini sağlayın

Kimi zaman anne ve babalar durumu kabul etmek istemeyebilir. Bunu bir sorun olarak algılamayabilir. Onun bir bağımlı olduğunu ya da olabileceğini düşünmez, ona konduramazlar. Söz konusu durumu bir anlamda inkar ederler. Bu durumu kabullenmeleri için onlara zaman tanıyın.

“ Çocukla olan ilişkilerini düzenlemeleri için önerilerde bulunun

Tedavinin en önemli parçasının onunla kurdukları ilişki olduğunu anlamalarını sağlayın. Bu nedenle ilişkilerini bozacak bir tavır takınmamalarını ancak aldıkları ya da alacakları kuralları tam olarak uygulamaları gerektiğini anlatın. İlişkinin bozulmaması için aşığıdaki mesajları verin.

- ▶ Çocukla alkol ya da madde etkisinde olmadığı zaman konuşmanız uygundur. Madde etkisi altındayken asla konuşmayın.
- ▶ Sorunun çözülmesinin çok uzun zaman alabilir, bunun için sabırlı olmanız gerekmektedir.
- ▶ Onun isteği olmadan zorla bıraktırmaya çalışmanın hiçbir yararı yoktur. Bırakması için gerekli olan ortamı yaratmanız gerekir.
- ▶ Çocuğunuz ile konuşun, ancak onu yargılamayın, korkutmayın ve suçlamayın. Bu şekilde davranmaz iseniz aranızdaki ilişki daha da bozulacaktır.
- ▶ Onun sizin gibi düşünmek zorunda olmadığını unutmayın. Çocuğunuzun farklı bir birey olduğunun farkına vararak konuşun.
- ▶ Ona her zaman destek olacağınızı hissettirin. Her ne olursa olsun, her zaman onun yanında olacağınızı belirtin.

“ Etkin ebeveynlik becerileri kazandırın

Etkin ebeveynlik bölümü muhakkak bu ailelere uygulanmalıdır. Çünkü bu aileler genelde sorumluluk vermeyen, ödüllendirmeyen, çatışma çözme ve kural koymayı bilmeyen ailelerdir.

Danışman, aileye çeşitli çözüm yolları aramaları ve bulmaları için yardımcı olmalıdır. Ancak bunu yaparken doğrudan önerilerde bulunmak yerine, çözümü ve uygulayacakları yöntemi onların bulmasını sağlamak en yararlı yoldur.

“ Onların da değişmesini sağlayın

Çocuğun değişmesinin yeterli olmayacağını aileye anlatın. Onlar da değişmek ve bu değişimi çocuklarına göstermek zorundadır. Sosyal destek ve yardımlaşma artırılmalıdır. Aile içi iletişim artırılmalı, başka bazı destekler de verilmelidir. Aile bu sorunun gelişmesi için ne kadar katkıda bulunmuştur?

Aile üyelerinin, kendilerini de gözden geçirmeleri gerekir.

- Kendinizi suçlamaktan vazgeçin. Bu duygunuz, öfkeye dönüşebilir ve sorunun çözümüne hiçbir katkıda bulunmaz.
- Konu hakkında iyice bilgilenin. Bilmediğiniz şeyler hakkında fikirler ileri sürmeyin.
- Ön yargılarından arının.
- Her birey farklıdır. Sizin çocuğunuzda diğer madde kullananlardan ve bağımlılardan farklı özelliklere sahiptir. Ancak sakın sorunu küçümsemek veya önemsememek gibi bir tuzağa düşmeyin.”

“ Aile çocuk arasındaki güven ilişkisinin kurulmasına yardımcı olun

Aile çocuğunun madde kullanımını bıraktığına inanmayabilir. Bu iki taraf arasında bir güvensizlik bunalımına yol açabilir ve ilişkiyi derinden etkiler. Bu nedenle belirli aralıklarla çocuğun madde kullanıp kullanmadığı test edilmelidir. Kullanıcıya bunun kendisini de rahatlatacağını, böylece sürekli bir şüphenin gölgesi altında yaşamayacağını belirtin. Test işlemini belirsiz zamanlarda ama bir düzen içinde yapılmalıdır.

SUÇA SÜRÜKLENEN ÇOCUĞUN AİLESİNE YAKLAŞIM

TANIM

Suçta sürüklenen çocuklarda davranım bozukluğu adı verilen davranış sorunları sık gözlenir. Bu davranışlar; yalan söyleme, çalma, akranlarıyla silahlı ya da silahsız kavga etme, insanlara ve hayvanlara karşı acımasız davranma, yaşına ve gelişimine uygun olmayan bazı cinsel aktiviteler sergileme, kabadayılık yapma, yıkıcı davranışlarda bulunma, kuralları bozma, hilekarlık, yalancılık, okuldan kaçma ve akademik zorluklar olarak sıralanabilir.

Davranım bozukluğu olan ergenler, sinirli davranışlar sergiler, yaşlarına göre daha sık insanlara ve eşyalara zarar verir, sapkın cinsel davranışlar gösterir, yasadışı maddeler kullanır, okuldan uzaklaştırılır ya da atılırlar. Kanunla sorunları vardır, pervasız, umursamazca hareket ederler, evden kaçarlar, kuralları bozarlar, okula uyum sağlamakta problemleri olur ve akademik güçlükleri vardır.

