

unicef
BM Çocuk Fonu



Belarus Cumhuriyeti
Sağlık Bakanlığı



unicef
BM Çocuk Fonu

BM Çocuk Fonu (UNICEF)
Belarus Cumhuriyeti Temsilciliği
e-posta: unicef@tut.by

ÇOCUK HASTAYKEN

Bir ailede hasta "farklı" bir çocuğun doğması, ebeveynler ve tüm aile üyeleri için bir trajedidir. Çocuğun doğumuyla ilgili pek çok plan ve beklenti vardı! Ebeveynler onun ne olabileceğini, neleri başarabileceğini, büyüyünce ne yapabileceğini hayal etmişlerdir. Ve şimdi "özel" bir çocuğun dünyaya gelmesiyle tüm planlar suya düştü, geleceği tahmin etmek imkânsız hale geldi. Hayat artık 2 bölüme ayrılmıştır: çocuğun gelişinden "önce" (sakin ve kaygısız) ve "sonra" (endişeli, anlaşılmaz, zor).

Bu noktada ebeveynlerin temel duyguları kaygı ve hatta depresyondur. Hayat siyaha boyanmıştır: ileriye dönük hiçbir umut göremezler; hayatlarındaki en iyi şeylerin çoktan gerçekleştiği ve bittiği hissine kapılırlar.

Ebeveynler, hasta çocuklarına karşı sevgi ve acıma duygularının yanı sıra kızgınlık, kırgınlık, memnuniyetsizlik ve suçluluk gibi bir dizi olumsuz duyguya da sahiptir. Bu, yaşanması çok zor bir durumdur ve olumsuz duyguların yoğunluğunu azaltmak için savunma tepkileri ortaya çıkar.



EBEVEYNLERİN AŞAĞIDAKİ SAVUNMA TEPKİLERİ DAHA YAYGINDIR

Rol azaltma, ebeveynin çocukla etkileşim yollarını daralttığı, ona resmî olarak hitap ettiği, çocuğun yetiştirilmesi ve gelişimiyle ilgili tüm konularda karar verme sorumluluğunu uzmanlara (doktorlar, öğretmenler, psikologlar) devrettiği ve böylece kendisini tedavi ve düzeltme sürecinden uzaklaştırdığı bir durumdur.

Sorunun inkârı, ebeveynlerin yaşadığı iyileştirici müdahaleyi ve ilaç tedavisini gerekli görmemesi, çocuğun hastalığını ciddi olarak değerlendirmemesi (ya da tam tersine durumu umutsuz olarak değerlendirmesi) durumudur.

Birincil bakıcıyı itibarsızlaştırma, öfke, kızgınlık, iyileştirme sağlamak için hiçbir şey yapmadığı için bakıcıyı suçlama.

İlgi gösterme, çocuğa içten olmayan bir ilgi gösterme, kendi önemini artırma arzusu, öz saygısını geri kazanma.

Aile dışında olumlu duygular arama, alkole, işe, arkadaşlara kaçmak, karşı cinsin ilgisini aramak.

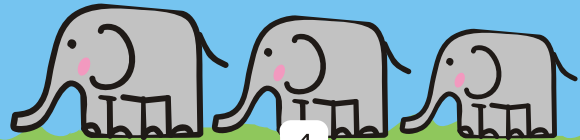
AİLE DESTEĞİ

Aile ortamında çocukla günlük teması olmayan, ancak yine de sorundan haberdar olan akrabalar önemli bir rol oynar. Tüm aile durumunun dinamiklerinde hem olumlu hem de yıkıcı bir rol oynayabilirler. Akrabaların aile ilişkilerine müdahalesinin olumlu yönleri, onlarla iletişimin aile üyeleri için psikoterapötik bir etkiye sahip olabileceği gerçeğinde ifade edilir: Yardım, destek, ilgi için onlara başvurulabilir, günlük veya birikmiş suçlarını boşaltmak mümkündür.

Bununla birlikte, akrabaların hastalık ve bununla nasıl başa çıkılacağı konusunda kendi fikirleri olabilir ve muhtemelen olayların nedenini açıklamak için kendi sistemleri vardır. Sonuç olarak bazen istemeden de olsa aile üyelerinin eylemleri, hasta kişiyle ve birbirleriyle etkileşimde bulunmak için kullandıkları araçlar ve yollar hakkında eleştirel ve bazen de yargılayıcı olabilirler ki bu da hasta çocuğun ailesi için psikolojik olarak travmatik ek bir faktör olabilir.

