

Gelişimsel Travmaya Okul Ortamında Bağlanma Odaklı Terapötik Müdahale*

Attachment-Focused Therapeutic Intervention to Developmental Trauma in School Environment

Şeyda Sofuoğlu**

İpek Güzide Pur-Karabulut***

To cite this article/ Atf için:

Sofuoğlu, Ş. ve Pur-Karabulut, İ. G. (2019). Gelişimsel travmaya okul ortamında bağlanma odaklı terapötik müdahale. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi – Journal of Qualitative Research in Education*, 7(2), 606-638. doi: 10.14689/issn.2148-2624.1.7c.2s.7m

Öz. Araştırmanın amacı, okul terki riski bulunan gençler ve annelerinin, bağlanma örüntülerinin, çocukluk yaşantılarını göz önünde bulundurarak keşfedilmesidir. Buna ek olarak, bu araştırma ile gelişimsel travmaya bağlanma odaklı yaklaşım çerçevesinden bakılarak uygulanacak bağlanma odaklı terapötik müdahale sürecinin araştırılmasıdır. Araştırmanın amacı doğrultusunda 16 ve 18 yaşında iki lise öğrencisi ve başka bir iki lise öğrencisinin annesiyle nitel bir araştırma yürütülmüştür. Kişisel bilgi formu, görüşme içerik raporları, gözlem raporları ve süpervizyon raporlarıyla elde edilen verilere tematik analiz uygulanmıştır. Analiz sırasında nitel analiz programı MOXQDA'den faydalanılmıştır. Tüm katılımcıların erken çocukluk döneminde başlayan ve ergenlik süresince devam eden ihmal ve istismara maruz kaldığı belirlenmiştir. Katılımcıların istismara maruz kaldıkları bir diğer ortamın okul olduğu görülmüştür. Bunlara ek olarak, tüm katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkları saptanmıştır. Travmatik bağlanma ve güvensiz bağlanma örüntüsüne sahip katılımcıların gelişimsel travma mağduru oldukları söylenebilir. Katılımcıların duygu düzenleme güçlüğü yaşamaları güvensiz bağlanma örüntüsü ve gelişimsel travma ile açıklanabilir. Araştırmada uygulanan bağlanma odaklı terapötik müdahalenin iyileşmede yararlı olduğu katılımcı ifadeleriyle saptanmıştır.

Anahtar Sözcükler: Bağlanma, bağlanma odaklı terapötik müdahale, duygu düzenleme, gelişimsel travma

Abstract. The aim of the research is to discover the attachment pattern of adolescents with the risk of dropping out of school and their mothers by taking into account of these adolescents' childhood. In accordance with this purpose, a qualitative research is conducted by interviewing two high school students, 16 and 18 years old, and two other high school students' mothers. Thematic analysis method was implemented to the data collected by personal information form, interview content reports, survey reports and supervision reports. MAXQDA which is a software package for qualitative and mixed methods research was utilized during qualitative analysis. It was determined that all participants were exposed to neglect and abuse which started in early childhood and proceeded into adolescence period. It was observed that another environment participants were exposed to abuse was school environment. In addition, it was seen that all participants have difficulty in regulating their emotions. We argue that participants who have traumatic attachment and insecure attachment patterns, are the victims of developmental trauma. The fact that participants have difficulty in regulating emotions may be explained via insecure attachment pattern and developmental trauma. It was determined that the attachment-oriented therapeutic intervention that is implemented in the research has positive impact on healing thanks to the participants' statements.

Key Words: Attachment, attachment-focused therapeutic intervention, developmental trauma, emotional regulation

Makale Hakkında

Gönderim Tarihi: 07.07.2018

Düzeltilme Tarihi: 19.03.2019

Kabul Tarihi: 22.04.2019

* Bu makale Şeyda Sofuoğlu'nun Dr. Öğr. Üyesi İpek Güzide Pur-Karabulut danışmanlığında yürüttüğü "Okul Terkinin Önlenmesinde Bağlanma Temelli Terapötik Müdahale" başlıklı yüksek lisans tez araştırmasının bir bölümünü içermektedir.

** Sorumlu Yazar / Correspondence: Uzman Klinik Psikolog, İstanbul, Türkiye, e-mail: seydasofooglu@gmail.com ORCID: 0000-0002-7959-9452

***Maltepe Üniversitesi, İstanbul, Türkiye, e-mail: ipekpur@maltepe.edu.tr ORCID: 0000-0001-8150-8399

Giriş

Van der Kolk (2005) birincil ilişkileri içinde travmaya maruz kalan çocuk ve ergenlerle yaptığı araştırmayla gelişimsel travma bozukluğunu tanımlamıştır. Gelişimsel travma bozukluğu, insan gelişiminin bağlanma, davranış-düşünce-duygu düzenleme, kendilik algısı ve biyolojik olgunlaşma alanlarında zararı görülen, çoklu ya da uzun süreli travmatik deneyimlere maruz kalınması olarak tanımlanır (Teague, 2013). Travmanın erken çocukluk ya da ergenlik döneminde, başka bir ifadeyle gelişimin kritik dönemlerinde, çocuğa güvenlik ve bakım vermesi gereken birincil bakıcı tarafından ihmal ya da istismar (duygusal, fiziksel, cinsel) şeklinde meydana gelmiş olması, çocuğun yaşadığı travmayı gelişimsel travmaya dönüştüren en önemli özelliklerden sayılabilir (Bretherton ve Munholland, 1999). Çocuğun birincil bakıcısı tarafından ihmal ve istismara maruz kalması, aynı zamanda çocuğun bağ kurma ihtiyacını da sekteye uğratar. Bu duruma “bağlanma travması” denir (Ruppert, 2014). Allen’e (2013) göre ise bağlanma travması, bağlanma ilişkisinde meydana gelen kesintinin bağlanma ilişkisini devam ettirme ve geliştirme kapasitesindeki uzun süreli ve aşırı olumsuz etkisidir. Bağlanma ilişkilerindeki travma duygusal sıkıntılarla karşı karşıya kalındığında başa çıkma yolu geliştirmeye engel olur (Allen, 2013).

Çocukla çocuğa bakım veren arasında gelişen ilk ilişkiye “bağlanma” denir (Blaustein ve Kinniburgh, 2010; Teague, 2013). Bowlby, gözlemlerinden ve kuramsal kavramsallaştırmalarından yola çıkarak “Bağlanma ve Kaybetme” (1969) adlı üç ciltlik kitap yayınlamış ve bağlanma kuramının temellerini atmıştır (akt. Schore ve McIntosh, 2011). Bowlby’nin bağlanma kuramına göre, çocuk ve bağlandığı kişi arasındaki tekrarlayan deneyimler çocuğun zihninde bir model oluşturur ve bu modele “içsel çalışan modeller” denir (Kesebir, Özdoğan Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011). Bir başka ifadeyle, çocuk ve birincil bakıcısı arasındaki ilişkide çocuğun ihtiyaçlarına yanıt verilirken kullanılan dışsal sinyallerin sürekli tekrarlanması içsel çalışan modelleri oluşturur (Fraley ve Shaver, 2000). Bu model kişinin kendisi ve diğerleri hakkındaki içsel temsilini de oluşturur. Böylece kişinin zihninde bir “kendilik” ve bir “diğerleri” modeli meydana gelir (Bretherton, 1992). Bağlanma örüntüleri, içsel çalışan modeller aracılığıyla yaşamın ilerleyen yıllarına çok fazla değişime uğramadan aktarılır (Morsünbül ve Çok, 2011). Bu şekilde, annenin bebeğe yönelik davranışları ve iletişim şekli bebeğin ileriki yıllarda davranış ve iletişim şeklinde etkili olur (Kesebir vd., 2011).

Hem gelişimsel travmanın hem de güvensiz bağlanma ve bağlanma travmasının oluşumunda çocuğun birincil bakıcısı tarafından ihmal ve istismara maruz bırakılması söz konusudur (Allen, 2013; Bretherton ve Munholland, 1999; Kesebir vd., 2011). Gelişimsel travmada maruz kalınan ihmal ve istismar şeklindeki çoklu ve uzun süreli travmatik stres duygu düzenleme becerilerinin gelişiminde olumsuz etkiye sahiptir (Teague, 2013). Benzer şekilde bağlanma travması yoğun duygusal sıkıntıya neden olarak duygu düzenleme kapasitesinin gelişimini engeller (Allen, 2013). Başka bir ifadeyle, erken çocukluk döneminde bakıcıyla çocuk arasında kurulan ilişki duygu düzenleme stratejilerini etkiler (Sümer, Oruçlular ve Çapar, 2015). Çocuk bakıcıyla olan etkileşiminden stres yaratan durumların yönetilebilir olduğunu ve engellerin üstesinden gelebileceğini, tehdit içeren olayların sonuçlarını ve gidişatını kontrol edebileceğini öğrenir (Mikulincer, Shaver ve Pereg, 2003). Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip çocuk, duygu sinyallerinin cevaplanacağı beklentisi taşır (Cassidy, 1994) ve annesiyle olan ilişkisinde duygusunu doğrudan aktarabilir (Sümer vd., 2015). Buna ek olarak, güvenli bağlanan çocuklar stres yaratan bir durum karşısında negatif duygulanım yaşar ama bu durum stresi yaratan durumun gerektirdiği sürece devam eder. Bu çocuklar hızlıca toparlanıp duygu düzenlemesi

yapabilir (Gaensbauer ve Mrazek, 1981). Güvensiz bağlanma örüntüsüne sahip çocuk ise, duygu sinyallerinin seçilerek cevaplanacağı beklentisine girer (Cassidy, 1994) ve duygusunu belli sınırlar içinde aktarır (Sümer vd., 2015). Bu çocuklar, bakıcısına karşı öfke ya da korku geliştirerek sıkıntıyı daha fazla arttıran bastırma ya da aşırılaştırma şeklindeki duygu düzenleme stratejilerini kullanmayı öğrenir (Keiley, 2002; Sümer vd., 2015). Tüm bunlara ek olarak, güvensiz bağlanan çocuklarda stres yaratan durum ortadan kalksa dahi negatif duygulanım sürme eğilimi gösterir (Gaensbauer, 1982).

Günümüzde araştırmacılar, travmanın nesiller arası geçişini anlamak için bağlanma kuramından yararlanmaktadır. Bağlanma kuramı üzerinden travmaya odaklanan bu araştırmacılar, travmatik olayın etkilerini ebeveyn ve çocuk arasındaki sözel olmayan ilişkiye dayandırmaktadır (Brothers, 2014). Travmatik olaylara maruz kalmış ya da bağlanma travması olan annenin bağ kurma yeteneği yaşadığı travma nedeniyle sekteye uğradığından bağlanma aracılığıyla yaşadığı travmanın etkilerini çocuğuna aktarır. Bu durum çocukta da bağlanma travması oluşmasıyla sonuçlanır. Kısaca travmatik deneyimler bir nesilden diğerine aktarılarak birçok nesil üzerinde etkili olur (Ruppert, 2014).

Birincil bakıcı ve bebek arasındaki bağlanma, bebeğin beyin gelişimi üzerinde de önemli etkilere sahiptir. Özellikle sağ beyin yaşamın erken yıllarında olgunlaşmakta ve bağlanma ilişkisinden etkilenmektedir (Siegel, 1999; Schore, 2012a). Çocuğun birincil bakıcısı ile ilişkisinde maruz kaldığı travmatik deneyimler sağ beyin fonksiyonlarının gelişiminde değişime neden olur (Schore, 2009). Sağ beyin hayatın erken döneminde yaşanan travmatik deneyimleri saklar ve kişinin hayatta kalmasını sağlayan hayati işlevlerde, stresle başa çıkmada rol oynar (Schore, 2012a). Tüm bunlara ek olarak, sağ beyin kişinin olumsuz durumlara maruz kaldığında bile duygu düzenleme stratejilerini kodlayan içsel bağlanma ilişkisinin modelini barındırır (Schore, 2012b).

Birincil bakıcı-bebek bağlanma ilişkisindeki ve terapist-danışan terapötik ilişkisindeki karşılıklı etkileşimde sağ beyinler arasındaki duygu iletim mekanizmaları ortaktır. Ek olarak, bebekte güvenli bağlanma örüntüsü oluşturabilen annenin özellikleriyle başarılı bir terapistin klinik özellikleri arasında paralellik bulunmaktadır. Anne ve bebek arasındaki duygulanımsal senkronla benzer şekilde, empatik terapist, danışanla duygulanımsal olarak senkron olur ve danışanın değişim gösteren duygulanımsal halleriyle uyumlanır (Schore, 2012b). Bir başka ifadeyle, empatik terapist terapiye gelen kişiyle uyumlanmalı ve terapiye gelen kişinin değişen duygu durumlarına uyumlu karşılık vermelidir (Masterson, 2013). Tıpkı anne-bebek arasındaki ilişkide olduğu gibi terapist-danışan ilişkisinde de sözsüz ilişkisel iletişim önemli role sahiptir. Terapist ve danışan arasındaki ilişkide, güvenli bağlanmayı işleyen terapist ve danışanın sağ beyinleri aktive olur, bilinçdışı olarak iki zihin ve beden birbirine bağlanır, birlikte düzenlenir, son olarak bağlantısı kesilir. Nihayetinde amaç, güvensiz içsel modellerin kazanılmış güvenli içsel modeller şeklinde yeniden örgütlenmesiyle sağ beyinin işlevi olan yeni bağlanmalarda tutarlı, sürekli ve bütünleşmiş bir kendilik hissini oluşturabilmesidir (Schore, 2012b). Tüm bu süreç aynı zamanda aktarım ile ilişkilidir. Terapide aktarım içsel çalışan modellerin dışa vurumudur. Terapide bu dışavurum, terapist tarafından fark edilir. Ardından terapiye gelen kişi durumla yüzleştirilir. Son olarak tüm süreç yorumlanır. Böylece bellekle birlikte duyguların da ortaya çıkması ve bunun sol beyin tarafından işlenmesi sağlanmaya çalışılır. Bunun sonucunda terapiye gelen kişinin eski nörolojik yolları zayıflar ve yenileri güçlenir. Böylece terapiye gelen kişinin empati, kendini düzenleme ve kendini yansıtma kapasitesi artar (Masterson, 2013).

Gelişimsel travmanın tedavisi için önerilebilecek bağlanma temelli tedaviler arasında Travma Sistemleri Terapisi (TST) ve Bağlanma, Öz-düzenleme ve Yeterlik (ARC) modeli yer almaktadır (Kinniburgh, Blaustein ve Spinazzola, 2005; Saxe, Ellis ve Kaplow, 2007). TST'ye göre travma mağduru çocukların duygu düzenleme kapasiteleri sınırlıdır ve bu çocuklar duygu düzenlemede kendisine yardımcı olacak sosyal çevreden mahrumdur. TST bu iki önemli noktayı tedavinin merkezine alır ve tedavi süreci bu iki noktaya göre düzenlenir (Saxe, Ellis, Fogler ve Navalta, 2012). Tedavide hem duygu düzenlemeye yardımcı olma hem de duygu düzenleme güçlüğü yaşanmasına katkıda bulunan çevre koşullarının yeniden düzenlenmesi yer alır (Brown, Mc Cauley ve Navalta, 2013). TST duygu düzenleme için dört aşamalı bir müdahale önerir (Saxe vd., 2007). İlk aşama duygu düzenleme hali denilen, çocuğun sakin olması durumudur. Bu aşamada müdahale olarak, çocuğa duygu düzenleme becerileri kazandırılır. İkinci aşama yüksek hal denilen, travmatik olayı hatırlatan uyarı ya da uyarıcıların ortama girmesi durumudur. Bu aşamada müdahale olarak, çocuğun duygu düzenleme becerilerini kullanması sağlanır. Üçüncü aşama yeniden deneyimleme hali denilen, travmatik olay ile aynı duygunun şimdi ve burada yaşandığı andır. Bu aşamada müdahale olarak, çocuğun kendine ve başkasına zarar vermemesinin sağlanmasıdır. Son aşama olan dördüncü aşama ise, yeniden düzenleme hali denilen çocuğun rahatlatıcı kişi ya da aktiviteyle sakinleşmeye başladığı andır. Bu aşamada müdahale olarak, çocuk tekrar ortama sokulur ve tehdit algısından kurtulması sağlanmaya çalışılır (Saxe vd., 2007).