UYGULAMALAR

“ Aileyi mutlaka işin içine katın.

Aileler çocuklarının olumsuz davranışları ile uğraşmaktan yorulmuş, bıkmış olabilirler, kendilerini çaresiz hissedebilirler. Bu durumda “Alın bu çocuğu ne yaparsanız yapın!” diyecek hale gelmiş olabilirler. Ailenin yaşadığı hayal kırıklıklarını ve çaresizliği anladığınızı belli ederek onlarla empati kurun. Bu süreçte sizin çocukla yapacağınız çalışmaların onlar katılmazsa yetersiz kalacağını, değişimin iki yönlü olduğunu söyleyin. Aksi takdirde çalışmalarınızda hep geriye dönüşler yaşayacağınızı belirtin.

“ Çocuklarının yaşadıkları davranış sorunlarının ne olduğunu aileye anlatın.

Çünkü aileler, “serseri” ya da “canı istemiyor, bizi üzmemek için böyle davranıyor” gibi sebeplerden ötürü çocuklarının bu tür olumsuz davranışlar sergilediğine inanırlar. Böyle olduğunda da suçlamaları, yargılamaları ve etiketlemeleri artar ve çözümün önü tıkanır. Bu kısır döngüyü aileye göstermeniz ve sorunu tüm boyutlarıyla anlatmanız, nelerle karşılaşabileceklerine dair aileyi hazırlamanız gerekmektedir.

“ Çocuklarının farklı olduğunu aileye anlatın.

Aile çocuklarını başkalarının çocukları ile karşılaştırıyor ve başka kimsenin çocuğunun kendilerinininkine kadar haylaz olmadığını düşünüyor olabilir.

“ Ailenin çocuklarının sorunlu yönlerini listelemelerini isteyin.

Sorunlu yanlar listelendikten sonra bunlarla tek tek uğraşacağınızı, hepsinin bir anda düzelmeyeceğini vurgulayın. Çocuklarının sorunlu yönlerini listelerken aynı zamanda olumlu yönlerini de düşünmelerini, bunları fark etmelerini sağlayın.

“ Aileye amaçlarının ne olduğunu sorun.

Amacın çocuklarının zarar görmesini azaltmak olduğunu açıklayın. Tüm sorunlardan bir anda kurtulamayacaklarını tekrar edin. Bunun uzun bir süreç olacağını dile getirin.

“ Aileye önce kendilerinin değişmesi gerektiğini, bu değişimi çocuklarındaki değişimin izleyeceğini söyleyin.

Aileler genellikle sadece çocuklarının sorunlu davranışının değişmesini isterler. Bunu sağlamak için onların da bu davranışlarla nasıl başa çıkacaklarını öğrenmeleri ve buna göre davranmaları gerektiğini vurgulamak önemlidir.

“ Aileye ümitlerini kesmemeleri gerektiğini söyleyin.

Ailenin var olan ümidini destekleyin. Çocuklarının değişeceğine dair besledikleri ümidin süreç için çok verimli ve önemli olduğunu vurgulayın. Bunun uzun ve zaman zaman zor geçecek bir süreç olacağını ama çocuklarının olumlu yönde değişim gösterebileceğini vurgulayın.

“ Çocuklarıyla ilgili kullandıkları dili mutlaka değiştirin.

Kullanacakları dil

- Etiketlemekten,
- Yargılayıcı olmaktan uzak,
- Suçlayıcı özellik içermeyen ve
- Problemi tek bir kişiye ait olmaktan çıkartan türde olmalıdır.

Sizinle olan görüşmelerinde çocukları ile ilgili bir şeyler anlatırken kullandıkları kelimeleri yakalayın ve üzerinde konuşmak için örnek olarak gündeme getirin. Örneğin, ailenin “işe yaramaz” demesinin kendisini zaten işe yaramadığını hisseden çocuğun, buna nasıl daha kolay inandığını, motivasyonunu nasıl kırdığını ve etiketlenme yönünde hareket etmeye yönelttiğini anlatın.

“ Etkili ebeveynlik becerileri kazandırma ilgili bölümü aileye mutlaka uygulayın.

Özellikle kural koyma, sorumluluk verme ve çatışma çözme üstünde durun.

“ Ailelere tehdit kullanmamalarını, bunların kendi otoritelerini yıkacağını anlatın.

Tehdidin o an için çocuğu sadece korkutmaya yarayacağını; ama etkili olmayacağını, çünkü “tehdit” olduğunu açıklayın. Söyledikleri şeyi gerçekleştirmediklerinde de yaptıkları her türlü uyarının zamanla ciddiye alınma olasılığının düşeceğini belirtin.

“ En önemli noktanın çocuklarıyla kuracakları iletişim dili olduğunu tekrarlayın.

Beklentilerini çocuğun potansiyeline göre belirlemeleri gerektiğini anlatın.

