



Kıymetli Öğretmenlerim,

Deprem, doğası gereği tahmin edilemeyen bir olaydır. Planlanmamış olaylarla baş etmek içinde beş temel becerinin kazandırılması gerekmektedir. Bunlar; meraklılık, tutarlılık, esneklik, iyimserlik ve risk alma becerileridir. Dolayısıyla bireylere doğal afet öncesi ve sonrası söz konusu becerilerin kazandırılmasına odaklanırsa bireyler planlanmamış bu yaşam olaylarıyla çok daha hızlı ve etili bir şekilde baş edebileceklerdir. Deprem sonrası da yapılacak bu müdahale çalışmalarında söz konusu beceriler üzerinde durulması önemli görülmektedir.

Psikolojik danışman/Rehber öğretmenlerinin uygulayacağı Psikososyal Müdahalelerin yanı sıra okul içindeki diğer paydaşların da iş birliği içerisinde hareket ederek ve öğrencilerin travma sonrası eğitim hayatına etkili bir şekilde devam etmelerine sağlamaya çalışmaları gerekmektedir.

Çocuklara travmatik olayların neden olduğu stresle nasıl başa çıkılacağı konusunda yardım yöntemlerinin öğretilmesinin ileride gelişebilecek sorunların ortaya çıkmasını engellediği bilinen bir gerçektir.

Öğretmenler, sadece çocukları eğitmek ve onlara belirli bilgi ve becerileri öğretmekle kalmazlar, aynı zamanda onların mutlu ve sağlıklı büyümelerine yardımcı olacak bir öğrenme ve gelişme ortamı yaratırlar. Afet sonrası okul içerisinde psikolojik danışman/ Rehber öğretmenlerin ve Öğretmenlerin yapabilecekleri şunlardır;

- Normal Sınıf rutinleri oluşturmak ve sürdürmek,
- Öğrenciler ve diğer personel arasında olumlu ilişkiler oluşturmak,
- Sakin kalmak ve iyimserliği korumak,
- Tehlikenin şuan için geçtiğine ve gerekli tedbirlerin alındığına ilişkin net mesaj vermek,
- Öğretmenlerin ve öğrencilerin kendileri için öz bakım ve destek arama becerilerini kullanmak,
- Öğrencilerin durulması ve odaklanmalarına yardımcı olmak amacıyla travma bilgilendirici uygulamaları kullanmak,
- Ne olduğuna ilişkin konuşmak, yazmak ya da çizmek için yapılandırılmış ama sınırlı fırsatlar sağlamak,
- Öğrencilerin, bireylerin ve toplumun birbirine yardım etmek için sahip oldukları güçlü yönlerine odaklanmalarını sağlamak,
- Travmatik olayla baş etmeye yardımcı olmak için kullanılabilir olumlu baş etme stratejileri hakkında bilgi paylaşmak,
- Bilinçli farkındalık, gevşeme egzersizleri, sanat ve rekabetçi olmayan oyun ve sporlar yoluyla kendini sakinleştirme tekniklerine, duygu ifade etme ve duygu düzenleme becerilerine odaklanmak üzere zaman ve yer sağlamak,
- Müzik ve oyun kullanarak sadece eğlenmek ya da öğrencilerin kendilerini iyi hissetmeleri amacıyla çeşitli etkinlikler gerçekleştirmek,
- Alarm, sıcak ve rüzgarlı hava, sis veya duman gibi stresi tetikleyecek durumlardan uzak durmak ve neler olduğuna ilişkin öğrencileri bilgilendirmek.
- Olumlu geri bildirim, çabaların takdir edilmesi gibi olumlu stratejileri kullanmak.
- Uzun süre öğrenme görevlerini desteklemek.
- Yüksek düzeyde odaklanma gerektiren görevler sırasında molalar planlamak.
- Değişen durum ve rutinelere ilişkin öğrencilere hatırlatmalarda bulunmak.
- Travma semptomları veya davranışsal değişiklikler gösteren öğrencileri izleri izlemek ve gerekirse sevk etmek.

Bahamettin KARAKÖSE
Kayseri İl Milli Eğitim Müdürü