

PSİKOLOJİK DANIŞMANLARIN TRAVMA VE TRAVMA SONRASI STRES BOZUKLUĞUNA MÜDAHALE DENEYİMLERİNİN İNCELENMESİ

Ali Rıza YAVRUTÜRK*

Öz

Bu araştırmanın amacı, psikolojik danışmanların travma ve travma sonrası stres bozukluğuna müdahalelerine yönelik deneyimlerinin incelenmesidir. Araştırmanın çalışma grubu 2022-2023 eğitim öğretim yılında Orta Karadeniz bölgesinde devlet okullarında görev yapan 14 psikolojik danışmandan oluşmaktadır. Katılımcılar amaçlı örneklem yöntemlerinden biri olan kolay ulaşılabilir örneklem yöntemi ile belirlenmiştir. Araştırmada nitel araştırma desenlerinden olgu bilim deseni kullanılmıştır. Veriler yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla elde edilmiştir. Elde edilen verilerin içerik analizi yapıldıktan sonra temalar ve kodlar oluşturulmuştur. Araştırma sonucunda, katılımcıların travmayı içsel ve dışsal etkenler temelli tanımladıkları görülmüştür. Travma ile ilgili eğitimleri lisans derslerinde aldıkları ve mesleğe başladıklarında hizmetiçi eğitimlerle bilgi ve becerilerini arttırdıkları sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların siber zorbalık, depresyon ve ayrımcılık/dışlanma gibi farklı olgularla çalıştıkları, terapötik ilişkinin kurulması ve güvenli ortamın oluşturulmasına önem verdikleri görülmektedir. Katılımcıların travma konusunda önleyici rehberlik çalışmalarına, eğitim faaliyetlerinin önemine ve sosyal ilişkileri güçlendirme ile ilgili çalışmalara vurgu yaptıkları görülmektedir. Katılımcıların okul rehberlik planlamalarına bakıldığında protokollerde travma ile ilgili risk belirleme ve erken müdahale hazırlıklarından ayrı olarak koruma, önleme ve müdahale ile ilgili çalışmalara yer verdikleri görülmektedir. Ayrıca, katılımcıların okul rehberlik programlarında özellikle okullarda güvenli alanların oluşturulması, etkili bir işbirliğinin sağlanması ve psikolojik sağlamlığı sağlamak için destekleme çalışmalarına değindikleri görülmektedir. Son olarak, veriler alanyazı bulguları ile birlikte tartışılarak, psikolojik danışman, öğretmenler ve eğitim politika yapıcılarına bazı önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Travma, Travma sonrası stres bozukluğu, Psikolojik danışma, Psikolojik müdahale, Müdahale deneyimi.

Examining Psychological Counselors' Intervention Experiences in Trauma and Post-Traumatic Stress Disorder

Abstract

The purpose of this research is to examine psychological counselors' experiences regarding trauma and post-traumatic stress disorder interventions. The study group of the research consists of 14 psychological counselors working in public schools in the Central Black Sea region in the 2022-2023 academic year. Participants were determined using easily accessible sampling method, which is one of the purposeful sampling methods. The phenomenological design, one of the qualitative research designs, was used in the research. Data was obtained through a semi-structured interview form. After content analysis of the data obtained, themes and codes were created. As a result of the research, it was seen that the participants defined trauma based on internal and external factors. It was concluded that they received trauma-related training in undergraduate courses and increased their knowledge and skills with in-service training when they started their careers. It is seen that the participants work with different phenomena such as cyberbullying, earthquake and discrimination/exclusion, and attach importance to establishing a therapeutic relationship and creating a safe environment. It is seen that the participants emphasize preventive guidance studies on trauma, the importance of educational activities and studies on strengthening social relations. When the participants' school guidance plans are examined, it is seen that the protocols include studies on protection, prevention and intervention, apart from trauma-related risk identification and early intervention preparations. In addition, it is seen that the participants mentioned school

* Tokat Zile Fen Lisesi. e-posta: a.r_yavruturk@outlook.com

guidance programs, especially the creation of safe spaces in schools, effective cooperation and support efforts to ensure psychological resilience. Finally, the data were discussed together with the literature findings and some suggestions were made for psychological counselors, teachers and education policy makers.

Keywords: Trauma, Post-traumatic stress disorder, Psychological counseling, Psychological Intervention, Intervention experience.

GİRİŞ

Çocukluk yıllarından itibaren okullar, sosyalleşme gibi istenilen özelliklerin kazanıldığı kurumlar olmakla beraber birçok probleminde yaşanabildiği ortamlardır (Miller ve Chandler, 2004). Yaşanan bu problemlerin bir kısmı ise psikolojik sorunlardır. Alanyazın incelendiğinde okullarda karşılaşılan psikolojik sorunlar, zorbalık (Smith, 2012; Ünalınış ve Şahin, 2012), istismar (Kogan, 2004; Yurdakök, 2010), sınav kaygısı (Çapulcuoğlu ve Gündüz, 2013; Güler ve Çakır, 2013), bağımlılık (Irak, 2009; Shuckit, 1993), sosyal ilişkiler (Bilgin, 2009; Subaşı, 2010), boşanma ve ayrılık (Amato, 2000; Sayan-Karahan, 2012), depresyon (Dopheide, 2006; Ören ve Gençdoğan, 2007), akademik başarısızlık (Bacanlı, Eşici ve Özönlü, 2013) şeklinde sıralanabilir. Okullarda görölen diğer bir sorun ise bu problemlerin travma yaşantısı haline dönüşmesidir (Mete-Otlu, 2011). İnsan, yaşam içerisinde var olan denge durumunu bozabilecek farklı olumsuz deneyimlerle, çeşitli doğal afetlerle veya gelişim dönemlerinden kaynaklı sorunlarla karşılaşabilmektedir. Fakat bu sorunlar bazen, bireylerin öznel algılamalarına bağlı olarak kriz yaşantılarına dönüşebilmektedir (Demirli-Yıldız, Sevil-Gölen ve Erdur-Baker, 2018). Kriz Caplan (1964) tarafından, bireyin olumsuz bir durumla karşılaşmasıyla birlikte ortaya çıkan ve daha önceden kullanmış olduğu baş etme yollarıyla çözülemeyen geçici bir dengesizlik hali olarak tanımlanmıştır. Bu dengesizlik hallerini patolojik durumlar olarak görmek yerine, insan yaşamının doğal bir parçası olarak algılamak daha doğru olacaktır (Janosik, 1986). Diğer taraftan travmatik yaşantılar her ne kadar insan yaşamının doğal bir parçası olsa da (Janosik, 1986), doğru şekilde baş edilemediğinde bireyin yaşamında olumsuzluklara sebep olabilmektedir (Demirli-Yıldız ve diğerleri, 2018). Bazı insanlar travmatik yaşantıları daha rahat atlatabilirken, bazı insanlar bu durumlarda daha fazla desteğe ihtiyaç duyabilirler (Kanel, 2003). Bu nedenle travmatik yaşantı dönemlerinde, bireye verilecek desteğin niteliği önem kazanmaktadır.

Okullarda psikolojik danışmanlık yapan öğretmenlerin travmaya müdahale konusundaki yeterliliklerini belirlemek için Donovan (1995) tarafından yapılan çalışmada, travmaya müdahale eğitimi almamış rehberlik öğretmenlerinin olduğu sonucuna ulaşmıştır. Allen ve diğerleri (2002) ise araştırmalarında, okul rehberlik öğretmenlerinin travmaya müdahaleye yönelik hazırlık olarak kabul edilebilecek lisans, lisansüstü ve buna yönelik diğer eğitim durumlarını incelemiştir. Araştırma sonucunda psikolojik danışmanların lisans eğitimlerinde travmaya yönelik eğitimler aldıkları sonucuna ulaşmıştır. Murphy (2004) araştırmasında, günümüzde artan travma durumlarına rağmen rehberlik öğretmenlerinin travmaya müdahale konusundaki eğitimlerinin şu an ki gereksinimleri karşılamadığı hipotezinden yola çıkmıştır. Çalışma sonucunda hipotezi doğrulayan bulgulara ulaşmıştır. Türkiye’ de yapılan çalışmalara bakıldığında, doğrudan okul ortamlarındaki travmalara ve/veya rehberlik öğretmenlerin travmaya müdahale deneyimlerine yönelik bir çalışmaya rastlanılmamakla birlikte, bu konuda yapılan çalışmaların daha çok psikiyatri alanında gerçekleştirildiği görölmektedir. Örneğin Sayıl (2002) travmanın bireyler üzerindeki etkisini çeşitli kuramlar açısından değerlendirmiştir. Sözer (1992) ise travmanın doğru şekilde ele alınmadığında patolojik hale gelebileceğine vurgu yapmıştır. Azizoğlu ve Hovardaoğlu (1995), yapmış oldukları araştırmada yaşam olaylarıyla travma durumları arasında önemli bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Doğan ve Karaman (2018), intihara yönelik araştırmalarında intiharın sebepleri ve intihar girişimine nasıl müdahale edilmesi gerektiğiyle ilgili alan yazın ışığında açıklamalar yapmışlardır.

