



تربیت کرد. افرادی توانمند که رویاروی مصیبت هایی که برخی شان در زندگی ناگزیر برای همه اتفاق می افتند، قرار بگیرند و نشکنند. مقاوم باشند. ثبات داشته باشند و مصونیت طبیعی پیدا کنند. زیرا وضعیت های تروماتیک افراد حساس و معمولی را از پا می اندازد.

او تاکید دارد: مداخله سطح چهار مداخله در مهارت های توانمندسازی که کمک کند به فرد هنگام مواجه شدن در یک وضعیت از خودش دفاع کند. مقابله کند با بحران. داشتن توانایی حل مسئله و مهارت جرات ورزی و کنترل دلهره و استرس و شناخت ارزش ها می تواند به شرایط کمک کند اقدامات تاثیرگذار و متناسب با شرایط که مقابله کند با شرایط پرخطر. برای پیشگیری از تشدید مشکلات ناشی از روان زخم، باید مسئله تروما در چهار سطح درمان شود که سطح اولیه و اورژانسی آن توسط مشاوران مدرسه است.

تسکین درد با مصرف سیگار و...

به نظر وی: بچه دائم در حال جنگیدن برای خاموش کردن آتیش وجود و دورن خود است. کارهای مختلفی برای خاموش کردن درد درون خود می کند. یکی اش پناه بردن به مواد مخدر است. چیزهایی که موقت این سر و صدا را این احساس نگرانی را آرام کند نوجوان دچار بحران شده. به خاطر سوگ از دست دادن یک عضو خانواده یا مهاجرت، درگیری و تنش میان والدین و...

پس گرایش به مصرف مواد مخدر به خیال اینکه کمک می کند به آن ها. اما این یک بدتنظیم کننده یا منفعت منفی و کج کارکرد است و از عوامل تشدید کننده شرایط تروماتیک بچه ها. رفتارهای پرخطر جز آسیب بیشتر و آسیبی بر آسیب دیگر فایده ای ندارند. اعتیاد و رفتارهای پرخطر در درازمدت آسیب و اختلال اجتماعی ایجاد می کند.

اینکه چقدر سیستم آموزشی در پیشگیری از این قضیه کم کاری کرده و کمبود مشاور و روانشناس در محیط مدارس تا چه اندازه موثر بوده نیز پرسش دیگری است که وی به آن پاسخ می دهد: مشکل مدارس و گرایش افراد کم سن و سال به مواد مخدر برمی گردد به آسیبی که بچه ها دیده اند. تروما وقتی ایجاد شده که بچه در شرایط تنش و پر برخورد والدین یا محیط بوده.

به دلایل مختلف، فشار، تحقیر، اجازه ندادن به فعالیت بچه در زمینه های علاقه اش، پرخاشگری و کتک کاری و... در این شرایط مغز هیجانی بیش فعال می شود و اجازه نمی دهد سیستم تصمیمی گیری مغز متفکر درست عمل کند. در مرحله ابتدایی خیلی ساده باید با دستورالعمل هایی کمک کرد به پیشگیری از حاد شدن تروما.

او می گوید: یک تروما ناشی یک سانحه، یک تنش خانوادگی، یک تعرض و... در نوجوان اتفاق افتاده. برای جلوگیری از آسیب جدی و آشکار ما نیاز به اقدام اولیه برای عبور فرد از وضعیت دلهره پس از تروما داریم تا زمینه آسیب های بعدی فراهم نشود و در نتیجه از رفتارهای پرخطر و اعتیاد و خودکشی پیشگیری شود.

به گفته ی سوندرومی: درمان روان زخم یا تروما یک تیم تخصصی می خواهد. منتها مشاوران مدرسه نیز باید برای خدمات روانشناختی و روان درمانی مداخله به موقع در این حوزه تروما آموزشهای لازم را دیده باشند تا مداخلات اولیه را برای کمک به بهبود انجام بدهند و بعد نیاز به اقدامات تخصصی بعدی و رجوع به روانپزشک و روان درمانگر است برای مداخله سطح دوم و سوم که مداخله در توانمند سازی نوجوان و کودک و آگاه سازی خانواده از موضوع تروما است. اقداماتی که می شود انجام داد تا افرادی را مقاوم در برابر مشکلات زندگی