Bağlanma temelli bir diğer tedavi modeli olan ARC modelinin (Kinniburgh vd., 2005) kuramsal çerçevesini Blaustein ve Kinniburgh (2010) ortaya koymuştur. ARC modelinin travmatik bağlanma ilişkilerinin sonucunda ortaya çıkan problem davranışlara ya da semptomlara dönüşen ve olumsuz çevrede çocuğun hayatta kalmasını sağlayan dürtülerine dayanan bir model olduğu söylenebilir (Blaustein ve Kinniburgh, 2010). ARC modeline göre tedavi dört aşamadan oluşur. Bunlar bağlanma, öz-düzenleme, yeterlik ve travmatik deneyim entegrasyonudur (Kinniburgh vd., 2005). İlk aşama olan bağlanma bileşeni çok önemli bir temel yapıdır. Bağlanma temelli müdahaleler iki önemli amaca odaklanır. Bunlardan birincisi, travmaya maruz kalmış çocuklarla bakıcıları arasında sağlıklı bağlanma inşa etmek, ikincisi ise sağlıklı iyileşme için güvenli ortam oluşturmaktır. Bu iki amaca ulaşmak için dört ilkeye dikkat etmek gerekir. İlk olarak ritüeller ve rutin oluşturarak öngörülebilir bir ortam oluşturmak gereklidir. İkinci olarak yoğun etkiyi yönetebilmek için bakıcının kapasitesini arttırmak gereklidir. Üçüncü olarak çocuğun davranışsal dışavurumuna tepki vermek yerine çocuğun arzu, heyecan, duygulanımına cevap verebilecek bir bakıcı oluşturarak, çocukla bakıcı arasındaki uyumu arttırmak gereklidir. Dördüncü ve son olarak da övgü ve teşvikin kullanımını arttırarak, açıklardan ziyade yetkinliklerle tanımlayarak çocuğun kapasitesini kullanmasına olanak sağlamak gereklidir (Kinniburgh vd., 2005). İkinci aşama olan öz-düzenleme bileşeni duygularla ilgili psiko-eğitimi içermektedir. Bu eğitim duyguları tanıma, başkalarının duygusal ipuçlarını başarılı okuma, duygusal ifade becerileri, yüksek uyarılmadan rahatlama konumuna geri dönmek için gerekli olan duygu düzenleme becerilerini içermektedir (Kinniburgh vd., 2005). Üçüncü aşama olan yeterlik bileşeni ise bilişsel, duygusal, kişisel ve kişiler arası yeterlikleri ortaya koymayı ve bu yeterlikleri güçlendirmeyi içerir. Travma nedeniyle raydan çıkmış olan yetkinlikler de belirlenerek yeniden inşa edilmelidir (Kinniburgh vd., 2005). Son aşama olan travma deneyimi entegrasyonu ilk üç aşama kazanılan becerilerin bütünleştirilmesidir. Kişi kazanılan becerileri şu anki yaşamda uygulamaya teşvik edilir. Ayrıca bu aşamada travmatik anılar ve tetikleyiciler tanımlanır, uyarılma durumunda kendine yüklenme ve bilişler tanımlanır ve üzerine çalışılır (Arvidson, Kinniburgh, Howard, Spinazzola, Strothers, Evans vd., 2011).

Bu araştırmanın amacı, okul terki riski bulunan gençler ve annelerinin, bağlanma örüntülerinin, çocukluk yaşantıları göz önünde bulundurarak keşfedilmesidir. Buna ek olarak, bu araştırma ile gelişimsel travmaya bağlanma odaklı yaklaşım çerçevesinden bakılarak uygulanacak bağlanma odaklı terapötik müdahalenin etkililiğinin anlaşılmasıdır. Yapılan alanyazın incelemesi sonucunda, gelişimsel travmayla ilgili uluslararası araştırmaların mevcut olmasına karşın, Türkiye’de gelişimsel travmayla ilgili yapılan araştırmaların ve makalelerin kısıtlı sayıda olduğu görülmüştür.

Bu kısıtlı sayıdaki araştırmalardan biri Bademci ve Karadayı’nın (2013) yapmış oldukları araştırmadır. Bu araştırma çocuk esirgeme kurumunda akran temelli müdahalelerle sağlanan sosyal olarak güvenli ortamın sokak çocukları üzerindeki etkileri ortaya konulmuştur. Bir diğer araştırma olan Bademci, Karadayı ve de Zulueta’nın (2015) araştırması üniversite ortamında güvenilen bir akranla güvenli bağlanma ilişkisinin sokak çocuklarının duygu düzenleme becerilerini, öz-güvenlerini, stresli durumlara başa çıkabilme kapasitelerini arttırdığı hem katılımcı çocuklar hem de gönüllü akranlar tarafından bildirildiğini ortaya koymuştur. Pur’un (2015) doktora araştırması sonuçlarına göre, üniversite ortamında akran destekli bağlanma temelli müdahalenin devlete bağlı çocuk ve gençlik merkezindeki çocuklarda duygu düzenleme becerilerini geliştirdiği gözlenmiştir. Demir ve Bademci’nin (2016) yapmış oldukları araştırmaları okul ortamında güvene dayalı terapötik ilişkinin suça karışmış ve mahkemeleri devam eden öğrencilerin olumsuzluk ve değersizlik gibi duygularına farkındalık kazanarak, duyguları ve davranışları arasındaki sebep-sonuç ilişkisini görmesine ve psikolojik olarak güçlenmesine katkı sağladığını ortaya koymuştur. Bademci, Karadayı, Pur Karabulut ve Warfa’nın (2017) araştırması sekiz aylık bir psikososyal destek programının çocuk ve genç işçilerin duygusal ve zihinsel iyi oluş halini arttırdığı katılımcı çocuk ve gençlerin ifadeleriyle ortaya konulmuştur. Bademci, Karadayı, Pur Karabulut ve Bağdatlı Vural’ın (2018) okul terki riskiyle karşı karşıya olan öğrencilerle okul ortamında yapmış oldukları araştırmada, bağlanma ilişkisi temelli akran desteğinin öğrencilerin öz-saygı, öz-değer ve öz-yeterliliğini arttırdığı ortaya konulmuştur.

Türkiye’de gelişimsel travmayla ilgili yapılan araştırmaların ve makalelerin kısıtlı sayıda olması nedeniyle araştırmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Çocuğa güvenlik sağlanması ve bakım vermesi gereken birincil bakıcının çocuğu fiziksel, duygusal ve cinsel olarak istismar ve ihmal etmesi gelişimsel travma kavramının açıklanmasında önemli yer tutmaktadır (Bretherton ve Munholland, 1999). Bu nedenle gelişimsel travmanın bağlanma odaklı bakış açısıyla açıklanması ve incelenmesinin faydalı olabileceği düşünülmektedir. Tüm bunların yanı sıra, bu araştırmanın, çocukların gelişim dönemi içinde yaşadığı olumlu ve olumsuz tüm deneyimlerin, çocuk üzerinde, hem bugün hem de erişkinlik döneminde önemli etkiye sahip olması nedeniyle ebeveynlere ve eğitimcilere faydalı bilgiler sunacağı düşünülmektedir.

Yöntem

Araştırma Deseni

Bu nitel araştırmanın desenini fenomenoloji oluşturmaktadır. Langdrige’in (2007) de önerisiyle aynı doğrultuda, bu araştırmada araştırmacı görüşmeler süresince katılımcıların benzer ya da farklı yaşantıları ve olayları nasıl deneyimlediklerine, algıladıklarına ve anlamlandırdıklarına

odaklanmıştır. Yaşanılan deneyimin farklı kişilerce, farklı bağlamlarda, farklı algılandığını kabul eden araştırmacı bu sayede bir deneyimin pek çok farklı anlamını ortaya koymasına olanak sağlamıştır.

Fenomenoloji yaklaşımında araştırmanın katılımcılarını aynı deneyimi paylaşan farklı demografik özelliklere sahip katılımcılar oluşturur. Katılımcı sayısı ise analiz sürecinin zaman alıcı olması nedeniyle beş, altı ya da bazen daha az sayıda tutulur (Langdridge, 2007). Bu araştırmada da benzer nedenlerden katılımcı sayısı iki öğrenci ve iki anne olmak üzere toplam dört olarak belirlenmiştir.

Katılımcılar

Araştırmanın katılımcıları, İstanbul'da bir lisede, 2016-2017 eğitim-öğretim yılında eğitim gören 16 ve 18 yaşında iki lise öğrencisi ve aynı lisede çocuğu eğitim gören iki anneden oluşmuştur. Araştırmacı, öğrenci katılımcıların ve anne katılımcıların benzer geçmiş deneyimlere ve sorunlara sahip olup olmadığını anlamak amacıyla iki lise öğrencisi ve iki anneyle psikolojik destek görüşmeleri yapmıştır. Araştırmaya katılan öğrenci katılımcılar altı aydan uzun süredir kişiler arası şiddete maruz kalan ya da tanık olan, birincil bakıcıları tarafından ihmal ve istismara uğrayan, öfke kontrol problemi yaşayan, yaşitlarına ya da okul çalışanlarına karşı sözle tepkisellik gösteren, hem okul hem de aile ilişkilerinde sorunlar yaşayan öğrenciler arasından gönüllülük esasına göre belirlenmiştir. Araştırmaya katılan anne katılımcılar ise geçmişte altı aydan uzun süre kişiler arası şiddete tanık olan ya da maruz kalan, birincil bakıcıyla ilişkilerinde ihmal ve istismara uğramış olan, çaresizlik ve değersizlik gibi negatif öz-algıları olan, geçmişte okul ve aile ilişkilerinde sorunları olan, halen kişiler arası ilişkilerde sorun yaşayan anneler arasından gönüllülük esasına göre belirlenmiştir. Tüm bunlara ek olarak, araştırmanın katılımcıları okuldan atılma, okula devam etme, düşük ders başarısı, okul terki riski, uyum ve davranış problemlerinden bir ya da birkaçını yaşayan öğrenciler ve bu sorunları yaşayan öğrencilerin anneleri arasından belirlenmiştir. Araştırmacı objektif olabilmek amacıyla görüşmekte olduğu lise öğrencilerinden farklı lise öğrencilerinin anneleriyle görüşmeler yapmıştır. Katılımcılara lisenin rehberlik servisinde görevli iki psikolojik danışman, araştırmacının süpervizörü ve araştırmacı arasında yapılan toplantı ile karar verilmiştir. Öğrenciler psikolojik danışmanla görüşmelerinde araştırmacıyla görüşmeyi kabul etmeleri ve ailelerinin psikolojik destek görüşmelerine izin vermeleri üzerine araştırmacıyla görüşmeye başlamıştır. Annelerle psikolojik destek görüşmesi yapılması için öncelikle lisenin rehberlik servisinde annelerin telefonları alınmış, anneler araştırmacı tarafından liseye görüşmeye davet edilmiş ve ardından görüşmeye katılmayı kabul etmeleri üzerine psikolojik destek görüşmelerine başlanmıştır. Yapılan görüşmelerde etik kurallar çerçevesinde katılımcılara psikolojik destek verilmesi ilk hedef olmuş, araştırma ikinci hedef olarak görülmüştür. Hem araştırmaya katılan öğrenciler ve aileleri hem de araştırmaya katılan anneler araştırmanın amacı, araştırmanın gönüllülük esasıyla yapıldığı ve istedikleri zaman psikolojik destek görüşmelerini sonlandırabileceklerine dair bilgilendirilmiştir.

Katılımcılardan ilki lise öğrencisi olan Eren'dir. Eren, 16 yaşında ve lise 11. sınıf öğrencisidir. Annesi, babası ve kardeşi ile birlikte yaşamaktadır. Üniversitede İngiliz Dili ve Edebiyatı ile Bilgisayar Öğretmenliği bölümlerinde çift anadal yapmak istemektedir. Özel ilgisi mitoloji okumalarıdır. Aynı zamanda satranç oynamaktadır. Görüşmelerde öfke kontrol problemi olduğunu belirtmiştir. Bu nedenle psikiyatriste gittiğini ve ilaç kullandığını ifade etmiştir. Verilen ilaçları genellikle düzensiz kullandığını ya da kendi kararıyla kestiğini belirtmiştir.

Öfkesini kendisine (tırnaklarını kopartma, kendini ısırma gibi) ve dışarıya yönlendirdiğinden (dolap devirme ve eşyaları fırlatma gibi) bahsetmiştir. Eren öfkelenildiğinde annesine bir şeyler fırlatabildiğini söylemiştir. Hayatında zorlandığı durumlarda kendisine destek olacak bir yetişkinin bulunmadığını söylemiştir. Ebeveynlerinin kendisine güvenmediklerini ve yaptıklarını, başarılarını takdir etmediklerini anlatmıştır. Anne ve babasının kendisinin fikirleriyle ilgilenmediğini ifade etmiştir.

Bir başka katılımcı Nihat ise 18 yaşında ve lise 11. sınıf öğrencisidir. Yalnız yaşamaktadır. Babası, Nihat küçük yaşta vefat etmiştir. Annesi ise anneannesiyle yaşamaktadır. Şu an geçimini dolmuşlarda muavinlik yaparak sağladığını söylemiştir. Daha önce ise oto tamircisi, motorlu kurye, garson olarak çalıştığını anlatmıştır. Öfke kontrol problemi yaşadığını ifade etmiştir. Bu nedenle psikiyatriste ve psikoloğa gittiğini söylemiştir. Şu an psikiyatriste ya da psikoloğa gitmediğini ve ilaç kullanmadığını belirtmiştir. Bir görüşmede manevi abisi ve kendisinin psikoloğa şiddet uyguladığını da sözlerine eklemiştir. Çocukluğunda annesi ile yaşadığı dönemde annesinin kendisine fiziksel şiddet uyguladığını ifade etmiştir. Daha önce okuldan atıldığını ve okul değiştirdiğini de belirtmiştir. Okuldan atılma nedeni olarak öğretmenine şiddet uygulaması olarak açıklamıştır. Öğretmeninin kendisine fiziksel şiddet uygulamasının ardından kendisinin de öğretmenine fiziksel şiddette bulunduğunu anlatmıştır.

Bir diğer katılımcı Ayşe Hanım 44 yaşında, ilkokul mezunu ve ev hanımıdır. Çocukluğunu köyde geçirmiştir. 15 yaşında evlenmesiyle İstanbul'a gelerek burada yaşamaya başlamıştır. Evlenmesini evden kurtulmak için yol olarak gördüğünü belirtmiştir. İki oğluyla birlikte yaşamaktadır. Kocasını bir trafik kazasında kaybetmiştir. Eşi ölmeden önce evde hoşuna gitmeyen bir şey olduğunda herkese bağırdığını ve yüksek sesle konuştuğunu, ama eşinin vefatından sonra sakinleştiğini anlatmıştır. Büyük oğlunun yaklaşık iki senedir öfkesini kontrol etmede güçlük yaşadığını, öfkelenildiğinde eşyalara ve kendisine zarar verdiğini ifade etmiştir. Öfkelendiklerinde çocuklarını sakinleştiremediğini anlatmıştır. Çocuklarıyla ilgili sorunlarla baş etmede güçlük yaşadığını ve böyle durumlarda eşinin ağabeyinden yardım aldığını belirtmiştir. Eşinin abisinin bu durumlarda Ayşe Hanım'ın çocuklarına fiziksel şiddet uyguladığını söylemiştir. Annesinin zihinsel engelli olduğunu, ev işlerini yapamadığını ve bu nedenle sekiz yaşında ev işlerini kendisinin yaptığını anlatmıştır. Annesinin kendisine sürekli fiziksel şiddet uyguladığını ve küfür ettiğini, annesi kendisine fiziksel şiddet uygulayacak diye annesinden çok korktuğunu belirtmiştir. Annesinin babasından çok fazla fiziksel şiddet gördüğünü ve kendisinin de buna sıkça tanık olduğunu ifade etmiştir. Ayşe Hanım okulda öğretmenin kendisine fiziksel şiddet uyguladığını ve bu durumu ailesinin bilmesine rağmen ses çıkartmadığını anlatmıştır.

Son katılımcı Umut Hanım, 35 yaşında ve evlidir. 10 İstanbul'da yaşamaktadır. Yaşamının çoğunu köyde geçirdiğini söylemiştir. Umut Hanım ilkokul, eşi ise ortaokul mezunudur. 16 yaşında ve 14 yaşında iki oğlu ve üç yaşında bir kız çocuğu vardır. Şu an üç çocuğu ve eşi ile birlikte yaşadığını belirtmiştir. Bir şirkette temizlik ve servis elemanı olarak çalışmaktadır. Çocuklarıyla ilgili problemler yaşadığını ve bu gibi durumlarda kimseden destek alamadığını belirtmiştir. Büyük oğlunun sigara içen, okuldan kaçan ve alkol kullanan arkadaşlarının olduğunu, bu konuda sürekli tartıştıklarını ama bu duruma çözüm bulamadığını anlatmıştır. Kendisi onyediy yaşında görünür usulü ile zorla evlendirildiğini, evlendikten üç gün sonra fiziksel şiddetin başladığını ve hamile olduğunda bile devam ettiğini ifade etmiştir. Eşinin kendisine sadece yalnızken değil başka insanların olduğu yerde de fiziksel şiddet uyguladığını, bir defasında bu duruma büyük oğlunun da şahit olduğunu anlatmıştır. Umut Hanım çalıştığı için erkek çocuklarıyla ilgilenemediğini ama şu an kız çocuğuna vakit ayırdığını söylemiştir.