Özetle yurt dışında yapılan araştırmalarda genellikle rehberlik öğretmenlerinin travmaya müdahale hazırlıklarına odaklanıldığı, Türkiye 'de yapılan araştırmalarda ise daha çok klinik örneklerden yola çıkıldığı ya da belli travma durumları üzerinde çalışıldığı görülmektedir. Fakat alan yazında okullarda yaşanan travma durumlarının okul psikolojik danışman öğretmenlerinin gözünden, bütün olarak sistematik bir şekilde ele alındığı bir araştırmaya rastlanmamıştır. Alanyazındaki araştırmaların sınırlılıkları ve önerileri dikkate alındığında bu araştırmanın temel problemi olan okul psikolojik danışman öğretmenlerinin travmaya müdahale deneyimlerinin bilinmesinin alanyazına önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda, bu araştırmanın genel amacı, psikolojik danışmanların travma ve travma sonrası stres bozukluğuna yönelik deneyimlerinin incelenmesidir. Dinamik ve karmaşık süreçleri incelemede etkin olan nitel yöntemler ile travmatik psikolojik yaşantıları detaylı bir şekilde tanımlamak, anlamak ve açıklamak amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırmanın Deseni

Bu çalışma nitel araştırma yaklaşımı çerçevesinde planlanarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmada fenomenolojik desen temele alınmıştır. Fenomenolojik desen, insanların yaşantıları, algıları, deneyimleri ve olay/durumları nasıl kavramsallaştırdıklarını ortaya koyan bir yöntemdir (Çepni, 2007; Demirkaya, 2008). Fenomenolojik desen ile yapılan içerik analizleri sonucunda ulaşılan veriler, öncelikle kavram haline dönüşmesi ve daha sonra olguyu açıklayabilecek temaların ortaya çıkarılmasına çalışılır. Böylece ulaşılan sonuçlar betimlenerek aktarılır. Ayrıca, doğrudan alıntılara yer verilerek sonuçlar desteklenir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Psikolojik danışmanların travma ve travma sonrası stres bozukluğuna yönelik deneyimleri yarı yapılandırılmış görüşmelerle incelenmiştir. Çalışma kapsamında aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

- 1-Travmayı nasıl tanımlıyorsunuz?
- 2-Travma ile ilgili eğitim aldınız mı?
- 3-Daha önceden ne tür travmatik bir olgu ile çalıştınız?
- 4-Travma durumlarında ne tür müdahalelerde bulunuyorsunuz?
- 5-Okul rehberlik programınızda travmaya müdahale ile ilgili ne gibi planlamalarınız vardır?
- 6-Travmaya müdahale konusunda önerileriniz nelerdir?

Katılımcılar

Çalışmada görüşlerine başvurulacak psikolojik danışmanlar 2022-2023 eğitim öğretim yılında Orta Karadeniz bölgesindeki devlet okullarında görev yapan 14 psikolojik danışmanlardır. Çalışmaya katılan psikolojik danışmanlar amaçlı örnekleme yöntemlerinden biri olan kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Kolay ulaşılabilir durum örnekleme yöntemi araştırmaya hız ve pratiklik kazandırdığı için nitel çalışmalarda yaygın kullanılan bir örnekleme yöntemidir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Katılımcılar ile ilgili bilgiler tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1
Katılımcılar ile İlgili Tanıtıcı Bilgiler

Katılımcılar	Yaş	Cinsiyet	Çalıştığı okul türü	Mesleki kıdeminiz	Eğitim düzeyi	Görev yaptığı yerleşim yeri
Pd1	32	Kadın	İlkokul	8	Lisans	Köy
Pd2	35	Kadın	Lise	10	Lisans	İlçe
Pd3	29	Erkek	Lise	5	Lisans	İl
Pd4	31	Kadın	Ortaokul	7	Lisans	İl

Pd5	27	Kadın	Lise	3	Y. Lisans	İlçe
Pd6	38	Kadın	İlkokul	12	Lisans	Köy
Pd7	41	Kadın	İlkokul	16	Lisans	İlçe
Pd8	29	Kadın	Lise	4	Y. Lisans	İlçe
Pd9	32	Erkek	Lise	8	Y. Lisans	İl
Pd10	36	Erkek	Lise	11	Lisans	İlçe
Pd11	34	Kadın	Ortaokul	9	Lisans	İlçe
Pd12	35	Erkek	Lise	10	Lisans	İl
Pd13	28	Kadın	Lise	4	Lisans	İlçe
Pd14	30	Erkek	Ortaokul	5	Lisans	İlçe

Veri Toplama Süreci

Bu çalışmada veriler hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme tekniğiyle elde edilmiştir. Yıldırım ve Şimşek'e (2016) göre, yarı yapılandırılmış görüşme tekniğinin araştırmacıya sağladığı en önemli kolaylık, çalışmanın önceden hazırlanmış verilere bağlı olarak sistematik ve karşılaştırma yapılabilecek bilgiler sunmasıdır. Çalışmada psikolojik danışmanlar için hazırlanan görüşme formu, pilot uygulama amacıyla iki psikolojik danışmana uygulanmıştır. Yapılan uygulamalar sonucunda görüşme sorularının işlevselliği test edilmiştir. Daha sonra görüşme formu PDR alan uzmanının incelemesinden sonra son şeklini almıştır. Ayrıca, bir Türk Dili ve Edebiyatı öğretmeni görüşme formundaki soruların dil açısından inceleyip gerekli düzeltmeleri yapmıştır. Görüşme formunun ilk bölümü psikolojik danışmanların yaşı, cinsiyeti, çalıştığı okul türü, mesleki kıdemi, eğitim durumu ve çalıştığı yerleşim yeri ile ilgili sorulardan oluşmaktadır. Görüşme formunun ikinci bölümünde ise, travma ve travma sonrası stres bozukluğu ile ilgili sorular yer almaktadır.

Psikolojik danışmanların travmaya yönelik deneyimlerini incelemek amacıyla yapılan bu çalışmada tamamen gönüllülük esasına dayalı olarak Orta Karadeniz bölgesinde görev yapan psikolojik danışmanlar seçilmiştir. Görüşmeden önce katılımcılara görüşme onay formu okutularak imzaları alınmıştır. Bu görüşmeler katılımcıların kabulü ile ses kayıt cihazı ile kayıt altına alınmıştır. Görüşme sırasında katılımcıların kendilerini rahat hissetmeleri için güven verici ve samimi bir iletişim tarzı benimsenmiştir.

Verilerin Analizi

Çalışmada, verilerin analizi görüşme sırasında ses kayıt cihazlarına kaydedilen verileri dinleyerek, ses kayıt cihazları ile yapılmayan görüşmelerin yazılı kopyaları kullanılarak yapılmıştır. Bu çalışmada elde edilen verilerin analizinde nitel araştırmalarda genellikle kullanılan içerik analizinden (Ekiz, 2013) faydalanarak görüşme verileri sınıflandırılmıştır. Daha sonra sınıflandırılan veriler kavram haritaları ve tablolar şeklinde sunulmuştur. Veri analizi işlemi ayrıca, yorumlama yolu tercih edilmiştir. Katılımcıların görüşme sorularına verdikleri cevaplar, ayrı ayrı olarak ele alınmıştır. Elde edilen veriler tablolaştırılmıştır. Tablolardaki verileri destekleyecek şekilde katılımcılardan doğrudan alıntılara yer verilmiştir. Katılımcılar bir soruya aynı cevabı farklı şekilde ifade etmiş olsalar da bu cevap için ortak bir tema kullanılmıştır. Verilere dayalı olarak oluşturulan tablo ve şekiller içerik analizi ile analiz edilmiştir. İçeriklerdeki farklılıklar ve benzerlikler yorumlanmıştır.