Ayrıca toplumumuz psikofiziksel gelişim özellikleri olan kişilere karşı temkinli olma eğilimindedir. Tüm sapmalar büyük bir duygusal gerilimle algılanır (Hatta genellikle sosyal olarak tehlikeli olarak kabul edilir.), kendisine ve aile üyelerine karşı tutumda kibir, ihtiyat ve izolasyon ortaya çıkabilir. Bu durum, ailenin sosyal izolasyonuna yol açabilir. Bu zor durumda aile nasıl davranır?

1. Adaletsizliğe karşı savaşçı rolünü üstlenerek hasta çocuklarının haklarını savunurlar. Ebeveynler genellikle çocuğun haklı ya da haksız olduğu gerçeğiyle ilgilenmezler. Çocukla ilişkilerde, onun gerçek sorunlarından duygusal olarak kopukluk, derin ve samimi bir şefkat eksikliği söz konusudur. Önemli olan kişinin kendisine, çocuğuna ve çevresindeki herkese fedakârlığını, cesaretini ve hatta sevgisini gösteren mücadele gerçeğidir.



2. Ebeveynler "zulmeden" pozisyonunu alırlar. Bu rolde ebeveynler çocuklarının hastalığı için suçlayacak birilerini arar, durumun sorumluluğunu başkalarının omuzlarına yüklerler: Öğretmenler, sosyal hizmet uzmanları, memurlar, doktorlar ve çocuklarıyla çalışan diğer uzmanlar. Etkilerinin görünür bir sonucu olmadığı için herkesi suçlarlar, sorunlarına karşı duyarsız tutumları için çocuklarını sayısız uzmana gösterirler ve sonuç olarak farklı görüşler ve teşhisler biriktirirler, bu arada çocuk ihtiyaç duyduğu sürekli ve sistematik yardımcı almaz.



Aile, ister sağlıklı ister engelli olsun her çocuk için en önemli gelişim faktörlerinden biridir. Çoğu şey, ebeveynlerin çocuğa ve sorunlarına karşı oluşturdukları tutuma bağlıdır. Çocuğun ve hastalığın ebeveynlerin zihninde nasıl algılandığına bağlı olarak farklı aile tipleri oluşabilir.

Çocuk yetiştirmek için ideal aile, hem çocuğun hem de hastalığın kabul edildiği ailedir. Bu, **çocuğun koşulsuz sevildiği ve hastalığın birlikte üstesinden gelindiği** anlamına gelir. Böyle bir ailede çocuğun acı veren koşulları daha hızlı ve tam olarak telafi edilir ve çocuğun gelişimi daha başarılı olur.

Çocuğun kabul edildiği ancak sorunlarının kabul edilmediği aileler daha az uygundur. Bu durumda, düşük eğitim seviyesi veya ebeveynin ifade edilen psikolojik savunması nedeniyle çocuğun sorunları göz ardı edilir, "fark edilmez." Bu tür ailelerde hastalığın üstesinden gelme fırsatları sınırlıdır.

Bir çocuğun kabul edilmemesi, ancak hastalığının kabul edilmesi mümkündür. Bu durumda çocuğun hastalığı bir fayda kaynağı olarak algılanır, devletten veya kamu kuruluşlarından bazı maddi yardımlar alınır. Hasta bir çocuğun aile bağlarını geçici olarak güçlendirmesi, ailenin dağılmasını önlemesi de mümkündür. Her iki durumda da uzmanların çocuğa yardım etme çalışmaları ek zorluklar kazanır.

Çocuk için en olumsuz seçenek, ne çocuğu ne de onun özelliklerini kabul etmeyen bir ailedir. Aile uzmanlarla iletişim kurmaya hazır değildir, tavsiyelere uymaz, hastalığın üstesinden gelmek veya sonuçlarını azaltmak için çaba göstermez, bu da uzmanların çocuğa yardım etmesini zorlaştırır.



EBEVEYNLERİN HASTA ÇOCUK YETİŞTİRİRKEN YAPABİLECEKLERİ HATALAR

En elverişli aile ortamında bile hasta bir çocuk yetiştiren ebeveynlerin çabalarının etkinliğini azaltacak hatalar yapabileceğini unutmamak önemlidir.