Aileye geri bildirim dilini kullanmayı öğretin. Çocuklarının davranışı kendilerinde kızgınlık yarattığında, yaptığının kendisinde hangi duyguyu ve düşünceyi uyandırdığını dile getirmesini öğretin. Çocuğu ya da kişiliğine ait özellikleri değil, davranışına yönelik eleştiri yapmalarının gerektiğini anlatın.

“ Çocuklarının sadece olumsuz yönlerini değil olumlu yönlerini de ortaya çıkarmalarını sağlayın.

Olumlu davranışlar sergilediğinde bunu övmelerinin, desteklemelerinin ve teşvik etmelerinin çocuğun bu davranışları sergileme sıklığını arttıracaklarını anlatın.

“ Çocuğun boş kalmaması için ailenin çeşitli aktiviteler bulmalarını sağlayın.

Çocuğun ne kadar çok boş vakti olursa o kadar çok sıkılacağını, sorunlu davranış sergileyeceğini fakat gününü iyi yapılandırıp az boş vakit tanıdığına bu durumun değişeceğini aileye anlatın. Çeşitli sosyal etkinliklere katılabileceğini, spor yapabileceğini, ilgileniyorsa bir sanat dalı ile ilgili kursa gönderebileceklerini anlatın ve çocuklarının ilgi alanına göre etkinlikler bulmalarına yardımcı olun.

“ Eşlerin birbirlerini suçlamalarını önleyin.

Eğer eşlerin kendi sorunları ya da birbirleri ile olan ilişkileri nedeniyle sorunlar yaşıyorsa bir uzmandan yardım almalarını önerin.

“ Sadece çocukları için yaşamamayı öğretin.

Aile bir süre sonra her şeyi çocuklarına göre planlamaya ve yaşamaya başlayabilir. Bunun çocukta nasıl olsa benim için her şeyi düşünene yapan biri var düşüncesini doğurduğunu belirtin.

“ Öğretin.

Risk altındaki çocukların yaşam deneyimleri azdır. Birçok şeyi öğrenmeye ihtiyaçları vardır. Bir anlamda onları büyütün.

Ama sabırlı olun. Öğrenme hemen olmaz. Kazanmasını istediğimiz yeni davranışları öğrenmek için zamana ihtiyacı vardır. Okuma yazmayı bile insanlar 3- ayda öğreniyor. Bir davranışın değişmesi biraz zaman alır.

Öğrenme için tekrar çok önemlidir. Bir seferde söylediklerinizi uygulamaya başlamayacak. Bu nedenle sık tekrar edin.

“ İyi bir dinleyici olun.

Anlatmaya, paylaşmaya ihtiyaçları vardır. İyi bir dinleyici olun. Anlamaya çalışın. Siz daha az konuşun.

Öncelikle dinlediğinizi gösterin. Göz kontağı kurun. Asla dinlerken ne söyleyeceğinizi planlamayın

Söylediği şeye hemen çözüm bulmayın. Hemen bir öneride bulunmayın. Önce anladığınızı gösterin. Anlattığı şeyle ilgili duygusunu paylaşın.

Her şeye cevap yetiştirmeye uğraşmayın. Çelişkileri vardır. Sürekli karar değiştirirler. Her şeye inanmayın. Her söylediklerine cevap yetiştirmeyin. Siz kendi çizginizi bozmayın. Bazı sorulara yanıt vermek zorunda olmadığınızı unutmayın.

“ Tutarlı olun.

Israrcı olurlar. Kararlarınızı değiştirmek için bin bir yol denerler.

Bir karar verdikten sonra hemen değiştirmeyin. Verdiğiniz kararın arkasında durun. Bir kaç sefer sonra, sizi zorlamamayı öğrenirler.

Bazen yanlış kararlar verdiğimizizi düşünebiliriz. Ama öyle bile olsa, bir süre kararınızı değiştirmeyin.

“ İstikrarlı olun.

Duygusal dalgalanma gösterirler. Günlük ve hatta daha hızlı değişim gösterirler.

Bir gün çok iyiyken, kısa bir süre kötü olabilirler. Siz değişmeyin.

O çok iyiyken, ona iyi davranıp, o kötüyken, ona kötü davranmayın. Aynı kalın. Onlarla birlikte dalgalanırsanız, davranış değişimi yapamazsınız. Siz stabil olursanız, onların dalgalanması da azalır.

“ Tartışmaktan kaçının.

Asla tartışmayın. Tartışmak üretken değildir. Konuyu değiştirin, erteleyin, tartışmak istemediğinizi söyleyin.

Herkesle kavga ederek, kendilerini ortaya koymaya çalışırlar. Tuzağa düşmeyin. Siz asla kavga etmeyin.

“ Seçenek sunun.

Özgürlüklerine düşkünlüdürler. Kendilerini özgür hissetmelerini sağlayın. Bunun için seçenek sunun.

Örneğin; “şimdi ne yapmak istiyorsunuz? Tabu oynamak mı, yoksa voleybol oynamak mı?”. Böylece kendi kararlarının önem kazandığını düşünür ve daha az direnç gösterirler.

“ Sınır koymayı öğretin.

Sınır koymayı bilmezler. Sınır koymaya çalışın. Çok yakınlaşmayın ama uzak ve soğuk da durmayın.

