**BUCA REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ 2015 YILI TRAVMA VE KRİZE MÜDAHALE EKİBİ, ÇALIŞMA GURUPLARI, SORUMLULUK BÖLGELERİ VE ÇALIŞMA YÖNERGESİ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Gözlem Ekibi** | Musa ÇETİNKAYA, Muhsin YILMAZ, Neşe Kaptan GÜRSOY |
| 1. **Grup**
 | 1. **Gurup**
 | 1. **Gurup**
 |
| Neşe Kaptan GÜRSOY (Gurup Lideri) | Sezgin YONCA (Gurup Lideri) | Işıl Ufuk ZÜLAL (Gurup Lideri) |
| Musa ÇETİNKAYA | Şafak DİNÇER ÇAPKIN | Abdullah BİNGÖL |
| Sevcan Yavuz BENLİ | Sonay DAYMAZ | Evrim BOZTEPE |
| Akgün KARA | Demet KIVRAKLAR | Selma SÜNGÜ ACAR |
| Mustafa KÖSEOĞLU | Muhsin YILMAZ | Nuray ALPER |
|  |  |  |
| 1. **Gurup Sorumluluk Bölgesi ve Okulları**
 | 1. **Gurup Sorumluluk Bölgesi ve Okulları**
 | 1. **Gurup Sorumluluk Bölgesi ve Okulları**
 |
| Tütün İhracatçılar İlkokulu | Ege İhracatçı Birlikleri Ortaokulu | İsmail Şekip Uyal Ortaokulu |
| Ömer Seyfettin Mtal | Müşerref Mahmut Tınas İlkokulu | İsmail Şekip Uyal İlkokulu |
| İsmet Yorgancılar Ortaokulu | Müşerref Mahmut Tınas Ortaokulu | Buca Anadolu Lisesi |
| Dirayet Süren İlkokulu | A. H. Karabcak A. L. | Hüseyin Avni Ateşoğlu İlkokulu |
| Mehmet Emin Yurdakul Ortaokulu  | Sevgi Ferit Akın Ortaokulu | Hüseyin Avni Ateşoğlu Ortaokulu |
| Çamlık İlkokulu | Fatma Saygın Anadolu Lis | Şerife Bacı Mes. Ve T. A. L. |
| Akşemseddin İlkokulu | Ali Rıza Efendi İlkokulu | Necla Tevfik Karadavut Teml |
| Akşemsettin Ortaokulu | M. Ali Susam | Buca İmam Hatip Lisesi |
| Ötüken Ortaokulu | Çamlıkule İlkokulu | Atatürk Ortaokulu |
| Necip Fazıl Kısakürek İlkokulu | Kozağaç Ortaokulu | Şerif Tikveşli İlkokulu |
| 85. Yıl Anadolu Lisesi | Buca Ortaokulu | İrfan Nadir İlkokulu |
| Ufuk Ortaokulu | İnci-Özer Tırnaklı Fen Lisesi | Recep Ersayın İlkokulu |
| Sabri Kolçak İlkokulu | Süleyman Bilgen İlkokulu | Gazi Ortaokulu |
| Konuralp Özcan Ortaokulu | Ahmet Kutsi Tecer İlkokulu | H.A.Y. İmam Hatip Lisesi |
| Toki Turgut Özal İlkokulu | Işılay Saygın Güz.San.Lisesi | Mehmet Akif Ersoy S B L |
| Toki Turgut Özal Ortaokulu | Atatürk Spor Lisesi | 30 Ağustos İlkokulu |
| F. S. Mehmet Anadolu Lisesi | Ali Kuşçu İlkokulu | 30 Ağustos Ortaokulu |
| İesob M Ve T A. L. | Ali Kuşçu Ortaokulu | Şirinyer Anadolu Lisesi |
| Buca Mesleki Ve Teknik A. Lisesi | 23 Nisan İlkokulu | Akıncılar İlkokulu |
| Dmo Ç P Anadolu Lisesi | Vali Rahmi Bey İlkokulu | Akıncılar Ortaokulu |
| 80. Yıl Betontaşilkokulu | Saadet Emir Ortaokulu | Cengiz Sani İlkokulu |
| Betontaş Anadolu Lisesi | Hasan Ali Yücel Ortaokulu | Cengiz Topel Ortaokulu  |
| Buca Anaokulu | Meşkure Şamlı Ortaokulu | Tuğsavul İlkokulu |
| Avk. İlhan Ege Anaokulu | Makbule Süleyman Alkan Oraokulu | Gürçeşme Anadolu Lisesi |
| Kırıklar İlkokulu | Zübeyde Hanım Mes. Ve T. A. L. | Kaynaklar İlkokulu |
| Karacaağaç Türk Kadınlar Konseyi İlkokulu | Buca İmam Hatip Ortaokulu | Kaynaklar Ortaokulu |
| Karacaağaç Türk Kadınlar Konseyi Ortaokulu | Çakabey İHOO | Kaynaklar Zeki Püskülcü İlkokulu |
| Belenbaşı İlkokulu | Mevlana Mtal |  |