Çocuk üzerindeki talepleri azaltmak, ona "hasta" konumunu sabitlemek.

Psikologların tavsiyesi: Taleplerin azaltılması, eğitimsel öneme sahip günlük eylemler açısından asgari düzeyde olmalıdır. Aksi takdirde mevcut engellere ek olarak çocuk kişilik değişiklikleri geliştirdiğinde temel hastalığı tarafından engellenmeyen, yapabileceği şeyleri yapamadığında (veya yapmak istemediğinde) gerekli iletişim, öz bakım becerilerini geliştirmede, ancak bencillik, hırçınlık, talepkârlık ("Ben hastayım.", "Zorlanamam.") geliştirdiğinde sözde ikincil engellilikle uğraşabiliriz.

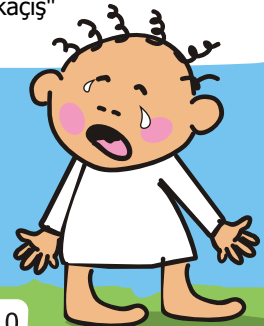
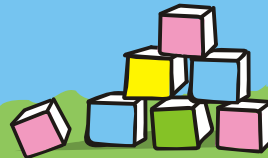
Düzenlilik ve öz bakım becerileri zamanında kazandırılmalı, çocuklar mümkün olduğunca aile yaşamına katılmalı, komşularıyla nasıl ilişki kuracaklarını öğrenmelidir (Ancak hasta çocuğu olan ailelerde kural olarak bunun tam tersi olur.).

Çocuğun yolundaki en küçük zorlukları ortadan kaldırma, kendisinden bir adım bile uzaklaşmasına izin vermeme arzusuyla ifade edilen aşırı koruyuculuk. Bu durumda sosyal ilişkiler önemli ölçüde sınırlanabilir. Anne veya baba çocuk yerine hareket eder, düşünür ve hata yapar, belki büyükanne veya büyükbaba da bunu yapar. Esasında deneyimin en aza indirilmesi ve çocuğun gelişiminin engellenmesi söz konusudur. Ona gücünü deneme, hata yapma ve yeniden başlama fırsatı vermeyen ebeveynler, yalnızca çocuğun yaşam deneyimi biriktirmesini, karar vermeyi öğrenmesini engellemekle kalmaz, aynı zamanda onu eylem ve yargılarında kendine bağımlı olmamaya, çeşitli yaşam durumlarında çaresizliğe, bir yetişkine bağımlı olmaya alıştırır; çocuğun irade alanında deformasyon meydana gelir, öz denetim oluşmaz. Sonuç da kaygı, sosyal ilişkilerden korkma, yabancı bir ortamda bağımsız olarak bir şeyler yapma ihtiyacı olabilir. Çocuk, ebeveynin yardımı ve dış kontrolü olmadan en basit şeyleri yapamadığında ve küçük zorlukların bile üstesinden gelmek için girişimde bulunmadığında, öğrenilmiş çaresizlik olarak adlandırılan duruma bile ulaşabilir.



Bir başka olası sonuç da diğer aile üyelerine (eş, sağlıklı çocuklar) daha az ilgi gösterildiği için ailede gerginlik oluşmasıdır; sorumluluklar artar, çünkü doğal rol ve sorumluluklarına ek olarak tüm üyelere hasta çocuğa bakma sorumluluğu da verilir ve gelecekte bu sorumluluğun azaltılması ihtimali yoktur.

Bir çocuğun "hastalık kültü" ortamında yetiştirilmesi. Çocuk, hastalığın kendisine birçok hak veren özel bir konum olduğu, bu nedenle herkesin onun arzularına uyması gerektiği, onu tüm sıkıntılardan koruduğu, başkalarının izin vermediği şeylere izin verildiği fikrine alışır. Benmerkezciliğe ek olarak, bu tür bir eğitim, çocuk sadece hayattaki en küçük zorluklarla değil, aynı zamanda olağan günlük taleplerle de karşılaştığında "hastalığa kaçış" tepkisini oluşturur.