- Özel hayatınızı anlatmayın.
- Bedensel yakınlık göstermeyin.
- Yüz göz olmayın.

“ Sorumluluk verin.

Sorumluluklarını başkalarına yüklemeye eğilimlidir. Sorumluluk almayı öğrenmeleri gerekir.

Bunun için onlara sorumluluklar verin. Verdiğiniz sorumluluklar somut olmalıdır. Sorumluluk almaya alışkın olmayanlar için basit sorumluluklardan başlamak uygundur.

Sorumluluk verdiğinizde, neler yapması gerektiğini adım adım anlatın. İyi bir yönerge verin. Verdiğiniz sorumluluğun sonucunu muhakkak takip edin.

“ Olumlu davranışları destekleyin.

Kötü davranışlar yerine, olumlu davranışlara odaklanın. İyi davranışlarının fark edilmesine ihtiyacı vardır. Örneğin, “Bugün kendini hiç kesmemişsin!”, “Bugün hiç küfürlü konuşmadın”, “Arkadaşlarına 2 gündür hiç vurmamışsın”.

Cezadan çok ödül onları değişime yönlendirir. Destekleyici olun. Cesaretlendirin. Başarıları küçük işleri bile takdir edin. “Aferin”i esirgemeyin, bolca kullanın.

“ Çocuğu değil, davranışlarını eleştirin.

Unutmayın, sorun olan çocuğun kendisi değil davranışlarıdır. O nedenle davranışlarına odaklanın ve davranışı eleştirin.

Örneğin“Sen vurduğun için kötüsün” yerine “Vurmak kötüdür” denebilir. “Çok agresifsin” demek yerine “Sinirlenince eşyaları tekmelemek doğru değildir” veya hırsızsin demek yerine “Arkadaşının eşyalarını alman doğru değil/yanlış, sana ait olmayan şeyleri alamazsın.”

“ Etkisiz yaklaşımlardan kaçının.

Etkisiz yaklaşımlar şunlardır:

- ▶ Eleştirmek
- ▶ Nasihat etmek
- ▶ Tartışmak
- ▶ Suçlamak
- ▶ Acımak
- ▶ Taraf tutmak
- ▶ Bilgiçlik taslamak
- ▶ Yargılamak
- ▶ Etiketlemek
- ▶ Cezalandırmak
- ▶ Kurtarıcı rolü üstlenmek

TEMEL YAKLAŞIM İLKELERİ

1. Gerek fail gerekse mağdur olan çocuklar güvenli bir yere alınmalıdır.
2. Gerekli eğitime sahip psikolog, sosyal hizmet uzmanı ve çocuk gelişimcileri dışındaki yetkililer konu ile ilgili çocukla konuşmamalıdır.
3. Sosyal faaliyetlerden çocuk men edilmemelidir.
4. Olayın gerçekleşip gerçekleşmediğine dair bilgi almak amacıyla fail ile mağdur asla birlikte görüşmeye alınmamalıdır. Yüzleştirmeden mutlaka kaçınılmalıdır.
5. Mağdurla görüşme gizli olmalı, yalnız görüşülmeli, konuyu anlatması için zorlanmamalıdır.
6. Destek amacıyla ailenin haberdar edilmesi yararlıdır. Ancak çocuğun kendisinin hazır olmadığını belirttiği ve çocuğun yüksek yararına ters düştüğü durumlarda aileye haber verilmesi zorunlu değildir.
7. Mağdur çocuk yakından izlenmelidir.

CİNSEL İSTİSMARDAN ŞÜPHE DUYULDUĞUNDA

1. Konu çocuğun danışmanına bildirilir. Danışman görüşme sonrası idareyi bilgilendirir.
2. Gizlilik ilkelerine uygun olarak konu ile ilgili kişiler dışında bu bilgi paylaşılmamalıdır.
3. İdare riskin ortadan kaldırılmasını sağlayacak bir önlem almalıdır.

İSTİSMARA UĞRAYAN ÇOCUK BİR ADIM ATMAK İSTEMEDİĞİNDE

Tacize uğramış bir çocuk eğer tedavi teklifini kabul etmiyor ve adli sürece başvurmak istemiyorsa;

1. Danışmanı çocuğu yardım alabileceği kişi ve kurumlar konusunda bilgilendirir.
2. Türk Ceza Kanununun, bir suçu öğrenen kamu görevlisinin bunu adli mercilere bildirme yükümlülüğüne uygun olarak, bu durumun adli mercilere bildirilmesinin yasal bir zorunluluk olduğu çocuğa açıklanır.
3. Çocuk bir uzmana sevk edilir.
4. Psiko – sosyal destek ve güvenlik sağlandıktan sonra gerekli girişimler yapılır

ÇOCUK CİNSEL İSTİSMARA UĞRADIĞI İDDIASI İLE GELİYORSA

Çocuk cinsel tacize uğradığı iddiası ile muayene ve tedavi talebiyle gelirse

1. Fail ile yüzleştirmeden kaçınılmalıdır.
2. Kanıt barındırabileceği için herhangi bir şekilde yıkanmasına veya kıyafet değiştirmesine müsaade edilmemelidir.
3. Cinsel istismar bulgularının elde edilmesi özel bir uzmanlığı gerektirdiğinden kurumda görevli olanlar bunu tespit etmeye çalışacak sorgulamalardan kaçınılmalıdır.
4. Yasal zorunluluk gereği; çocuğun şikâyeti adli mercilere zaman geçirmeden iletilmelidir.
5. Çocuk bir uzmana sevk edilmelidir.
6. Hem mağdurun hem de failin kurumdaki güvenliği sağlanmalıdır.
7. Failin, güvenlik tedbirleri de alındıktan ve uygun süre geçtikten sonra belli etkinliklere katılması hedeflenmelidir.

