

Yalnız Çocuklarda Travma

Bakım Veren Kaybı Yaşayan Çocukta Ayrılma ve Ebeveyn Yoksunluğuna Verilen Tepkileri

Anlamlandırma, Pozitif Ebeveynlik ve Koruyucu Aile Üzerine

Biyolojik ebeveynin kaybı, çocukluk çağında çeşitli duygusal, uyumsal ve davranışsal problemler getiren yoğun travmatik bir olaydır. Potansiyel travmatik olaylara çocuklukta maruz kalmanın, kaygı, depresyon ve yetişkinliğe kadar süren antisosyal davranış kalıpları (Koenig, Doll, O'Leary ve Pequegnat, 2004; Matshalaga ve Powell, 2002) ile ilişkilendirilebilecek çok sayıda çalışmada gösterilmiştir. Yüksek riskli davranışlara, artan stres seviyesi ile birlikte bağışıklık sisteminin zayıflaması ve bununla ilgili hastalıklara yakalanma riskinin artmasına yol açarken sağlığı geliştirmeye yardımcı faaliyetlerinin azalmasına sebep olduğu görülür (Kathryn Whetten, Jan Ostermann, Rachel Whetten, Karen O'Donnell, Nathan Thielman, 2011; Whetten, Reif, Whetten, & Murphy-McMillan, 2008).

Çocukların stresli durumlara maruz kalması ve sorumlu yetişkinlerin korunmaması, farklı davranış sorunlarının (sevgi ve özbakım, dikkat ve davranış düzenlemeleri ve sosyo-duygusal işlevler) karmaşık travma yaratır gelişmesine yol açabilir: (Ana Muntean, Mihaela Tomita, Violeta Stan, 2012; Lee Mannes, Nordanger, Braarud, 2011). Karmaşık travma, bireylerin günlük yaşam durumlarıyla ve özellikle ciddi olaylarla iş birliği yapma kapasitesine zarar veren kümülatif stres faktörlerine dayanmaktadır (Muntean, et al., 2012).

Çocuğun gelişim aşamasına bağlı olarak, kayıp, sonuç ve reaksiyon sürecinin anlamı farklıdır. Sürekli veya geçici olarak bakıcı kaybı, doğumdan sonraki ilk yıllarda yaşanırsa protesto (ağlama), umutsuzluk ve kopma (D'Antonio, J., 2011) ile kendini gösterir. Okul öncesi çağındaki çocukların kederini sinirlilik, gerileme, karın ağrısı ve tekrarlayan sorularla ifade

etme olasılığı daha yüksektir. Ayrıca yoğun bir ayrılık kaygısı yaşarlar ve bunu oyun ve fantezi içinde ifade ederler (D'Antonio, J., 2011). Araştırmalar, beş yaşın altındaki çocukların bu kayıpların kalıcı olduğunu ve geri gelmenin bir yolu olmadığını anlayabildiğini gösteriyor. Çocuk kaybı anlaşırsa da buna neden olarak kendini suçlu olarak görebilir. Yokluğu hakkında bir şeyler öğrenmeye çalışabilirler, muhtemelen yeterli kelime hazineleri yoktur, bu yüzden duygularını ve duygularını ifade etmek için bazı oyunlar kullanırlar. Okul çağındaki bir çocuk, kayıpları konusunda uygun üzüntü ve öfke gösterir ve genellikle üzüntülerine yanıt olarak karın ağrısı gibi fiziksel semptomlar yaşar (D'Antonio, J., 2011). Okul çağındaki çocukların akademik başarısında bazı olumsuz değişiklikler gözlemlenebilir. Özet olarak, bir ebeveynin çocuklukta kaybı, daha sonraki yaşamda yakın ilişkiler kurma ve sürdürme, stresli yaşam olaylarıyla baş etme ve gelişimsel görevleri yerine getirme kapasitesini etkileyebilir (Luca Cerniglia, Silvia Cimino, Giulia Ballarotto, Gianluigi Monniello, 2014).

Bu alandaki çalışmalarda çocuğun ebeveyn kaybına uyum sürecini etkileyen birçok faktör olduğu gözlemlenmiştir. Kişisel özellikleri, istikrarlılığı, olumlu ilişki kurduğu insanların kalitesini, kaybın şeklini, başka bir travmatik olay yaşayıp yaşamadığını ve yaşam koşullarını burada ele alabiliriz. Tüm bunların çocuğun travmatik deneyimi üzerinde olumlu ya da olumsuz bir etkisi vardır, bu faktörlerin katkısına bağlı olarak olumlu ya da olumsuz şekilde etkileyebilirler. Bakım verene güvenli bir şekilde bağlanmanın, yaşamlarının ilk yıllarında travmatik deneyimlere ve kayıplara maruz kalan çocuklarda uyumsuz duygusal ve davranışsal işleyişin başlangıcını önleyebilecek veya düzeltebilecek bir direnç faktörü oluşturulduğu görülür. Öte yandan, kötü bakım kalitesinin, uyumsuz etkileşimlerin ve güvensiz bağlanmaların ebeveyn psikopatolojik riski ile ilişkilendirilir (Cerniglia ve ark., 2014).