4 Ebeveynler, çocuğun gelişimini mümkün olan her şekilde teşvik etmeye çalışarak okuma, yazma, aritmetik, yabancı dili erken öğretirler. Aynı zamanda çocuğun bireysel yeteneklerini dikkate almazlar ve çocuğun kapsayamayacağı kadar çok bilgi vermek için acele ederler.

Normal gelişim gösteren bir çocuk bu tür yüklerle başa çıkabiliyorsa normal gelişimden sapmış bir çocuk için bunun ciddi sonuçları olabilir: Öğrenme durumuna karşı davranışsal tepkiler (olumsuzluklar: Çılgılık atma, ağlama, kendine saldırmaya, herhangi bir görevi yerine getirmeyi reddetme) öğrenme faaliyetlerine ilgi oluşturmak yerine ortaya çıkabilir.

5 Bazen ebeveynler ya hastalığın kendisini ya da ciddiyetini göz ardı ederek çocuklarında var olmayan gelişimsel başarılar görür ve önemli başarıları onlara atfederler. Bu da tehlikelidir; çocuk gelişimsel olarak uygun yardımı alamayabilir.

6 Ailedeki diğer çocuklar ihmal edilir, ebeveynler haksız taleplerine ve yanlış davranışlarına bakmaksızın "hasta" çocuğu himaye etmelerini ister, bu da ailedeki olumlu iklimi bozar, sağlıklı çocuğu hasta olanla karşı karşıya getirir.

7 Tüm ebeveynlerin çocuklarının ne yapabileceği veya ne yapması gerektiği konusunda belirli beklentileri vardır ve bu beklentiler abartılırsa sonuç ebeveynin olumsuz duyguları, çocuğun aşağılık duygusu ve başarısızlıktır. Bir çocuk için "farklı" hissetmek travmatiktir. Bu, "çıtanın" yükseltilmemesi gerektiği anlamına gelmez, ancak çok yüksek olmamalıdır.



Ebeveynlerin yaygın hatalarından biri çocuklarını izole etmeleridir. Eğer bir çocukta belirgin dezavantaj belirtileri, gelişimsel anormallikler varsa ebeveynler genellikle onun diğer insanlarla etkileşimini sınırlar: Onu alışverişe, yürüyüşe, hayvanat bahçesine vb. götürmezler. Sonuç olarak, sosyal gelişimi zarar görür, daha fazla sosyal adaptasyonu neredeyse imkânsız hâle gelir. Ek olarak, izolasyondan bahsederken, sadece sosyal deneyiminin kısıtlanmasını değil, aynı zamanda diğer aile üyeleriyle iletişiminin de kısıtlanmasını kastediyoruz, bu da duygusal ve istemli alanın gelişiminde bir gecikmeye ve hatta entelektüel gelişimde gecikmeye neden olur.

ÖZEL BİR ÇOCUK YETİŞTİREN EBEVEYNLER, BUNUN BÜYÜK BİR FİZİKSEL VE RUHSAL ÇABA GEREKTİRECEĞİ GERÇEĞİNE KENDİLERİNİ HAZIRLAMALIDIR.

1. Çocuğunuzu koşulsuz olarak kabul etmeyi öğrenin; bu olmadan onunla bir ilişki kurmayı başarmanız mümkün değildir. Bu, onu güzel, akıllı, yetenekli, iyi bir yardımcı vs. olduğu için değil, sadece ona sahip olduğunuz için sevmek anlamına gelir. Unutmayın ki çocuklar ebeveynleri kelimenin tam anlamıyla anlarlar ve eğer bir keresinde çocuğunuza kızgınlıkla "Her şeyden ne kadar yorulduğum!" dediyseniz, emin olun ki bu tam da sizin söylediğiniz şeydir. Onun da sizi tam olarak böyle anladığından emin olabilirsiniz: Her şeyden sıkıldı, yani o da!

2. Çocuğun nelerde başarılı olduğunu, davranışlarında teşvik edilebilecek, onaylanabilecek anları bulun, başarılarına sevinmeyi öğrenin, çünkü sizin için önemsiz görünen bu başarılar, çocuk için ileriye doğru atılmış büyük bir adımdır.

3. Onunla birlikte olmaktan duyduğunuz mutluluğu, ona olan sevginizi ifade edin.



4. Çocuğunuzda bağımsızlığı yavaş yavaş geliştirin, kendisinden "uzaklaşmasına izin verin."