Annesini önyargılı biri olarak tarif etmiştir ve annesinden hiç destek görmediğini belirtmiştir. Çocukluğunda annesini hiç mutlu görmediğini ifade etmiştir. Annesinin, kendisini hep babasını daha fazla sevmekle suçladığını da söylemiştir. Babasının işi nedeniyle eve çok az geldiğini ve babasını evlenene kadar evde çok az gördüğünü ifade etmiştir. Çocukluğunda babasının evde olduğunda fiziksel şiddet uygulamadığını ama kendilerine bağırıldığını anlatmıştır. Umut Hanım okulda öğretmeninin kendisine ve sınıf arkadaşlarına fiziksel şiddet uyguladığını söylemiştir. Ailesinin dayak cennetten çıkmadır anlayışına sahip olduğundan okulda fiziksel şiddete maruz kalmasına ses çıkartmadıklarını belirtmiştir. Görüşmelerde çocukluğunda erkek gibi yetiştirildiğini ve duygularının olmadığını belirtmiştir.

Araştırmacının Refleksif Yaklaşımı

Refleksif yaklaşım, nitel araştırmada araştırmacının rolüne analitik bakış açısıyla odaklanması ve araştırma süreci içerisinde öznelliğin rolü üzerine iç gözlem yapmaktır (Palaganas, Sanchez, Molintas ve Caricativo, 2017). Bir başka ifadeyle refleksivite araştırma sürecinde özellikle çalışmanın metodudur (Parker, 2005) ve kişisel farkındalığı da gerektirir (Palaganas vd., 2017).

Refleksivite araştırmacının hem iç sürecine hem de kişiler arası sürecine odaklanır (Attia ve Edge, 2017). Cinsiyet, ırk, cinsel yönelim, yaş, kişisel deneyimler, ön yargılar, tercihler, politik ve ideolojik görüşler gibi araştırmacının kişisel özelliklerinin araştırmayı nasıl etkilediğini anlamak için kullanılır (Attia ve Edge, 2017; Berger, 2013; Palaganas vd., 2017). Araştırmacının dünya görüşü ve geçmiş yaşantıları dünyayı nasıl algıladığını, nasıl bir dil kullandığını, sorduğu soruları, katılımcılardan aldığı bilgilerden nasıl anlam çıkardığını da etkiler. Bu durum aynı zamanda çalışmanın bulgularını ve sonucunu da etkiler (Berger, 2013). Araştırmacı ve katılımcılar arasındaki ilişkinin etkisinin net ortaya koyulması refleksivitede önemli bir husustur (Palaganas vd., 2017). Tüm bunlara ek olarak araştırmacının araştırma sürecine aktif katılımı da söz konusu olduğundan, araştırma bittiğinde araştırmacının benliğinde de farklılık olur (Attia ve Edge, 2017; Palaganas vd., 2017).

Araştırmacının psikolojik destek görüşmeleri başlamadan önce belirlenen ilk amacı, katılımcılarla güven temelli terapötik ilişki kurmasıdır. Buna ek olarak araştırmacı, araştırma süresince psikolojik destek görüşmelerinde aktif katılım sağlayacağını ve müdahale teknikleri kullanacağını, araştırma bittiğinde profesyonel ve kişisel anlamda benliğinde farklılık yaşayabileceğini düşündüğünden bu araştırmada refleksif yaklaşımı benimsemiştir.

Bu araştırma Maltepe Üniversitesi Sokakta Yaşayan ve Çalışan Çocuklar için Uygulama ve Araştırma Merkezi (SOYAÇ) bünyesinde okul terkinin önlenmesi amacıyla yürütülen bir proje kapsamında gerçekleştirilmiştir. SOYAÇ "Safe Families Safe Children" (SFSC) Uluslararası Sokak Çocukları Koalisyonu üyesidir. Merkezin amacı sokakta yaşayan, çalıştırılan, suç mağduru olan, suça itilmiş çocuklar için mevcut rehabilitasyon hizmetlerinin iyileştirilmesi; çocuk istismarı ve şiddetinin önlenmesine yönelik çalışmalarda bulunmaktır. SOYAÇ bünyesinde çocuk adalet sistemi içerisinde ya da okullarda çocuklarla çalışan uzmanlara ve çocukların ailelerine yönelik çalışmalar da yürütülmektedir. Merkezde gerçekleşen faaliyetler Maltepe Üniversitesi psikoloji bölümü öğretim görevlileri başta olmak üzere, sosyal hizmet bölümü öğretim görevlileri ve üniversite bünyesindeki diğer bölümlerin öğretim görevlilerinin de katılımıyla yürütülmektedir. Tüm çalışmalar psikoloji bölümü ve sosyal hizmet bölümü öğretim görevlilerinin süpervizörlüğünde gerçekleştirilmektedir. Çalışmalarda öğretim görevlilerinin yanı sıra Maltepe Üniversitesi klinik psikoloji ve psikoloji bölümü başta olmak

üzere, sosyal hizmetler bölümü ve diğer bölümlerde eğitimine devam eden öğrenciler de aktif görev almaktadır. SOYAÇ bünyesinde yürütülen çalışmalar Maltepe Üniversitesi'nde ya da çocukların bulunduğu kurumlarda gerçekleştirilmektedir (SOYAÇ, 2017).

Araştırmacı 2015-2016 eğitim ve öğretim yılı süresince SOYAÇ'ta bir öğrenciyle süpervizyon desteği alarak psikolojik destek görüşmeleri yapmıştır. Bu nedenle araştırmacı, 2016-2017 öğretim yılı süresince yapılan bu araştırmada görüşmeler boyunca daha spontan ve rahat olduğunu düşünmüştür. Araştırmacı tüm görüşmeleri okul ortamında gerçekleştirmiştir. Bu nedenle anne katılımcıların kendilerini rahat ve açık şekilde ifade edemeyecekleri düşüncesiyle biraz kaygılanmıştır. Anne katılımcıların iki ya da üç görüşme sonrasında maruz kaldıkları duygusal istismarı anlatarak kendilerini araştırmacıya açmaya başlamasıyla araştırmacının kaygıları azalmıştır. Bununla birlikte anne katılımcılarla yapılan beşinci görüşme sonrasında okul yöneticileri görüşme yapılan ve görüşme için uygun olan oda yerine okuldaki kullanılmayan bir sınıfta görüşmelerin yapılmasını istemiştir. Annelerin bu değişiklikten olumsuz etkilenebileceği düşüncesi nedeniyle araştırmacı yeniden kaygılanmıştır. Bu değişikliğin ardından yapılan ilk görüşmede anne katılımcıların rahat ve açık şekilde kendilerini ifade etmeye devam ettiklerini gören araştırmacının kaygısı yatışmıştır. Araştırmacı benzer bir kaygıyı öğrencilerden biriyle görüşürken de yaşamıştır. Görüşme yapılacak salonda başka görüşmeler yapılıyor olması nedeniyle öğrencinin görüşmeye odaklanamayacağı düşüncesi araştırmacıda kaygı yaratmıştır. Görüşme başladığında ise öğrencinin rahat ve açık şekilde konuşması araştırmacının kaygısını yatıştırmıştır. Öğrenci katılımcılar annelerinin kendilerini ihmal ve istismara maruz bıraktıklarını ifade ettiklerinde araştırmacı öğrenci katılımcıların annelerine öfkelenmediğini fark etmiştir. Araştırmacı anne katılımcıların çocuklarını ihmal ve istismara maruz bıraktıklarını ifade ettiklerinde ise annelere öfkelenmediğini fark etmiştir. Annelerin başka bir iletişim yolu bilmediklerini ve bu yolla çocuklarıyla iletişim kurduklarını düşündüğünü fark etmiştir.

Araştırmacı görüşmeler boyunca hem öğrencilerin hem de annelerin duygu düzenleme güçlüğü yaşadıklarını fark etmiştir. Bunun üzerine duygu düzenleme becerileri üzerine çalışmaya başlamıştır. Buna ek olarak empatik dinlemeye de ihtiyaç duyduklarını görmüştür. Hem öğrenciler hem de anneler dinlenmediklerinden, dinlenseler de eleştirilmekten şikayet etmişlerdir. Katılımcıların duygu ile düşünce arasındaki ayrımı yapamadıklarını belirlenmiştir. Bunun üzerine duyguları ve düşünceleri arasındaki farklı anlamları için çalışmalar yapılmıştır. Araştırmacı görüşmeler ilerledikçe katılımcıları daha da yakından tanıdığını fark etmiştir. Bu durumun katılımcılar ve araştırmacı arasındaki uyumu olumlu etkilediğini düşünülmüştür. Görüşmeler ilerledikçe katılımcıların olaylar ya da kişiler karşısında ne hissettiklerini doğru şekilde anlayabildiğini de fark etmiştir.

Veri Toplama Araçları

Katılımcıların yaşamlarının erken dönemlerinden başlayarak maruz kaldıkları travmatik olayları bir başkasıyla paylaşmasının güç ve hassas bir konu olması nedeniyle, araştırmacıyla katılımcılar arasında güven ilişkisine dayalı bir ilişki kurulması değerlendirmenin en önemli unsurunu ve araştırmanın ölçüm aracını oluşturmuştur. Araştırmada müdahale tekniği olarak bağlanma odaklı terapötik ilişki kullanılmıştır. Ek olarak araştırmacı, katılımcılarla yaptığı her psikolojik destek görüşmesi için klinik süpervizöründen süpervizyon almıştır. Klinik süpervizör, Maltepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde Doktor Öğretim Üyesi'dir ve aynı zamanda araştırmacının Klinik Psikolojik Yüksek Lisans Programı kapsamında tez danışmanıdır. Klinik

süpervizör, risk altındaki gençlerle “duygu düzenleme” konusunda çalışmakta ve üniversitelerin klinik psikoloji yüksek lisans programlarında travma bilgisine dayalı (trauma informed) psikoterapi süpervizyonu vermektedir.

Araştırmanın veri toplama araçlarını (1) lise öğrencileri için kişisel bilgi formu (doğum tarihi, doğum yeri, kaçınıcı sınıfta okuduğu; ebeveynlerinin yaşı, mesleği, eğitim durumu gibi demografik bilgiler), (2) öğrenci anneleri için kişisel bilgi formu (doğum tarihi, doğum yeri, eğitim durumu, mesleği, medeni durum gibi demografik bilgiler), (3) araştırmacının yapmış olduğu 40 dakikalık görüşme içeriğinin dökümü, (4) araştırmacının katılımcılarla ilgili gözlem raporları (görüşme öncesi, devam ederken, sonrası), (5) araştırmacının süpervizyon raporları oluşturmuştur.

Verilerin Toplanma Süreci ve Analiz Edilmesi

Her bir katılımcıyla yarı-yapılandırılmamış görüşme tekniği kullanılarak 40 dakikalık birebir psikolojik destek görüşmeleri yapılmıştır. Türnüklü'nün (2000) de açıkladığı doğrultuda, araştırmacı görüşmenin akışı içerisinde farklı ya da alt sorular yönelterek görüşmelerin akışını etkilemiş ve katılımcıların ifadelerini daha fazla detaylandırmasını sağlamaya çalışmıştır. Görüşmeler sırasında ya da görüşmeler sonlandırıldığında ihtiyaç duyması halinde katılımcılar Marmara Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalı polikliniklerine birlikte internet üzerinden randevu alınarak yönlendirilecekti, fakat görüşmeler sırasında böyle bir ihtiyaç ortaya çıkmamıştır. Öğrenci Eren'le 17, öğrenci Nihat'la 11, Ayşe Hanımla 10 ve Umut Hanımla 5 psikolojik destek görüşmesi yapılmıştır. Her katılımcıyla farklı nedenlerden farklı sayıda görüşme yapılmıştır. Öğrenci Eren'le hastalık nedeniyle okula gelmemesi ve ara tatilde görüşme yapılamaması nedeniyle toplam 17 görüşme yapılmıştır. Öğrenci Nihat'la hastalık nedeniyle okula gelmemesi ve bahar dönemi ortasında farklı bir okula kendi isteğiyle geçiş yapması nedeniyle 11 görüşme yapılmıştır. Ayşe Hanımla işten izin alamadığı haftalar görüşmeye gelememesi nedeniyle toplam 10 görüşme yapılmıştır. Umut Hanımla işten izin alamaması nedeniyle bazı görüşmelere gelememesi ve bahar döneminin başında bir yakınına vefatıyla birkaç aylığına şehir dışına çıkması nedeniyle toplam 5 görüşme yapılmıştır. Araştırmaya katılan annelere araştırmanın gönüllülük esasına dayandığına ve eğer isterlerse çalışmaya katılmama ya da çalışma başladıktan sonra herhangi bir zamanda çalışmayı yarıda bırakabileceklerine dair “bilgilendirilmiş onam formu” verilmiştir. Ek olarak katılımcılara görüşmeler sonrasında yayınlanacak olan araştırmalarda katılımcıların ifadelerinin bir bölümüne yer verileceği hususunda da bilgi verilmiştir.

Araştırmanın yapılabilmesi için araştırmanın konusu ve içeriği hakkında detaylı bir rapor Maltepe Üniversitesi Etik Kurulu'na sunulmuş ve araştırmanın uygulanabilmesi için gerekli izin alınmıştır. Lisede yapılacak olan, öğrencilerin bilişsel, psikolojik ve sosyal olarak desteklenmesini içeren uygulamanın ve tüm süreci kapsayan araştırmanın yayınlanması için izin Maltepe Kaymakamlığı ve Maltepe Üniversitesi arasında yapılmış olan protokolle sağlanmıştır. Bu protokol kapsamında, öğrenciler ve ebeveynlerine yönelik psikolojik destek görüşmeleri ve projenin etkinliğinin değerlendirilmesi amacıyla yapılacak çeşitli bilimsel araştırmalar için izin mevcuttur.

Bu araştırma 2015-2016 ve 2016-2017 eğitim ve öğretim yıllarında devam etmiş olan, Maltepe Üniversitesi Sokakta Yaşayan ve Çalışan Çocuklar için Uygulama ve Araştırma Merkezi (SOYAÇ) bünyesinde yürütülen Liseden Üniversiteye Gençler Birlikte Projesi kapsamında

gerçekleştirilmiştir. Araştırmacı bu projede iki lise öğrencisine ve başka iki lise öğrencisinin annesine psikolojik destek sağlamak için görev yapmıştır. Araştırma süresince öğrenci katılımcılarla her hafta aynı günde görüşülmüştür. Öğrenci katılımcıların her hafta aynı derse girmemesi nedeniyle ders kaybı yaşamasının önüne geçmek için bir hafta saat 9:30'da diğer hafta saat 11:00'da görüşmelere başlanmıştır. Lise öğrencileriyle lise ve üniversitede eğitim ve öğretimin devam ettiği ortak günlerde görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Öğrenci katılımcılarla görüşmeler lisenin SOYAÇ bünyesinde yürütülen proje kapsamında yapılacak görüşmeler için ayrılmış olduğu büyük salon ya da salonun dışındaki daha küçük olan bekleme odasında yapılmıştır. Her görüşmenin ardından öğrenciler SOYAÇ tarafından düzenlenen atölye çalışmalarına (ritim, spor, okuma, psikodrama vb.) katılmıştır. Öğrenci katılımcılardan Eren, ikinci ve üçüncü psikolojik destek görüşmesinden sonra toplamda iki kez atölye çalışmasına katılmış ve atölye çalışmasında sıkıldığını belirterek kendi isteğiyle atölye çalışmasını bırakmıştır. Öğrenci katılımcılardan Nihat ise 9, 10 ve 11. psikolojik destek görüşmesinden sonra, toplam üç kez atölye çalışmasına katılmış ve ardından okul değiştirmesi nedeniyle atölye çalışmasını bırakmıştır. Öğrenci Nihat duygu düzenleme ve iletişim becerileri kazandıktan sonra atölye çalışmasına dahil olmuştur. Öğrenci Nihat psikolojik danışmanlık görüşmeleri başladığında arkadaşlarıyla ve öğretmenleriyle dalga geçtiği, akran zorbalığı yaptığı, arkadaşlarının sözlerini keserek onların yerine konuştuğu bilgilerini içeren ifadelerde bulunmuştur. Nihat atölye çalışmalarına başladığında akranlarıyla ve psikodramatistle dalga geçmeyen, diğerlerinin sözünü kesmeden ve bir şey söyleyecekse kendi adına konuşan, akranları yardıma ihtiyacı olduğunu ifade ettiğinde destek olmaya çalışan bir kişi olarak gözlemlendiği psikodramatist tarafından ifade edilmiştir. Tüm bu nedenlerle araştırmanın etkinliğine atölye çalışmalarının karışma olasılığının olmadığı düşünülmektedir. Araştırmacı bu atölye çalışmalarına gözlemci olarak katılmıştır. Anne katılımcılarla ise lisenin rehberlik servisi psikolojik danışmanlarının kullandıkları görüşme odasında ya da okulun kullanılmayan boş bir sınıfında her hafta aynı gün ve saatte görüşmüştür. Anne katılımcılarla yapılan görüşmeler ara tatil verilmeden gerçekleştirilmiştir.