ADLİ VE TIBBİ BOYUT

Çocuk cinsel tacize uğradığı iddiası ile muayene ve tedavi talebiyle gelmişse:

- ▶ Çocuğun şikâyetin doğru olup olmadığını araştırmak, cinsel istismar konusunda uzmanlığı olan bir doktor ve psikologun işidir, bu eylemin bir suç olup olmadığını araştırmak ise adli mercilerin işidir. Resmi bir yazı yazılarak adli kurumlara yönlendirme yapma sürecini başlatın.
- ▶ Yetkili kişiler gelene kadar mağdurun mümkün olduğunca fiziksel temastan korunmasını sağlayın.
- ▶ Fiziksel incelemenin amacı mağdurun tıbbi ihtiyaçlarını tespit etmek ve daha sonra delil olarak kullanılacak bulguları toplamaktır. Bu nedenle ilk 72 saat çok önemlidir ve bu süre içerisinde mağdurun adli tıba götürülmesi gereklidir.
- ▶ Mağdurun elbiselerini değiştirmemesini ve vücudunun hiçbir bölgesini de yıkamamasını sağlayın. Çünkü mağdurun saldırı esnasında üzerinde olan giysileri delil teşkil etmektedir.
- ▶ Muayene oluncaya kadar bir şey yiyip içmemesine özen gösterin. Çünkü tuvalete çıkması bazı delillerin kaybına yol açabilmektedir. Bu sebeple sıvı veya katı her türlü besinden uzak tutmak gerekir.
- ▶ Konunun uzmanı tarafından fiziki olarak muayene edileceğini ancak önce yaşanan olayla ilgili bir öyküsünün alınacağını belirtin.
- ▶ Muayene sırasında kıyafetlerinde faile ait olabilecek deliller bulunabileceği için soyunması gerekeceğini söyleyin. Vücudunda belli yaralar varsa bunların fotoğraflarının çekilebileceğini açıklayın. Gerek duyulduğunda bazen ertesi gün de yeniden muayene edile-

bileceği belirtin. Muayenede cinsel bölgelerini de içerek şekilde bir tetkikin yapılacağını söyleyin.

► Yaşadığı olaydan dolayı sorumlu ve suçlu olmadığını tekrar edin. Bu tür olaylara maruz kalan kişilerin psikolojik bir travma yaşadığını ve bu konuda destek alması için yardımcı olunacağını belirtin.

► Kendisine bir avukat atanacağını ve dava ile ilgili öğrenmek istediklerini (duruşmada failin olup olmama; konuşmayı isteyip istememe, sürecin nasıl gideceği vb. gibi) avukata sorabileceği söyleyin.

► Cinsel istismarın her zaman fiziksel bulgularının olmayabileceğini; psikolojik bulgular için bir psikolog veya psikiyatrist ile görüşmesi gerekeceğini açıklayın.

ÇOCUK MADDE ETKİSİNDEYSE...

1. Çocuk sakinleştirilmelidir. Madde etkisi altındaki çocuğu sakinleştirmek, huzursuzluğunu gidermek, kendisini rahat hissetmesini sağlamak gerekir.
2. Kullandığı madde öğrenilmelidir. Maddeli olduğuna ilişkin başka bir görevlinin de görmesi ve duruma şahit olması gereklidir.
3. Sakin bir odaya alınıp ayılması beklenmelidir. Bu dönemde özellikle solunumun düzenli olup olmadığı kontrol edilmelidir. Uykuya dalabilir ve uyandırmakta güçlük çekilebilir ancak bu önemli değildir. Solunumun düzenli olması yeterlidir. Eğer madde üstüne bulaştıysa üstünün çıkarılması ve başka giysiler giydirilmesi gerekir. Soğuk suyun altına sokmak gibi yöntemlerin bir yararı yoktur.
4. Kendine zarar verme olasılığı yüksek olduğu için, çocuğun güvenli bir ortamda tutulmasında yarar vardır. Oda içinde kendisine zarar verebilecek keskin şeylerin ya da boru gibi kendini asmasını kolaylaştıracak şeylerin olmamasına dikkat edilmelidir.
5. Madde etkisi altındayken görüşme yapılmamalıdır. Madde etkisi altındayken çocukla tartışmak, onu eleştirmek ya da ceza vermek gereksiz bir davranıştır. Sakin bir şekilde konuşulmalı, ceza ile ilgili konulara girilmemeli, eleştirilmemelidir. Bu tür konuşmalar, çocuk ayıldıktan sonra yapılmalıdır. Konuşma yapmak için tamamen ayılması beklenmelidir. Bu süre maddeden maddeye değişiklik gösterir. Bu nedenle en az 12 saat, normal olarak 24 saat beklemek gerekir.

