

GÖÇ



Göç

İnsanların buldukları (yaşadıkları) coğrafi bölgelerden başka bölgelere istekleri ya da istekleri dışında geçici ya da kalıcı olarak gitmelerine ya da gönderilmelerine göç denmektedir.

- İnsanlar tarih boyunca; doğa olayları, ekonomik nedenler, politik gelişmeler ve sosyal nedenlerden dolayı buldukları yerleri terk etmişlerdir.
- Göçler;
 - iç ve dış,
 - bireysel ve kitlesele,
 - gönüllü ve gönülsüz
 - düzenli ve düzensiz olarak da sınıflandırılabilirler

Göç;

göçmen, mülteci ve şartlı mülteci, **sığınmacı**, geçici koruma, **aynı ülke içinde yerinden edilmişler**, üçüncü ülkeye yerleştirilme, **geriye dönüş**, uyum sağlama (adaptasyon), **gönüllü göç**, zorunlu göç, **iç göç**, dış göç... gibi kavramların ortaya çıkmasını sağlamıştır.

Göçler; güvenlik, barınma ve beslenme, eğitim, üretim, nüfus yapısında değişiklik, ihtiyaç duyulan insan gücü ve niteliğinde değişme, adaptasyon, bulaşıcı hastalıklarda artış, çocuk yaşta evliliklerde artış, parçalanmış ailelerde artış, yasadışı davranışlarda artış... vb sorunları da beraberinde getirmektedir.

- ▶ Göçler dezavantajlı gruplar ve çocuklar açısından daha da felaket olmaktadır.
 - Engelliler,
 - sürekli hastalığı olanlar,
 - yaşlılar ve kadınlar için göç daha da yıkıcı sonuçlar doğurabilmektedir.
- ▶ Göçler çocukların temel güven duygularını sarsmakta ve onları ihtiyaçları olan güvenli yer, sağlıklı aile ortamı gibi kavramlardan uzaklaştırmaktadır.
- ▶ Çocuklar temel ihtiyaçlarını karşılamada büyük sorunlar yaşamaktadırlar.
- ▶ Bütün bunların yanında evrensel temel haklardan sayılan **eğitim hakları** sekteye uğramaktadır.

- ▶ Oysa eğitim, çocukların gelişiminde hayati bir öneme sahip olduğu için, **evrensel insan hakkı** olarak tanınmıştır. Çocuk Hakları Sözleşmesinin 28. maddesi sözleşmeyi imzalayan devletleri bunu sağlamak için yükümlülüklerini yerine getirmeye zorlamaktadır.
- ▶ Hal böyle iken hakikat; mülteci çocukların çoğunluğu temel eğitim imkânlarından yoksun kalmaktadır. Bazı tahminlere göre eğitim alan mülteci çocuk sayısı yüzde 30'u geçmemektedir.

Göç Travması

- Göç öncesi, süreci ve sonrasında yaşanan istenmeyen olayların insanın ruh dünyasında oluşturduğu olumsuz derin etki, aşırı korku ve çaresizlik gibi duyguların neden olduğu durumdur.
- Göç travması sonucunda stres bozuklukları, depresyon, kültürleşememe, fizyolojik ve psikolojik birçok sağlık problemleri oluşabilir.

Göç travması

- İnsan göç etmek zorunda kaldığı yerde ona maddi ve manevi destek sağlayan, hayata bağlayan ve güçlendiren ne kadar çok şey bırakırsa, göçün bireye psikolojik olarak olumsuz yansımaları da o denli fazla olacağı öngörülmektedir.
- Zorla yerlerinden edilen çocuklar yeni ortamlarında duygusal, sosyal ve zihinsel gelişimleri, geçmişte yaşadıkları olumsuz olaylardan dolayı uyum sağlamada güçlük çekmektedirler.

Göç üç ana değişimi doğasında barındırmakta...

