

# Islamic Trauma Healing (ITH)

## Program Özeti

çeviren Sinan Payat



### Bu özet kimler içindir?

ITH, özellikle bilişsel davranışsal tecrübesi olan ruh sağlığı uzmanlarının, travmanın ruh sağlığı üzerindeki etkisini ele alan bu kısa tedavinin uygulamasında Müslüman toplum/dini liderlerini desteklemeleri için hazırlanmıştır.

### Bu özeti amacı nedir?

Bu özet, ITH tedavisini ruh sağlığı ve psikososyal destek olanaklarına dahil etmek isteyen kurum ve kuruluşlara, arka plan ve iletişim bilgileri sağlar.

### Islamic Trauma Healing nedir?

- 6 seanslık, ruh sağlığı uzmanı olmayan kişiler tarafından yönetilen, grup psikososyal tedavidir
  - Travma sonrası psikolojik tepkileri hedefler (ör. savaş, doğal afetler [kıtık, kuraklık, depremler], cinsel saldırı, kaza)
  - Travma sonrası stres bozukluğu, depresyon, anksiyete, somatik belirtiler, esenlik, travma sonrası büyüme
  - Toplum uzlaşmasını hedefler
  - Erkekler ve kadınlar için ayrı gruplar
- Travmatik stres iyileşmesinde, İslami ve bilimsel ilkeleri bütünleştirir
  - Camilerde gerçekleşir, yerel İmamların/din görevlilerin desteğiyle yapılır, seanslar dualarla başlar ve biter
  - Peygamberler' in yaşamlarına dayanan travma ve acıya tepkileri ile ilgili Kur'an-ı Kerim ayetleri/anlatıları (örn. Hz. Eyüp, Hz. Yusuf) içerir
  - Kendi travma maruziyeti hakkında Dua'da Allah'a yönelmek
  - Travmatik stres için köklü psikososyal travma odaklı bilişsel-davranışçı müdahalelere dayalıdır ve bu ilkelerin etkililiğini destekleyen çok sayıda randomize kontrollü çalışmalar mevcuttur
    - Peygamberin hayatları hakkında grup sohbet yoluyla bilişsel yeniden yapılandırmayı kullanır
    - Travma hakkında dua yoluyla hayali maruz bırakma tekniğinden yararlanır
  - Toplumda uzlaşmayı teşvik etmek için paylaşılan topluluk oluşturma ve travma sonrası büyüme ilkeleri kullanır

### Islamic Trauma Healing'i özgün kılan nedir?

- Travma iyileşmesini ve toplum uzlaşmasını kolaylaştırmak için İslami değerleri bilinçli bir şekilde kullanır
  - "Ümmet" birliği üzerine kuruludur ve olası mezhepsel kaygılardan kaçınır
- Bir ruh sağlığı tedavisinin olası damgalanmasını doğrudan ele alır
  - Odak noktasını ruh sağlığı uzmanlarından cemaatlere/camilere kaydırır
  - Akıl hastalığı, teşhis etiketleri, tedavi vb. hakkında tartışma yapılmaz
  - Bireysel travmatik yaşanmışlıklar gruplarda açıkça tartışılmaz
- Hedef uzman olmayan psikoterapist veya danışman eğitmek değil, liderler yetiştirmek

# Islamic Trauma Healing (ITH) Program Özeti

çeviren Sinan Payat



- İki adet, 4-saatlik seanstan oluşan kısa bir eğitim süresi, devamlı aralıklarda uzaktan WhatsApp üzeri süpervizyon
- Destekleyici sohbet liderleri eğitimi ve genel ve travma iyileştirmenin genel ilkelerine odaklanma
- El kitabında belirlenmiş adım adım seans içerikleri "terapötik kaldırma" sağlar
- Kur'an-ı Kerim bilgisi olan ve toplumsal iyileşmeye gönüllü olan toplum fertleri
- Cemaatin önderliğinde kısa, kolayca genişletilebilir bir tedavi
  - Bir hafta, 2 hafta, 3 hafta veya 6 haftada tamamlanabilir
- Eğitmenleri eğit modeli – uzman olmayan liderler, bir sonraki liderleri eğitir

## Geliştirme ve bugüne kadarki veriler

- 2012'de Seattle Somali topluluğunun yerel imam ve İslam alimlerinin katkılarıyla birkaç yıl içinde ortaklaşa geliştirdi
  - Yayınlanmış Geliştirme Makalesi ([Bentley et al. 2021](#))
- Seattle Vakfı ve Catherine Holmes Wilkins Vakfı tarafından finanse edilen yinelemeli geri bildirim süreci ile Seattle, WA'da pilot erkek ve kadın grupları
  - Yayınlanmış ABD Mülteci Pilot Denemesi ([Zoellner et al., 2018](#))
- Washington Üniversitesi Kamu Sağlığı Girişimi tarafından finanse edilen Somaliland Denemesi, erkek ve kadın grup liderler eğitimi
  - Yayınlanmış Somaliland Denemesi ([Zoellner et al., 2021](#))
- Seattle, WA ve Columbus, OH'deki ABD Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsü ([R34MH112756](#)) tarafından finanse edilen ABD Somalili mülteci topluluklarında ( $N = 101$ ) tamamlanmış randomize kontrol denemesi
- Somaliland genelindeki üç şehirde [Elrha](#) ( $n = 67$ ) tarafından Somali Gençlik Geliştirme ve Gönüllü Kuruluşu ve Burao Üniversitesi ile ortaklaşa finanse edilen ve devam eden randomize kontrol denemesi

## İletişim:

Washington Üniversitesi/Case Western Reserve Üniversitesi

çeviren [Sinan Payat](#)

[Dega Angula, MSc](#)

[Jacob Bentley, Ph.D.](#)

[Norah Feeny, Ph.D.](#)

[Lori Zoellner, Ph.D.](#)