ÇOCUK YOKSUNLUK BELİRTİLERİ YAŞIYORSA...

1. Yoksunluk belirtileri varsa yani madde kullanmamaya bağlı sorunlar yaşıyorsa; ilaçla tedavi ve gerekli tıbbi değerlendirme için bir sağlık kurumuna yönlendirilmelidir.
2. Doktor ilaç verirse reçeteyi düzenli bir şekilde alması sağlanmalıdır. Doktorun verdiği dışında bir ilacı ya da onun verdiği dozdan fazla miktarda ilaç alıp almadığını kontrol etmek gerekir.

ÖNLEME

1. Kendine zarar verme davranışını önlemenin en iyi yolu kurumlarda düzenli aramalar yapılması ve kesici aletlerin önceden bulunmasıdır. Temizlik amaçlı bile olsa kesici aletleri tek başına vermemek ve ortada bırakmamak gerekir. Ders gördükleri sınıflarda kalemtraşları kontrollü bir şekilde verilmelidir. Elişi sınıfında bulunan çocukların makas vb. kesici aletleri kontrollü vermeli ve ortada bırakılmamalıdır.
2. Kendine zarar veren çocuklar belirlenmeli ve ruh halleri yakından takip edilmelidir. Kendilerini kesenler, kesmeden önce sıkıntı yaşarlar, düşünceli ya da öfkeli davranışlar sergilerler. Huzursuzdurlar sürekli dolaşırlar. Bu davranışlar kendilerini kesebilecekleri anlamına gelebilir. O durumda çocuğu sakın ortama alıp neler yaşadığı ve sıkıntı üzerinde konuşularak rahatlamasını sağlamak kendini kesme davranışını engelleyebilir.

KENDİNE ZARAR VERME İHTİMALİ OLDUĞUNDA...

1. Kendine zarar verme tehdidi veya durumundaki çocuk, sakın bir ortama alınıp o andaki sıkıntıları konuşulmalıdır. Kendisini kesmesine ve öfkelenmesine yol açan olayın ne olduğu sorulmalı ve söyledikleri yorum yapmadan dinlenmelidir.
2. Kendine zarar verme tehdidi veya durumunda aktif yönlendirme yapılmamalıdır. “Kendini kesme, yap ya da yapma” demek herhangi bir yarar getirmez. “Kesip kesmeye sen karar ver” diyerek kararı ona bırakmak yerinde olacaktır. “Kendini kesmenin sonucunda ne olacağını sen benden daha iyi biliyorsun. Bu yaptığının sonuçları neye yarayacak?” veya “Kesebilirsin, biz de pansuman yaparız.” denebilir.

KENDİNE ZARAR VERME DURUMUNDA..

1. Kendine zarar verirken etrafı güvenli hale getirilmelidir. El altında kesici bir alet bulundurmamalıdır.
2. Diğer çocukların yanından uzaklaştırılmalıdır. Etrafındaki çocuklar onu kesmesi için kışkırtabileceği gibi diğer çocukların da kendilerini kesebileceklerini unutmayın.
3. Kesikler ciddi ya da gayri ciddi bile olsa pansuman yapılmalıdır. Kan kaybı fazla ise doktora sevk edilmelidir.
4. Kendine zarar verme davranışı çocuğa bir avantaj sağlamamalıdır. Kendine zarar verme davranışı ikincil kazanım amacıyla yapılabilir. Bu nedenle ikincil kazanım amacıyla kişi kendine zarar verdiyse, bu davranışa prim verilmemelidir.
5. Her türlü kendine zarar verme girişimi ciddiye alınmalıdır. Kendine zarar verme davranışı bazen ciddi sonuçlara yol açabilir.

İNTİHAR RİSKİ VE İNTİHAR GİRİŞİMİ

İNTİHAR RİSKİ OLAN ÇOCUKLAR ERKEN DÖNEMDE TANINMALIDIR

1. Çocukların ruh hallerinde, uyku ve yeme alışkanlıkları ile davranışlarındaki değişimler destekleyici personel tarafından takip edilmeli ve değişiklik fark edildiğinde danışmanlara yönlendirilmelidir.
2. Depresyonu olan çocuklar intihar riski yönünden izlenmelidir.
3. İntihar düşüncelerinin çocukla konuşulmasından korkulmamalıdır. Bu konuyla ilgili konuşma psikolog tarafından yapılmalıdır.

İNTİHAR RİSKİ TESPİT EDİLEN ÇOCUKLAR İÇİN ÖNLEM ALINMALIDIR

1. Her intihar düşüncesi ve planı ciddiye alınmalıdır.
2. İntihar riski olan bir çocuk, kurumda kaldığı süre içinde, güvenli ve kendine zarar verme olasılığı düşük bir ortamda barındırılmalıdır (Örneğin boruların olduğu odalarda kalması büyük risk yaratır)
3. Çocuğun intihar etme şekliyle ilgili detaylı planlar kurmaya başladığı öğrenilmişse çocuk psikiyatriye sevk edilmelidir.
4. İntihar riski olan çocuklara ilaç kontrollü bir şekilde ve adet olarak verilmelidir. Yutup yutmadığı kontrol edilmelidir.