5. Çocuğun gelişimi, eğitimi ve yetiştirilmesi için uygun koşulları yaratın, çocuğun mevcut durumunu değerlendirecek ve muhtemelen size ne yapmanız ve nasıl ilerlemeniz gerektiğini söyleyecek uzmanlardan yardım isteyin.

6. Hastalık hakkında, çocuğun gelişimsel özellikleri hakkında uzmandan mümkün olduğunca çok şey öğrenin, çocuğun ilk etapta neye ihtiyacı olduğunu, nelere dikkat etmeniz gerektiğini ve onunla nasıl çalışacağınızı daha iyi anlamak için sorular sormaktan çekinmeyin, yeteneklerinin yeterli bir şekilde değerlendirilmesini isteyin, böylece gereksinimleriniz küçümsenmiş veya abartılmış olmaz. Bazen çocuğu daha iyi anlamak, başarı düzeyini değerlendirmek, beklentilerinizi ve ihtiyaçlarınızın yeterliliğini onunla uyumlu hâle getirmek, çocukla çalışma ve iletişim için bazı teknikler ve yöntemler öğrenmek amacıyla telafi derslerine katılmak mümkündür.

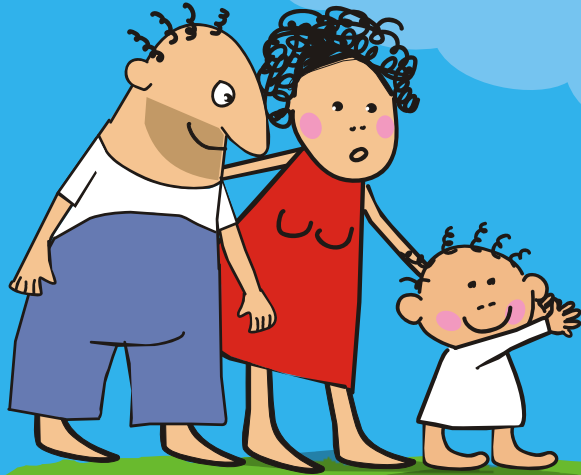


7. Öğretmenler, doktorlar, psikologlar gibi uzmanlarla iş birliği yapın. Hasta bir çocuğun tüm aile bireyleri iyileştirme sürecine dâhil olur ve olup bitenlerin özünü anlarsa herhangi bir uzmanın çalışmasının etkinliğinin kat kat arttığı uzun zamandır bilinmektedir. O zaman aile, çocuğun akademik olmayan diğer koşullardaki başarılarını pekiştirerek çocuğa yardım etmeye katkıda bulunur.

8. Çocuğunuzun sosyal deneyimini sınırlamayın, ufkunu genişletin, yeni hobiler ve ilgi alanları geliştirin; çünkü bu sadece kişisel olarak değil, aynı zamanda entelektüel olarak da gelişimini teşvik eder.



9. Sosyal çevrenizi ve ilgi alanlarınızı mümkün olduğunca sınırlandırmayın. Sadece eşlerin değil, çocuğun da ailenin sosyal çevresi, aile dostları ve akrabaları ile iletişim kurması çok faydalıdır. Hasta bir çocuk yüzünden diğer aile üyelerinin, sağlıklı çocukların ilgi alanlarını ihlal etmeyin, bu aile içindeki gerginliği azaltacaktır.



Unutmayın ki ebeveyn ve aile katılımının ıslah ve tedavi sürecindeki önemi göz ardı edilemez, çünkü çocuk için koşulsuz otorite olan, sosyal norm ve kuralların taşıyıcısı ebeveyndir. Bir ailenin anormal gelişim gösteren bir çocuğun gelişine uyum sağlama şekli, sadece çocuğun değil, ailenin her bir üyesinin gelecekteki kişisel gelişimini ve psikolojik sağlığını da büyük ölçüde güvence altına alacaktır.



Yazıda aşağıdaki kaynaklardan yararlanılmıştır:

Hippenreiter Y.B.
Çocuğunuzla iletişim kurun. Nasıl mı? - M.: AST, 2007.
Aile Psikolojisi ve Hasta Çocuk. Ders Kitabı: Ders Kitabı. - SPb.: Rech, 2007.

Психолог УЗ «МОПНД»
Е.И. Жигунова