

# DURUMSAL YAŞAM KRİZLERİ

## Travmatik Deneyimler

- Başlangıçları anidir
- Beklenmedik (yordanamaz) olaylardır.
- Acil durum niteliğindedir.
- Büyük insan topluluklarını aynı anda etkileyebilirler.
- Tehlikeli olduğu kadar daha iyi bir işlevsellik için de bir fırsattır.

# AŞAMALAR

• 1. ŞOK

• 2.TEPKİ

• 3.İŞLEME

• 4.YENİDEN  
UYUM



## **Tüm insanlar;**

- **Bedensel ve psikolojik iyilik haline**
- **Günlük yaşam işlevlerini sürdürebilmeye**
- **Kişinin kendisine anlamlı gelen ve diğerleri tarafından kabul edilen üretici olma yeteneğine**
- **Destekleyici bir ağ içinde yaşamaya**
- **Bir topluma bir kültüre ait olma gereksinimi duyar.**

# 1.1 PSİKOSOSYAL KRİZ NEDİR?

- Bireyin yaşamı boyunca gelişim dönemlerinin her birinde farklı bir çatışma ya da karmaşa durumu ile yüz yüze gelmesi sonucu bireyin ruhsal dengesinin bozulmasıdır.
- Ruhsal krizin ortaya çıkmasında birçok faktör rol oynar.
- Yaşam olayları krize yol açabilir.

**Bu yaşam olayları;**

- Felaketler ve büyük kitleleri etkileyen olaylar;
- Bireysel zorlanmalar



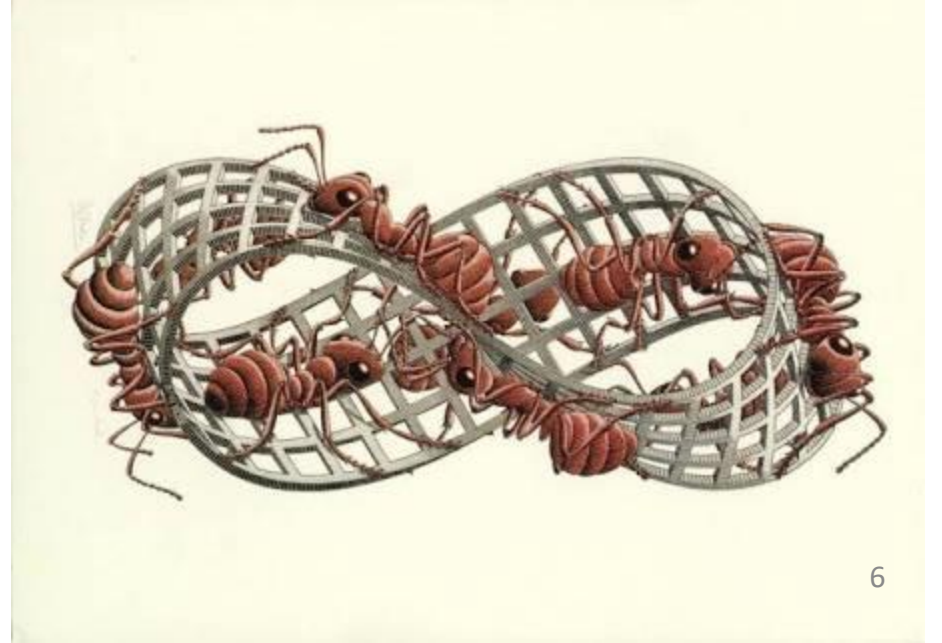
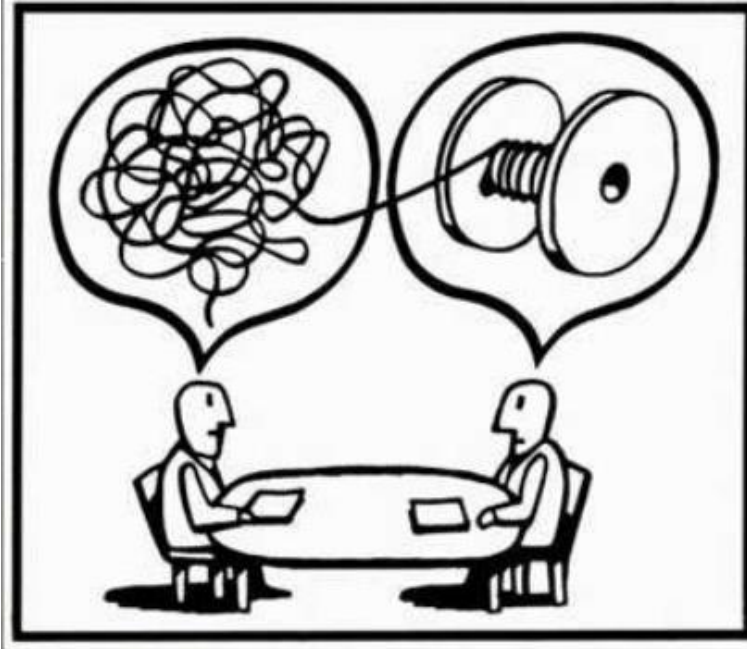
## 1.1.1 Travmatik Krizler