**KRİZE MÜDAHALE YOL HARİTASI**

**KRİZ & TRAVMA**

KRİZE MÜDAHALE ÇALIŞMALARININ PLANLANMASI

Okul Kriz Yönetimi Ekibi İle Görüşme

Rehberlik Servisi İle Görüşme

Kurum Yönetimi İle Görüşme

Krize Müdahale Gözlem Ekibi Bölgeye/Kuruma Gider

Gözlem Ekibinin Aldığı Bilgiler Doğrultusunda Planlama Toplantısı ve Krize Müdahale Ekibinin Kurulması

Krize Müdahale Ekibinin Çalışmaları

ÖĞRETMEN

\*Psikolojik Bilgilendirme Toplantısı

\*De Brifing

\*Bireysel Görüşme

KURUM YÖNETİMİ

\*Çalışmaların Planlanması

\*Raporların Paylaşılması

AİLE – VELİ

\*Psikolojik Bilgilendirme Toplantısı

\*Bireysel Görüşme

\*Aile Ziyareti

ÖĞRENCİ

\*Sınıf Temelli Müdahale

\*De Brifing

\*Bireysel Görüşme

**BUCA REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ TRAVMA VE KRİZE MÜDAHALE EKİBİ ÇALIŞMA YÖNERGESİ**

Travma ve kriz durumlarında müdahale çalışmalarına, katılan ekip üyelerinin izleyecekleri yol ve çalışma kuralları aşağıdaki gibi düzenlenmiştir.

 **1. *G*özlem Ekibinin Kurum/Bölge Çalışmaları**

Gözlem ekibi, meydana gelen olay hakkında bilgi almak ve durum tespiti yapmak için kuruma/bölgeye giden 2-3 kişilik uzmanlardan oluşmuş ekiptir. Gözlem ekibi kendisini tanıtır, olay ve kurum hakkında bilgileri yetkili kişilerden alır, Form 1’i doldurur, kriz durumu meydana gelen bölgedeki ekip çalışanına iletir müdahalenin planlanması sağlanır.

 **Gözlem Ekibinin Dikkat Edeceği Noktalar:**

* Form 1’i ayrıntılı bir şekilde doldurur.
* Travma konusunda uzman bir ekibin, olay sonrası süreçte, kurumda bulunacağını ve kendilerine destek olacağını belirtir.
* Okul kriz yönetim ekibi hakkında bilgi alır. Kurulmamışsa bu ekibin acilen kurulması ve görev dağılımı yapılması gerektiğini belirtir.
* Bir sonraki gün yapılacak öğretmen bilgilendirme toplantısını planlayıp kurum yetkilisine bilgi verir.
* Öğretmen ve öğrenciler için kılavuz ile okul kriz yönetimi dokümanlarını yetkili kişilere verir.
* Gözlem sonucunda müdahale ekibini bilgilendirir.
1. **Krize Müdahale Ekibinin Kurulması ve Planlama Toplantısı**

 RAM krize müdahale ekibini oluşturur ve toplantıya davet eder.