Geçerlik ve Güvenirlik

Yapılan çalışmaların bilimsel bir özellik kazanabilmesi açısından çalışmalarda geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının yapılması önemlidir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Psikolojik danışmanların travma ve travma sonrası stres bozukluğuna yönelik deneyimlerinin incelenmesi amacıyla hazırlanan görüşme sorularının hazırlanmasında uzman görüşünden yararlanılması, çalışmanın geçerliliğini olumlu yönde etkileyen bir adımdır (Çepni, 2007). Çalışma kapsamında katılımcılarla yapılan görüşmeler not alınmıştır. Daha sonra notlardan elde edilen veriler tablo ve şekiller halinde sunulmuştur. Ayrıca, yüz yüze yapılan görüşmeler aracılığıyla çalışma konusu hakkında katılımcılardan daha ayrıntılı ve derinlemesine veri toplanmasını sağlanmıştır. Bu durumda nitel çalışmalarda geçerliliği arttırmaya yarayan önemli bir özelliktir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Çalışma kapsamında görüşmelerden sonra veriler katılımcıya özetlenmiştir. Daha sonra katılımcının verilerin doğruluğuna ilişkin düşünceleri alınarak katılımcı teyidi alınmıştır. Çalışmada verilerin analiz edilmesinde ve yorumlanmasında başka araştırmacıların görüşlerinden yararlanılması, verilerin amaca uygun bir şekilde toplanması için gerekli zamanın verilmesi, görüşmelerin uygun ortamlarda yapılması çalışmanın güvenilir olduğunu göstermektedir.

Etik Prosedürler

Çalışmanın tüm aşamalarında Amerikan Psikoloji Birliği (APA) ve Amerikan Eğitim Araştırmaları Birliği (AERA) tarafından önerilen etik süreçlere uyulmuştur. Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı (Ad, Soyad, T.C. no vb.) herhangi bir bilgi toplanmamıştır. Katılımcıların kendilerine bir rumuz (kişisel tanımlayıcı isim) vermeleri istenmiş ve araştırmanın herhangi bir safhasında istemeleri halinde koşulsuz çalışmadan ayrılacakları katılımcılara söylenmiştir. Katılımcıların kişisel mahremiyeti, itibarı ve hakları güvence altına alınmıştır. Araştırma, katılımcı psikolojik danışmanlar için herhangi bir risk taşımamaktadır. Analiz ve raporlama sürecinde şeffaflık ilkesine harfiyen uyulmuştur.

BULGULAR

Bu bölümde, çalışma soruları çerçevesinde, psikolojik danışmanların travma ve travma sonrası stres bozukluğuna müdahale deneyimlerine ilişkin görüşleri sunulmakta ve yorumlanmaktadır. Çalışmaya katılan psikolojik danışmanların, Travmayı tanımlamaları ile ilgili görüşleri Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2
Psikolojik Danışmanların Travma Tanımlamaları

Kategoriler	Temalar	Katılımcılar	f
Dışsal etkenli tanımlamalar (f= 33)	Doğal afetler (deprem, sel, yangın)	Pd1, Pd2, Pd3, Pd4, Pd5, Pd6, Pd7, Pd8, Pd9, Pd10, Pd11, Pd12, Pd13, Pd14	14
	İnsan eliyle yapılanlar (savaş, işkence, tecavüz)	Pd1, Pd3, Pd4, Pd6, Pd7, Pd8, Pd10, Pd13	8
	Kazalar (iş, trafik)	Pd3, Pd7, Pd9, Pd12	4
	Kayıp, yas	Pd1, Pd5, Pd6, Pd8, Pd10	5
	Ciddi/ölümcül hastalıklar	Pd7, Pd9	2
	Yabancılaşma	Pd1, Pd3, Pd5, Pd7, Pd11	5
	Depresyon	Pd1, Pd2, Pd3, Pd4, Pd5, Pd6, Pd7, Pd8, Pd10, Pd11, Pd12, Pd13, Pd14	13
Korku	Pd1, Pd3, Pd4, Pd6, Pd8, Pd9, Pd10, Pd12	8	
Bilişsel çarpıtmalar	Pd2, Pd4, Pd5, Pd7, Pd9, Pd11, Pd13, Pd14	8	

İçsel etkenli tanımlamalar (f= 61)	Kaçınma	Pd3, Pd4, Pd6, Pd7, Pd10, Pd11, Pd13	7
	Stres	Pd1, Pd2, Pd4, Pd7, Pd11, Pd12, Pd13, Pd14	8
	Dikkat/bellek/yürütücü biliş bozulmaları	Pd1, Pd2, Pd3, Pd4, Pd5, Pd7, Pd8, Pd10, Pd11, Pd12, Pd13, Pd14	12

Tablo 2’de görüldüğü gibi, psikolojik danışmanların travmayı dışsal etkenli tanımlama ve içsel etkenli tanımlama olmak üzere iki kategoride ele aldıkları görülmektedir. Psikolojik danışmanların bir kısmı (f= 33) dışsal etkenli tanımlamalar kategorisinde tanımlamalarını doğal afetler (deprem, sel, yangın) (f= 14), insan eliyle yapılanlar (savaş, işkence, tecavüz) (f= 8), iş ve trafik kazaları (f= 4), kayıp ve yas (f= 5) ve ciddi/ölümcül hastalıklar (f= 2) ile tanımladıkları söylenebilir. Psikolojik danışmanların bir kısmı da (f= 61) içsel etkenli tanımlamalar kategorisinde tanımlamalarını yabancılaşma (f= 5), depresyon (f= 13), korku (f= 8), bilişsel çarpıtmalar (f= 8), kaçınma (f= 7), stres (f= 8) ve dikkat/bellek/yürütücü biliş bozulmaları (f= 12) ile tanımladıkları görülmektedir. Aşağıda araştırmaya katılan psikolojik danışmanların dışsal etkenli kategorisi kapsamında travma kavramını tanımlamalarına yönelik görüşlerine yer verilmiştir.

Pd1: “Travma denilince aklına ilk olarak insanların hayatlarında derin yaralar açan doğal afetler veya insan eliyle gerçekleşen afetler gelir. Doğal afete örnek olarak depremi, insan eliyle gerçekleşen afete ise savaşı örnek olarak verebilirim. Doğal olarak bu afetlerin neden olduğu kayıplar ve etkilerinin insan psikolojisi üzerinde bıraktığı etki olarak tanımlarım travma kavramını.”

Pd3: “Travma; insanın rutin yaşantısını sekteye uğratan ve kişinin baş etmede yetersiz kaldığı psikolojik bir rahatsız olma durumudur. Travmalara genel olarak depresyonlar, yangınlar, işkenceler, trafik kazalarının neden olduğunu söyleyebilirim. Bu nedenler herkeste aynı etkiyi ortaya çıkarmaz. Bu nedenle de travma öznel bir yaşantı durumu olarak da değerlendirilebilir.”

Pd9: “Aslında travma kavramını tanımlamak çok zor. Çok etkenli psişik bir olgu olduğu için net bir tanım ortaya koymak güçtür. Ancak, genel bir tanım yapmak gerekirse, bireyin üstesinden gelemediği, bireyi aşan ve zorlayan bir psikolojik durumdur. Afetler, depresyonlar, savaşlar, tecavüz, ölümle neticelenen kazalar, iş kaybı gibi durumlar insanın üstesinden gelmekte zorlandığı ve yaşamını olumsuz yönde etkileyen durumlar travmanın yaşanmasına neden olduğu söylenebilir”

Dışsal etkenlere göre travmayı tanımlamaya çalışan psikolojik danışmanların görüşlerine bakıldığında da travmayı genel olarak afetleri ve kayıpları temele alarak tanımladıkları, insanın baş etme mekanizmalarının yetersiz kaldığı ve insanın hayatını zorlayan psikolojik yaşantı olarak tanımlamaya çalıştıkları görülmektedir. Aşağıda araştırmaya katılan psikolojik danışmanların içsel etkenli kategorisi kapsamında travma kavramını tanımlamalarına yönelik görüşlerine yer verilmiştir.

Pd2: “Travma, kişinin depresyona girmesi, hayatında yoğun stres yaşaması sonucu bir takım bilişsel yanlış düşünceler geliştirmesi ve bilgiyi hatırlama veya bilgiyi işleme konusunda sorun yaşaması durumudur. Sağlıklı düşünememe halidir.”

Pd4: “Travma bireyin farklı zorlayıcı yaşantılar sonucu yoğun korku geliştirmesi, depresif olma durumu, hayata karşı stresli olma ve bir takım bilişsel sorunlar yaşamasıdır.”

Pd14: “Travmaya genel olarak bireyin olumsuz yaşantılar sonucu depresyona girmesi, sürekli stresli bir ruh halinde olması, dikkatini dağıtması ve olumsuz düşünceler geliştirmesi olarak tanımlayabilirim.”

İçsel etkenlere göre travmayı tanımlamaya çalışan psikolojik danışmanların görüşlerine bakıldığında da travmayı daha çok bireyin bilişsel ve duygusal alanlarla ilgili yaşadıkları problem durumları ile tanımlamaya çalıştıkları görülmektedir. Çalışmaya katılan psikolojik danışmanların daha önce travma ile ilgili eğitim alma durumları ile ilgili bilgi tablo 3’te sunulmuştur.