- **Travmatik kriz, aniden ortaya çıkan, acı verdiği herkes tarafından kabul edilen ruhsal varoluşu, sosyal kimliği ve hoşnutluğu tehdit eden bir durumdur.**
- **(örn. Bir yakının ölümü, hastalık, ani sakatlık, ayrılık, vb.)**



# Travmatik Krizin Tipik Seyri Dört Dönem Şeklinde;

1. Faz-Şok Fazı
2. Faz-Reaksiyon Fazı
3. Faz-İşlem Fazı
4. Faz-Yeniden Oryantasyon Fazı



## 1.1.2 Değişim Krizleri

- Yaşamsal değişiklikler sonucu ortaya çıkan krizlerdir, birçok kişi tarafından olumlu karşılanır.
- (Örn. Anne baba evinden ayrılma, evlenme, çocuk sahibi olma, taşınma, emeklilik, vb.)

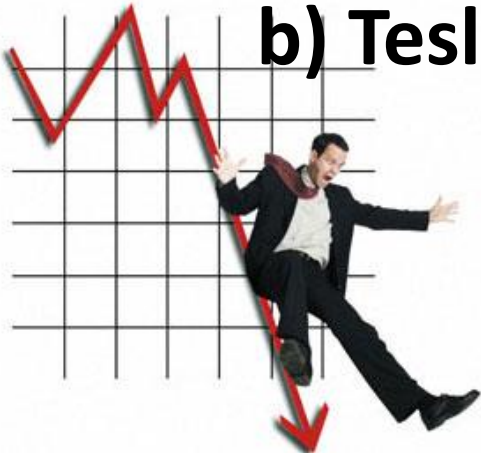
# 1.2 AKUT KRİZLERİNİN SEYRİ



- **1.Faz:** olayla karşılaşma
- **2.Faz:** olayı çözmeyi başaramama, başarısızlık duygusu
- **3.Faz:** tüm mücadele yollarının harekete geçirilmesi sonucunda,