* Gözlem ekibinden gelen bilgiler değerlendirilir(Form 1 incelenir). Travma ve krizin durumuna göre müdahale edecek ekipteki kişi sayısı belirlenir.
* Ekip lideri ve yardımcı lider seçilir.
* İlk günün planlaması yapılır ve çalışma haritası oluşturulur.
* Ekibe kullanacağı formlar ve dokümanlar verilir.
* Kurumun sosyo-kültürel düzeyi değerlendirilerek yapılacak çalışmalar planlanır ve uygulanacak etkinlikler seçilir.
* Sınıf temelli müdahale yapılacaksa iki kişilik ekipler oluşturulur.
* Risk durumları(idare, öğretmen, öğrenci, aile) değerlendirilir.
1. **Ekip Lideri ve Görevleri**

Ekip lideri; daha önce krize müdahale deneyimi olan, güçlü iletişim becerilerine, liderlik vasıflarına sahip, organizasyon yapma ve karar verme becerisi gelişmiş kişilerden seçilir.

* Yapılacak çalışmaları planlar ve görev dağılımını yapar.
* Kriz bölgesine ulaşımı koordine eder.
* Okul idaresi ve okul kriz yönetim ekibiyle iletişim ve koordinasyonu sağlar.
* Gerekli malzeme ve materyali temin eder.
* Sağlıklı bir çalışma ortamının hazırlanmasını sağlar.
* Ekip lideri sınıf müdahaleleri sürerken sınıf dışında kalarak olası risklere müdahale için hazır bekler.
* Ekip üyelerinin günlük çalışma raporlarını alır. Yapılan çalışmaları raporlaştırır.
* Yapılan çalışmalarla ilgili okul idaresine günlük olarak bilgi verir.
* Krize Müdahale Ekibi Sonlandırma Raporu(Form 6)’nu hazırlar ve okul idaresine, RAM’a teslim eder.
* Yardımcı lider yapılan çalışmalarda grup liderine yardımcı olur. İhtiyaç halinde sınıf müdahalelerine katılır.
1. **Okulda Çalışma İlkeleri**
	1. **İdare ile Görüşme**
* Grup lideri ve yardımcı lider kriz yönetimi dokümanı üzerinde bilgi verir, özellikle kriz yönetiminde liderlik ve iletişim becerilerinin önemi üzerinde durur.
* Krize müdahale ekibi için uygun bir çalışma mekânı sağlanması istenir.
* Krize müdahale ekibinin yapacağı çalışmalar hakkında bilgi verir.
* Okul kriz yönetim ekibinin görev dağılımı ve iletişim bilgileri yazılı olarak istenir.
* Okulda yapılacak çalışmalar ve toplantıların resmi yazı ile duyurulmasının önemi vurgulanır.
* Öğretmenlerle yapılacak bilgilendirme toplantısında okul idaresi tarafından olayın öğretmenlere açık ve net bir şekilde anlatılması istenir.
* Okul öğretmenlerinden travmatik yaşantıları olanlar hakkında bilgi alınır. (Risk gurubundaki öğretmenler ile toplantı öncesi bireysel görüşme yapılır.)
* Anı köşesi ve anı defterinin tüm öğrenci ve öğretmenlere açık olarak oluşturulmasının önemi üzerinde durulur.
	1. **Kriz Yönetim Ekibi ile Görüşme**
* Okul Kriz Yönetim Ekibi ile kısa bir toplantı yapılır.
* Yaptıkları çalışmalar hakkında bilgi alınır.
* Okulda yapılması planlanan çalışmalar ve etkinlikler ile ilgili bilgi verilir.
* İhtiyaç duydukları konularda destek verilir.
	1. **Rehberlik Servisi ile Görüşme**
* Okulun sosyo-kültürel yapısı hakkında bilgi alınır.
* Risk gurubundaki öğretmen ve öğrenciler hakkında bilgi alınır.
* Veliler ile görüşmeler rehberlik servisi aracılığıyla yapılır.
* Travmatik yaşantısı olan kişilerle kriz yönetimi süresince krize müdahale ekibi görüşür.
	1. **Krize Müdahale Çalışmalarını Yürütecek Ortamı Belirleme ve İlkeler**
* Kurum yetkilisinden uygun bir çalışma ortamı sağlanması istenir.
* Çalışma ortamı müdahale ekibine özel olarak tahsis edilmelidir.
* Rehberlik servisi çalışma mekanı olarak kullanılmamalıdır.
* Çalışmalar boyunca okulun her birimi ve üyesine profesyonel ilişki çerçevesinde yaklaşılmalıdır.
* Öğretmen toplantılarında direnç gösterebilecek, birbiriyle çatışma yaşayabilecek öğretmenlerin ayrı guruplarda yer alması sağlanmalıdır.
	1. **Değerlendirme Toplantısı**
* Krize müdahale ekibi her günün sonunda toplantı yapar. İlgili formlar;

 (Form1- 2- 3) doldurulur.

