# ÖĞRETMENLERE ÖNERİLER

## Çocuklara yönelik çalışmalarda

Öğrencilerle, yaşanan olayın etkilerini azaltmaya yönelik çalışmalar yapılırken;

* Kendilerinde veya arkadaşlarında görülebilecek tepkiler hakkında bilgi verilir.
* Öğrencilerin duygu ve düşüncelerini ifade etmelerine izin verilir: Öğretmenler, öğrencilerin duygularını sözel olarak, yazarak veya çizerek ifade etmelerine imkân sağlar. Bu tür etkinlikleri başlatmak için, örneğin bir kayıp durumunda aşağıdakilere benzer sorular sorulabilir;
* Haberi duyduğunuzda ne hissettiniz?
* Şu anda neler hissediyorsunuz?
* Kaybettiğiniz arkadaşınızın (öğretmeninizin) ailesinden biri olsaydınız ne yapılmasını isterdiniz?
* Daha önce benzer bir durum yaşayanlar nasıl başa çıktıklarını bizimle paylaşabilirler mi?
* Bu üzücü olayı atlatmak konusunda birbirinize nasıl destek ya da yardımcı olabilirsiniz?

Grup tartışmaları sırasında öğrencilerin olumlu ya da olumsuz duygu ve düşüncelerini açıklamaları desteklenmeli, *“Böyle düşünmemelisin”,” güçlü olmalısın”* gibi ifadeler kullanılmamalı*,” herkes, daima, asla”* gibi genellemelerden kaçınılmalıdır.

* Öğrencilere gelişimsel düzeylerine göre açıklamalar yapılmalıdır. Karmaşık ve detaylı açıklamalar yerine, zihinlerini karıştırmayacak sade ve doğrudan açıklamalar yapmak uygun olacaktır. Her öğrencinin duyguları ve tepkileri farklı olabilir. Bu nedenle bu farklı tepkilerin doğal olarak kabul edilmesi gerekir. Ancak bu tepkilerin yoğunluğu ve süresine dikkat edilerek psikolojik yardıma ihtiyacı olanlar belirlenmelidir.
* Küçük yaştakilere yapılan açıklamalarda genellemelerden kaçınılmalıdır. Örneğin bir yakın kaybı söz konusu ise; “Hastaneye kaldırıldı, öldü”, “hastalandı öldü “gibi ifadeler hastaneye gitmenin ya da hastalanmanın ölümle sonuçlanacağı gibi bir inancın oluşmasına yol açabilir.
* Herkesin zorlu yaşam olaylarıyla karşılaşabileceği, bu durumlar karşısında gösterilen tepkilerin normal olduğu, bu süreçte yalnız olmadıkları ve arkadaşlarından, öğretmenlerinden ve yakınlarından her zaman destek alabilecekleri bilgisi öğrencilere verilir.

## Velilere yönelik bilgilendirmelerde

* Zorlu yaşam olayları karşısında gösterilen tepkiler hakkında bilgi verilir. Çocuklara destek olurken aşağıdaki hususlara dikkat etmeleri önerilir.
* Çocuğunuzla olay hakkında konuşun. Sorduğu sorulara, anlayabileceği düzeyde, sade ve doğrudan açıklamalarla cevap verin.
* Duygularını ifade etmesine, üzüntüsünü yaşamasına, endişelerini dile getirmesine izin verin.
* Çocuğunuzun, bir süre sonra duygularının normale döneceğine ve günlük yaşamının eskisi gibi devam edeceğine inanmasını sağlayın. Bu inancını sıklıkla pekiştirin.
* Çocuğunuza sarılın, onu kucaklayın. Buna her zamankinden daha fazla ihtiyaç duyacaktır.
* Çocuğunuzla birlikte olmak için daha fazla zaman ayırın.
* Fiziksel etkinlik gerektiren oyunlara yöneltin, çünkü fiziksel etkinlik ve oyun gerilim ve kaygıyı azaltacaktır.
* Çocuğunuzun öğretmeni ile iletişime geçin, olay sonrası sınıfta yaşayabileceği problemlerin çözümünde iş birliği önerin.
* Okulun rehber öğretmeni ile konuşarak çocukların zorlu yaşam olayları karşısında gösterebileceği tepkileri hakkında daha fazla bilgi alın.