Ardından toplanan tüm veriler bir araya getirilmiştir. Araştırmada veri toplama yöntemi olarak doküman incelemesi kullanılmıştır. Doküman incelemesi, araştırılması amaçlanan olgu ya da olgularla ilgili bilgilerin olduğu materyallerin analizini içerir. Doküman incelemesi aracılığıyla gözlem ve görüşme yoluyla elde edilen bilgilerin yanı sıra araştırma problemiyle ilgili yazılı ve görsel materyaller ve malzemeler de araştırmaya dahil edilebilir. Tüm bunlara ek olarak doküman incelemesi, araştırma problemiyle ilgili birden fazla kaynak tarafından değişik zaman aralıklarıyla üretilmiş belgelerin geniş zaman diliminde analizini mümkün kılar (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Görüşmelerde yeni tema ya da kategori oluşmaması nedeniyle verilerin doyuma ulaştığı kabul edilerek görüşme raporlarının analizine başlanmıştır. Teorik doygunluk, yeni anlayışın oluşmadığı noktadır. Bu noktada elde edilen verilerden yeni tema ya da yeni kategoriler elde edilemez (Bowen, 2008). Tüm kategoriler doyuma ulaştığında araştırmaya son verilir (Morse, 1995). Bu hususlar dikkate alınarak araştırma verilerinin tematik analizle çözümlenmesine geçilmiştir.

Araştırma süresince toplanan tüm veriler bir araya getirilmiş ve raporlara tematik analiz uygulanmıştır. Tematik analiz veri seti içindeki temaların tanımlanması, analiz edilmesi ve raporlanması için kullanılan bir nitel analiz yöntemidir. Buna ek olarak tematik analiz araştırma konusunun çeşitli yönlerinin yorumlanmasına da olanak sağlar (Braun ve Clarke, 2006). Bu nedenlerle bu araştırmada tematik analiz kullanılmıştır. Tematik analiz yapılırken nitel analiz programlarından MAXQDA 10'dan faydalanılmıştır.

Analiz sırasında toplam 43 görüşme raporu incelenmiştir. İlk olarak toplanan tüm veriler tek tek okunarak kodlar ve temalar belirlemiştir. Ardından verilerdeki ortak kod ve temalar ortaya çıkartılmıştır. Tüm veri seti nitel analiz programlarından MAXQDA 10'a girilmiş, literatür gözetilerek düzenlenmiş ve analiz edilmiştir.

Bulgular

Katılımcıların ifadelerinden elde edilen veriler (1) "Gelişimsel Travma", (2) "Bağlanma ile İlişkili Sorunlar", (3) "Duygu Düzenleme", (4) "Bağlanma Odaklı Terapötik Müdahale", (5) "Terapötik İlişki" ve (6) "İyileşme" temaları altında sunulmuştur.

Gelişimsel Travma

Katılımcıların ifadelerinden erken çocukluk dönemlerinde başlayan ve ergenlik dönemince devam eden, uzun süreli ve tekrarlı stresli olaylara maruz kaldıkları görülmüştür. Bu konuya ilişkin görüş örnekleri aşağıda verilmiştir:

"Dedem (babasının babası) hep bana 'babana benziyorsun, onun gibi salaksın' gibi şeyler söyler. Bana her zaman aşağılayıcı sözler söyler." (Nihat, 18 yaşında)

"Küçük yaştan itibaren zaten evin işlerini hep ben yapardım. Kimse yardım etmezdi. Annem zaten yapamazdı. Ben daha çocuktum ama 8 yaşında ev işlerini, yemek yapmayı öğrenmiştim." (Ayşe, 44 yaşında)

Tüm katılımcıların maruz kaldıkları stres etkenlerini başta anne ve baba tarafından ihmal ve istismar (fiziksel, duygusal) oluşturduğu belirlenmiştir. İhmal ve istismara (fiziksel ve duygusal) dair bulgular, "Bağlanma ile İlişkili Sorunlar" başlıklı bölümde detaylandırılmıştır. Aile içi şiddete tanık olma katılımcıların ifade ettikleri bir diğer stres etkenini oluşturduğu görülmüştür. Örnek ifadeler şunlardır:

"Biz ailede kavga ederken birbirimize hep bir şeyler fırlatırız. Elimize ne geçerse atarız." (Eren, 16 yaşında)

"Babam annemi sürekli döverdi. Babam annemin zihinsel engelli olduğunu bilerek istedi. Hatta annemle babamın evlenmesine dayım karşı çıkmış. Annesiyle babasına 'kardeşimi orada ezerler, kız kardeşimi vermem' demiş ama annesi ve babası annemi evlendirmiş. Babam 'ben onu döve döve yola getiririm, düzeltirim' derdi. Ben bile küçük yaşta annemi döverek düzeltmeyeceğini anlamıştım. Ama babam anlamamıştı." (Ayşe, 44 yaşında)

Katılımcıların tümünün stresli olaylar karşısında kendilerini yatıştırmada ve stresle başa çıkmada zorluk yaşadığı görülmüştür. Kendilerini yatıştırmak için kullandıkları yöntemler arasında sıklıkla çevredeki kişilere bağırma gelirken, daha az olarak çevredeki eşyalara zarar verme görülmüştür. Buna ek olarak, stresli durumlarda riskli davranışlar ve kendine zarar verme davranışları da yine katılımcıların kullandığı davranışlardandır. Bu durum katılımcıların ifadelerine aşağıdaki şekilde yansımıştır:

"İlk kez cinsel ilişkiye, 7. Sınıfta (13 yaşında) Özbek bir sevgilim vardı onunla girdim. Bu bir sene sürdü. Özbek sevgilimden ayrıldıktan sonra sadece bir kere cinsel ilişkiye girdim. O da arkadaşımınla birlikte gitmiştik. 10. sınıftaydık (15 yaşında). Arkadaşım 'aşağıda sahilde, gidelim' dedi. Şeylere

işte, anlarsınız. Arabada oldu bu. Bir anda hareket edince araba şaşırırdım. Önde iki kadın oluyor. Bir kadın arabayı kullanıyor. Diğer kadın da oturuyor yanında. Arkada işi yapan kadın var.” (Eren, 16 yaşında)

“İlk alkol kullanmaya babam öldüğünde başlamıştım. 10 yaşındaydım. Artık alkollüyken araç bile kullanıyorum. Ne kadar içeceğimi biliyorum.” (Nihat, 18 yaşında)

Tüm katılımcıların okul ortamında istismara (fiziksel ve duygusal) maruz kaldıkları belirlenmiştir. Özellikle anne katılımcılar, okulda maruz kaldıkları fiziksel şiddeti ebeveynlerinin bilmesine rağmen sessiz kaldıklarını ifade etmiştir. Konuyla ilgili örnek ifadeler şöyledir:

“Söyledik dayak yediğimizi okulda ama bizde ‘dayak cennetten çıkmadır’ sözü vardı. O yüzden ailelerimiz hiç öğretmene bir şey söylemezdi.” (Umut, 35 yaşında)

“Okulla ilgili ilk aklıma gelen öğretmenimin küpemi tutup çekmesi. Bu beni çok etkilemişti. Birde öğretmenimiz bizi döverdi. Eğer ödevlerimizi yapmazsak öğretmenden tokat yerdik.” (Ayşe, 44 yaşında)

Katılımcıların ifadeleri incelendiğinde kardeşlerinin ihmal ve istismara maruz kalmalarına tanıklık ettikleri görülmüştür. Aşağıda örnek bir görüş verilmiştir:

“Bir kardeşim mesela merdivenlerden düşerek ölmüş. Zaten merdivenlerden düşünce kafasının arkasından epeyce kan gelmiş. O zaman amcamlar ‘bu çok yaşamaz, hastaneye götürmeye gerek yok’ demişler. Hastaneye götürmemişler. Öyle ölmüş.... Bir ablamda mesela bir yaşındayken damdan düşmüş. Yirmi dört saat kendisine gelememiş. Şimdi zeka olarak normal ama zihinsel olarak rahatsız.” (Ayşe, 44 yaşında)

Kişiler arası ilişkilerde problem yaşadıkları görülen katılımcıların, özellikle anne ve babalarıyla kurduğu ilişkinin bir benzerini diğer ilişkilerine taşıdıkları görülmüştür. Öğrenci katılımcıların akranlarıyla ya da yetişkinlerle olan ilişkilerinde sözel olarak tepkisel davrandıkları belirlenmiştir. Öğrenci katılımcılara benzer şekilde anne katılımcıların da ergenlik dönemlerinde daha öfkeli oldukları görülmüştür. Katılımcılarından örnek görüşler verilmiştir:

“Şuna bak (başka bir lise öğrencisini göstererek.) Şaklaban çıktı işte. Eline gitarını alıp fırlıyor hemen.” (Nihat, 18 yaşında)

“İlaç kullandığım hafta boyunca, eskiden, arkadaşlarına karşı daha yumuşak ve onları kırmamak için doğruları söylemiyordum. Şimdi daha dürüst oldum. İlaç kullanmadığımda düşüncelerimi söylüyorum. Bu da sınıftakilerin hoşuna gitmiyor tabi. Mesela ben sınıftakilere ‘siz başkalarının açtığı yoldan ilerleyeceksiniz, kendiniz bir yol açamayacaksınız’ dedim. Hepsi bana gıcık oldu.” (Eren, 16 yaşında)

“Ergenlikte her şey benim için çekilmezdi. Ergenlikte neden bu kadar hırçın olduğumu anlamıyorum.” (Ayşe, 44 yaşında)

Tüm katılımcıların ifadelerinde çaresizlik, yetersizlik, olaylar üzerinde etkisi olmadığını düşünmek gibi düşük kendilik değerine işaret eden ifadeler de görülmüştür. Tüm bunlara ek olarak, özgüvenle ilgili aşağıdaki gibi olumsuz ifadelere de rastlanmıştır:

“Mutsuz, çaresiz, yalnız ve kimsesiz hissediyorum.” (Nihat, 18 yaşında)

“Ben özgüvenli biri değilim. Eskiden kullandığım ilaçların bazıları özgüvenimi arttırdı. O zaman hatta insanların yanında daha rahat davranabiliyordum. Bu yüzden sanırım geçmişte sevgilim oldu ama kısa sürdü. Ben uzun süren bir ilişki istiyorum.” (Eren, 16 yaşında)

“Benim artık dersi falan kafam almıyor. Zaten gidip bitirsem okulu yaşım kaç olacak. Çalışmam da lazım. Artık yapamam.” (Ayşe, 44 yaşında)

Bağlanma İle İlişkili Sorunlar

Katılımcıların pek çok ifadesi, bağlanma ile ilişkili yaşadıkları sorunlara işaret etmektedir. Yapılan görüşmelerde, katılımcıların, bağlanma ile ilişkili sorunlarına işaret ettiği düşünülen ifadelerini fiziksel istismar, duygusal istismar ve ihmal konuları altında toplamak mümkündür.

Anne katılımcıların erken çocukluk ve çocukluk dönemlerinde birincil bakıcıları olan anneleriyle ilişkileri hakkında konuşmaktan hoşlanmadıkları ve bu konuda konuşmaktan rahatsız oldukları gözlenmiştir. Öğrenci katılımcılar da benzer tepkilerde bulunmuştur. Lise öğrencilerinin, şu an ve erken çocukluk dönemlerinde anneleriyle olan ilişkileriyle ilgili konuşmaktan rahatsız oldukları görülmüştür. Öğrenci katılımcılar bazen konuyu değiştirmeye çalışmışlar, bazen de açıkça konuşmak istemediklerini dile getirmiştir.

Tüm katılımcılar, sıklıkla birincil bakıcıları olan anneleri daha az sıklıkla ise babaları tarafından duygusal istismara maruz kaldıklarını gösteren ifadelerde bulunmuştur. Katılımcılar, anneleriyle olan ilişkilerinde ağırlıklı olarak baskı ve reddedilmenin söz konusu olduğunu belirtmiştir. Buna ek olarak, tehdit etme, yaşından büyük sorumluluk bekleme, yalnız bırakma, kardeşle kıyaslama, duygusal ihtiyaçları karşılamama gibi duygusal istismarı işaret eden ifadeler de bulunmuştur. Katılımcıların konu ile ilgili dikkat çeken ifadeleri şunlardır:

“Mutlu olduğumda anneme sarılmak isterim. Annem buna izin vermez. ‘Bana yaklaşma, dokunma bana, sırnaşma’ der. Öpmeme izin vermez. Aslında ben mutluysen ona sarılmak istiyorum, onu öpmek istiyorum. Bir keresinde mutluysen anneme sarılıp, öpecektim. Tam o sırada annem mutfakta bir şeyler kesiyordu. Bıçağı bana doğrulttu ve bana, ‘yaklaşma dedim sana’ dedi.” (Eren, 16 yaşında)

“Annemle şu an nadiren görüşüyoruz ve görüştüğümüzde sıradan naber, nasılsın konuşmaları oluyor. Onunla çok yakın değilim. 8 yaşında babamı kaybettiğimden beri annem anneannemde yaşıyor. Ben akrabalarımda kaldım bir süre, birkaç yıl sonra babamın evine taşındım. Şu an yalnız yaşıyorum. Yani babam öldüğünden beri zaten annemden ayrı yaşıyorum. Annem bana parasal destek de olmuyor. Kendim çalışıp kendim para kazanıyorum. Ev işlerini de kendim yapıyorum. Çamaşır, bulaşık her şeyimi kendim yapabiliyorum.” (Nihat, 18 yaşında)

“Beni hep babamı daha çok sevmekle suçlardı.” (Umut, 35 yaşında)

“12 yaşında dedem öldü. İşte o zaman anladım kimseye bağlanmamam gerektiğini.” (Eren, 16 yaşında).