* Günlük raporlama, süpervizyon ve grup paylaşımı yapılır.
* Sonraki günün planlaması yapılır.

 **5- Öğretmenlerle Yapılacak Çalışmalar**

 ***a*) Ön Bilgilendirme Toplantısı:**

* Öğretmenler toplantıya resmi çağrı yazısı ile davet edilir.
* Ön bilgilendirme toplantısı öğretmenler derse girmeden yapılır.
* Gruplar 15-20 kişilik olmalıdır.
* Grubu lider ve yardımcı lider yönetir.
* Grup liderleri kendilerini tanıtır ve ne amaçla burada olduklarını açıklar.
* Öğretmenler için duruma uygun kılavuzlar dağıtılır. ( Ek-2 Ek-3 )
* Kılavuzdaki maddeler doğrultusunda öğretmenlere bilgilendirme yapılır.
* Karşılaşabilecekleri güçlükler hakkında bilgi verilir.
* Okul sürecinde öğrencilerden kötü hisseden olursa krize müdahale ekibine yönlendirilmeleri istenir.
* Grup içerisinde kendini kötü hisseden, toplantıya devam edemeyeceği düşünülen öğretmenler yardımcı lider tarafından dışarıya alınarak bireysel görüşme yapılır.
1. **Öğretmenlerle Psikolojik Bilgilendirme ve Anlamlandırma Toplantısı**

 **( Debriefing )**

Debriefing aşırı stres yaratan veya trajik bir olaya maruz kalmış kişilerle grup halinde uygulanan bir iyileştirme çalışmasıdır. Terapi veya danışmanlık değildir; bu olaydan etkilenmiş kişilerin psikolojik tepkilerini azaltma gayretidir. Bu tepkilerin ortaya çıkmasını engellemeye uğraşmaz ama kişilerin bu duygularını anlamaları ve başa çıkmaları için bir çerçeve oluşturmalarına yardımcı olur. Duyguların ve düşüncelerin açığa çıkması için bir fırsattır.

Bu çalışma, yaşanan trajik olayla hissedilen duygular arasındaki bağın anlaşılmasına, etkin baş etme tekniklerinin ve kişide var olan destek kaynaklarının fark edilmesine yönelik bir yardım çalışmasıdır.

 **Uygulama amacının kısaca açıklanması**

* İzlenimler, tepkiler, duygular ve düşünceler dile getirilir.
* Bireysel ve grup gerginliği azaltılır.
* Olaylarla tepkiler arasındaki ilişki ortaya çıkartılır; izlenenler, düşünceler ve duyguların birbirinden ayrılması yolu ile bilişsel yeniden yapılandırma yapılır.
* Tepkilerin sadece bireye has ve anormal olmadığı anlaşılır ve paylaşım yolu ile duygular normalize edilir.
* Kendimizdeki ve grubumuzdaki baş etme kaynakları fark edilir ve harekete geçirilir.

Yukarıda açıklanan amaçlara ulaşabilmek için oldukça yapılandırılmış bir yöntem izlenir. Çalışma birkaç aşamada götürülür. Her aşamada herkes sıra ile yaşadığı olayla ilgili sorulan soruya kendi bireysel cevabını vermeye çalışır.