Tablo 3
Psikolojik Danışmanların Travma ile İlgili Eğitim Alma Durumları

Temalar	Katılımcılar	f
Lisans dersi olarak alınana eğitimler	Pd1, Pd2, Pd3, Pd4, Pd5, Pd6, Pd7, Pd8, Pd9, Pd10, Pd11, Pd12, Pd13, Pd14	14
Lisansüstü dersi olarak alınan eğitimler	Pd5, Pd8, Pd9	3
Hizmet içi eğitimi kapsamında alınan kurslar	Pd1, Pd3, Pd4, Pd6, Pd7, Pd8, Pd10, Pd11, Pd12, Pd14	10
Hizmet içi eğitim kapsamında alınan seminerler	Pd2, Pd4, Pd5, Pd6, Pd7, Pd8, Pd9, Pd10, Pd11, Pd12, Pd13	11
Özel derneklerden alınan kurslar	Pd5, Pd9	2

Tablo 3'te görüldüğü gibi, psikolojik danışmanların tamamının (f=14) lisans eğitimleri boyunca travma ile ilgili eğitim aldıklarını ifade ettikleri görülmektedir. Psikolojik danışmanlardan bir kısmı (f=3) lisansüstü eğitimleri sırasında travma ile ilgili eğitim aldıklarını ifade ettikleri görülmektedir. Psikolojik danışmanlardan bir kısmı (f=10) hizmet içi eğitim kapsamında kurslara katıldığını ifade ederken, psikolojik danışmanlardan bir kısmı da (f=11) hizmet içi eğitim kapsamında seminerlere katıldığını ifade ettikleri görülmektedir. Psikolojik danışmanlarda iki kişide travma ile ilgili eğitimleri özel derneklerden aldıklarını ifade ettikleri görülmektedir. Aşağıda araştırmaya katılan psikolojik danışmanların travma ile ilgili eğitim alma durumlarına yönelik görüşlerine yer verilmiştir.

Pd5: “Ben hem lisans döneminde hem de yüksek lisans eğitimim döneminde travma ve TSSB ile ilgili dersler aldım. Ayrıca, bilişsel davranışçı terapiler derneğinin yapmış olduğu, Prof. Dr. Hakan Türkçapar ve arkadaşlarının eğitimleri verdiği kurslara da katıldım. MEB’de öğretmen olarak çalıştığım için travma ile ilgili hizmet içi eğitim kapsamında verilen birçok seminerlere de katıldım.”

Pd2: “Lisans eğitimim sırasında travma ile ilgili dersler almıştım. Derste hocamız teorik bilgilerle birlikte vaka analizlerine de derslerde değiniyordu. Bu nedenle seçmeli derslerimizde de travma ve vaka analizlerine yönelik dersler seçiyorduk. Son olarak, travma ile ilgili Milli Eğitim Bakanlığı’nın ÖBA sistemi üzerinden hazırladığı travma ile ilgili seminerlere de katıldım.”

Pd7: “Lisans derslerinde travma ile ilgili derslerimiz ya da dersler içerisinde travma ile ilgili konularımız vardı. Bunun dışında hizmet içi eğitim aracılığıyla kurs ve seminerlere katıldım.”

Psikolojik danışmanların görüşlerine bakıldığında, travma ile ilgili eğitimleri daha çok lisans döneminde aldıkları söylenebilir. Ayrıca, psikolojik danışmanların atandıktan sonra, travma ile ilgili eğitimlerini hizmet içi eğitim aracılığıyla aldıkları görülmektedir. Psikolojik danışmanların daha önce ne tür travmatik olgularla çalıştıklarına dair bilgiler Tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4
Psikolojik Danışmanların Çalıştığı Travmatik Olgular

Katılımcılar	Kayıp/Yas	Deprem	Fiziksel istismar	Siber zorbalık	Trafik kazası	Sel felaketi	Göç/Taşınma	Ailevi sorunlar /Boşanma	Sağlık sorunları	Ayrımcılık/ Dışlanma	Hakaret/alay edilmesi
Pd1		✓		✓				✓		✓	✓
Pd2	✓		✓		✓		✓		✓	✓	

Pd3				✓		✓		✓			✓
Pd4		✓	✓	✓					✓		✓
Pd5	✓			✓	✓		✓		✓	✓	
Pd6		✓			✓		✓				✓
Pd7			✓	✓				✓			✓
Pd8	✓	✓				✓	✓		✓	✓	
Pd9				✓	✓					✓	
Pd10			✓	✓		✓		✓			✓
Pd11				✓		✓			✓		✓
Pd12	✓	✓			✓		✓			✓	
Pd13			✓	✓				✓			✓
Pd14	✓	✓				✓			✓	✓	✓
Frekans	5	6	5	9	5	5	5	5	6	7	9

Tablo 4’de görüldüğü gibi, psikolojik danışmanların büyük bir kısmı (f= 9) siber zorbalık ve hakaret/alay edilme ile ilgili travmatik vakalar ile çalıştıklarını ifade ettikleri görülmektedir. Bazı psikolojik danışmanlar ise (f=7) ayrımcılık ve dışlanma ile ilgili vakalar ile çalıştıklarını ifade ederken, bazı danışmanların ise (f=6), depresyon ve sağlık sorunları ile ilgili vakalarla çalıştıklarını ifade ettikleri görülmektedir. Son olarak bazı psikolojik danışmanların (f=5), kayıp/yas, fiziksel istismar, trafik kazaları, sel felaketi, göç/taşınma ve ailevi sorunlar/boşanma vakaları ile ilgili çalıştıklarını ifade ettikleri görülmektedir. Aşağıda araştırmaya katılan psikolojik danışmanların çalıştıkları travmatik olaylar ile ilgili görüşlerine doğrudan yer verilmiştir.

Pd2: “Ben bir dönem İstanbul’da bir okulda çalışıyordum. Çalıştığım okul çok kalabalık bir okul olduğu için birçok farklı vaka ile çalışma imkanı bulmuştum. Annesini kaybeden bir öğrenci ile çalışmışım. Fiziksel istismara uğrayan kurbanlar, trafik kazası geçirmiş öğrenciler, İstanbul’a taşınan öğrencilerin yaşadıkları sorunlar ve yeni taşınan öğrencilerin bir takım ayrımcılığa uğramaları ile ilgili vakalarla çalıştım. Son olarak, ailelerinde ciddi sağlık sorunları yaşayan öğrencilerin bu durumdan etkilenmeleri ile ilgili vakalar ile çalıştım.”

Pd6: “Görev yaptığım okulda depremzede öğrenciler var. Dolayısıyla depremden etkilenen öğrencilerle çalıştım. Deprem sonrasında taşınan depremzedelerin yaşadıkları bir takım uyum sorunları ile ilgili çalıştım. Bunun dışında daha önceden çalıştığım okullarda daha çok hakaret ve alay edilme ile ilgili vakalarla çalıştım. Ayrıca, trafik kazası geçiren ve kazadan etkilenen öğrencilerle de çalışmışım.”

Pd11: “Benim son zamanlarda en çok karşılaştığım vakalar siber zorbalıkla ilgili vakalardır. Daha sonra okullarda yaşanan hakaret ve küçük görme/küçük düşürücü davranışlar en çok karşılaştığım vakalardır. Ayrıca çalıştığım yerde özellikle ilkbahar aylarında sel felaketi sıkça yaşanıyor, dolayısıyla sel felaketinden etkilenen vakalarla çalışmam kaçınılmaz oluyor. Okullarda karşılaştığım diğer bir vaka türü de sağlık sorunları ile ilgili yaşanan vakalardır.”

Katılımcıların görüşlerine bakıldığında, genel olarak psikolojik danışmanların birçok farklı travmatik vakalarla çalıştıkları görülmektedir. Psikolojik danışmanların travma vakalarında başvurdukları müdahale türleri ile ilgili bilgiler Tablo 5’te sunulmuştur.