“Annem abimi emzirir gibi yapıp beni kıskandırdı. Bende ağlardım. Aynısını benden 3 yaş küçük kardeşime de yaptı. Beni emzirir gibi yapıp kardeşimi kıskandırdı. Kardeşimde ağlardı. Neden yapardı böyle bir şey anlamıyorum.” (Ayşe, 44 yaşında)

“Annemle hiç konuşamıyoruz ki. Annemle konuşmaya çalıştığımda hep ‘git başımdan, işim var’ diyor. Bir şey anlatıp düşüncelerimi paylaştığımda ‘içimi karartıyorsun, kes sesini, konuşma benimle’ der” (Eren, 16 yaşında)

Babalariyla olan ilişkilerinde ise, “bağırma” en sık rastlanan duygusal istismar türü olduğu görülmüştür. Ek olarak, baskıcı davranma, aşağılama, yaşından büyük sorumluluk verme ve sınırsız ilişki kurma da diğer duygusal istismar türlerini oluşturduğu belirlenmiştir. Konuya ilişkin görüşlerden örnekler aşağıda verilmiştir:

“Annem ve babam benim fikirlerimle ilgilenmez. Onlar sadece derslerimle ilgilenirler. Gelecekte de yine bununla ilgili şeylere bakarlar. Fikirlerimle ilgilenmezler. Babam bana ‘sen ne bilirsin ki aptal aptal konuşma’ der.” (Eren, 16 yaşında)

“Babam bizi dövmezdi ama sürekli bize bağırırdı.” (Umut, 35 yaşında)

Katılımcılar, fiziksel istismara maruz kaldıklarını belirtmiştir. Fiziksel istismar uygulayan kişinin sıklıkla anne, daha az sıklıkla ise baba olduğu görülmüştür. Katılımcıların fiziksel istismara uğradıklarını anlatmakta güçlük çektikleri, gözlerinin dolduğu ve cümlelerinin arasına uzun sessizlikler koydukları görülmüştür. Katılımcıların görüşlerinden örnekler aşağıda verilmiştir:

“Babam annemi döverdi. Annemde beni döverdi. Annem beni çok döverdi, ben annemden çok dayak yedim. (...) Bir hata yapacağım, dövecek, kızacak diye annemden çok korkardım.” (Ayşe, 44 yaşında)

“Hiç unutmuyorum bir bayram günüydü. Bayramlıklarımı değil de günlük kıyafetlerimi giyinmişim. Sokakta çocuklarla oynuyordum. Annem üstümü kirletmemden hoşlanmazdı. Çocuklardan biri itti beni oynarken ve ben çamura düştüm. Her yerim, üstüm başım çamur olmuştu. Eve gidince annem beni döve döve banyo yaptırdı. Sonra yine günlük kıyafetlerimi giydirdi. Sokağa çıktım yine ve yine üstüm çamur oldu. Eve gidince de yine annem beni dövdü. Hem de hortumla. Sonra temiz günlük kıyafet giydirdi.” (Nihat, 18 yaşında)

“Sekiz yaşımıdaydım. Tarladan eve dönmüştüm. Çocuktum işte. Canım dışarda oyun oynamak istiyordu. Ben de dışarı çıktım oyun oynamaya. Zaman tabi nasıl geçti anlamadım. Akşam babam eve geldi. Tabi yemek istediğini söyledi. Ben de ‘ben yemeyeceğim’ dedim babama. Babam da bana, ama ben yiyeceğim dedi. Sonra da beni dövmüştü.” (Ayşe, 44 yaşında)

Katılımcıların tümünün ifadelerine bakıldığında, anneleri tarafından ihmale maruz kaldıkları görülmektedir. Çoğunlukla annelerinin katılımcıların duygusal ihtiyaçlarına yanıt vermekte yetersiz olduğu görülmüştür. İlgi, şevkat ve yakınlık ihtiyaçlarına karşı duyarsız kalma; alkol ve sigara gibi alışkanlıkları konusunda önleyici tavır sergilememe; beslenme, barınma, giyinme, güvenlik, koruma ihtiyaçlarına cevap vermeme ihmal türlerini oluşturduğu belirlenmiştir. Bu konuyla ilgili katılımcı görüşleri aşağıdaki gibidir:

“Annem çocukluğum boyunca hep hastaydı. Bir hafta bile iyi olduğunu hatırlamıyorum. Mesela haftada bir falan banyo yapardık. Onda bile annem bizi yıkamazdı. Çünkü hep hastaydı. Komşular ya da kim gelirse işte yıkardı bizi.” (Umut, 35 yaşında)

“Zihinsel engelliydi, bizim için bir şey yapamadı. Annemi çok fazla tanımıyorum. Onun için de bir şey söylemem çok zor.” (Ayşe, 44 yaşında)

“Annem ben küçükken asıl ona ihtiyacım olduğunda yoktu. Şimdi de benim ona ihtiyacım yok. O yüzden hayatımda olmasına gerek yok. Bana zamanında annelik yapmalıydı.” (Nihat, 18 yaşında)

Araştırmaya katılan anne katılımcıların, tıpkı kendi anneleri gibi çocuklarını ihmal ve duygusal istismara maruz bıraktıkları görülmüştür. İhmalin göstergesi olan ilgi, şevkat ve yakınlık ihtiyaçlarına karşı duyarsız tutum, çocuğunun çalışmasına göz yumma, gelecek planlarıyla ilgilenmeme anne katılımcıların çocuklarıyla ilişkilerini anlatan ifadelerinde yüksek sıklıkla yer almıştır. Buna ek olarak anne katılımcıların, sıklıkla bağırma ve kardeşler arası ayırım, daha az sıklıkta ise baba ya da akraba tarafından çocuğun fiziksel istismara maruz kalmasına müdahale etmeme ve tehdit etmenin çocuklarıyla ilişkilerinde yer alan duygusal istismar türleri olduğu belirlenmiştir. Bu konuda katılımcıların ifade ettikleri görüşlerden örnekler aşağıda verilmiştir:

“Nişanlandığında kaynanam bana el dokuması bir halı getirmişti. Evlendikten sonra bu halının borçla alındığını öğrendim. Karşılığında da gidip ben halı dokuyacaktım. Biz halı dokuduğumuz yerde bir salıncak yaptık. Ferhat’ı onun içine koyduk. Ağladığında salladık hep. Ben halı dokuyordum o sırada. Zaten emzirmem dışında hiç bakmıyordum Ferhat’a. Ben çocuklarıma annelik edemedim. Hep çalıştım.” (Umut, 35 yaşında)

“Çocuklarım beni ciddiye almazlar. Ben çocukları eşim sağken hep babalarıyla korkuturdum. Sizi babanıza söylerim derdim. Kocamın vefatının ardından amcalarını devreye soktum. Ama çocuklar bana hep ‘o bizim babamız değil bize karışamaz’ diyorlar. Amcaları da biraz sinirlidir. Çocuklara çok bağırır. Arada tokat falan atar. 3 sene önce tokat atmıştı mesela Ceyhun’a. Ceyhun’u dışarıda bir kızla konuşurken görmüş. Hemen buraya gel demiş Ceyhun’a. Ceyhun, kızla konuşmaya devam edince amcası tokat atmış. Amcaları sinirlidir dedim ya. Bazen çocukları ‘sizi ormana götürcem, bağlıcam’ diye korkutur.” (Ayşe, 44 yaşında)

“Ferhat’la problem yaşadığımızda onunla konuşmak istediğimde susuyor. Ama o hep susuyor. Sorularına cevap vermiyor. Bu beni çok sinirlendiriyor. Ben de Ferhat’a bağırıyorum.” (Umut, 35 yaşında)

“Ceyhun erken yürüdü. Bu yüzden dengeyi tutturamayıp hep düşerdi. Kafasında hep bir şişlik vardı. Düşüp kalkıp devam ederdi. 1 yaşında camdan atladı. Babası dışarıda arabayı yıkıyordu. Ceyhun’da camdan ona bakıyormuş. ‘Baba yanına geleyim mi?’ diye sormuş abasına, o da gel demiş. Çocuk kendini camdan aşağı atmış. Ceyhun bir keresinde de masadan düştü ve bayıldı. Biraz bekledik. Kendine geldi.” (Ayşe, 44 yaşında)

Duygu Düzenleme

Katılımcıların pek çok ifadesi duygu düzenleme güçlüğü yaşadıklarını göstermektedir. Yapılan görüşmelerde katılımcıların duygu ifadelerini çok az kullandıkları gözlenmiştir. Katılımcılar bazen açıkça duygularının olmadığını ifade ettikleri gibi, bazen de bir durum karşısında ne hissedeceklerini bilemediklerinden bahsetmiştir. Katılımcıların olumsuz duyguya tahammül edemedikleri, olumsuz duygunun yoğunluğunu oldukça yüksek algıladıkları ve etkisinden uzun süre kurtulamadıkları da gözlenmiştir. Bu konuyla ilgili katılımcıların dikkat çeken ifadeleri şunlardır:

“Benim canım yanmaz. Ben acı hissetmiyorum.” (Eren, 16 yaşında)

“Ben erkek gibi yetiştirildim. Benim duygularım yoktu.” (Umut, 35 yaşında)

“Ben duygularımı bir kenara attım. Çünkü bugüne kadar duygularımın bana bir faydası olmadı. Duygumu paylaştığımda buna karşılık bulamadım, dinlenmedim ki. Bu nedenle duygusuz olmayı seçtim. Bu yüzden de duygularım yok benim.” (Eren, 16 yaşında)

Anne katılımcıların olumsuz duyguyla başa çıkmak için sıklıkla sözel saldırganlık olarak bağırmaı kullandıkları belirlenmiştir. Öğrenci katılımcıların ise, olumsuz duyguyla başa çıkmak için sıklıkla fiziksel şiddet ve çevredeki eşyalara zarar vermeyi kullandıkları görülmüştür. Bu durum katılımcıların ifadelerine aşağıdaki şekilde yansımıştır:

“Kardeşimle aram eğer dediğimi yaparsa iyi, eğer dediğimi yapmazsa kötü olur. Dediğimi yapmadığında genellikle onu alıp yatağa ya da kanepeye fırlatırım.” (Eren, 16 yaşında)

“Eski okulunda benimle aynı isimde olan bir öğrenci daha varmış. O öğrencinin de adı Nihat’mış. Bu öğrenci bir disiplin suçu işlemiş ama ben bilmiyorum ne olduğunu. Bizim derse de bir hoca giriyordu. Bu hoca benimle aynı adı taşıyan öğrencinin sadece adını biliyormuş, yüzünü hiç görmemiş. Bundan dolayı hoca bana derste hakaret etti. Ben de hocaya bana hakaret edemezsiniz dedim. Karşılıklı atışmaya başladık. Sonra hoca bana tokat attı. Ben de hocaya vurdum tabi. Bu yüzden okuldan atıldım. Sonra da buraya geldim.” (Nihat, 18 yaşında)

“Öfkemi dışarı vurduğumda odamdaki dolabı deviririm, yatağımı ve üstündekileri yere fırlatırım, duvara yumruk atarım. Hatta odamın duvarlarında yumruk attığım için içe doğru göçükler var.” (Eren, 16 yaşında)

Katılımcıların olumsuz duyguyla başa çıkmada kullandıkları diğer yöntemler sigara ve/veya alkol kullanma, ağlama, tırnak yeme ya da kendini ısırma şeklinde bedenine acı verecek davranışlarda bulunmaktır. Bu konuyla ilgili görüş örnekleri aşağıda verilmiştir:

“Duygusal yükü ağlayarak atıyorum ben. Bu yüzden de çok ağlarım. Her şeye ağlayabilirim. Bir ilahiye bir şarkıya bile ağlarım ben.” (Umut, 35 yaşında)

“Çok acı yaşadım. Pek çok şeye katlandım. Şimdi Jale’nin gidişine mi katlanamayacağım diyorum kendime. Sonra gittim alkol aldım. Çakır keyif oldum. Böyle bir süre araba kullandım.” (Nihat, 18 yaşında)

“Öfkelendiğimde ya kendime ya da dışarıya öfkemi yönlendiriyorum. Kendime yönlendirirken kendimi derim kanayana kadar ısıyorum. Kolumda en son arkadaşşıma sinirlendiğimde (konuyu söylemek istememiş, özel demiştir) ısırdığım yer iste (kolunu göstermiştir ve kolunun pek çok yerinde yuvarlak ve koyu renkli izler görülmüştür). Bunlar da bak daha önceki ısırılmalarımda oluşan izler.” (Eren, 16 yaşında)

Öğrenci katılımcılardan birinin olumsuz duyguyla başa çıkmak için enflasyonist cinselliği kullandığı görülmüştür. Bu konuya ilişkin Eren’in görüşleri aşağıda verilmiştir:

“Ben seks bağımlısıyım. Mesela gerildiğimde ve sinirlendiğimde şey yaparım. Sinirlenmesem de yapıyorum aslında. Günde 2-3 kez yapıyorum kesin. Ama bazen 7, 8, 9, 10 kez yaptığım da oluyor. Tabi dörtten sonra falan hal kalmıyor ama durmuyorum bazen yapıyorum.” (Eren, 16 yaşında)

Tüm bunlarla birlikte katılımcıların, olumsuz duygunun yoğunluğunu oldukça yüksek algıladıkları da gözlenmiştir. Bir katılımcının olumsuz duygusunun yoğunluğuna katlanamadığı için bedenine zarar verdiğini ve bu şekilde dikkatini fiziksel bir acıya yönelttiğini söylediği ifadeler özellikle dikkat çekicidir. Bu konuyla ilgili Eren’in görüşü şöyledir:

“Az önce yanımda oturan kız eski kız arkadaşşıma çok benziyordu. Saçları, yüzü, sesi hatta piercingi bile aynı. İnanamadım. Bu kız dört ay önce ailesiyle birlikte trafik kazasında ölen kız arkadaşşıma çok benziyor. Size daha önce anlatmamıştım. Şu an kendimi çok kötü hissediyorum. Lavaboya gitmem gerek. (Lavabodan döndükten sonra) Kendimi ısırdım uzun bir aradan sonra. Çok kötüyüm şu an. Bedensel acı hissettiğiniz diğer acının azalmasına neden oluyor. Hissettiğiniz acının azalmasına değil de ona odaklanmıyorsunuz bedeninizdeki acı geçene kadar. Sonra yeniden kendinizi ısıırıyorsunuz falan (sessizlik). O iki gün komada yattı ve öldü. Beklemek çok zordu. Şu an o kadar kötü hissediyorum ki ifade bile edemiyorum.” (Eren, 16 yaşında)

Katılımcıların duygu düzenlemeyle ilgili erken yaşlardan itibaren sorunlar yaşadıkları görülmüştür. Özellikle bir katılımcının okulda korku duygusuyla başa çıkamaması nedeniyle yaşadıklarını anlattığı sözler dikkat çekicidir:

“Okulda beni çok etkileyen ve hiç unutmadığım bir olay olmuştu. Öğretmenimiz bizi dövdüğünden ondan korkardık. Hatta ben bunu çocuklarıma da anlattım. Bana çok güldüler. 4. sınıftaydım, okula geç kalmıştım. Sınıftan içeri girememiştim korkumdan. Öyle korkmuşum ki korkudan sınıf kapısı önünde altıma yapmıştım. Bir süre olduğum yerde öyle kalmıştım. Kimse yerimden oynatamamıştı.” (Umut, 35 yaşında)

Bağlanma Odaklı Terapötik Müdahale

Katılımcılardan Eren’le yapılan ilk görüşmede intiharı düşündüğünden bahsetmiştir. Bunun üzerine araştırmacı, ilk görüşmeden itibaren bu konuyu derinlemesine incelemiştir. Sonraki görüşmelerde bu konu üzerine eğilen araştırmacı, özellikle Eren’nin insanlarla tanışırken bu konuya ağırlık verdiğini ve intiharı kavram olarak konuşmaktan hoşlandığını fark etmiştir. Yaşam, ölüm ve hayatın anlamı üzerine kaygılar taşıyan Eren’nin, bu konularda yaşadığı kaygıyı kapsayacak bir ebeveyninin bulunmadığı görülmüştür. Araştırmacı, Eren’le tüm bu konuları Eren’nin kaygısını kapsayacak ve yatıştırarak şekilde konuşmuştur. Bunların yanı sıra, Eren’le yaptığı ilk görüşmelerde, göz kontağı kurmadığı ve duygu kelimesi kullanmadığını görmüştür. Eren bazı ifadelerinde duyguları hissetmediğinden ve acı hissetmediğinde bahsetmiştir. Duygularını düzenleme aracı olarak kendine zarar verme, alkol ve sigara kullanma, çevredeki eşyalara zarar vermeyi tercih ettiği belirlenmiştir. Bunun üzerine araştırmacı bu konular üzerine de yoğunlaşmaya karar vermiştir. Eren’e duygu ve düşünce arasındaki fark anlatılmıştır. Günlük hayatta duygularını fark etmesi ve adlandırması, olumsuz duygularının bedensel etkilerini tanıması, olumsuz duygu uyandıran durumları fark etmesi, olumsuz duygu hissettiğinde kendisini yatıştırarak yeni ve işlevsel aktiviteler oluşturması için çalışılmıştır. Süreç ilerlerken Eren’nin araştırmacıyı kışkırtmaya çalıştığı ifadeler kullanmaya başladığı görülmüştür. Bu şekilde davranarak Eren’nin bir savunma mekanizması olarak “yansıtma özdeşimi” kullandığı; anne ve babasının sergilediği tutum ve davranışların bir benzerini araştırmacının sergilemesini beklediği düşünülmektedir. Araştırmacı ise, Eren’nin sözlerine içtenlikle ve anlayışlı bir yaklaşımla cevap vermiş ve ebeveynlerinden farklı tutum ve davranış sergilemiştir. Bu olay farklı görüşmeler sırasında Eren tarafından tekrarlanmış ve araştırmacı yine öncekiyle tutarlı tutum ve davranışlar sergilemiştir. Eren’nin ilişkilerdeki sınırlar konusunda da kafasının karışık olduğu fark edilmiş ve bu konu üzerinde de durulmaya başlanmıştır.

