

KAHRAMANMARAŞ DEPREMİ SONRASI İLK DERS SAATİ ÖĞRENCİLERİ BİLGİLENDİRME METNİ

Afet bölgesi illeri ve afetten doğrudan etkilenmeyen diğer illerde uygulanmak üzere Psikososyal Destek Eylem Planı hazırlanmıştır. Deprem Sonrası Psikososyal Destek Eylem Planında başta depremden doğrudan etkilenen iller olmak üzere ülkemizdeki tüm öğrenci, öğretmen ve velilere yönelik yürütülecek Psikososyal Destek çalışmalarına ilişkin tüm süreçler aşamalandırılarak resmi yazı ile illere gönderilmiştir. Yürütülecek çalışmalarda kullanılacak dokümanlar orgm.meb.gov.tr adresinde yayımlanmıştır. Ayrıca çalışmalara ait Psikososyal Destek Eylem Planı Uygulama Esasları il millî eğitim müdürlükleri ile paylaşılmıştır.

Bu metin okulların açılacağı ilk gün öğrencilerle bir araya gelecek öğretmenlerimize rehber niteliğinde hazırlanmıştır. Aşağıdaki ifadeler öğrencilere doğrudan okunmamalıdır. Bu metni ilk ders saatinde öğretmenin doğal konuşma akışı içinde kendi cümleleriyle ifade etmesini önermekteyiz. (Öğretmenlerin derse girmeden önce bu metindeki bilgilere hâkim olması önem arz etmektedir.)

Sevgili öğrenciler,

Dünyada ve ülkemizde zaman zaman bireyleri ve toplumu etkileyen deprem, sel, yangın gibi zorlayıcı yaşam olayları meydana gelmektedir. Bildiğiniz gibi bu olaylardan birini 6 Şubat 2023 tarihinde Kahramanmaraş ve çevre illerde yaşadık. Öncelikle hepimize geçmiş olsun. Bu zor günleri hep birlikte atlatacağımıza inanıyorum. Bu olaylardan sonra yetişkinler de çocuklar da bazı tepkiler gösterebilirler. Örneğin; üzülebiliriz, öfkeli, huzursuz, sinirli, korkmuş, tedirgin hissedebiliriz. Bazılarımız da ağlayıp içine kapanabilir, yakınlarından ayrılmak istemeyebilir. Bu söylediğimiz tepkilerin hepsi normaldir. İster çocuk, ister yetişkin olalım; zorlayıcı yaşam olayları karşısında bu tepkileri gösterebiliriz. Bu tepkiler herkeste farklılık gösterebilir. Önümüzdeki günlerde sizlerle bu konularla ilgili çalışmalar gerçekleştireceğiz. Ancak sizler de bu süreçte yaşadıklarınızla ilgili konuşmak isterseniz benimle ya da (varsa) Okul Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi'nde görevli rehber öğretmenler / psikolojik danışmanlar ile görüşebilirsiniz. (Okul rehberlik ve psikolojik danışma servisinin yer almadığı okullar Rehberlik ve Araştırma Merkezine yönlendirme yapabileceklerdir.)

ÖĞRENCİLERİMİZLE İLETİŞİM KURARKEN NELERE DİKKAT ETMELİYİZ?

- 1) Olay hakkında konuşurken yargılayıcı, suçlayıcı, nasihat edici yaklaşmak yerine empatik, samimi ve içten bir dil (üzüldük, korktuk, kaygılandık. Çaresiz hissettik, ama geçti, şimdi güvendeyiz...) kullanmalıyız.
- 2) Olay hakkında konuşurken ayrıntılara girmemeye özen göstermeliyiz. Paylaşımları çok uzun tutmamalıyız ancak; öğrencileri, yaşanan olayla ilgili içsel deneyimlerini (duygu ve düşüncelerini) paylaşımları için teşvik etmeliyiz. Kaybı olan ya da konuşmak istemeyen öğrencileri paylaşımda bulunmaları için zorlamamalıyız.
- 3) Bazı öğrenciler daha ayrıntılı anlatmak isteyebilir, soru sormadan öğrencilerinizin anlattıklarını dinleyebilirsiniz. Benzer duyguları yaşadığınızı ifade edebilirsiniz.



**Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri
Genel Müdürlüğü**

- 4) Bu olaydan herkesin farklı şekillerde etkilenebileceğini, hepsinin normal olduğunu ve bu durumdan hep birlikte çıkacağımızı vurgulamalıyız.
- 5) Acı veren duyguları; onları fazla dramatize etmeden, bunları hissetmemizin normal olduğunu belirtebiliriz. Hepimizin benzer duygular hissettiğimizi ve bunların zamanla geçeceğini hatırlatarak ele alabiliriz. Olayı anlamlandırabilmek için yapılanlara odaklanıp, yardımlaşmalardan, alınan tedbirlerden bahsedebiliriz. Böylece çocukların geleceğe yönelik umut duygusunu da beslemiş oluruz.
- 6) Öğrencilerimizin zorluklar karşısında baş etme tepkilerini fark edip, bizimle paylaşımlarını ve bunları kullanmalarını sağlayabiliriz.
- 7) Kendi duygularımızı saklamayıp, durumun kontrolünü kaybetmeden, duygularımızı ifade ederken bedensel olarak da kontrollü olduğumuzdan emin olarak onlarla paylaşımda bulunabiliriz. "Ben de çok üzüldüm ve korktum. Şimdi daha iyiyim" gibi.
- 8) Öğrencilerimizin depremden sonrasında okula karşı ilgileri azalabilir. Ancak; travmatik olaylardan sonra günlük rutinelere dönmek, normalleşebilmek için büyük önem taşır. Online ya da yüz yüze derslere katılımlarının sağlanarak rutinin sürdürülmesi çok önemlidir.
- 9) Öğrencilerinize gerçekleştiremeyeceğiniz vaatlerde bulunmayın. Bilmediğiniz konularda bu konuda bilgi aldıktan sonra seni bilgilendireceğim diyebilirsiniz.
- 10) Sınıfınıza deprem bölgesinden gelmiş olan öğrencileriniz olabilir. Öncelikle bu öğrencinizi bütün sınıfla tanıştırmamız iyi olacaktır. Yeni katılan öğrencinizin, eğer istekli olursa, kendisini sınıfa tanıtmaya izin verebilirsiniz. Sınıfınızda yeni katılan öğrenciler için tanışma etkinlikleri yapabilirsiniz.
- 11) Yeni katılan öğrencinize okulunuzu gezdirerek oryantasyon çalışması yapmanız ve özellikle varsa okul rehber öğretmeni/psikolojik danışmanı ile tanıştırmamız iyi olacaktır.
- 12) Yeni katılan depremden etkilenen öğrencinizin her hangi bir şeye ihtiyacı olup olmadığını sorabilirsiniz ve ihtiyacı olan konularda bilgilendirebilirsiniz. Eğer sizin de bilmediğiniz ya da emin olmadığınız bilgiler varsa bu bilgileri öğrendikten sonra kendisine ileteceğinizi söyleyebilirsiniz.
- 13) Gerekirse sınıfınıza yeni katılan depremzede öğrencileri kendi sınıfınızdan aktif olan öğrencilerle birlikte oturtabilirsiniz. Bu şekilde öğrencilerin kaynaşmasını desteklemiş olursunuz.
- 14) Deprem bölgesinden gelmiş olan ya da depremden etkilenen kişilerin en son ihtiyacı olan şey kendilerine acınmasıdır. Bu nedenle bu öğrencilere onları acıdığınızı içeren ifadeler kullanmayın. Bu şekilde davranmak diğer öğrencilerinize de model olmak açısından önemlidir.
- 15) Bu yaşanan durum hepimizi bir süre daha etkilemeye devam edecektir. Yaşanmamış gibi davranmamalı, üzülecekler diye öğrencilerimizle konuşmaktan kaçınmamalıyız. Tam tersi bu yaklaşım normalleşme sürecini uzatacaktır.