- Kişisel bağlardaki değişiklikler
- Sosyal ağların yeniden yapılandırılması
- Bir sosyo-ekonomik ve kültürel sistemden diğer sosyo-ekonomik ve kültürel sisteme geçiş

Önyargı (Duyuşsal) + Kalıpyargı (Bilişsel) = Ayrımcılık (Davranışsal)

- Önyargı → Hatalı genellemelere dayanan bir antipati duygusu...
- Kalıpyargı → Önyargıya dayalı antipatiyi meşrulaştıran inanca ilişkin bilgiler...
- Ayrımcılık → İnsanların toplumsal yaşam içerisinde çeşitli nedenlerden dolayı diğer bireyler veya gruplar tarafından haksız bir şekilde haklarının kısıtlanması/mağdur edilmesi...
- Aşırı önyargı → İnsandışılaştırma (Dehumanizasyon)

Göç travması belirtileri

- Uyku Bozuklukları,
- Yeme Bozuklukları,
- Gelişimsel Sorunlar,
- Depresyon,
- Korku,
- Kaygı ve Öğrenme Güçlükleri
- Hırsızlık
- Hiperaktivite
- Baş Ağrısı,
- Sırt Ağrısı,
- Mide Ağrısı,
- İştahsızlık,
- Sosyalleşme Problemleri,
- Depresyon,
- Dikkat Dağınıklığı
- Saldırganlık,

Göç travmasının neden olduğu psikolojik olumsuzluklar

- Gelecek endişesi,
- Güvensizlik duygusu,
- Uyku problemleri ve kabuslar,
- Benlik çatışması,
- Psiko-somatik semptomlar,
- İletişim problemleri
- Okul başarısızlığı,
- Davranım bozuklukları,
- İntihar girişimleri
- Akut stres bozukluğu,
- Kültürleşme stresi,
- Anksiyete bozuklukları,
- Depresyon,
- Somatik bozuklukları,

Göç travmasına maruz kalanlar;

- İnsanlarla iletişim kurmaktan kaçınabilir.
- Aşırı derecede hassas ve huzursuz olabilir.
- Seslerden veya ani hareketlerden korkabilir.
- Gece uykuya dalmakta zorluk yaşayabilir.
- Sınıf veya okul ortamındaki değişikliklere, örneğin yeni öğretmenlere ve yeni oturma düzenlerine olumsuz tepkiler verebilir.
- Fiziksel çatışma, öfke ve tehdit vb. saldırgan davranışlar sergileyebilir ve sakinleşmesi zor olabilir.
- Agresif davranışlar sadece karşı tarafa değil, kendine zarar verme, intihar girişimi, alkol ve madde kullanmaya eğilim gösterme biçiminde görülebilir.

Göç travmasına maruz kalanlar;

- Öğrenme güçlüğü yaşayabilir.
- Öğrenme görevleri üzerine tam olarak yoğunlaşamayabilir, hatırlamakta, kodlamakta ve tepkilerini denetim altına almakta zorlanabilir.
- Başlarına bir şey gelebilecekleri korkusuyla endişeli ve şüpheli tavırlar sergileyebilir.
- Terkedilme korkusu yaşayabilir; ölüm ve ölmeye ilgili sorular sorabilir.
- İnsanlara, yaşama ve geleceğe bakış açısı olumsuz yönde etkilenebilir.
- Karamsar bir hale bürünerek güvenlerini kaybedebilirler.
- Öz benlik saygısını yitirmiş, aşırı özgüven eksikliği gösterebilirler. Dolayısıyla akademik çalışma veya farklı etkinliklere girişmek istemezler.
- Fiziksel şikâyet baş dönmesi veya çarpıntı, karın ağrısı, mide bulantısı ve iştahsızlık gibi durumlarla şikâyet edebilir.