Son olarak araştırmacı Eren’nin cinsellikle ilgili yaşadığı sorunları anlatmadığını fark etmiş ve kendisine bu konuda açılması için Eren’i cesaretlendirmiştir. Ardından Eren’e bu konuda psiko- eğitim vermiş ve duygu düzenleme için kendini yıpratıcı şekilde yaptığı mastürbasyon yerine kullanabileceği alternatif yöntemler hakkında konuşmuştur.

Eren'le yapılan görüşmeler boyunca araştırmacı pek çok müdahale tekniği kullanmıştır. Bu müdahale teknikleri; normalleştirme, uyumlanma, aynalama, koşulsuz kabul, empatik dinleme, duyguyu tanıma, duygu kelimelerini tanıma, duygularının bedensel etkilerini tanıma, duyguyu ifade etmeye teşvik, olumsuz duygu uyandıran zorlayıcı durumları fark etme, olumsuz duyguyu yatıştırıcı aktiviteler oluşturma gibi duygu düzenleme, sorumluluk almaya teşvik, iletişim becerileri üzerine psiko-eğitim, cinsellik üzerine psiko-eğitim, sınırlar üzerine psiko-eğitim ve kendini açmadır.

Yapılan ilk görüşmelerde Nihat'ın duygu ifadesi kullanmada zayıf olduğu ve öfke kontrolünde zorlandığı belirlenmiştir. İlk bu konular üzerine çalışılmaya başlanmıştır. Öfke uyandıran durumları önceden fark etmesi, öfkelenildiğinde kendisini yatıştırarak aktiviteyi belirlemesi, öfke yaratan durumun ardındaki diğer duygu ya da duyguları fark etmesi üzerine çalışılmıştır. Sakinleştikten sonra öfkelerini ve diğer duygularını işlevsel şekilde ifade edebilmesi için çalışmalar yapılmıştır. Bu çalışmalar sırasında Nihat, annesine öfkelenildiği zamanlarda hissettiği hayal kırıklığının öfke duygusundan daha kuvvetli olduğunu fark ettiğini bildirmiştir. Bunların yanı sıra, Nihat'ın yalnız yaşıyor olması nedeniyle bazı yasal prosedürler de devreye sokularak yaşam koşullarının olması gereken duruma getirilmesi yolunda işlemler başlatılmıştır. Nihat'ın daha önce bir yetişkin tarafından içtenlikle dinlenmediği ve buna çok ihtiyacı olduğu belirlenmiştir. Zor bir erken çocukluğu ve çocukluğu olan Nihat'ın, yaşadıklarını ilgi ve dikkatle dinleyen bir yetişkinin varlığının bile onu rahatlattığı gözlenmiştir. Zamanla daha sakin ve insanlarla iletişim kurarken daha olumlu kelimeler ve cümleler kullandığı fark edilmiştir. Nihat'ın duygu düzenleme için alkol ve sigara kullandığı belirlenmiş ve alternatif duygu düzenleme becerileri kazanması için birlikte çalışılmıştır. Alkol aldığı araba kullanan Nihat'ın görüşmelerin sonuna yaklaştığında alkolü daha az kullandığı, alkollüken araba kullanmadığı belirlenmiştir. Derslerine çalışmadığı, ders başarısı düşük olduğu ve gelecek konusunda gerçekçi olmayan hedefleri olduğu saptanmıştır. Birlikte derslerine daha fazla zaman ayırması ve gerçekçi hedefler belirleme konusunda çalışılmıştır.

Nihat'la yapılan görüşmeler süresince normalleştirme, empatik dinleme, aynalama, koşulsuz kabul, duygu kelimelerini tanıma, duyguyu ifade etmeye teşvik, olumsuz duygu uyandıran zorlayıcı durumları önceden fark etme, olumsuz duygu hissettiğinde kendisini yatıştırarak aktiviteler oluşturma gibi duygu düzenleme müdahale tekniklerinden faydalanılmıştır.

Katılımcılardan Ayşe'yle yapılan ilk görüşmede empatik dinlemeye ihtiyacı olduğu görülmüştür. Buna ek olarak Ayşe'nin duygu ifadesi kullanmada zayıf olduğu da fark edilmiştir. Duygu ve düşünce arasındaki fark anlatılmıştır. Olaylar karşısında duygularını fark etmesi, duyguların bedensel etkilerini tanıması, duygularını adlandırması, duygularını ifade etmesi üzerine çalışılmıştır. Olumlu duygularını güçlendirecek aktiviteler tanımlanmış ve yaşamına bu aktiviteleri nasıl dahil edebileceği planlanmıştır. Zamanla Ayşe'nin duygu kelimeleri kullanmaya başladığı görülmüştür. Özellikle erken çocukluk ve çocukluk dönemiyle ilgili konuşmanın kendisini huzursuz ettiği gözlenmiştir. Erken çocukluk ve çocukluk dönemi üzerine her yapılan konuşmada Ayşe'nin daha da rahatladığı düşünülmektedir. Ayşe başlarda omuzları çökük ve gözleri dolmuş şekilde konuşurken, ilerleyen görüşmelere arkasına yaslanmış ve duygularını ifade ederek konuştuğu belirlenmiştir. Bunlara ek olarak Ayşe'nin, çocuklarıyla yaşadığı sorunlarla nasıl başa çıkacağı konusunda da desteğe ihtiyacı olduğu görülmüştür. Bu konuda neler yapabileceği Ayşe'yle birlikte konuşulmuştur. Ardından Ayşe'nin görüşmeler sırasında konuşulanlardan sonra evde çocuklarıyla ilişkisinde yenilikler yaptığı görülmüştür.

Ayşe'yle yapılan görüşmelerde araştırmacı empatik dinleme, uyumlanma, normalleştirme, aynalama, koşulsuz kabul, duygu ifadesi kullanmaya teşvik, çocuklarla sınır belirleme, olumluyu vurgulama ve gelecek için plan yapmaya teşvik gibi müdahalelerden yararlanmıştı.

Katılımcılardan Umut'la yapılan ilk görüşmelerde duygu kelimeleri kullanmadığı görülmüştür. Buna ek olarak, duygularını ifade etmek yerine bedensel semptomlar gösterdiği fark edilmiştir. Bunun üzerine Umut'la duygu ve düşünce arasındaki fark üzerine konuşulmuştur. Duygularını fark etmesi ve adlandırması, duygularının bedensel etkilerini fark etmesi, hem olumlu hem olumsuz duyguların koşulsuz kabul edilmesi ve ifade edilmesi, olumsuz duygusunu kabul edip kendisini yatıştırarak aktiviteler belirlenmesi üzerinde çalışmalar yapılmıştır. Umut'un görüşmeler sırasında empatik dinlenmeye olan ihtiyacı belirlenmiştir. Çocuklarıyla yaşadığı sorunlarla nasıl başa çıkacağı konusunda da desteğe ihtiyacı olduğu fark edilmiştir.

Umut'la gerçekleştirilen görüşmelerde empatik dinleme, aynalama, uyumlanma, normalleştirme, koşulsuz kabul ve duyguyu ifade etmeye teşvik müdahale tekniklerinden yararlanmıştı.

Terapötik İlişki

Müdahale teknikleri uygulanmadan önce ilk amaç, katılımcılar ve araştırmacı arasında güven temeline dayalı bir ilişki kurmak olmuştur. Yapılan görüşmeler sırasında katılımcıların, ikinci ya da üçüncü görüşmede duygusal istismara maruz kaldıklarına dair ilk ifadeleriyle araştırmacıya kendilerini açmaya başladıkları görülmüştür. Bu durum kendilerini güvende hissettiklerinin ilk işareti olarak değerlendirilmiştir. Katılımcılar ve araştırmacı arasında yapılan terapi sözleşmesi dahilindeki gizlilik anlaşması yine terapötik ilişkiyi etkileyen önemli bir diğer husus olarak belirlenmiştir. Gizlilik anlaşması araştırmacının amacı ve içeriği, araştırmacının gönüllülük esasına dayandığı, araştırmayı kişi istediği zaman bırakabileceği koşulunu, araştırma yazısı içinde katılımcıların ad ve soyad bilgilerinin paylaşılmayacağı, katılımcıların ifadelerinin tamamının değil bazı kısımlarının araştırma içinde yer alacağı, kendilerine ve başkalarına zarar verme düşünceleri ya da yasal bir gereklilik olmadığı sürece görüşme içeriklerinin tamamının anlatılan koşullarda gizli tutulacağı, görüşmelerin araştırmacı tarafından her hafta süpervizörüyle tartışılacağı bilgisini içermektedir. Katılımcıların gizlilik ilkesini anladıkça ve süreç içinde araştırmacının gizlilik ilkesine bağlı kaldığını gördükçe kendilerini daha da açık şekilde ifade etmeye başladıkları ve çocukluklarına dair daha fazla detay paylaştıkları görülmüştür. İlk görüşmelerde özellikle maruz kaldıkları fiziksel şiddetle ilgili paylaşımlarda bulunmayan katılımcılar zamanla bu konu üzerine de konuşmaya başlamışlardır.

Özellikle anne katılımcılar ilk görüşmelerde daha çok çocuklarının sorunları üzerine konuşurken, ilerleyen görüşmelerde katılımcıların sadece kendileri ve yaşadıkları sorunlar hakkında konuştukları görülmüştür. Öğrenci katılımcılar ise, ilk görüşmelerde daha çok arkadaş ilişkileri ve bu alanda yaşadıkları sorunlar üzerine konuşurken, ilerleyen görüşmelerde aileleriyle yaşadıkları sorunlara dair paylaşımlarda bulunmaya başlamışlardır.

Katılımcıların terapötik ilişkiye dair ilk ifadeleri daha çok sözsüz iletişim yoluyla olmuştur. İlk görüşmelerde daha az göz kontağı, daha uzun sessizlik, koltuğun kenarına oturma, görüşmeye 5-10 dakika geç kalma gözlenmiştir. Zamanla katılımcıların görüşmeye zamanında geldikleri, koltuğa iyice yerleştikleri, gerekmedikçe sessizlik kullanmadıkları, göz kontağı kurdukları görülmüştür. Tüm bunların ardından katılımcılar terapötik ilişkiye dair sözlü ifadelerde

bulunmaya başlamıştır. Katılımcıların terapötik ilişkiye dair sözlü ifadelerine örnekler aşağıdaki şekildedir:

“(…) Burası güvenli. Burada anlatabilirim.” (Umut, 35 yaşında. Araştırma süresince sadece psikolojik destek almıştır.)

“Seninle artık daha rahat konuşabiliyorum. Bu yüzden bu yazdıklarımı (kendisinin yazmış olduğu şiirler, düz yazılar) sana okutabiliyorum. Tüm bu yaşadıklarımı sana anlatabiliyorum.” (Nihat, 18 yaşında)

“Buraya gelmek beni mutlu ediyor.” (Ayşe, 44 yaşında. Araştırma süresince sadece psikolojik destek almıştır.)

“Anlattıklarımı hiç unutmuyacağım ve söylediklerini yapacağım.” (Eren, 16 yaşında)

“Biriyle konuştuğumda bir şeye eleştirel bakamıyorum. Kimse hiçbir şeyi kabul etmiyor. Ama burası böyle değil. Görüşmeye gelmeyi seviyorum.” (Umut, 35 yaşında. Araştırma süresince sadece psikolojik destek almıştır.)

İyileşme

Bu araştırmada iyileşmenin belirlenmesi aracı olarak katılımcıların ifadeleri kullanılmıştır. Araştırmacı, tüm katılımcılarla süreç içinde yapılan görüşmelerde ve sonlandırma görüşmesinde kazanımlarını konuşmuştur. Katılımcıların duygularını fark ettikleri ifadelerinde görülmüştür. Buna ek olarak katılımcıların, özellikle duygularının yoğunluğu altında ezilmeden duygularını yaşayabildiklerini ve duygularını ifade ettikleri saptanmıştır. Alternatif duygu düzenleme becerileri kazandıkları görülmüştür. Tüm katılımcılar belli sınırları olan, karşılıklı güven ve koşulsuz kabule dayanan yeni bir ilişki deneyimlemişlerdir. Anne katılımcıların deneyimlemiş oldukları bu yeni ilişki yöntemini çocuklarıyla olan ilişkilerinde kullandıkları görülmüştür. Öğrenci katılımcıların ise, bu yeni ilişki deneyimini arkadaşlarıyla olan ilişkilerinde kullandıkları belirlenmiştir. Öğrenci katılımcıların riskli davranışları büyük ölçüde azalma göstermiştir. Konuya ilişkin katılımcı görüşlerinden örnekler aşağıda verilmiştir:

“Bence bir gelişme var bende. Ama ne dersenez bir şey söyleyemem. İyi hissediyorum. Kendimi daha iyi anlatıyorum sanki. Şunu anladım ben iyiysem, mutluyum çocuklarda iyi, mutlular.” (Ayşe, 44 yaşında. Araştırma süresince sadece psikolojik destek almıştır)

“Ben kendimde değişiklik görüyorum. Burası bana iyi geldi.” (Umut, 35 yaşında. Araştırma süresince sadece psikolojik destek almıştır)

“Artık öfkelendiğimde bir şeyler fırlatmıyorum, tırnaklarımın sadece şu ikisi kaldı yediğim, diğerlerini yemiyorum, kendimi ısırmıyorum. Duygularımı kontrol etmeyi öğrendim.” (Eren, 16 yaşında. Sadece ikinci ve üçüncü psikolojik destek görüşmesinden sonra atölye çalışmasına katılmıştır ve kendi isteğiyle atölye çalışmasını bırakmıştır.)

“Artık alkollü araç kullanmıyorum. ” (Nihat, 18 yaşında. Beşinci görüşmede bu ifadeyi kullanmıştır. Atölye çalışmalarına ise dokuzuncu görüşmede sonrasında başlamıştır.)

Tartışma

Gelişimsel Travma Belirtileri

Araştırma bulgularına göre katılımcıların, erken çocukluk ve çocukluk dönemlerinden başlayarak ergenlik dönemine kadar anne ve babaları tarafından ihmal ve istismara (fiziksel, duygusal) maruz kaldıkları saptanmıştır. Bu durum gelişimsel travmayı düşündürmektedir. Bireyin erken çocukluk ve çocukluk dönemine bakıldığında, genellikle birincil bakıcıları tarafından travmatik deneyimlere çoklu ve uzun süreli olarak maruz kaldığı durumlarda “gelişimsel travmada”n bahsedilebilir (Fırat ve Baskak, 2012; Teague, 2013; Van der Kolk, 2008). Gelişimsel travmanın en önemli unsurunun travmatik olayın ihmal ya da istismar (duygusal, fiziksel, cinsel) şeklinde olması olduğu söylenebilir (Bretherton ve Munholland, 1999).

Katılımcılar kendini rahatlatma ve stresle başa çıkmada güçlükler yaşadıklarını belirtmişlerdir. Bunlara ek olarak, katılımcıların, çaresizlik, yetersizlik, olaylar üzerinde etkisi olmadığını düşünmek gibi düşük kendilik değerine işaret eden ifadeleri de mevcuttur. Van der Kolk (2015), gelişimsel travma tanı kriterleri içinde kendini rahatlatmama; stresle başa çıkmada zorluk; kendine acıma, çaresizlik, etkisizlik ya da eksiklik şeklinde olumsuz öz-algıyı da belirtmiştir.

Gelişimsel travma, yakın ilişkilerde meydana gelen şiddet durumlarını da içerdiğinden (Courtois, 2004), katılımcıların okul ortamında fiziksel şiddete maruz kalması gelişimsel travmayı düşündüren bir diğer faktörü oluşturmuştur. Özellikle anne katılımcıların ebeveynlerinin, çocuklarının okul ortamında şiddete maruz kaldıklarını bildikleri halde bu duruma sessiz kaldığı belirlenmiştir. Van der Kolk’a (2008) göre, eğitimsel ihmal de gelişimsel travmanın göstergelerindedir.

Aile içi şiddete tanık olmanın katılımcıların ifade ettikleri bir diğer travmatik stres yaratan unsur olduğu görülmüştür. İhmal ve istismara maruz kalmanın yanı sıra aile içi şiddete tanık olmak da gelişimsel travmayı anlamada önemli bir unsurdur (Schore, 2013; Schmid, Petermann ve Fegert, 2013). Buna ek olarak, aile içi şiddetin bağlanma ve travmanın iç içe olduğunu gösteren en iyi örneklerden biri olduğu söylenebilir (Busch ve Lieberman, 2007).