**Psikolojik Bilgilendirme ve Anlamlandırma Toplantısı Dikkat Edilecek Konular**

|  |  |
| --- | --- |
| **Toplantı Hakkında Bilgi:** | Toplantıya duruma uygun olarak baş sağlığı veya geçmiş olsun cümleleri ile başlanmalıdır. Kısa bilgilerle kendinizi tanıtarak uzman bir ekip olduğunuz ve daha önce bu tür olaylara müdahale ettiğiniz söylenmelidir. Psikiyatrik terimler kullanılmamalıdır. Şöyle denebilir: ***"Bu toplantının amacı, yaşadıklarınız hakkında, belli bir yöntem izleyerek enine boyuna tartışma fırsatı yaratmaktır. Bu da olup biteni mantıklı bir şekilde kavramanıza, olayı uzun vadede sizi rahatsız etmeyecek bir şekilde kafanıza yerleştirmenize yardımcı olacaktır".*** |
| **Grup Büyüklüğü:** | 8-12 kişi idealdir. 15 kişiden fazla 5 kişiden az olmamasına özen gösterilmelidir. |
| **Oturma Biçimleri:** | Sandalyelerin daire şeklinde dizilmesi uygundur. Liderler karşılıklı oturur. Grubun sığabileceği dikdörtgen masa da kullanılabilir. Liderler karşılıklı masanın iki başına yerleşebilirler. Masada boş sandalye olmamalıdır. |
| **Pratik Konular:** | İçecekler hazır bulundurulmalı, kahveden kaçınılmalı, yiyecek varsa toplantıdan önce yerleştirilmelidir. Mekânın rahatsız edilmeyecek bir yer olmasına özen gösterilmeli, cep telefonları kapattırılmalıdır.Lider toplantıda her grup üyesinin ismini bir kağıda oturuş sırasına göre yazar.(Daha sonra üyelere isimleri ile hitap etmek için önemlidir.) |
| **Rollerin Belirlenmesi:** | İki lider olmalıdır. Biri yönetmeli, diğeri gözlem yapmalı ve ilgilenilmesi gereken biri varsa onu dışarıya çıkartıp ilgilenebilmelidir. Yardımcı lider, grupta olumsuz hava yaratabileceğinden toplantıya müdahale etmemelidir. Yönetici lider ile yardımcı lider göz teması kurabilecek şekilde oturmalı birbiriyle iyi anlaşabilmelidir.  |

**Debriefing Uygulamasının Grup Kuralları**

* Mümkünse cep telefonları kapalı tutulmalıdır.
* Seansa dışarıdan hiç kimse alınmaz.
* Bir kez başladığında seans bitene kadar ara verilmemelidir.
* Herkes sadece kendi adına konuşabilir.
* Bu seans sırasında hiçbir mevki, statü söz konusu değildir.
* Bu seans sırasında herhangi bir soru sorulmamalı veya eleştiride bulunulmamalıdır.
* Her aşamada sadece kişiden istenen konuda konuşmasına dikkat edilmelidir.
* Eğer kişi konuşmak istemiyorsa, konuşmak zorunda değildir. Sadece haber vermesi yeterlidir.
* Söylenen her şey gizli kalacak ve grup dışına aktarılmayacaktır.
* Herkes kendi tepkilerini anlatmalı, başkalarının tepkileri adına konuşmamalıdır.
* Bu seans sırasında kişi kendisini kötü hissedebilir, bu çok normaldir; çünkü kişiye acı veren duygulara dokunulacaktır ama iyileşmenin bir yolu duygularla yüzleşmektir. Gruptan kendini kötü hissedenler olabilecektir. Bu kişiler dışarı çıkmak isteyebilir, yardımcı lider de ona eşlik etmeli ve kişi kendini iyi hissedip normalleşince tekrar guruba katılmalıdır.

**Psikolojik Bilgilendirme ve Anlamlandırma Toplantısı**

**Uygulama Basamakları**

 **Olay Aşaması:**

Bu aşamada herkes olay anını tarif eder. Amaç; herkesin kafasında olay anı ile ilgili açık ve net bir resim oluşmasıdır.

* Olay aşamasında katılımcılardan olayı ayrıntılı bir şekilde anlatmaları istenmelidir.
* Grup üyelerine kültürel normlar takip edilerek söz verilmelidir (soldan, sağa).
* Katılımcıların olaylara ilişkin bütün bir tablo oluşturmalarında grubun yardımı alınmalıdır.
* İlişkilerin geliştirilmesi takip edici sorularla kolaylaştırılmalıdır.
* Olay aşamasının bitiminde, belirgin olmayan veya atlanmış noktalar kalmış ise grubun tamamından olaylara ilişkin ek bilgiler alınmalıdır.

 **Düşünce Aşaması**

Bu aşamada olay anında veya hemen sonrasında ne
 düşünüldüğü ( akıldan ilk geçen) paylaşılır.

