



## ACIL DURUMLARDA ÇOCUK VE ERGENLER İÇİN RUH SAĞLIĞI VE PSİKOSOSYAL DESTEK\*

Çocuklar, doğal afetler ve diğer insani acil durumlar nedeniyle pek çok sıkıntıyla karşılaşabilirler. Bunlardan biri de depremlerdir.

Süreç içerisinde bazı çocuklar ebeveynlerinden ve/veya bakıcılarından ayrılmış olarak evlerinden uzakta kalmış olabilir. Enkazdan kurtarıma sonrası hastanede tedavi altına alınmış olabilir, başka bir hastaneye sevkleri yapılmış olabilir veya kötü niyetli kişilerce kullanılıyor olabilirler. Özellikle, çocukların pek çoğu bu dönemde temiz su, sağlıklı ve güvenli gıda, barınma, sağlık ve eğitim gibi temel hizmetlerden mahrum kalabilir.

Tüm bunların yanı sıra, çocuklar genellikle ruh sağlığı hizmetlerine ve psikososyal desteğe erişimden yoksun kalabilir ve bu da potansiyel olarak uzun vadeli yıkıcı etkilere neden olabilir.

Anksiyete, depresyon ve stresle ilgili diğer sorunlar, sağlıklı ve mutlu büyümeyi tehdit eder. Afet ortamı, çocukların duygusal ve fiziksel sağlık ile sosyal gelişimleri üzerinde ömür boyu sürecektir sonuçlarıyla karşımıza çıkabilir. Erken çocukluk döneminde maruz kalırsa, yaşanan bu deneyim bir çocuğun beyin gelişimini bile olumsuz yönde etkileyebilir.

Ergenler için şiddetli sıkıntı ve travmatik olaylara maruz kalma, alkol ve uyuşturucu kullanımı, düşük benlik saygısı, sağlık sorunları, düşük okul performansı, kendine zarar verme ve intihar gibi çeşitli zararlı sonuçlara yol açabilir.

***Afetlere maruz kalan çocuklar, ömür boyu sürecektir ruh sağlığı ve psikososyal sorunlarla sonuçlanabilecek ciddi duygusal stresle karşı karşıya kalırlar.***

Akil sağlığı ve psikososyal sorunların ele alınmaması, çocuğun gelişimini geciktirir ve topluma anlamlı bir şekilde katılma fırsatlarını engeller. Akil sağlığı sorunları olan çocuklar sıklıkla damgalanmaya, ayrımcılığa ve hatta insan hakları ihlallerine maruz kalabilirler. Topluluklarından dışlanabilirler veya en güvenli olmaları gereken yerler de dahil olmak üzere daha fazla şiddete maruz kalabilirler.

Kriz durumları ayrıca ebeveynleri ve bakıcıları da zihinsel ve psikososyal baskı altına sokar ve bu da onların, acil durum sırasında ve sonrasında çocuklarına ihtiyaç duydukları koruma, istikrar ve geliştiren bakımı\*\* sağlamalarını engelleyebilir.

UNICEF, afetlerde çocukların ruh sağlığını korumak ve geliştirmek için bir takım faaliyetlerde bulunur. Bunlardan yola çıkarak, ülkemizde yaşanan deprem için de aşağıdaki öneriler sıralanabilir:

- Çocukların ve ailelerinin dayanıklılıklarını güçlendirmek ve kriz sırasında ve sonrasında zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olunmalıdır.
- Hizmetler, toplulukların öncelikleri olarak belirledikleri özellikler dinlenerek yerel bağlamlara uyarlanmalıdır.
- Her çocuğun optimal gelişimi için gerekli koşulları sağlayan geliştiren bakım ortamları oluşturulmalıdır.
- Karmaşık ihtiyaçların karşılandığı çeşitli müdahalelerle çocuklara, ergenlere, bakım verenlere, ailelere ve daha geniş bir topluluğa ruh sağlığı ve psikososyal destek sunulmalıdır.