Göç Travmasını Tetikleyen Etkenler

- Kültürel kimliğin tehdit altında olması,
- Şiddet ve işkence gibi yöntemler kullanılarak asimile edilmeye çalışılması,
- Paylaşımlarda bulunamama ve sosyal etkileşim kuramama sonucunda yaşanan sosyal yalnızlık,
- Geçmiş yaşantıların öğrenilmesine yönelik çevreden bilinçsizce yöneltilen sorular

Travma Yaşayanlara Yönelik Yardımda İzlenmesi Gereken Temel İlkeler

- Her mağdur biriciktir; her mağdurun travma sonrası yaşantısı, aynı travmaya aynı şekilde maruz kalmış olanlarda bile farklılık gösterebilir.
- Saygı, empati içeren kaliteli, istikrarlı, sınırları belli bir terapi ilişkisi işin merkezinde yer almalıdır.
- Travma mağdurunun yaşadığı travmatik olay, güvenlik ve öngörülebilirlik duygularını bozduğu için, terapi sürecinde duyguların yeniden tesis edilmesi odaklı bir yaklaşım sergilenmelidir.
- Travmanın kodlanması, anlamlandırılması ve işlenmesi biyolojik ve psikolojik süreçlerle birlikte, belli bir **sosyo-kültürel bağlamda** gerçekleşir.

Göç travmasını önleme / müdahale

- Göçün bireyler üzerinde oluşturduğu psikolojik ve fizyolojik etkiler, bireylerin yaşamsal faaliyetlerini sürdürmesini olumsuz olarak etkileyebilmektedir. Özellikle çocuklara ve ergenlere yönelik söz konusu bu olumsuz etkilerin önlenmesi ya da tedavi edilmesi sürecinde uzman, öğretmen, aile ve akran işbirliği önem arz etmektedir.
- Bu açıdan bireylerin öncelikle göçmenlik deneyimlerinden haberdar olunması ve travma boyutunun bilinerek önleme ve sağaltım çalışmalarının yapılması gerekmektedir.
- Bireyin güçlü yanlarının ön plana çıkartılarak yapılacak olan çalışmalar, travma ve travma sonrası stres tepkileriyle baş etme sürecinde anahtar bir bileşen olduğu düşünülmektedir.

Bu noktada hem ev sahibi çocuk ve ergenlere hem de göçmen çocuk ve ergenlere yönelik önleyici rehberlik faaliyetleri kapsamında;

- Göçe neden olan etkenlerin anlaşılması,
- Göçmenlerin yeni ortamlarına uyum sağlamasında yaşayacağı güçlüklerden haberdar olunması,
- Ev sahibi konumundaki öğrencilerin göç yapan arkadaşlarının yaşayabilecekleri olumsuzlukları hissetme konusunda empatik eğilim içerisinde olunması,
- Sosyalleşme sürecinde yaşanabilecek sorunların beraber aşılabilmesi
- Aynı şekilde hem ev sahibi hem göçmen ebeveynlere yönelik olarak okula uyum sürecinde çocuklarının yaşamaları olası bilişsel ve duyuşsal olumsuzluklara ilişkin farkındalık sahibi olunması,
- Göçün olumsuz etkilerini azaltmak için çocuklara destek sağlanması,
- Sosyalleşme sürecinde yaşanabilecek olumsuz durumlarla baş edebilmesine ilişkin olumlu yönlendirme yapılması, birlik ve beraberliği güçlü kılabilecek tavrın geliştirilmesi vb. konularında destek sağlanmalıdır.

Göç Travmasının Önlenmesinde ve Sağaltımında Rehber Öğretmenlerin Rolü

- Öncelikle göçle gelen öğrencilerin **kültürel özellikleri, yaşam biçimleri, göç öncesi, göç anı ve göç sonrası yaşanan sorunlar hakkında bilgi sahibi olması** gerekmektedir. Çünkü bu bilgiler ışığında psikolojik danışmanlar, bu öğrencilere daha etkili yardım hizmeti sunabilecektir.
- Göçmenlerin göç deneyimlerinden haberdar olması, göç yaşantılarının biyolojik ve psikolojik olarak bireyi nasıl etkilediği, bununla birlikte kimlik ve kültürel özelliklerine duyarlılık göstermesi...
- Rehber öğretmenin kıyafet tarzının uygunluğundan öğrencinin dokunma davranışı ile hassasiyetlerine, inançsal yapısı ve ailesel hiyerarşik durumlarından, psikolojik yardım sağlarken bilgi, beceri ve tutumlarına kadar birçok boyutu göz önünde bulundurulmalıdır.

TEŐEKKÜRLER...