Tüm katılımcıların kişiler arası ilişkilerde sorunlar yaşadığı görülmüştür. Öğrenci katılımcıların kişiler arası ilişkilerde sözel tepkisel davranışlar sergilediği, anne katılımcıların ise özellikle ergenlik dönemlerinde kişiler arası ilişkilerinde sözel olarak tepkisel olduğu saptanmıştır. Gelişimsel travma mağduru çocukların, ilişkiler ve öz-düzenlemeyle ilişkili hayat boyu devam eden zorluklar yaşadıkları gözlenir (Lawson ve Quinn, 2013). Buna ek olarak, Van der Kolk (2015) gelişimsel travma belirtilerini açıkladığı yazısında, kişiler arası ilişkilerde fiziksel ya da sözel agresifliği, ilişki kurmada güçlüğü tanı kriteri olarak belirtmiştir.

Travmatik Bağlanma

İlk altı ay ile iki yaş arasında bebeğin ihtiyaçlarına duyarlı bir bakım ebeveyn tarafından sağlanmazsa güvensiz bağlanma örüntüsü gözlemlendiğinden (Çuhadaroğlu Çetin, 2001; Fırat ve Baskak, 2012), ebeveynleri erken çocukluk ve çocukluk dönemlerinden ergenlik dönemlerine kadar ihtiyaçlarına duyarsız olan katılımcıların güvensiz bağlanma örüntüsüne sahip olduğu düşünülmektedir.

Buna ek olarak, tutarsız, kaygılı, müdahaleci olmak, güvenlik ve destek ihtiyacına karşılık vermemek gibi ebeveyn davranışları yine katılımcıların ifadelerinde yer aldığı görülmüştür. Anne ya da bakıcının kaygılı, tutarsız, çocuğun ihtiyaçlarına duyarsız, müdahaleci olduğu durumlar güvensiz bağlanma örüntüsüne işaret eder (Sümer, 2006; Sümer, Ünal, Selçuk, Kaya, Polat ve Çekem, 2009). Tutarsız, kaygılı, müdahaleci olmak, güvenlik ve destek ihtiyacına karşılık vermemek gibi ebeveyn davranışları katılımcıların ifadelerinde yer aldığından, bu durumun katılımcıların güvensiz bağlanma örüntüsünü açıklayabileceği söylenebilir.

Tüm katılımcıların bakıcıları tarafından ihmal ve istismara maruz kalması hem bağlanma travması hem de gelişimsel travma olarak değerlendirilebilir. Bağlanma kuramının temelinde çocuğun kendisini tehlikeden koruması için annesi ya da bakıcısına yönelmesi bulunmaktadır (Busch ve Lieberman, 2007). Çocuk, annesi ya da birincil bakıcısına yöneldiğinde ihmal, ret, nefret, şiddet şeklinde karşılık görürse çocuğun bağ kurma ihtiyacı travmatize olur. Bu durumun sonucunda “bağlanma travması” oluşur (Ruppert, 2014).

Araştırmaya katılan anne katılımcıların ifadeleri incelendiğinde tıpkı kendi annelerinin onlara uygulamış olduğu gibi anne katılımcıların da çocuklarına ihmal ve duygusal istismar uyguladığı görülmüştür. Travmatize olmuş annenin çocuğuyla bağ kurma yeteneği sekteye uğrar. Tüm bunların sonucunda çocukta da tıpkı annede olduğu gibi bağlanma travması oluşur. Bazen travmatize olmuş anne, annesinden görmüş olduğu davranışları çocuğuna uygulayarak da çocuğunun travmatize olmasına neden olur. Bu aktarım yollarıyla travma nesilden nesile aktarılır (Ruppert, 2014). Anne katılımcıların çocuklarıyla ilişkilerine bakıldığında anneleriyle kurdukları zayıf bağın bir benzerini çocuklarıyla kurmuş oldukları görülmüştür. Bir başka ifadeyle, anneleriyle ilişkilerindeki güvensiz bağı çocuklarıyla kurdukları ilişkiye taşıdıkları düşünülmektedir.

Duygu Düzenleme Güçlüğü

Katılımcıların güvensiz bağlanma örüntüsüne sahip olmaları, duygu düzenleme güçlüğü yaşamalarını açıklayan etkenlerden olduğu öne sürülebilir. Duygu düzenlemenin temelini güvenli bağlanma oluşturduğundan, bağlanma travması yoğun duygusal sıkıntıya neden olarak, duygu düzenleme kapasitesinin gelişimini engeller (Allen, 2013).

Tüm katılımcıların duygularını ifade edemedikleri, duygularını reddettikleri, olumsuz duyguya tahammül edemedikleri ve işlevsel olmayan duygu düzenleme stratejileri kullandıkları belirlenmiştir. Katılımcıların duygularını kapsayan bir anne tarafından büyütülmemesi işlevsel olmayan duygu düzenleme stratejilerini bağlanma ilişkisi temelinde öğrendiklerini düşündürmektedir. Bağlanma kuramına göre, erken çocukluk dönemi ebeveyn-çocuk ya da bakıcı-çocuk arasında kurulan ilişki duygu düzenleme stratejileri üzerinde etkilidir (Sümer vd., 2015).

Gelişimsel travma, çocuğun duygu düzenleme becerilerini olumsuz şekilde etkilediğinden (Cook, Spinazzola ve Ford, 2005; Luxenberg, Spinazzola ve Van der Kolk, 2001; Pur, 2015) gelişimsel travmaya işaret eden pek çok ifadesi görülen katılımcıların, gelişimsel travma sonucunda duygu düzenleme güçlüğü yaşadığı da söylenebilir.

Katılımcıların olumsuz duyguyla başa çıkamadıklarında hem kendine hem de çevrelerine zarar verecek davranışlarda bulunabildikleri belirlenmiştir. Bu durum katılımcıların duygu düzenleme

güçlüğü yaşadığı şeklinde değerlendirilmiştir. Duyguları kontrol edebilme, negatif duyguyu tolere edebilme, içinde bulunulan duygusal durum üzerinde kontrol sağlayabilme duygu düzenleme için önemlidir (Sloman, Atkinson, Milligan ve Liotti, 2002; Sümer vd., 2015). Aksi takdirde, kişi duyguyu tolere edemediğinde, duygu üzerinde kontrol sağlayamadığında dışa vurumcu ve kontrolsüz davranışlarda bulunabilir (Keiley, 2002). Çocukluk çağında ebeveyn tarafından istismar sonucu yaşanan travmayla kendine zarar verme ve intihar davranışları arasında ilişki olduğunu ortaya koyan araştırmalar bulunmaktadır (Zoroğlu, Tüzün, Şar, Öztürk, Eröcal Kora ve Alyanak, 2001). Tüm bunlara ek olarak, katılımcıların duygusal tepkilerinin daha çok davranışları ve fizyolojik değişimleri üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Davranışsal boyutta bakıldığında bazı katılımcılar sözel tepkisellik, fiziksel şiddet ve çevredeki eşyalara zarar verme şeklinde işlevsel olmayan duygu düzenleme stratejisi kullanmaktadır. Fizyolojik boyuta bakıldığında ise, bazı katılımcıların ellerinde ve ayaklarında titreme şeklinde semptomlar gösterdiği görülmüştür. Bunun konversif bir tepki olabileceği ve duygu ifadesi arttırılırsa bu belirtilerin azalabileceği düşünülmüştür.

Bağlanma Odaklı Terapötik Müdahale

Gelişimsel travma tedavisi için önerilen ARC modeli ve TST bağlanma temelli müdahalelerdir (Kinniburgh vd., 2005; Saxe vd., 2007). Hem ARC modeli hem de TST, tedavide duygu düzenleme becerilerinin kazandırılmasının önemini vurgular (Brown vd., 2013; Kinniburgh vd., 2005). Görüşmeler süresince araştırmacı, katılımcıların duygu düzenleme becerileri kazanması üzerine çalışmalar yapmıştır. Katılımcılara duygu kelimelerini tanıtmıştır. Buna ek olarak, katılımcıları duyguyu tanımaya ve duygu ifadesi kullanmaya teşvik etmiştir. Katılımcıların duygu düzenlemek için kullandıkları sigara, alkol, kendine zarar verme gibi davranışların yerine yürüyüş yapma, duş yapma, dinlendirici olarak değerlendirdikleri müzik grubunu dinleme, koşu yapma gibi yeni beceriler kazandırma üzerine çalışmalar yürütmüştür.

Aleksitimik bireylerin tedavisinde yararlanılan bağlanma terapisi ve psikodinamik psikoterapi gibi terapi müdahale programlarında aynalama tekniği ve duygunun sözel ifadesini teşvikten çokça yararlanır (Şaşıoğlu, Gülol ve Tosun, 2014). Araştırmaya katılan katılımcıların aleksitimi tanısı almasalarda benzer şekilde duyguları tanıma ve duygu ifadesi kullanma konusunda sıkıntı yaşadığı görülmüştür. Araştırmacının uyguladığı bağlanma odaklı terapötik müdahalede, aynalama ve duygu ifadesine teşvikten de sık sık faydalanılmıştır.

Katılımcıların empatik dinlenme ihtiyacını ilk görüşmelerden fark eden araştırmacı bu ihtiyacı giderme noktasında çalışmalar yapmıştır. Başarılı bir terapistin klinik özellikleri, güvenli bağlanma örüntüsü oluşturabilen annenin özellikleriyle paraleldir. Anne-bebek arasındaki duygulanımsal senkron tamamen sözsüzdür. Benzer şekilde empatik terapist, danışanla duygulanımsal olarak senkron olur ve danışanın değişim gösteren duygulanımsal halleriyle uyumlanır (Schoore, 2012b). Başka bir deyişle, empatik terapist terapiye gelen kişiyle uyumlanmalı ve terapiye gelen kişinin değişen duygu durumlarına uyumlu karşılık vermelidir (Masterson, 2013).

Güven Temelli Terapötik İlişki

Bağlanma terapisi ve psikodinamik psikoterapi gibi terapi müdahale programlarında terapötik ilişki önemli bir unsurdur (Başoğlu ve Buldukoğlu, 2015; Şaşıoğlu vd., 2014). Araştırmacının

uyguladığı bağlanma odaklı terapötik müdahalede güven temelli terapötik ilişki kurmak ilk amaç olmuştur. Katılımcıların ikinci ya da üçüncü görüşmede duygusal istismara maruz kaldıklarına dair ifadeler kullanarak araştırmacıya kendilerini ilk kez açmaya başlamaları güvende hissettiklerinin ilk işareti olarak değerlendirilmiştir. Terapötik ilişkiyi olumlu etkileyen bir diğer hususun “gizlilik anlaşması” olduğu düşünülmektedir. Araştırmacının gizlilik anlaşmasına süreç içinde bağlı kaldığını gören katılımcıların, kendilerini daha da açık şekilde ifade etmeye başladığı ve çocukluklarına dair daha fazla detay paylaştığı görülmüştür. Tüm bunlara ek olarak, katılımcılar terapötik ilişkiye dair olumlu sözlü ifadelerde bulunmuşlardır. Terapi ortamını güvenli yer olarak tanımlamış ve görüşmelerde rahatça kendilerini ifade edebildiklerini bildirmişlerdir.

Görüşmeler boyunca araştırmacı katılımcıların duygusal durumlarına uyumlanmıştır. Araştırmacının katılımcıyla uyumlanmasının terapötik ilişkide güveni arttırdığı düşünülmektedir. Terapötik ilişki içinde uyumlanmayı deneyimleyen kişi aynı zamanda anlaşılmayı ve kabul edilmeyi de deneyimler. Terapist terapiye gelen kişiye uyumlandığında terapötik ilişki artar ve kişi terapistte güvenir (Erskine, Moursund ve Trautmann, 2015).

İyileşme

Araştırmacı ve katılımcılar arasında sağlanan güven temelli terapötik ilişkinin, katılımcıların duygu düzenleme becerileri kazanmasında etkili olduğu düşünülmektedir. Görüşmelerde katılımcıların duygularını fark ettiği ifadelerine yansımıştır. Duygularının yoğunluğu altında ezilmeden duygularını yaşayabildikleri ve duygularını ifade ettikleri saptanmıştır. Alternatif duygu düzenleme becerileri edindikleri de görülmüştür. Terapist-danışan arasındaki terapötik ilişki anne-bebek bağlanma ilişkisine benzerdir ve duygu düzenleme üzerinde etkili olduğunu söylemek mümkündür (Schore, 2012b).

Katılımcılar, araştırmacıyla belli sınırları olan ilişkide karşılıklı güven ve koşulsuz kabule dayanan yeni bir ilişki deneyimlemişlerdir. Deneyimledikleri bu yeni ilişkiyi diğer ilişkilerinde de kullandıkları görülen katılımcıların, güvenli içsel model kazandıkları düşünülmektedir. Schore'a (2012b) göre, terapist ve danışan arasında kurulan terapötik ilişki içindeki bağ, güvensiz içsel modellerin kazanılmış güvenli içsel modeller şeklinde yeniden örgütlenmesini sağlar.

Araştırmanın sınırlılığı olarak katılımcılarla takip görüşmelerinin yapılamaması gösterilebilir. Özellikle öğrenci katılımcılar ihmal ve istismara maruz kaldıkları ortamda yaşamaya devam etmektedir. Katılımcıların psikolojik destek almadıkları süre içinde değişimleri gözlenememiştir. Bu nedenle ileriki araştırmalar için boylamsal çalışmalara ihtiyaç olduğu söylenebilir.

Sonuç

Tüm katılımcıların gelişimsel travma belirtilerini gösterdiği görülmüştür. Katılımcıların, erken çocukluk ve çocukluk döneminden başlayarak uzun süreli ve tekrarlı şekilde ihmal ve istismara (fiziksel, duygusal) maruz kalmaları bağlanma travmasına neden olmuştur. Bağlanma travmasının gelişimsel travmanın oluşumunda önemli bir unsur olduğu görülmüştür. Duygu düzenleme güclüğü hem bağlanma travması hem gelişimsel travmanın belirtisi olarak değerlendirilmiştir.

Araştırmada müdahale tekniği olarak bağlanma odaklı terapötik ilişki kullanılmıştır. Müdahaleler sonucunda katılımcılar özellikle duygu düzenleme becerilerinde önemli ilerlemeler kaydetmiştir. Buna ek olarak, gelişimsel travmada bağlanma odaklı terapötik müdahalenin kullanılmasının etkinliği araştırmada gözlemlendiğinden, yöntem ilerideki araştırmalar için de önerilebilir.

Okullarda gelişimsel travma mağduru çocukların gözden kaçmaması ve rehabilite edilmesine ihtiyaç olduğu gözlemlenmiştir. Bağlanma travmasının nesiller arası aktarım yoluyla pek çok nesil üzerinde etkili olduğu düşünüldüğünde rehabilitasyon programlarının yaygınlaşmasının önemi çok açıktır.

Kaynaklar / References

- Allen J. G. (2013). *Mentalizing in the development and treatment of attachment trauma*. London: Karnac.
- Arvidson, J., Kinniburgh, K., Howard, K., Spinazzola, J., Strothers, H., Evans, M., & et al. (2011). Treatment of complex trauma in young children: Developmental and cultural considerations in Application of The ARC Intervention Model. *Journal of Child and Adolescent Trauma*, 4(1), 34-51.
- Attia, M., & Edge, J. (2017). Be(com)ing a reflexive researcher: a developmental approach to research methodology. *Open Review of Educational Research*, 4(1), 33-45.
- Bademci, Ö. H., & Karadayi, F. E. (2013). Working with street boys: Importance of creating a socially safe environment through social partnership, and collaboration through peer-based interaction. *Child Care in Practice*, 19(2), 162-180.
- Bademci, H. Ö., Karadayı, E. F., & de Zulueta, F. (2015). Attachment intervention through peer-based interaction: Working with Istanbul's street boys in a university setting. *Children and Youth Services Review*, 49, 20-31.
- Bademci, H. Ö., Karadayı, E. F., Pur Karabulut, İ. G., & Bağdatlı Vural, N. (2018). Öğrencilerin özsaygılarının artırılması yoluyla okul terkinin önlenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 21(41), 60-73.
- Bademci, H. Ö., Karadayı, E. F., Pur Karabulut, İ. G., Kurt, Z., & Warfa, N. (2017). Improving psychosocial weell-being of child laborers and young people who are engaged in low-income economic activities in Istanbul, Turkey. *Child & Youth Services*, 38(4) 1-13.
- Başoğlu, C., & Buldukoğlu, K. (2015). Depresif bozukluklarda psikososyal girişimler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(1), 1-15.
- Berger, R. (2013). Now i see it, now i don't: Researcher's position and reflexivity in qualitative research. *Qualitative Research*, 15(2), 219-234.
- Blaustein, M., & Kinniburgh, K. J. (2010). *Treating traumatic stress in children and adolescent: How to foster resilience through attachment, self-regulation, and competency*. New York: Guilford Press.
- Bowen, G. A. (2008). Naturalistic inquiry and the saturation concept: A research note. *Qualitative Research*, 8(1), 137-152.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(1), 77-101.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759-775.
- Bretherton, I., & Munholland, K. A. (1999). Internal working models in attachment relationships: elaborating a central construct in attachment theory. J. Cassidy, & P. R. Shaver, (Ed.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* içinde (2. baskı) (s. 102-127). New York: The Guilford Press.
- Brothers, D. (2014). Traumatic attachments: Intergenerational trauma, dissociation, and the analytic relationship. *International Journal of Psychoanalytic Self Psychology*, 9(1), 3-15.
- Brown, A. D., McCauley, K., & Navalta, C. P. (2013). Trauma systems therapy in residential settings: Improving emotion regulation and the social environment of traumatized children and youth in congregate care. *Journal of Family Violence*, 28(7), 693-703.
- Busch, A. L., & Lieberman, A. F. (2007). Attachment and trauma: An integrated approach to treating young children exposed to family violence. D. Oppenheim, & D. F. Goldsmith, (Ed.), *Attachment theory in clinical Work with children bridging the gap between research and practice* içinde (s. 139-171). New York: The Guilford Press.

- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of The Society for Research in Child Development*, 59(2), 228-249.
- Cook, A., Spinazzola, J., Ford, J., Lanktree, C., Blaustein, M., Cloitre, M., & et al. (2005). Complex trauma in children and adolescents. *Psychiatric Annals*, 35(5), 390-398.
- Courtois, C. A. (2004). Complex trauma, complex reactions: Assessment and treatment. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 41(4), 412-425.
- Çuhadaroğlu Çetin, F. (2001). Kendilik patolojisi belirtisi olarak kimlik kargaşası. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(4), 309-314.
- Demir, M., & Bademci, H. Ö. (2016). Suça sürüklenmiş bir gencin bakış açısıyla çocuk suçluluğu: Olgu sunumu. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20 (1), 17-26.
- Erskine, R. G., Moursund, J. P., & Trautmann, R. L. (2015). *Empatinin ötesi: İlişki içinde bir temas Terapisi*. (M. Şahin, Çev.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 1999.)
- Fırat, S., & Baskak, B. (2012). Gelişimsel travmanın uzun dönem etkileri ve bunlara aracılık eden nörobiyolojik mekanizmalar. *Kriz Dergisi*, 20(1), 25-41.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132-154.
- Gaensbauer, T. J. (1982). Regulation of emotional expression in infants from two contrasting caretaking environments. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 21(2), 163-171.
- Gaensbauer, T. J., & Mrazek, D. (1981). Differences in the patterning of affective expression in infants. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 20(4), 673-691.
- Keiley, M. K. (2002). Attachment and affect regulation: A framework for family treatment of conduct disorder. *Family Process*, 41(3), 477-493.
- Kesebir, S., Özdoğan Kavzoğlu, S., & Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321-342.
- Kinniburgh, K. J., Blaustein, M., & Spinazzola, J. (2005). Attachment, self-Regulation, and competency. *Psychiatric Annals*, 35(3), 424-430.
- Langdrige, D. (2007). *Phenomenological psychology theory, Research and method*. Harlow: Pearson.
- Lawson, D. M., & Quinn, J. (2013). Complex trauma in children and adolescents: Evidence- based practice in clinical settings. *Journal of Clinical Psychology: in Session*, 69(5), 497-509.
- Luxenberg, T., Spinazzola, J., & Van der Kolk, B. A. (2001). Complex trauma and disorders of extreme stress (DESNOS) diagnosis, part one: Assessment. *Directions in Psychiatry*, 21(25), 373-393. Erişim adresi: <http://www.aisjca-mft.org/desnos.pdf>.
- Masterson, J. F. (2013). *Bağlanma kuramı ve nörobiyolojik kendilik gelişimi açısından kişilik bozuklukları* (2. baskı). (H. Şentürk, Çev.). İstanbul: Litera. (Orijinal çalışma basım tarihi 2005.)
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 27(2), 77-102.
- Morse, J. M. (1995). The significance of saturation. *Qualitative Health Research*, 5(2), 147-149.
- Morsünbül, Ü., & Çok, F. (2011). Bağlanma ve ilişkili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3), 553-570.

- Palaganas, E. C., Sanchez, M. C., Molintas, M. V. P., & Caricativo, R. D. (2017). Reflexivity in qualitative research: A journey of learning. *The Qualitative Report*, 22(2), 426-438.
- Parker, I. (2005). *Qualitative psychology: Introducing radical research*. New York: Open University Press.
- Pur, G. İ. (2015). *Emotion regulation intervention for complex developmental trauma: Working with highly traumatized youth*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ruppert, F. (2014). *Travma, bağlanma ve aile konstelasyonları* (2. baskı). (F. Zengin, Çev.). İstanbul: Kaknüs Psikoloji. (Orijinal çalışma basım tarihi 2008.)
- Saxe, G. N., Ellis, B. H., Fogler, J., & Navalta, C. (2012). Innovations in practice: Preliminary evidence for effective family engagement in treatment for child traumatic stress–trauma systems therapy approach to preventing dropout. *Child and Adolescent Mental Health*, 17(1), 58-61.
- Saxe, G. N., Ellis, B. H., & Kaplow, J. B. (2007). *Collaborative treatment of traumatized children and teens*. New York: Guilford Press.
- Schmid, M., Petermann, F., & Fegert, J. M. (2013). Developmental trauma disorder: Pros and cons of including formal criteria in the psychiatric diagnostic systems. *BMC Psychiatry*, 13(3), 1-12.
- Schore, A. N. (2009). Relational trauma and the developing right brain. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1159, 189-203.
- Schore, A. (2012a). *Duygulanım düzensizliği ve kendilik bozuklukları*. (M. Benveniste, Çev.). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2003.)
- Schore, A. (2012b). *Duygulanım düzenlenmesi ve kendiliğin onarımı*. (Ö. Karakaş, Çev.). İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2003.)
- Schore, A. N. (2013). Relational trauma, brain development, and dissociation. J. D. Ford, & C. A. Courtois, (Ed.), *Treating complex traumatic stress disorders in children and adolescents: Scientific foundations and therapeutic models* içinde (s. 3-23). New York: Guilford Press.
- Schore, A., & McIntosh, J. (2011). Family law and the neuroscience of attachment, part 1. *Family Court Review*, 49(3), 501-512.
- Siegel, D. J. (1999). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are*. New York: Guilford Press.
- Sloman, L., Atkinson, L., Milligan, K., & Liotti, G. (2002). Attachment, social rank, and affect regulation: speculations on an ethological approach to family interaction. *Family Process*, 41(3), 313-327.
- Sokakta Yaşayan ve Çalışan Çocuklar için Uygulama ve Araştırma Merkezi. (2017). *Merkez hakkında*. Erişim adresi: <http://soyac.maltepe.edu.tr/tr/merkez-hakkinda/>.
- Sümer, N. (2006). Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 1-22.
- Sümer, N., Oruçular, Y., & Çapar, T. (2015). Bağlanma ve bağımlılık: Kuramsal çerçeve ve derleme çalışması. *Bağımlılık Dergisi*, 16(4), 192-209.
- Sümer, N., Ünal, S., Selçuk, E., Kaya, B., Polat, R., & Çekem, B. (2009). Bağlanma ve psikopatoloji: bağlanma boyutlarının depresyon, panik bozukluk ve obsesif-kompulsif bozuklukla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 38-45.
- Şaşıoğlu, M., Gülol, Ç., & Tosun, A. (2014). Aleksitimi: Tedavi girişimleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 6(1), 22-31.

- Teague, C. M. (2013). Developmental trauma disorder: A provisional diagnosis. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 22(6), 611-625.
- Türnüklü, A. (2000). Eğitimbilim araştırmalarında etkin olarak kullanılabilir nitel bir araştırma tekniği: Görüşme. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 24, 543-559.
- Van der Kolk, B. A. (2005). Developmental trauma disorder: Toward a rational diagnosis for children with complex trauma histories. *Psychiatric Annals*, 35(5), 401-408.
- Van der Kolk, B. A. (2008). The John Bowlby memorial lecture 2006. Developmental trauma disorder: A new, rational diagnosis for children with complex trauma histories. S. Benamer, & K. White, (Ed.), *Trauma and attachment* içinde (s. 45-60). London: Karnac.
- Van der Kolk, B. A. (2015). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. New York: The Penguin Group. Erişim adresi: <https://read.amazon.com/>
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (9. baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Zoroğlu, S. S., Tüzün, Ü., Şar, V., Öztürk, M., Eröcal Kora, M., & Alyanak, B. (2001). Çocukluk dönemi ihmal ve istismarının olası sonuçları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2(2), 69-78.

Yazarlar

Şeyda Sofuoğlu, Pür Psikoloji'de klinik psikolog olarak psikoterapi çalışmalarında bulunmaktadır. İlgi alanlarını duyu düzenleme, varoluşsal kaygılar, duyguyu tanıma ve ifade etme, kaygı problemleri oluşturmaktadır.

İpek Güzide Pur-Karabulut, 2009 yılından beri Maltepe Üniversitesinde öğretim üyesidir. Aynı zamanda Pür Psikoloji'de klinik psikolog doktor olarak psikoterapi çalışmalarını sürdürmektedir. İlgi alanları arasında duyu düzenleme, gelişimsel travma, duygusal farkındalık, bedensel farkındalık bulunmaktadır.

İletişim

Uzman Klinik Psikolog Şeyda Sofuoğlu, Pür Psikoloji, Bostancı Mahallesi, Palmiye Sk., No.:7/8, 34744, Kadıköy, İstanbul, Türkiye, e-mail: seydasofuoğlu@gmail.com

Yrd. Doç. Dr. İpek Güzide Pur-Karabulut, Maltepe Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji (İngilizce) Bölümü, Marmara Eğitim Köyü, Maltepe/İstanbul, e-mail: ipekpur@maltepe.edu.tr

Summary

Purpose and Significance. The aim of this research is to fathom the attachment patterns of youth who are under the risk of dropping out of the school and their mothers by taking into consideration their childhood. Besides, the research purpose is to scrutinize the process of attachment-oriented therapeutic intervention by probing the developmental trauma from the viewpoint of attachment-oriented approach.

In the light of the literature review the authors have written, it is observed that the researches and papers on developmental trauma are relatively scarce in Turkey although there are international researches on developmental trauma. Therefore, the authors' purpose is to contribute to the developmental trauma literature in Turkey in this regard. Moreover, it is believed that the research is promising for parents and educators thanks to the knowledge it provides due to the fact that all of the positive and negative experiences the children had during the period of development have significant impact on the child not only in the present but also in the adulthood.

Methodology. The pattern of the qualitative research is composed of phenomenology. The researcher has focused on how the participants experience, perceive and construe experience and phenomena, similar or different. The participants of the research consist of two high school students at the age of 16 and 18 who received education in 2016-2017 academic years in a high school in Istanbul and two mothers whose children have been studying at the same high school as the aforementioned participants. The student-participants partaken in the research are hand-picked based on voluntariness among students who are exposed to or witnessed interpersonal violence more than 6 months, are neglected or abused by their primary caretaker, have been undergoing anger management issues, display oral reactance against their peers and school employees, have been having difficulties in their relations in school and with their family members. The mother-participants partaken in the research are chosen among mothers who are exposed to or witnessed interpersonal violence more than 6 months, are neglected or abused by their primary caretaker have negative self-perception such as helplessness and worthlessness, have had issues in their relations with their family members and at school and are currently having difficulties in interpersonal relations. The researcher has interviewed the mothers of the high school students who are different than the high school students in focus group in some other high schools in order to be impartial. The participants are selected in a meeting attended by two psychological counsellors working in the high school's counselling service, the supervisor of the researcher and the researcher. The students have met with the researcher after they have concurred to be interviewed by the researcher in their meeting with the psychological counsellor and with the approval of their parents regarding the meeting with the researcher. The phone numbers of the mothers were obtained from the high school counselling service at first. Afterwards, the mothers were invited for a meeting to the high school by the researcher, and, then, the meetings were initiated with the mothers agreed to attend the meetings. The major aim of the meetings was to provide psychological support to the participants within the scope of ethical codes. The research has had the secondary importance.

Because of the fact that it is a delicate matter to share the traumatic events that they are exposed to in the early periods of their lives with someone else, establishing a relationship based on trust between the researcher and the participants has become the key aspect of the evaluation and constitutes the measurement tool of the research. Additionally, the researcher has received

supervision support for every meeting with the participants from the instructors of the M.A. program in Clinical Psychology in the Maltepe University.

The research has been executed as a part of “from the high school to the university with the youth” project conducted by the Application and Research Center for the youngsters working and living in the streets (SOYAÇ) in Maltepe University. Every one on one interview has continued for 40 minutes and the unstructured interview technique is used in the interviews. The analysis of the interview reports has been initiated by acknowledging the fact that the necessary amount of data has been collected, because neither a new theme nor a new category has occurred in the research. 43 interview report have been scrutinized during the analysis. The codes and the themes were specified by reading all of the data one by one at first. Later on, the mutual codes and themes in the data have been unearthed. All of the dataset has been entered to MAXQDA 10 which is a qualitative analysis software, organised in conformity with the literature and has been analysed.

Results. It is observed that the participants were exposed to long-term and repetitive stressful happenings beginning with the early childhood period and continued during the adolescence period. The stressors the participants were exposed to primarily consist of neglect and abuse (physical and emotive) by parents. The other stressors mentioned by the participants are witnessing domestic battery and their siblings’ exposure to neglect and abuse and exposure to abuse in the school environment (emotive and physical). The participants who have had problems regarding their interpersonal relations are observed to have relations with others similar to their relations with their parents. It is observed that the mothers who participated the research, as their mothers have done to them, have subjected their kids to neglect and emotive abuse.

Many of the statements of the participants indicate that they have difficulties with emotional regulation. It is observed that the participants have rarely used emotion expression in the interviews. Participants have sometimes expressed that they do not have any emotions, and, sometimes, they have stated that they do not know what to feel concerning a certain situation. It is also observed that they cannot endure negative emotions, they overestimate the intensity of negative emotions and they cannot get over such negative emotions for a long time.

The first aim before the implementation of intervention techniques was to develop a relationship built on trust. It is observed during the interviews that the participants have gone through self-disclosure with their first statements concerning their exposure to emotional abuse in the second or third interview. This is interpreted as the first sign of feeling secure. The participants who do not mentioned their exposure to physical violence in the first interviews have commenced to talk about this issue too in time.

The researcher has talked about the gains with the participants the interviews held during the process and the closure interview. It is seen that the participants have realised their emotions. In addition to these, it is observed that the participants have experienced and articulated their emotions without being crushed under the intensity of their emotions. It is seen that they have obtained alternative emotional regulation skills.

All of the participants have experienced a new relationship based upon reciprocal trust and unreserved acceptance with certain boundaries. The mother-participants have made use of the new relationship method that they have experienced in their relations with their children. The

student-participants have made use of the new relationship model in their relations with their peers. Furthermore, the risk-involving behaviours of the student-participants have dramatically decreased in the process.

Discussion. It is determined that the participants are exposed to neglect and abuse (emotive and physical) by their parents, have difficulty in relieving oneself and overcoming the stress, have witnessed domestic battery and the neglect and abuse of their siblings and have problem in interpersonal relations from the early childhood to the adolescence period. The aforementioned assumptions and facts have brought the developmental trauma to mind. The exposure of all of the participants to neglect and abuse can be assessed as not only attachment trauma but also developmental trauma.

It can be asserted that the possession of insecure attachment pattern can be one of the factors explaining the difficulties the participants have regarding emotional regulation. It can also be said that the participants who are observed to utter many statements addressing developmental trauma go through difficulties in emotional regulation as a result of developmental trauma.

It is thought that the therapeutic relation based on trust between the researcher and the participants has impacted the participants' acquisition of emotional regulation skills. In the interviews, the participants' realization of their emotions is seen in their statements. It is determined that the participants are able to experience and express their emotions without being crushed under the intensity of their emotions.

Conclusion. It is observed that all of the participants have shown indicators of developmental trauma. The participants' exposure to long-term and repetitive neglect and abuse (physical, emotive and sexual) have brought about attachment trauma beginning with early childhood and childhood period. It is observed that the attachment trauma is a prominent factor in the emergence of the developmental trauma. The difficulty in emotional regulation is evaluated as a sign of both attachment trauma and developmental trauma.