Tablo 5
Psikolojik Danışmanların Travmatik Vakalarında Başvurdukları Müdahale Türleri

Katılımcılar	Terapötik ilişkinin kurulması	İşbirliğine dayalı çalışma	Vakayı anlamaya çalışma	Alan yazına başvurma	Süpervizyon desteğini alma	Psikolojik sağlamlığı destekleme	Sosyal destek kaynaklarını aktif hale getirme/güçlendirme	Güvenli alan oluşturma/ güven duygusunu geliştirme	Sevk etme hizmetine başvurma
Pd1	✓		✓	✓		✓		✓	
Pd2	✓	✓			✓	✓		✓	
Pd3	✓		✓				✓	✓	✓
Pd4	✓		✓		✓	✓		✓	
Pd5	✓	✓	✓				✓	✓	
Pd6	✓		✓	✓			✓	✓	✓
Pd7	✓	✓					✓	✓	
Pd8	✓		✓		✓	✓		✓	
Pd9	✓		✓				✓	✓	✓
Pd10	✓	✓	✓	✓			✓	✓	
Pd11	✓		✓		✓	✓		✓	
Pd12	✓	✓	✓	✓			✓	✓	
Pd13	✓		✓		✓	✓		✓	✓
Pd14	✓		✓	✓		✓		✓	
Frekans	14	5	12	5	5	7	7	14	4

Tablo 5’te görüldüğü gibi, psikolojik danışmanların tamamı (f= 14) travmatik vakalar ile çalıştıklarında öncelikle terapötik ilişkinin kurulması ve güvenli alan oluşturulması/güven duygusunun geliştirilmesi ile ilgili müdahalede bulduklarını ifade ettikleri görülmektedir. Daha sonra, psikolojik danışmanların travmatik vakalar ile çalıştıklarında sırasıyla vakayı anlamaya çalışma (f=12), danışanın psikolojik sağlamlığını destekleme (f=7) ve danışanın sosyal destek kaynaklarını aktif hale getirme/güçlendirmeye (f=7) çalıştıklarını ifade ettikleri görülmektedir. Ayrıca, bazı psikolojik danışmanların (f=5) iş birliğine dayalı çalışma, alan yazına başvurma ve süpervizyon desteğini alma gibi çalışmalara başvurduklarını belirttiği görülmektedir. Son olarak, bazı psikolojik danışmanların ise (f=4) travmatik vakalarda sevk etme hizmetine başvurduklarını ifade ettiği görülmektedir. Aşağıda araştırmaya katılan psikolojik danışmanların çalıştıkları travmatik vakalarda başvurdukları müdahale türleri ile ilgili görüşlerine doğrudan yer verilmiştir.

Pd1: “Çalıştığım bütün vakalarda olduğu gibi travmatik vakalarda da öncelikle terapötik ilişkiyi kurmaya çalışırım. Vakanın türüne göre gerekli ön çalışmaları yaparım. Danışanın kendisini güvende hissedecek ortamı oluşturmaya çalışırım. Vaka türüne göre mutlaka alanyazında neler çalışılmış bakarım. Danışanın yaşam öyküsünü ve vakayı anlamaya çalışırım. Kullanacağım danışma kuramına

göre hazırladığım müdahale programını uyguladım. Ayrıca, travmatik vakalarda danışanın psikolojik sağlamlığını destekleyecek etkinlik ve uygulamalara öncelik veririm.”

Pd7: “Öncelikle danışan ile terapötik ilişkinin kurulması çok önemlidir. Terapötik ilişki danışma sürecinin sağlıklı bir şekilde yürütülebilmesi için hayati öneme sahiptir. Danışanın kendisini açabilmesi için kendisini güvende hissetmesi de süreç için çok önemlidir. Bu nedenle danışanın kendini rahat hissetmesini sağlamaya çalışırım. Danışma sürecinde danışan ile iyi bir işbirliği kurmak gerektiğine inanıyorum. Danışanın travmatik durumu sağlıklı bir şekilde atlatılması için sosyal destek kaynaklarını geliştirici müdahalelerde bulunurum.”

Pd13: “Travmatik vakalarla çalışmak çok zorlu bir süreçtir. Dolayısıyla hem bilgi hem de beceri gerektiren bir yardım etme sürecidir. Başarılı olmak için çok yönlü düşünme ve çok hassas davranmak gerekir. Bunun bilinci içerisinde genel olarak ben travmatik vakalarla çalışırken, terapötik ilişkiye ve güvenli alan oluşturmaya önem veririm. Vakayı detaylı bir şekilde anlamaya çalışır ve vaka formülasyonunu hazırlarım. Vakanın türüne göre danışanın kendisini güçlü hissedebilecek etkinlikleri uyguladım. İhtiyaç duyduğumda süpervizyon desteğini alırım. Bütün bu çalışmalara rağmen faydalı olamayacağımı düşündüğümde sevk etme hizmetine başvururum.”

Katılımcıların görüşlerine bakıldığında, genel olarak psikolojik danışmanların travmatik vakalarla çalıştıklarında terapötik ilişki, güvenli alan oluşturma, vakayı anlamaya çalışma, işbirliği, alan yazına başvurma, psikolojik sağlamlığı destekleme, sosyal desteği kullanma ve sevk etme hizmetini kullanma ile ilgili müdahale çalışmaları yaptıklarını ifade ettikleri görülmektedir. Psikolojik danışmanların okul rehberlik programlarında travma ile ilgili planlamaları Tablo 6’da sunulmuştur.

Tablo 6
Psikolojik Danışmanların Okul Rehberlik Programlarında Travma ile İlgili Planlamaları

Katılımcılar	Protokollerin Hazırlanması	Travma türleri hakkında bilgilendirme	Müdahale programları hazırlama	Dikkat çekici afiş broşür hazırlama	Koruma, önleme ve müdahale ekiplerinin oluşturulması	Paydaşlarla etkin iletişim kurma	Risk belirleme ve erken müdahale hazırlıkları	Okullarda güvenli ortamlar oluşturma	Travma sonrası sosyal destek sağlama planlaması
Pd1	✓	✓	✓	✓		✓		✓	✓
Pd2	✓	✓	✓	✓	✓			✓	
Pd3	✓		✓				✓	✓	✓
Pd4	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓
Pd5	✓	✓	✓				✓	✓	
Pd6	✓	✓	✓	✓	✓				✓
Pd7	✓	✓	✓				✓	✓	
Pd8	✓		✓		✓	✓		✓	✓
Pd9	✓	✓	✓					✓	✓
Pd10	✓	✓	✓	✓			✓		

Pd11	✓		✓		✓			✓	✓
Pd12	✓	✓	✓	✓			✓	✓	
Pd13	✓		✓		✓	✓		✓	✓
Pd14	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	
Frekans	14	9	14	7	7	5	6	12	8

Tablo 6’da görüldüğü gibi, psikolojik danışmanların tamamı (f= 14) okul rehberlik programlarında protokollerin hazırlanması ve müdahale programlarının hazırlanmasına yer verdiklerini ifade ettikleri görülmektedir. Psikolojik danışmanların büyük bir kısmı (f= 12) okul rehberlik programlarında okullarda güvenli ortamlar oluşturmaya yer verdiklerini ifade ederken, bir kısmı da (f= 9), okul rehberlik programlarında travma türleri hakkında bilgilendirme çalışmalarına yer verdiklerini ifade ettikleri görülmektedir. Psikolojik danışmanların bir kısmı (f= 8) okul rehberlik programlarında travma sonrası sosyal destek sağlamaya çalıştıklarını ifade ettikleri görülmektedir. Psikolojik danışmanların bir kısmı (f=7) okul rehberlik programlarında dikkat çekici broşür hazırlama ve koruma/önleme/ müdahale ekiplerinin oluşturulmasına yer verdikleri görülmektedir. Son olarak bazı psikolojik danışmanlar (f= 6) okul rehberlik programlarında risk belirleme ve erken müdahale hazırlıklarına yer verdikleri ifade ederken, bazı psikolojik danışmanların ise (f= 5), okul rehberlik programlarında paydaşlarla etkin iletişim kurmaya yönelik planlamalara yer verdiklerini ifade ettikleri görülmektedir. Aşağıda araştırmaya katılan psikolojik danışmanların okul rehberlik programlarında travma ile ilgili planlamalarına dair görüşlerine doğrudan yer verilmiştir.

Pd3: “Okul rehberlik programlarında protokollerin hazırlanması öncelikli işimizdir. Planlamamızda müdahale programlarımız olur. Ayrıca, risk belirleme ve erken müdahale ile ilgili hazırlıklarımız olur. Öte yandan, travma sonrası destek sağlama ile ilgili program çalışmalarımız olur. Özellikle travma ile ilgili planlarımızda güvenli ortamları oluşturma planlarımızda önemli yer tutar.”

Pd8: “Okul rehberlik programlarımızda birtakım programlarla ilgili protokoller var. Protokollerde travma ile ilgili koruma, önleme ve müdahale ekiplerinin oluşturulması ve ilgili kişilerin yapması gerekenler ile ilgili detaylı çalışmalara yer verilir. Ayrıca, okul rehberlik programımızda travma ile ilgili müdahale programlarına yer veririm. Bu konuda mümkün olduğu kadar meslektaşlarımla iletişim içerisinde olmaya çalışırım ve planlamalarında mutlaka işbirliğine dayalı çalışmalara yer veririm. Travma ile ilgili özellikle travma sonrası nelerin yapılabileceği ve danışana nasıl destek olunabileceği ile ilgili çalışmalar planlamalarımda mutlaka ele alırım. Örneğin, okul rehberlik planlamalarımda danışanların kendilerini güvende hissetmeleri için neler yapılabilir ile ilgili etkinlikler ve uygulamalara yer veririm.”