a) Başarılı çözüm gerçekleşir

b) Teslim olma, vazgeçme gözlenir

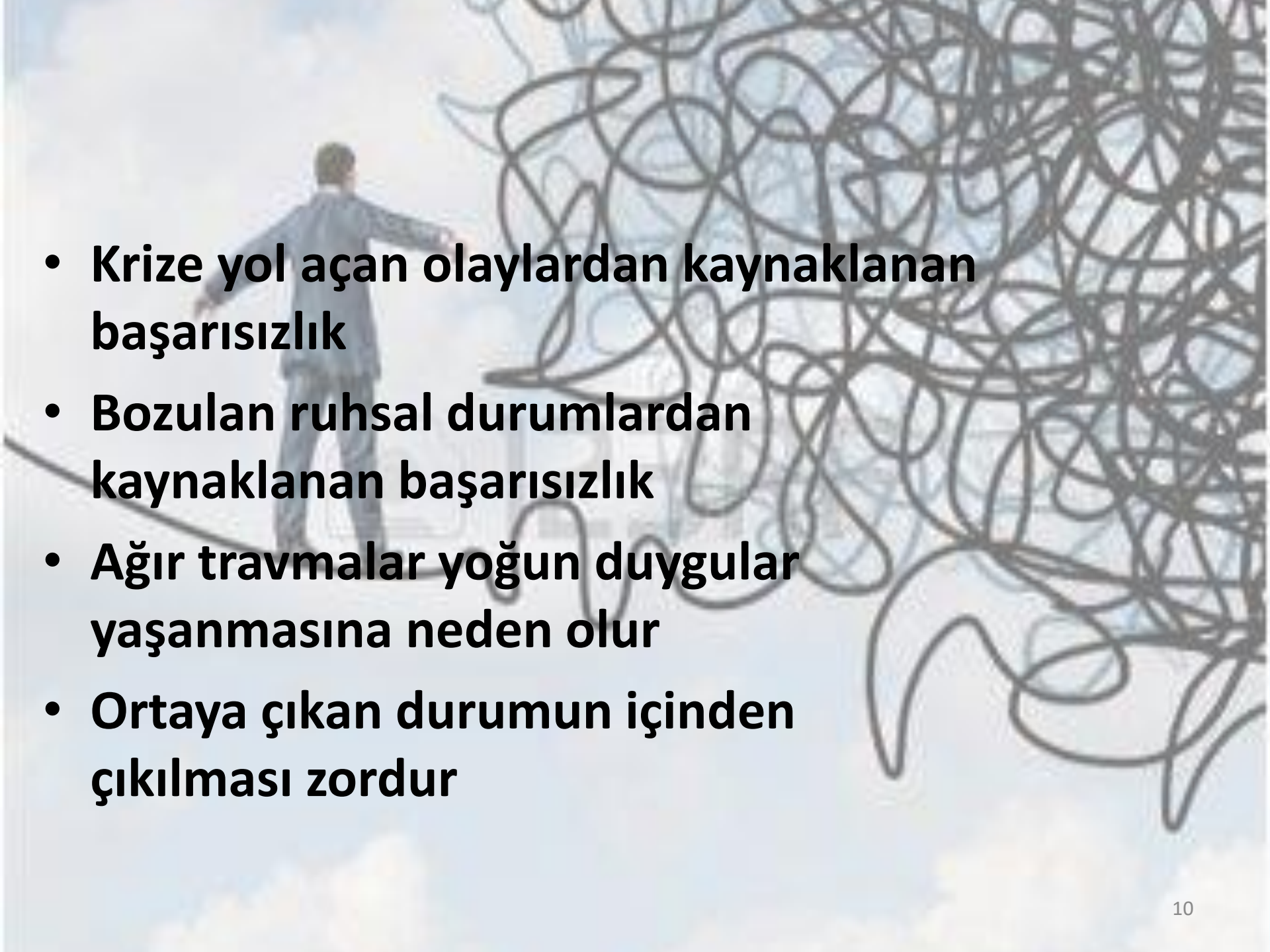




## 1.3.2. Problem Çözme/Problemin Üstesinden Gelme Bozuklukları

**Güçlüklerin en sık ortaya çıktığı alanlar;**

- **Problemin farkına varma ya da tanımlanmasında başarısızlık**
- **Yanlış veya eksik stratejiler nedeniyle amacına uygun, belirli bir çözümü ortaya koymada başarısızlık.**
- **Çevrenin maddi ve manevi desteğinde yetersizlik**

- 
- **Krize yol açan olaylardan kaynaklanan başarısızlık**
  - **Bozulan ruhsal durumlardan kaynaklanan başarısızlık**
  - **Ağır travmalar yoğun duygular yaşanmasına neden olur**
  - **Ortaya çıkan durumun içinden çıkılması zordur**

## 1.3.3. İletişim Bozuklukları

- a. Durumdan kendini çekme (kaçınma davranışı)
- b. Ruhsal durum nedeniyle kendi kabuğuna çekilme



# KRİZİN TEHLİKELERİ

- Bir kriz;
  - a. Geriye dönüşü olmayan saldırgan davranışlara yol açabilir.
  - b. Ruhsal hastalıklara neden olabilir.
  - c. Somatizasyona neden olabilir
  - d. Kronikleşebilir



# KRONİK KRİZLER

- Değişim krizleri kaçınma davranışı veya yıkıcı bir çözüm yoluyla bertaraf edilir,
- Ya da travmatik krizler doğal seyri içinde takılıp kalır, işlem fazına geçilemezse kriz kronikleşir.



# OKULLARI, OKUL İDARESİNİ, ÖĞRETMENLERİ İLGİLENDİREN ÖNLEMLER



1. Küçük Sınıflar
2. Pedagojik Eğitim
3. Danışman, Sınıf Rehber Öğretmenlerinin Seçimi
4. Anne Babayla Daha Yakın İlişkide Olma
5. Elde Edilen Başarıları Destekleyecek Okul Atmosferini İyileştirmek

# ANNE BABALARI İLGİLENDİREN ÖNLEMLER

1. Okul Aile Birliklerinin Aktif Hale Getirilmesi
2. Anne Babaların Yaklaşımı
3. Anne Babanın Eğitimi



# ÖNCELİKLE ÖĞRENCİLERİ İLGİLENDİREN ÖNLEMLER

- 1. Demokratik Düşünce Tarzı Ve Dayanışma Fikri Öğrencilere Aşılmalıdır**
- 2. Öğrencilerin Kişisel Deneyim Ve Yaratıcılıklarını Desteklemek**