Ebeveyn kaybı zor bir süreçtir ve çocuklar için baş etmek çok zordur. Çocuk Yas Çalışması (Worden, 1996), ebeveyn olarak yas yaşamış bireylerin %15-20'sinin, kaybın ardından ilk zamanlarda esenlik gösterse dahi, kayıptan 2 yıl sonra önemli duygusal ve davranışsal zorluklar gösterebileceğini belirtmiştir (Cerniglia ve ark., 2014). Araştırmaların çoğu, çocuğun bu süreçten nasıl geçerse geçsin, gelecekte çeşitli problemler yaşama ihtimalinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Ebeveyn kaybı yaşayan çocuğun karakter özellikleri, istikrarlılığı, olumlu ilişki kurduğu insanlarla iletişimi, kaybın şeklini, başka bir travmatik olay yaşayıp yaşamadığını ve yaşam koşullarını çocukta travmayı etkileyen faktörlerdir. Tüm bunların çocuğun travmatik deneyimi üzerinde olumlu ya da olumsuz bir etkisi vardır, bu faktörlerin katkısına bağlı olarak olumlu ya da olumsuz şekilde etkileyebilirler. Bakım verene güvenli bir şekilde bağlanmanın, yaşamlarının ilk yıllarında travmatik deneyimlere ve kayıplara maruz kalan çocuklarda uyumsuz duygusal ve davranışsal işleyişin başlangıcını önleyebilecek veya düzeltebilecek bir direnç faktörü oluşturulduğu görülür (Cerniglia ve ark., 2014). Çocuklar ebeveyn kaybı nedeniyle güvenli bağlarını kaybederler, bu durum çocuğun savunmasızlığının artmasına neden olabilir. Önemli olan, ebeveynlerin sağlaması gereken bakım kalitesinde yaşam imkanlarını çocuğa verebilmektir. Pozitif ebeveynlik, adaptif çocuk gelişiminde ana nokta olarak görülmektedir. Ebeveyn kaybı, çocuğun hayatını gerçekten kesintiye uğratan çok yoğun bir travmatik deneyimdir. Ebeveyn kaybının, terk veya ölümün nasıl gerçekleştiği konusunda büyük bir fark yoktur. Çocuğun gelişim aşamasına göre, bu kayıplara cevap verir ve adapte olmaya çalışır. Çocuklar yetersiz ebeveyn bakımı nedeniyle birden fazla travma yaşayabilir ve kümülatif stres faktörlerine dayanan karmaşık travmaya neden olabilir. Bütün bunlar günlük yaşamlarını olumsuz yönde etkileyebilir. Yaş, cinsiyet, sosyoekonomik düzey, kültür, diğer ebeveynin kalitesi ve uyum sürecini olumlu ve olumsuz etkileyen herhangi bir kişiyle güvenli

bağlanma gibi birçok faktör olmasına rağmen, bunun travmatik bir deneyim olduğu konusunda bir fikir birliği vardır. İyi faktörleri aklımızda tutsak bile, çocuğun hayatının geri kalanında olumsuz etkilerden kaçınmak kolay değildir.

Koruyucu aile içinde güvenli bir bağ kurabilen bir çocuk, yaşamın başlarında karşılaşılan sıkıntıları ve karmaşık travma sonuçlarını aşan bir çocuktur. Bu, sağlıklı bir gelişme oluşturmak ve kendisi ve kendi ailesi ve çocukları için iyi bir gelecek hayal etmek için fırsatları kullanabilmesini sağlar (Muntean ve ark., 2012). Koruyucu aileyle birlikte olan çocuklarda, karmaşık travmanın üstesinden gelme ve koruyucu aile ile birlikte sağlıklı bir gelişim çizgisine dönmek mümkündür. Biyolojik ebeveynlerin kaybının ardından çocuğa destek ne kadar hızlı sağlanırsa sonuçlarda da iyileşmenin ve travmanın üstesinden gelmenin, destek hızına paralel derecede yükseldiği görülmüştür.

Yazı: Damla Özcan

Çeviri: Burcu Korkmaz

Kaynakça

American Psychiatric Association. (2013). Post Traumatic Stress Disorder, in *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*.

Ana Muntean, Mihaela Tomita, Violeta Stan. (2012). Complex trauma of abandoned children and adoption as a healing. *Procedia-Social and Behavioral Sciences* 46, 273 – 276.

Jocelyn D'Antonio. (2011). Grief and Loss of a Caregiver in Children A Developmental Perspective. *Journal of Psychosocial Nursing*, Vol. 49, no. 10.

Kathryn Whetten, Jan Ostermann, Rachel Whetten, Karen O'Donnell, Nathan Thielman. (2011). More Than the Loss of a Parent: Potentially Traumatic Events Among Orphaned and Abandoned Children. *Journal of Traumatic Stress*, Vol. 24, No. 2, pp. 174–182.

Lee Mannes, H., Nordanger, D., Braarud, H.C. (2011). Evolving trends in the field of trauma; Developmental and Neurobiological Contributions to the Understanding of Complex Trauma, *Today's children are tomorrow's parents*, nr.30, 5-15.

Luca Cerniglia & Silvia Cimino & Giulia Ballarotto & Gianluigi Monniello. (2014). Parental Loss During Childhood and Outcomes on Adolescents' Psychological Profiles: A Longitudinal Study, *Springer Science+Business Media New York*.