Pd14: “Okul rehberlik programının planlamasında rutin işlemlerin dışında travma ile ilgili müdahale programları, koruyucu ve önleyici çalışmalar, bilgilendirici çalışmalar, paydaşlarla ilgili görev ve sorumluluklar ve danışanların kendilerini güvende hissedebilecekleri her türlü etkinlik ve uygulamalara yer veririm.”

Katılımcıların okul rehberlik programlarında travma ile ilgili planlamalarına bakıldığında protokollerde travma ile ilgili risk belirleme ve erken müdahale hazırlıklarından ayrı olarak koruma, önleme ve müdahale ile ilgili çalışmalara yer verdikleri görülmektedir. Ayrıca, katılımcıların okul rehberlik programlarında özellikle okullarda güvenli alanların oluşturulması, etkili bir işbirliğinin sağlanması ve psikolojik sağlamlığı sağlamak için destekleme çalışmalarına değindikleri görülmektedir. Psikolojik danışmanların travmaya müdahale konusunda önerileri tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7
Psikolojik Danışmanların Travmaya Müdahale Konusunda Önerileri

Temalar	Kategoriler	Katılımcılar	f
Bilgilendirme Çalışmaları (f=24)	Tanımlayıcı çalışmalar yapmak	Pd1, Pd3, Pd4, Pd6, Pd8, Pd10, Pd11, Pd14	8
	Seminerler ve konferanslar düzenlemek	Pd2, Pd3, Pd5, Pd6, Pd9, Pd10, Pd13	7
	Travma sonrası olası tepkilerin açıklanması ve normalleştirme	Pd1, Pd4, Pd13	3
	Önleyici rehberlik çalışmaları	Pd3, Pd6, Pd7, Pd11, Pd12, Pd14	6
Eğitsel Çalışmalar (f=15)	Lisans eğitimlerinde zorunlu travma ile ilgili derslerin olması gerekliliği	Pd2, Pd3, Pd5, Pd8, Pd10, Pd12	6
	Ortaöğretimde müfredatında travma ile ilgili ders veya konulara yer vermek	Pd1, Pd11, Pd14	3
	Travma ile ilgili aile eğitimleri vermek	Pd2, Pd7, Pd9, Pd10, Pd12, Pd14	6
Sosyal çalışmalar (f=11)	Sosyal faaliyetlere katılımı sağlamak	Pd1, Pd2, Pd3, Pd5, Pd9	5
	Sosyal destek kaynaklarını güçlendirmek	Pd5, Pd8, Pd10, Pd12, Pd13, Pd14	6

Tablo 7 incelendiğinde çalışmaya katılan psikolojik danışmanların travmaya müdahale konusunda önerilerinin bilgilendirme çalışmaları (f= 24), eğitsel çalışmalar (f= 15) ve sosyal çalışmalar (f= 11) olmak üzere üç temada öneriler sundukları görülmektedir. Katılımcıların bilgilendirme teması kapsamında, tanımlayıcı çalışmalar yapmak (f= 8), seminer ve konferanslar düzenlemek (f= 7), travma sonrası olası tepkilerin açıklanması ve normalleştirme (f= 3) ve önleyici rehberlik çalışmaları (f= 6) dört farklı kategoride öneriler ele alındığı görülmektedir. Eğitsel çalışmalar temasında sırasıyla, lisans eğitimlerinde zorunlu travma ile ilgili derslerin olması (f= 6), travma ile ilgili aile eğitimleri vermek (f= 6) ve ortaöğretim müfredatında travma ile ilgili ders veya konulara yer vermek (f= 3) olmak üzere üç kategoride önerilerin sunulduğu görülmektedir. Son olarak, katılımcıların sosyal çalışmalar temasında, sosyal destek kaynaklarının güçlendirilmesi (f= 6) ve sosyal faaliyetlere katılımın sağlanması (f= 5) olmak üzere iki kategoride öneriler sundukları görülmektedir.

Pd1: “Bence bu konuda öncelikle travma yaşantıları ile ilgili temel bilinmesi gereken kavramların ne olduğunu anlatmak gerekir. Çünkü birçok kişinin travma yaşantıları hakkında yeterince bilgi sahibi olmadığını düşünüyorum. Daha sonra travma sonrasında neler yaşandığını ve olası yaşantılara karşı nelerin yapılması gerektiği hakkında insanlar bilgilendirilmelidir. Bu bağlamda herkese ulaşabilmek için ortaöğretimde başlamak üzere eğitimlerin verilmesi gerektiğini düşünüyorum. Travma sonrasında kişinin sosyal faaliyetlere katılımını sağlayıcı faaliyetler düzenlemek gerektiğini düşünüyorum.”

Pd5: “Öncelikle kamuoyunda travma ile ilgili bir bilinç geliştirmek gerektiğini düşünüyorum. Bunu da seminerler düzenlemek, konu ile ilgili konferanslar vermek ve travma konusunu yaygınlaştırıcı eğitimi çalışmaları planlamak gerektiğini düşünüyorum. Özellikle başta eğitim fakülteleri olmak üzere bütün lisans programlarında travma ile ilgili derslerin olması gerektiğini düşünüyorum. Son

olarak travma yaşantısı geçirmiş kişilerin sosyal destek kaynaklarının güçlendirilmesi ve sosyal hayata veya rutin hayatına bir an önce dönmesi için çalışmaların yapılması gerektiğini düşünüyorum.”

Pd12: “Birçok konuda olduğu gibi travma konusunda da kesinlikle önleyici rehberlik çalışmalarına daha çok önem verilmelidir. Üniversitelerde konu ile ilgili eğitimlerin yaygınlaştırılması gerektiğini düşünüyorum. Ayrıca, Halk Eğitim Merkezleri ve okullar aracılığıyla ailelere eğitimler verilmelidir. Son olarak kişinin sosyal yaşam becerilerini geliştirici faaliyetler yapılmalıdır.”

Katılımcıların görüşleri incelendiğinde travma konusunda önleyici rehberlik çalışmalarına, eğitim faaliyetlerinin önemine ve sosyal ilişkileri güçlendirme ile ilgili çalışmalara vurgu yaptıkları görülmektedir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu çalışmada, psikolojik danışmanların travma ve travma sonrası stres bozukluğuna yönelik deneyimleri nitel araştırma yöntemi ile incelenmiştir. İlk olarak katılımcıların travmayı nasıl tanımladıkları incelenmiştir. Katılımcıların travmayı dışsal etkenler ve içsel etkenler olmak üzere iki kategoride tanımladıkları görülmüştür. Alan yazında birçok araştırma (Adamson ve Peacock, 2007; Allen, Jerome, White, Marston, Lamb, Pope ve Rawlins, 2002; Arslan, Savaşer, Hallett ve Balcı, 2012) sonucu araştırmanın verileri ile paralellik göstermektedir. Araştırmada dışsal etkenlere göre travmayı tanımlayan katılımcıların travmayı doğal afetler (deprem, sel vb.), insan eliyle yaşanan travmatik olaylar (savaş, işkence, tecavüz vb), kazalar, kayıp/yas ve ölümcül hastalıklar ile ilişkilendirdikleri görülmektedir. Bu veriler alanyazında birçok araştırmanın sonuçları ile örtüştüğü görülmektedir. Öte yandan, katılımcıların bir kısmı da travmayı, içsel etkenleri temele alarak yabancılaşma, depresyon, korku, bilişsel çarpıtmalar, kaçınma, stres ve bilişsel bozulmalar ile ilişkilendirerek tanımlamalar yaptıkları görülmektedir. Alanyazında travmayı içsel etkenler kapsamında depresyon (Amato, 2000), korku (Atay ve Kerimoğlu, 2003), stres (Bahar, Savaş ve Bahar, 2009) ile ilişkilendirerek tanımlamaların yapıldığı bilinmektedir. Bu çalışmada alan yazındaki diğer çalışmalardan farklı olarak katılımcıların travmayı yabancılaşma ve bilişsel süreçler ile tanımlamalar yaptığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yapılan çalışmada katılımcıların tamamının lisans sürecinde travma ile ilgili dersler aldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, katılımcıların büyük bir kısmı travma ile ilgili hizmetiçi seminer ve kurslara katıldıklarına yönelik veriler elde edilmiştir. Bu verilerde alan yazında yapılan birçok çalışmanın (Çapulcuoğlu ve Gündüz, 2013; Çelik, 2007; Çetinkaya, 2018) sonuçlarına paralellik gösterdiği söylenebilir. Bu çalışmada katılımcıların lisansüstü eğitim sürecinde ve özel derneklerden kurslar aldıklarına yönelik veriler elde edilmiştir. Araştırma sonuçlarına bakıldığında psikolojik danışmanlık ve rehberlik programlarında özellikle lisans derslerinde travmaya yönelik derslerin olduğu ve konu ile ilgili hizmetiçi eğitimlerden katılımcıların faydalandığı sonucuna ulaşılabılır.