* Zaman içindeki sıralama takip edilmelidir (önce akla gelen ilk düşünce, sonra diğer düşünceler).
* Kararlar ve etkinlikler üzerine odaklanılmalıdır.
* Zihinsel mobilizasyonu yansıtan unsurlar bulunmalıdır.
* Düşüncelerle yansıtılan açık veya gizli kalmış hislere ilişkin temaların ayrımına varılmalıdır.
* Bazı "ifade edilmemiş" düşünceler nelerdir? Grup sürecindeki paylaşımlarla ortaya çıkarılmaya çalışılır.

**İzlenim ( Duygu ) Aşaması**

Bu aşamada olay anında ve hemen sonrasında neler hissettiği sorulur. Duygular paylaşılır.

Hangi duyu kanalıyla (görüntü, ses, koku, tat ) başlanılacağına grup karar vermelidir.

* Her kanal üzerinde yeterince zaman harcanmalıdır.
* Grubun, olan en kötü olaylar hakkında konuşmasına olanak verilmelidir.
* İzlenimlerin farklı unsurları detaylı bir şekilde araştırılmalıdır.
* Grubun kimi üyelerinin duyusal izlenimler geliştirmediği durumlarda dikkatli olunmalıdır.
* Dehşet verici izlenimler yaşamış katılımcılara bireysel yardım temin edilebilir.

 **Tepki ( Semptom ) Aşaması**

Bu aşamada olaydan bugüne kadar gösterilen tepkiler ( fiziksel, duygusal, davranışsal) hakkında daha ayrıntılı konuşulur.

* Düşünce ve izlenimlere ilişkin sorular genellikle kişiyi "duygu yüklü" cevaplara yönlendirir.
* Katılımcıların, kendileri için en çok önem taşıyan konular üzerinde konuşmalarına olanak verilmelidir.
* Zaman sıralaması izlenmelidir (hemen, sonrası ve şu an).
* Davranışsal tepkiler, somatik tepkiler ve hisler işlenmelidir.
* Tepkiler, kişinin üzerinde yoğunlaşmadan alınmalıdır.
* Olayın en kötü yanı sorgulanmalıdır.
* Grup gerektiğinde destek için kullanılmalı ve seferber edilmelidir. "Konuşulmayan " duygulara değinilmelidir.

**Normalleştirme ( Bilgilendirme ) Aşaması**:

Bu aşamada Herkese gösterdikleri tepkilerin normal olduğu ve anormal bir duruma gösterilebilecek normal tepkiler olduğu hatırlatılmalı. Ortaya konan düşünce ve tepkiler gözden geçirilmeli ve yorumlanmalıdır. ( bkz. Psikolojik Bilgilendirme )

* Tepki türlerinin ve tepkilerin beklenen gidişatı tasvir edilmelidir. Yardım için ne zaman başvurulacağı konusunda tavsiyelerde bulunulmalıdır.
* Stresle başa çıkabilme, dışavurum stratejileri, kontrol stratejileri hakkında bilgi verilir, sorular için zaman tanınır.

 **Bitiş (Baş etme) Aşaması:**

Bu aşamada herkesle, ayakta kalmak ve bütün bu yaşananlarla baş etmek için nelerin yararlı olduğu paylaşılır.

* Grubun öğrendiklerine ve geleceğe odaklanılır.
* Gerek duyulduğu durumda diğer bir bilgilendirme için bir gün belirlenir, mevcut takip kaynakları hakkında bilgi verilir.
* Toplantı sonrası, bir süre toplantı yerinde kalınması önerilir.
* Toplantının sona ermesinden hemen sonra, risk altındaki katılımcılarla iletişim kurulur.

Grubun baş etme becerileri ve güçlü yanları bu aşamada özellikle vurgulanır. ( MEB. UNİCEF. 1999 )

**Psikolojik Bilgilendirme ve Anlamlandırma Toplantısı Etkinlik Aşaması**

Yaşanan travma/kriz durumuna göre uygulanacak etkinlikler seçilir.

