

SPİNA BİFİDASI OLAN ÇOCUKLAR VE YAKINLARIYLA PSİKOSOSYAL SORUNLARA YÖNELİK ÇALIŞMA GRUBU

Ulusal Spina Bifida Kongre'sinde 2 adet 90 dakikalık seans psikososyal sorunlara yönelik çalışma grubu olarak ayrılmıştır. Bu seanslar bir yönetici (Doç. Dr. İnci Doğaner) ve iki yardımcı yönetici (Psk. Habibe Cevher, Psk. Cennet Şafak) tarafından katılanlarla birlikte yürütülecektir. Psikodramatik ve sosyometrik grup psikoterapisi ilke ve teknikleri kullanılarak sürdürülecek bu çalışmanın içeriği ve seyri, çalışma grubu boyunca birlikte belirleneceği için, önceden bir konuşma metni oluşturmak olası değildir.

Ancak, buradaki yazıda spida bifidası olan kişilerin ve yakınlarının karşılaştıkları belli başlı psikososyal sorunlar ve bunların çözümlerine yönelik genel ilkelerden kısaca söz edilecektir.

Spina bifida gibi değişik düzeyde fiziksel kısıtlılıklar getiren hastalıklar çocuğun duygusal ve sosyal gelişimini etkiler. Spina bifidası olan çocuk ve gençlerde sık görülen ruhsal-sosyal sorunlar, dikkati toplayabilme başta olmak üzere bazı öğrenme güçlükleri, girişkenlikten kaçınma, kendini beğenmeme, özgüven eksikliği, depresyon, sosyal geri çekilme gibi sorunlardır.

Gelişen yeni tekniklerle birlikte çocukların fiziksel kısıtlılıklarının önemli bir bölümünde kendi bağımsız denetimlerini kazanabildiklerini görmek sevindiricidir. Ailelerinin, öğretmenlerinin ve hekim ve sağlık ekibinin çocukların fiziksel yetilerini ve sınırlarını doğru anlamaları büyük önem taşır. Sağlık ve güvenlik sınırları içinde kalarak çocukları daha bağımsız olmaya teşvik etmek ve cesaretlendirmek büyük önem taşır. Onların kendi bakımlarını üstlenmeye ve yaşlılarının katıldıkları etkinliklere katılmaya teşvik edilmeleri önemlidir.

Aile ve yakınlarının duygusal konularda belirli aşamaları sağlıklı aşmış olmaları da önem taşımaktadır. Bu durumda ailede ve yakınlardaki suçluluk, yetersizlik, isyan, inkar, tükenmişlik, ümitsizlik, çaresizlik gibi duygular yeterli bir ilgi ve bakım vermeyi etkileyeceği için önemlidir. Her kronik hastalıkta olduğu ailelerin sosyal bağlarını ve ruhsal sağlıklarını koruyabilmeleri için destek ve yardım alması gerekebilir.

Çocuğunuzun psikososyal yetilerini temel beş alanda toplayabiliriz:

1. Kendini sözel olarak ifade edebilme (sözcükleri etkin kullanma, ne zaman konuşacağını seçebilme, zamanlama)
2. Sözdışı iletişimi ve beden dilini tanıma (kendi bedeninin dilini ve başkalarının sözdışı iletişimini doğru anlama)
3. Sosyal davranışlar (iyi bakım, zamana uyma, bakım, aile içi işlev ve rollerde uygunluk, ebeveyn ve öğretmenlerle iletişim)
4. İnsan ilişkileri ve etkileşimleri (özgüvenle ve rahat olarak etkileşime girme, yeni insanlarla tanışabilme, aile içinde bağımlı değil bağı olma)
5. Okul, Akademik İşlevler ve Meslek (kendi becerilerine ilişkin gerçekçi bir duyguya sahip olma, dikkatini toplayabilme, öğrenme yetileri)

Unutmamalıyız ki, HİÇKİMSE (spina bifidası olan ya da spina bifidası olmayan) psikososyal beceriler açısından MÜKEMMEL DEĞİLDİR. Ancak bu bu yetilerimizi geliştirmemeliyiz anlamına gelmez. Daha iyiyi hedeflediğimiz her şeyde gelişebiliriz. Çocuğunuzla ilgilenip onun gelişimine yardımcı olurken en önemli araçlarımızın sevgi, kabullenme, neşe, yaşama bağlılık olduğunu unutmamalıyız.

Çocuğunuzu ÖZEL bir birey olarak kabul ederek onun ruhsal özelliklerini diğerleriyle karşılaştırmalar yapmadan ele almalısınız.

Kendi sorumluluğunu almaya ve ev içinde sorumluluklar almaya teşvik etmelisiniz.

Kendi duygularınızı tanıma ve kullanmaya özen göstermelisiniz.

Çocuğunuzun kendine ilişkin farkındalığını arttırmak için yardımcı olmalısınız. Onun ilişkilerini size anlatmasına ve sorunlarını çözmesine onu ETKİN DİNLEYEREK yardımcı olabilirsiniz.

Aşırı koruma ve onun sorunlarını sizin çözmeye çalışmanız çocuğunuzun kendi bağımsızlığını üstlenmesini engelleyici olabilecektir. Onun hata yaparak da olsa kendini geliştirmesine yardımcı olabilirsiniz.

Aile içinde çocuklarınız için yapabileceğiniz en iyi şeylerden biri, eşinizle iletişim ve etkileşiminizin doğasını doyumlu ve iyi tutmaktır. Eşinizle sorunlarınızı çözümleyip çözümleyemediğinizi gözden geçirmenizi öneririz.

Diliyoruz ki bu iki çalışma grubu boyunca birlikte yapacaklarımız ve ele aldığımız durum ve sorunlar sizlerin iletişim ve etkileşim başta olmak üzere belli konularda gelişme ve bilgilenmenize yardımcı olur.