Araştırmada ele alınan konulardan biri de psikolojik danışmanların çalıştığı travmatik olguların neler olduğudur. Araştırma verilerine göre katılımcılar hakaret/alay edilmesi, kayıp/yas, deprem, fiziksel istismar, siber zorbalık, trafik kazası, sel felaketi, göç/taşınma, ailevi sorunlar/boşanma, sağlık sorunları ve ayrımcılık/dışlanma gibi travmatik yaşantılarla çalıştığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma verileri birçok araştırma (Collins ve Collins, 2005; Dehue, Bolman ve Völlink, 2008; Demirli-Yıldız, Sevil-Gülen ve Erdur-Baker, 2018; Dinçel, 2006) verileri ile desteklenmektedir. Katılımcıların çok çeşitli travmatik yaşantı ile çalışmalarında ergenlik döneminde olan öğrencilerle çalışıyor olmalarının etkili olduğu söylenebilir. Ayrıca, psikolojik danışmanların farklı bölge ve kültürlerde çalışmaları da farklı travmatik olgularla çalışmalarında rol oynadığı söylenebilir.

Araştırma da psikolojik danışmanların travmatik olaylarda başvurdukları müdahale türleri ele alınmıştır. Katılımcıların terapötik ilişkinin kurulması, işbirliğine dayalı çalışma, vakaya anlamaya

çalışma, alan yazına başvurma, süpervizyon desteği alma, sosyal destek kaynaklarını güçlendirme, güvenli alan oluşturma ve sevk etme hizmetlerine başvurdukları ile ilgili veriler elde edilmiştir. Araştırmada ulaşılan verilerin alanyazında birçok araştırma (Duman, 2018; Dopheide, 2006; Eroğlu, Aktepe, Akbaba, Işık ve Özkorumak, 2015; Eskin, Akoğlu ve Uygur, 2006; Eryılmaz, 2009) verilerine uygun olduğu görülmektedir.

Katılımcıların okul rehberlik programlarında travma ile ilgili birçok farklı planlamalar yaptığı sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların görev yaptıkları kurumlarda travma ile ilgili planlamalarını şu şekilde sıralamak mümkündür; protokollerin hazırlanması, travma türleri hakkında bilgilendirme, müdahale programlarını hazırlama, dikkat çekici afiş ve broşür hazırlama, koruma/önleme/müdahale ekiplerini oluşturma, paydaşlarla etkin iletişim kurma, risk belirleme çalışmalarını yapma, okullarda güvenli ortamlar oluşturma, travma sonrası sosyal destek sağlamaya yönelik planlamaların yapılması gibi verilere ulaşılmıştır. Yapılan çalışmanın verileri alanyazında birçok araştırma (Juvonen ve Gross, 2008; Kaya, 2015; Ören ve Gençdoğan, 2007) verileri ile benzerlik gösterdiği görülmüştür. Planlama ile ilgili psikolojik danışmanların farklı planlamalar yapmaları mesleki bilgi ve becerilerinin farklılığı ile birlikte görev yaptıkları okulların türlerinin farklılığı ile açıklanabilir.

Son olarak araştırmada psikolojik danışmanlar travmaya müdahale ile ilgili önerileri ele alınmıştır. Katılımcılar bilgilendirme çalışmaları, eğitsel etkenler ve sosyal çalışmalar ile ilgili önerilerde bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer öneriler alanyazında başka çalışmalarda (Güler ve Çakır, 2013; Howard, Wang ve Yan, 2007; Jaksec, Dedrick ve Weinbberg, 2000; Juvonen ve Gross, 2008; Kaya, 2015; Molnar, Berkman ve Buka, 2001) da görmek mümkündür. Ancak bu çalışmada bilgilendirme çalışmaları kapsamında önleyici rehberlikle ilgili çalışmalarının yapılması bu çalışmanın ayırt edici bir veri olarak değerlendirilebilir. Ayrıca, çalışmada eğitsel etkenler kapsamında aile eğitimlerinin yapılmasına yönelik çalışmaların yapılmasına vurgu yapılması önem taşımaktadır.

Bu çalışma Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı devlet okullarında görev yapmakta olan psikolojik danışmanlar ile yürütülmüştür. Özel kurslarda ve özel okullarda öğrenci sayısının azımsanmadığı günümüzde farklı kurumlarda yapılacak bir çalışmada farklı sonuçların elde edilebileceği düşünülmektedir. Farklı kurumlarda elde edilen verilerin devlet okullarına yönelik yapılan çalışma sonuçları ile karşılaştırma yapma imkanı sağlayacak daha derinlemesine araştırmalar yapılabilir. Bu çalışmada veriler sadece psikolojik danışmanların travma ile ilgili deneyimleri temele alınarak toplanmıştır. Psikolojik danışmanların travmaya müdahale yeterlilikleri üzerine bir araştırma yapılabilir. Son olarak travmaya yönelik müdahale programlarının etkililiğine yönelik deney ve kontrol gruplu psiko-eğitim programlarının psikolojik danışmanların beceri ve yeterliliklerine yönelik etkileri incelenebilir. Yapılan çalışmanın travma ile ilgili daha sonra yapılacak çalışmalara kaynaklık edeceği düşünülmektedir. Bu çalışma nitel araştırma olarak yapıldığı için genellenebilirlik bakımından birtakım sınırlılıklar içerebilir. Nicel veya karma bir desen ile yapılacak bir çalışma konu ile ilgili daha genellenebilir veriler elde edilebilir.

KAYNAKÇA

- Allen, M., Jerome, A., White, A., Marston, S., Lamb, S., Pope, D. & Rawlins, C. (2002). The preparation of school psychologists for crisis intervention. *Psychology in the Schools*, 39, 427-439. <https://doi/abs/10.1002/pits.10044>.
- Amato, P.R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1269-1287. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.01269.x>.
- Bacanlı, F., Eşici, H. & Özünlü, M. B. (2013). Kariyer karar verme güçlüklerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5 (40),198-211.

- Bilgin, M. (2009). Bilişsel esnekliği yordayan bazı değişkenler. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3 (36), 142-157.
- Caplan, G. (1989). Recent developments in crisis intervention and the promotion of support services. *Journal of Primary Prevention*, 10 (1), 3-25.
- Çapulcuoğlu, U. & Gündüz, B. (2013). Lise öğrencilerinde tükenmişliğin cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü ve algılanan akademik başarı değişkenlerine göre incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3, (1), 12-24.
- Demirli-Yıldız, A., Sevil-Gülen, Ö. & Erdur-Baker, Ö. (2018). Kriz, kriz tepkileri ve kriz danışmanlığı. Ö. Erdur-Baker ve T. Doğan (Ed.), *Kriz danışmanlığı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Doğan, T. & Karaman, N. G. (2018). Ailede boşanma: Çocuk ve ergenlerin boşanma sonrası yaşama uyumu Ö. Erdur-Baker ve T. Doğan (Ed.), *Kriz danışmanlığı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Dopheide, J. A. (2006) Recognizing and treating depression in children and adolescents. *American Journal of Health-System Pharmacy*, 63, 233-243. <https://doi:10.2146/ajhp050264>
- Donovan, H. (1995). The P.L.A.C.E. Crisis Intervention Model: Emotional First-Aid. Guides - Non-Classroom. Kaynak: Eric-Ebsco.
- Güler, D. & Çakır, G. (2013). Lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygısını yordayan değişkenlerin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 82-94.
- Janosik, E. H. (1986). *Crisis counseling: A contemporary approach*. Monterey, CA: Jones and Bartlett.
- Irak M. (2009). *Psikopatolojilerde bilgi işleme süreçleri: Kuramdan uygulamaya*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Kanel, K. (2003). *A guide to crisis intervention (2nd ed.)*. Fullerton, CA: Brooks/Cole.
- Kogan, S. M. (2004). Disclosing unwanted sexual experiences: Results from a national sample of adolescent women. *Child Abuse Negl*, 28, 147-165. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2003.09.014>
- Mete-Otlu, B. (2011). *Okul psikolojik danışmanlarının krize müdahalede kullandıkları başa çıkma stratejilerinin incelenmesi: İzmir il örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İzmir Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Miller, A. K. & Chandler, K. (2004). *Violence in u. s. public schools. 2000 school survey on crime and safety*. National Center of Education Statistics.
- Murphy, M. L. (2004). *Crisis Intervention Training for Students in School Counselor Preparation Programs*. Florida: University of Florida.
- Ören, N. & Gençdoğan, B. (2007). Lise öğrencilerinin depresyon düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15 (1), 85-92.
- Sayan-Karahan, A. (2012). *Boşanma sonrası yaşama uyum*. Yayınlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi.
- Sayı, I. (2002). İntihar davranışı üzerine. *Dergimiz, Çankaya RAM*, 1, 6-8.
- Shuckit, M.A (1993). *Alkol ve madde kötüye kullanımı*. (Çev: S. Koray ve K. Kamberoğlu). Saray Kitabevi. İzmir.