( bkz. Travma Protokollerine Göre Etkinliklerin Dağılımı Çizelgesi)

*\*\* Ekibin okuldan ayrılmadan önce öğretmenlerle kısa bir vedalaşma toplantısı yapması önerilir.*

 ***Çatışma İle Başa Çıkma***

* Çatışmalar göz ardı edilmemeli ve açık bir tutumla ele alınmalıdır.
* Liderler, üyeleri sıkıştırma, zorlama, tehdit, yersiz arkadaş baskısından korumalıdır.
* Kullanılan dilin genel ifadeleri içermesi uygundur. ( Ben, biz, siz, yaparız, hissederiz yerine bireyler, insanlar, hissederler, yaparlar, etkilenirler…. şeklinde kullanılmalıdır)
* Bireylerin travmalarını farklı tepkilerle ve farklı düzeyde yaşayabilecekleri özellikle vurgulanmalıdır. İhtiyaç duyulduğunda bu vurgu tekrarlanmalıdır.
* Grup içinde büyük çelişkilerin varlığı biliniyorsa, çatışma yaşama ihtimali olan bireyler ayrı gruplarda yer almamalıdır.

  ***6) Sınıflarla Yapılacak Çalışmalar***

Yaşanan travma/kriz durumuna göre uygulanacak etkinlikler seçilir.

( bkz. Travma Protokollerine Göre Etkinliklerin Dağılımı Çizelgesi)

* Güvenli Yer (İlköğretim - ortaöğretimde gevşeme egzersizi olarak kullanılması önerilir.)
* Sosyal Atom - Çukur Etkinliği
* Süper Kahraman ( Anasınıfı ve 1-2-3.sınıflar için )
* Köy Resmi – Tohum ( Ölümlerin meydana geldiği durumlarda bu etkinliklerden bir tanesinin kullanılması önerilir.)
* Jiya ( Ölüm gerçekleşen tüm travmatik durumlarda kullanılması önerilir)
* Işık – Yaprak –Bulut (Öğretmenler ve orta öğretim öğrencilerinde gevşeme egzersizi olarak kullanılmaları önerilir.)
* Üç dilek – Düş Ağacı ( Tüm travmatik durumlarda kullanılabilir)
* Kendimizi İyi Hissetmek İçin Neler Yaparız ( Tahtaya yazılması önemli)
* Küçük Mucitler (İcat) ( Trafik kazalarında ilköğretim öğrencilerine yönelik olarak kullanılması önerilir)
* Dramatizasyon ( Problem çözme becerileri )

 **Çocuklarla Çalışma İlkeleri**

* Bilgi verirken açık ve kesin bir dil kullanılmalıdır.
* Öğrenciler konuşmaları için zorlanmamalıdır.
* Önemli fikirler özellikle başa çıkma yöntemleri tahtaya yazılmalıdır.
* Öğrencilerin yaptığı olumlu yorumlara geri dönülmeli ve bunlar pekiştirilmelidir.
* Diğer arkadaşlarının da benzer duygu ve yaşantılar geçirdiği gösterilerek tepkileri normalleştirilmelidir.
* Travma sonrası stres tepkilerinin doğal olduğu söylenerek varsa travmatik bir yaşantıya verdikleri tepki onaylanmalıdır.
* Travma sonrası yaşadıklarının ve tepkilerinin anlaşılabilir ve kabul edilebilir olduğunu anlamalarına yardımcı olunmalıdır.

 ***7) Ailelerle Yapılacak Çalışmalar***

* Başsağlığı ve geçmiş olsun ziyaretleri,
* Psikolojik Bilgilendirme ve Anlamlandırma Toplantısı, yapılmalıdır.
* İhtiyaç duyulan aile ve aile üyeleriyle bireysel görüşme yapılmalıdır.

 ***Anne Babalarla Çalışma ilkeleri***

* Anne - babaların toplantılara katılımlarını sağlamak için çağrı mektuplarının mutlaka onlara ulaşması sağlanmalıdır. Eğer mektuplar öğrenciler yoluyla ana-babalara ulaştırılıyorsa onlara okulda yapılmakta olan Psikoeğitim programından kısaca bahsederek, bu toplantıların ne amaçla yapıldığı ve neden önemli olduğu açıklanmalıdır.
* Psikoeğitim çalışması yapılmalıdır.
* Psikolojik bilgilendirme ve yeniden yapılandırma toplantısı düzenlenmelidir.

Toplantılarda; *Psikososyal destek programının bir parçası olarak, anne-babalara yönelik seminerler yapacağınızı, bu seminerlerde travmatik bir olayın etkileri ve ailelerde yarattığı stresle baş etme konusundaki bilgileri paylaşacağınızı anlatın. Toplantıların kendilerini ve çocuklarını anlamak ve toparlanmak için yararlı olacağını vurgulayın.*

* Onlara toplantıda tartışılacak konuların başlıkları, verilecek aralar ve toplantı bitiş zamanı hakkında bilgi verilmelidir.
* Ana-babalar, konu anlatılırken soru sormaları konusunda teşvik edilmeli ve toplantının sonunda soru ve tartışma için bir zaman dilimi bırakılacağı söylenmelidir.