İNTİHAR GİRİŞİMİNDE BULUNAN ÇOCUKLAR YAKINDAN İZLENMELİDİR

1. Çocuk kurumda intihara kalkışmış ise, intihara yönelik tehdit edici durumu çözülene kadar birinin onunla birlikte kalması ve gözetmesi sağlanmalıdır.
2. İntihar sonrasında çocuğun güvenliğini sağlamak için neler yapılabileceği onunla konuşulmalıdır.
3. Daha önce intihar etmiş bir kişinin tekrar intihar etme riski yüksek olduğundan yakın izlenmeli, destekleyici personel ve arkadaşlarından düzenli bilgi alınmalıdır

İNTİHAR GERÇEKLEŞMİŞSE

1. Derhal sağlık kurumları ve emniyet güçleri haberdar edilir.
2. Ası suretiyle intihar durumlarında, kişinin hala yaşıyor olması ihtimaline binaen asıda ise asıdan indirilir. Kesi suretiyle ve diğer yöntemlerle intihar durumlarında ise ilk yardım müdahaleleri yapılır.
3. Olay adli ve idari soruşturmaya konu olacağı için delillerin kaybolmamasında gerekli hassasiyet gösterilir.
4. Durum ayrıntılı olarak tutanağa bağlanır.

YAŞ SÜRECİNE YAKLAŞIM

1. Yas sürecindeki çocuk kurumdaki psikolog, sosyal hizmet uzmanı veya çocuk gelişimcisi ile görüştürülmelidir. Onun dışında çocukla sadece danışmanı konuşmalıdır. Başka kişilerin konuşması engellenmelidir.
2. Çocuğun yasını yaşamasına izin verilmelidir. “Ölenle ölünmez, herkes zamanı gelince ölecek ya da zamanla unutursun” gibi cümleler kullanılmamalıdır. Bunlar yerine çocuğun düşünceleri öğüt verilmeden dinlenmelidir. Çocuk, kendi duygu ve düşüncelerini anlatması için cesaretlendirilmelidir.
3. Yas sürecindeki çocuk konuşmak için zorlanmamalıdır. Ağlamasına ve diğer duygu aktarımlarına izin verilmelidir. Eğer yalnız kalmak istiyorsa, gözetim altında olmak kaydıyla buna izin verilmelidir.
4. Kaybın arkasından ağlamalar, dalıp gitmeler, uyku bozuklukları görülmesi normaldir. Ancak bu durum 6 haftadan daha uzun sürüyorsa, psikiyatriye sevk edilmelidir.

KAVGA OLAYLARI

1. Bir kavga durumunda kavga eden çocuklar ayrılırken ve sonrasında çocuklara zarar verilmemelidir.
2. Kavga sırasında diğer çocuklar ve çevre öncelikle kontrol altına alınmalıdır. Daha sonra kavgaya müdahale edilmelidir.
3. Kavga durumunda kurumda diğer çalışanlardan yardım alınmalı, tek başına çözüm aranmamalıdır.
4. Kavga sonrasında çocuklar fiziksel olarak değerlendirilmeli, herhangi bir yara bereleri olup olmadığı saptanmalıdır.
5. Eğer çocuklardan birisi başını vurduysa, herhangi bir fiziksel iz gözlenmese bile sağlık kurumlarına vakit geçirmeden gönderilmelidir.
6. Kavga sonrasında muhakkak tutanak tutulmalıdır.
7. Olayların durumuna göre adli ve idari soruşturma başlatılmalıdır.

KÖTÜ HABER VERME

1. Alınan haberin üzerinden zaman geçirmeden çocuk bilgilendirilmelidir.
2. Eğer bir ölüm haberi söz konusuysa, aile üyeleriyle birlikte haber verilmelidir. Bu halde haberi verecek kişi kurum psikologu ile görüştürülmelidir. Haber verme sırasında gerekli güvenlik tedbirler de alınmalıdır.
3. Haberin, kurum müdür ve danışmanı tarafından verilmesi uygundur.
4. Yaşanan olayla ilgili gerçekler, açık, dürüst ve anlaşılır bir şekilde aktarılmalıdır. Çocuğun üzüleceği veya kötü bir şey yapacağı düşüncesi ile saklamak oyalamak uygun değildir. Çocuğa yanlış bilgi verilmemelidir.
5. Çocuğun olayı anlaması için zaman tanınmalıdır.
6. Çocuk ailesiyle telefonla görüştürülmelidir.
7. Bu konuda konuşmaya zorlanmamalı ancak konuşmak istediği takdirde kendisini her an dinlemeye hazır ve güvenilir bir kişinin var olduğu mesajı verilmelidir.
8. Yaşadıklarını ve duygularını dışa vurması için kurum koşullarına göre örneğin spor, resim vb çalışmalarda yer almasına daha çok izin verilmelidir.
9. Çocuk ağlarken, ağlamaması söylenmemeli aksine müsaade edilmeli ve yaşadığı duyguları paylaşacak ortam hazırlanmalıdır.
10. Yer değişikliğinden kaçınılmalıdır. Çocuğun alışık olduğu ortamda kalması daha uygundur.