- Smith, P. K. (2012). Cyberbullying: Challenges and opportunities for a research program—A response to Olweus (2012). *European Journal of Developmental Psychology*, 9(5), 553-558. doi: 10.1080/17405629.2012689821
- Sözer, Y. (1992). Psikiyatride Kriz Kavramı ve Krize Müdahale. *Kriz Dergisi*, 1(1), 8-12.
- Subaşı, G. (2010). Ergenlerde sosyal kaygı ve akran ilişkilerinin psikobiyolojik sosyal kaygı modeline göre sınanması. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7 (2), 52-68.
- Ünalı, M. & Şahin, R. (2012). Şiddete yönelik tutum ve okul zorbalığı. *Uluslararası Cumhuriyet Eğitim Dergisi*, 1 (1), 63-71.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2016). Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri. İstanbul: Seçkin Yayıncılık.
- Yurdakök, K. (2010). Çocuk istismarı ve ihmali, tanım ve risk faktörleri. *Katkı Pediatri Dergisi*, 32(4), 423-434.

STRUCTURED ABSTRACT

Introduction: Although schools are institutions where desired characteristics such as socialization are acquired since childhood, they are also environments where many problems can be experienced (Miller and Chandler, 2004). Some of these problems are psychological problems. When the literature is examined, psychological problems encountered in schools; bullying (Smith, 2012; Ünalı and Şahin, 2012), abuse (Kogan, 2004; Yurdakök, 2010), test anxiety (Çapulcuoğlu and Gündüz, 2013; Güler and Çakır, 2013), addiction (Irak, 2009; Shuckit, 1993), social relations (Bilgin, 2009; Subaşı, 2010), divorce and separation (Amato, 2000; Sayan-Karahan, 2012), depression (Dopheide, 2006; Ören and Gençdoğan, 2007), academic failure (Bacanlı, Eşici and Özünlü, 2013). Another problem seen in schools is that these problems turn into traumatic experiences (Mete-Otlu, 2011). People may encounter different negative experiences, various natural disasters or problems arising from their developmental periods that may disrupt the existing balance in life. However, these problems can sometimes turn into crisis experiences depending on individuals' subjective perceptions (Demirli-Yıldız, Sevil-Gülen and Erdur-Baker, 2018). In summary, it is seen that research conducted abroad generally focuses on guidance counselors' trauma intervention preparations, while studies conducted in Turkey mostly use clinical examples or study specific trauma situations. However, no research has been found in the literature that systematically addresses trauma situations experienced in schools as a whole from the perspective of school psychological counselor teachers. Considering the limitations and suggestions of the research in the literature, it is thought that knowing the trauma intervention experiences of school counselor teachers, which is the main problem of this research, will make a significant contribution to the literature. In this context, the general purpose of this research is to examine psychological counselors' experiences regarding trauma and post-traumatic stress disorder. It is aimed to describe, understand and explain traumatic psychological experiences in detail with qualitative methods that are effective in examining dynamic and complex processes.

Method: This study was planned and carried out within the framework of a qualitative research approach. The study was based on the phenomenological pattern. Phenomenological design is a method that reveals how people conceptualize their lives, perceptions, experiences and events/situations (Çepni, 2007; Demirkaya, 2008). The data obtained as a result of the content analysis conducted with the phenomenological pattern is firstly transformed into a concept and then the themes that can explain the phenomenon are tried to be revealed. Thus, the results obtained are described and conveyed. Additionally, the results are supported by including direct quotations (Yıldırım and Şimşek, 2016). Psychological counselors' experiences regarding trauma and post-traumatic stress disorder were examined through semi-structured interviews. In the study, data analysis was carried out by listening to the data recorded on voice recorders during the interview and by using written copies of the interviews that were not recorded with voice recorders. In the analysis of the data obtained in this study, the interview data were classified using content analysis (Ekiz, 2013), which is generally used in qualitative research.

Findings, Discussion and Results: In this section, psychological counselors' views on trauma and post-traumatic stress disorder intervention experiences are presented and interpreted within the framework of the study questions. When we look at the opinions of psychological counselors who try to define trauma according

to external factors, it is seen that they generally define trauma based on disasters and losses, and they try to define it as a psychological experience in which people's coping mechanisms are insufficient and which puts a strain on people's lives. When we look at the opinions of psychological counselors who try to define trauma according to internal factors, it is seen that they try to define trauma mostly with the problem situations that the individual experiences in cognitive and emotional areas.

Considering the opinions of psychological counselors, it can be said that they received trauma-related training mostly during their undergraduate years. Additionally, it can be said that psychological counselors stated that they received trauma-related training through in-service training after they were appointed. Considering the opinions of the participants, it is seen that psychological counselors generally work with many different traumatic cases. Considering the opinions of the participants, it is seen that psychological counselors generally stated that when they work with traumatic cases, they carry out intervention studies regarding therapeutic relationships, creating a safe space, trying to understand the case, cooperation, consulting the literature, supporting psychological resilience, using social support and using the referral service. When we look at the participants' trauma-related planning in school guidance programs, it is seen that the protocols include studies on protection, prevention and intervention, apart from trauma-related risk identification and early intervention preparations. In addition, it is seen that the participants mentioned school guidance programs, especially the creation of safe spaces in schools, effective cooperation and support efforts to ensure psychological resilience. First, how the participants defined trauma was examined. It was observed that the participants defined trauma in two categories: external factors and internal factors. In many studies in the literature (Adamson & Peacock, 2007; Allen, Jerome, White, Marston, Lamb, Pope, & Rawlins, 2002; Arslan, Savaşer, Hallett, & Balci, 2012), similar to the results of the research, trauma is defined according to internal factors and external factors. can be seen. In the study, it is seen that the participants who define trauma according to external factors mostly define trauma on the themes of natural disasters (earthquake, flood, etc.), human-made traumatic events (war, torture, rape, etc.), accidents, loss/mourning and fatal diseases. In addition, data was obtained that the majority of the participants attended in-service seminars and courses related to trauma. It can be said that these data are parallel to the results of many studies conducted in the literature (Çapulcuoğlu and Gündüz, 2013; Çelik, 2007; Çetinkaya, 2018). According to the research data, it was concluded that the participants worked with traumatic experiences such as insult/ridicule, loss/mourning, earthquake, physical abuse, cyberbullying, traffic accident, flood, migration/moving, family problems/divorce, health problems and discrimination/exclusion. The research data is supported by the data of many studies (Collins and Collins, 2005; Dehue, Bolman and Völlink, 2008; Demirli-Yıldız, Sevil-Gülen and Erdur-Baker, 2018; Dinçel, 2006). It can be said that the fact that psychological counselors have worked with many different traumatic experiences and that counselors working in secondary education are working with students in adolescence is effective. It is possible to list the trauma-related planning of the participants in the institutions where they work as follows; preparing protocols, informing about types of trauma, preparing intervention programs, preparing eye-catching posters and brochures, forming protection/prevention/intervention teams, communicating effectively with stakeholders, carrying out risk identification studies, creating safe environments in schools, making plans to provide post-traumatic social support. Data such as these were obtained. Many studies in the literature (Juvonen and Gross, 2008; Kaya, 2015; Ören and Gençdoğan, 2007) have reached similar results. Finally, in the study, psychological counselors' suggestions regarding trauma intervention were discussed. It was concluded that the participants' suggestions included suggestions regarding informational activities, educational factors and social studies. It is possible to see similar suggestions in other studies in the literature (Güler and Çakır, 2013; Howard, Wang and Yan, 2007; Jaksec, Dedrick and Weinberg, 2000; Juvonen and Gross, 2008; Kaya, 2015; Molnar, Berkman and Buka, 2001). However, in this study, it is important to make suggestions regarding preventive guidance within the scope of informative studies and to emphasize family education within the scope of educational factors. This study was conducted with psychological counselors working in public schools affiliated with the Ministry of National Education. Nowadays, where the number of students in courses and private schools is not underestimated, it is thought that different results can be obtained in a study conducted in different institutions.