---

\*\* Geliştiren bakım; sağlık, beslenme, emniyet ve güvenlik, duyarlı bakım ve erken öğrenme olmak üzere birbiriyle ilişkili beş bileşenden oluşur.



## ACIL DURUMLARDA ÇOCUK VE ERGENLER İÇİN RUH SAĞLIĞI VE PSİKOSOSYAL DESTEK\*

### **Çocuklar ve ergenler:**

- Çocukların ve ergenlerin krizle başa çıkma, sorunları çözme, duygularını düzenleme ve ilişki kurma ve sürdürme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olmak için düzenli, yapılandırılmış faaliyetler sağlayan güvenli alanlar oluşturulmalıdır. Bu, akran grupları, eğlence etkinlikleri, spor ve yaşam becerileri ve mesleki eğitim yoluyla olabilir.
- Zorbalık, taciz, ihmal, sömürü ve şiddeti azaltmak için zararlı davranışları ve normları ele almak için çalışılmalıdır.
- Gerektiğinde, doğrudan bireysel destek sağlanmalı veya daha ileri uzmanlaşmış bakıma yönlendirme yapılmalıdır.

### **Bakıcılar ve aileler:**

- Anne-babaların ve bakıcıların, sıkıntı içindeki çocuklara destek olacak bilgi ve becerileri geliştirmelerine destek olunmalıdır.
- Çocukların insani krizler sırasında gösterebilecekleri sıkıntı tepkileri konusunda farkındalık yaratılmalı, olumlu ebeveynlik bilgi ve becerileri teşvik edilmeli, ebeveynler ve bakıcılar ruh sağlığı sorunları olan çocukları destekleme konusunda eğitilmelidir.
- Aile ve topluluk destek ağları güçlendirilmeli, savunmasız ailelerin ortak faaliyetlere dahil edilmesi ve katılımı kolaylaştırılmalı, anneler ve babalar için akran destek grupları oluşturulmalıdır.
- Ebeveynlerin ve bakıcıların kendileriyle de ilgilenmeleri konusunda destekçi olunmalıdır.
- Psikolojik İlk Yardım, ebeveyn eğitim programları ve akran destek grupları gibi girişimler aracılığıyla öğretmenlere ruh sağlığı ve psikososyal destek sağlanmalı ve sıkıntılı ebeveynlere ve bakıcılara odaklanılmalıdır.
- Gerektiğinde, ruh sağlığı sorunları olan ebeveynlere ve bakıcılara özel bakım sunulmalıdır.

### **Toplum ve ortaklar:**

- Çocuk ve aile refahını destekleme kapasitelerini geliştirmek için kurum ve kuruluşlar birlikte çalışmalıdır.
- Ruh sağlığı bakımını kolaylaştıran damgalamayı azaltma kampanyaları ve programları gibi faaliyetler aracılığıyla, toplumun harekete geçmesine yardımcı olmak için çocukların ruh sağlığı ve psikososyal ihtiyaçları hakkında net bilgiler sağlanmalıdır.
- Ciddi şekilde üzücü olaylar yaşamış olan en savunmasız çocuklara ve bakıcılara ulaşmak, uzmanlaşmış ruh sağlığı, koruma, eğitim, sosyal hizmet ve diğer aktörler arasında işbirliği gerektirmektedir.
- Çocuk ve aile dostu ruh sağlığı ve psikososyal destek hizmetleri sağlamak için sağlık, eğitim, sosyal hizmetler ve diğer sektörlerin kapasitesinin geliştirilmesine yardımcı olunmalıdır. Bu, çocuklara ve ailelerine refahlarını etkileyen programları anlamlı bir şekilde şekillendirmelerine yardımcı olan diğer girişimlerin yanı sıra çocuk dostu iletişim ve alanları kolaylaştırarak yapılmalıdır.

### **HASUDER Afet ve Acil Durumlar Çalışma Grubu**

\*Kaynak: UNICEF (<https://www.unicef.org/protection/mental-health-psychosocial-support-in-emergencies>),  
Erişim Tarihi: 10.02.2023

**Not:** Bu bilgi notu, belirtilen kaynak derlenerek hazırlanmıştır.