- Aydın, B., İmamoğlu, S., Canel, N. & Yaycı, L. (2005). Ergenlikten Yetişkinliğe Grup Çalışmaları. Ankara: Nobel Yayıncılık
- Aydoğdu, M., Ögel, K., Cömert, I.T. & Yılmazçetin, C. (2007). Günebakan: Madde Bağımlılığını Önleme Eğitim Programı. YENİDEN.
- Belmont, J.A. (2006). 103 Group Activities & Treatment Ideas Practical Strategies. Eau Claire, WI: PESI Publishing and Media.
- Çaplı, O. (1993). Çocukların, Gençlerin Eğitimi. Ankara: Bilgi Yayınevi.
- Çetin, F., Bilbay, A.A., Kaymak, A.D. (2003). Araştırmadan Uygulamaya Çocuklarda Sosyal Beceriler Grup Eğitimi. İstanbul: Epsilon
- Dijk, S.V. 2012. DBT Made Simple: A Step by Step Guide To Dialectical Behavior Therapy. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Dishion, T.J., Kavanagh, K. (2003). Intervening in Adolescent Problem Behavior: A Family-Centered Approach. New York, London: The Guilford Press.
- Ekşi, A. (1990) Çocuk, Genç, Ana Babalar. Ankara: Bilgi Yayınevi.
- Harvey, P. & Rathbone, B.H. (2013). Dialectical Behavior Therapy for At-Risk Adolescents: A Practitioner's Guide to Treating Challenging Behavior Problems. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Jennings, S. (2011). 101 Activities for Empathy & Awareness. Buckingham, UK: Hinton House Publishers.
- Kulaksızoğlu, A. (2005). Ergen Psikolojisi. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Lowenstein, L. (2008). Assessment and Treatment Activities for Children, Adolescents and Families. Toronto, ON: Champion Press.
- Lowenstein, L.(2002). Creative Interventions for Troubled Children & Youth. Toronto, ON: Champion Press.
- McKay, M., Wood, J.C. & Brantley, J. (2007). The Dialectical Behavior Therapy Skills Workbook. San Francisco, CA: New Harbinger Publications.
- Morgan, O., Ögel, K. & Aksoy, A. (2006). Tutuklu ve Hükümlü Ergenler İçin İyiye Doğru Öfke Kontrol Programı. Adalet Bakanlığı, Avrupa Birliği, UNICEF, YENİDEN.
- Ögel, K. & Aksoy, A. (2006). Tutuklu ve Hükümlü Ergenler İçin Psikososyal Destek Programı Kısa Grup Çalışmaları. Adalet Bakanlığı, Avrupa Birliği, UNICEF, YENİDEN.
- Ögel, K (2014). Cezaevlerinde Ruhsal Sorunlara Bireysel Müdahale Uygulama Rehberi. Adalet Bakanlığı, Project Group, CFCU.
- Ögel, K., Koç, C. & Aksoy, A. (2014). Sigara, Alkol ve Madde Bağımlılığı Bilgilendirme Programı, Genç Samba Uygulayıcı Kılavuzu. YENİDEN.
- Ögel, K., Koç, C., Basabak, .A, Aksoy, A. & Evren C. (2014). Sigara, Alkol ve Madde Bağımlılığı Tedavi Programı (SAMBA) - Klinik için uygulayıcı kılavuzu. 2. Sürüm. YENİDEN.

- Ögel, K., Yılmazçetin, C., Taner, S. & Topuz, A. (2004). Madde Kullanan Ergenler İçin Aile Eğitimi Kılavuzu. ÇEMATEM, YENİDEN.
- Ögel, K., Aksoy, A. & Topuz, A. (2006). Tutuklu ve Hükümlü Ergenler İçin Psikososyal Destek Programı Aile Kılavuzu. Adalet Bakanlığı, Avrupa Birliği, UNICEF, YENİDEN.
- Özdemir, Elif. (2013, 22 Haziran). Davranış Çiçeği. Erişim tarihi: 10 Ağustos 2014, <http://www.degerler.org/>
- Özdemir, Elif. (2013, 22 Haziran). Farklılıklara Hoşgörü. Erişim tarihi: 10 Ağustos 2014, <http://www.degerler.org/>
- Potter, G.B., Gibbs, J.C. & Goldstein, A.P. (2001). The EQUIP Implementation. Champaign, IL: Printing System, Inc.
- Sells, S.P. (1998). Treating The Tough Adolescent:A Family-Based, Step by Step Guide. New York, London: The Guilford Press.
- Yavuzer, H. (1995). Çocuk Eğitimi El Kitabı. İstanbul; Remzi Kitabevi.
- Yılmazçetin, C., Aksoy, A. & Ögel, K. (2006) Buradayım Eğitim Programı, Ardıç Projesi. Adalet Bakanlığı, Avrupa Birliği, UNICEF, YENİDEN.