 **Çalışmaları bitirirken;**

* Anne-babalara daha fazla konuşmak isterlerse size başvurabilecekleri söylenmelidir.
* Ana-babaların destek için birbirlerine de başvurabileceklerini önermek yararlı olabilir. Bu destek sadece bir araya gelip birbirlerinin hatırını sormak biçiminde olabileceği gibi, haftalık destek ya da tartışma grupları düzenlemek gibi daha yapılandırılmış bir toplantı şeklinde de olabilir.
* Bir sonraki toplantının tarihi ve zamanı hakkında ana-babalar bilgilendirilmelidir.

***8) Bireysel Travma Görüşmeleri***

* Bireysel görüşmeler bir psikolojik danışma süreci değildir. Görüşmenin hedefi travmanın etkilerini azaltmak, ileride ortaya çıkabilecek problemleri engellemek ve normalleştirme sürecini hızlandırmak olmalıdır.
* Görüşme süreci sakin ve yumuşak bir ses tonuyla yürütülmelidir. Beden duruşu güvenli, açık; ifadeler kısa, net ve anlaşılır olmalıdır. Danışman nötr olmalı, duygularını yansıtmamalıdır.
* Suçluluk duyguları üzerinde çalışılmalıdır.
* Baş etme becerileri fark ettirmelidir.
* Güçlü yanları vurgulanmalıdır.
* Varsa öfke ve kızgınlık duyguları üzerinde çalışılmalıdır.
* “Kazadan sonra olumlu olarak ne keşfetti? Bu kötü olayın hayatına kattığı olumlu şeyler var mı?” tespit edilmelidir.
* Psikolojik bilgilendirme yapılmalıdır. *(bkz. Psikolojik Bilgilendirme )*
* Gerekirse tavsiyelerde bulunulup öneriler verilmelidir.

**FORM 1**

 **KRİZE MÜDAHALE GÖZLEM EKİBİ BİLGİ FORMU**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Okul:** |  | **Tarih:** |  |
| **Yönetici Sayısı** |  | **Öğretmen Sayısı** |  |
| **Sınıf Seviye ve Sayısı** |  | **Öğrenci Sayısı**  |  |
| **Eğitim Şekli :**  |  **( )Normal Öğretim ( ) İkili Öğretim** |
| **Sosyo-Kültürel Düzey:** |  **( ) Alt ( ) Orta ( ) Üst** |
| **Toplantı Salonu**  | **( ) Evet ( ) Hayır** | **Koltuk Sayısı** |  |
| **Bireysel Görüşmeye Uygun, Kullanılabilecek Oda Sayısı** |  |

**OLAY:**

**( ) Trafik Kazası ( ) İntihar**

**( ) Şiddet ( ) İstismar**

**( ) Okul Sisteminden Birinin Kaybı-Ölümü ( ) Doğal Afet**

**( ) Diğer……………………………………..**

**OLAY / DURUM**

**OLAY MEYDANA GELDİĞİ ANDAN İTİBAREN NELER YAPILMIŞTIR?**

**1-**

**2-**

**3-**

**4-**

**5-**

**OLAYDAN ETKİLENEN GURUBUN BİLGİLERİ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Sıra** | **Adı Soyadı**  | **Kişinin Unvanı** | **Etkilenme Durumu** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**ÇALIŞMADA ÖNCELİKLİ KİŞİ VE GURUPLAR**

**1-**

**2-**

**3-**

**4-**

**5-**

**6-**

**KİMLERLE GÖRÜŞÜLDÜ, İLETİŞİM BİLGİLERİ (CEP TEL- EMAİL- OKUL TEL**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Sıra** | **Adı Soyadı** | **Görevi** | **Cep Tel** | **Elektronik Posta** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**KRİZE MÜDAHALE GÖZLEM EKİBİ NELER YAPTI?**

**1-**

**2-**

**3-**

**4-**

**5-**

**ÖNCELİKLİ YAPILMASI PLANLANAN ÇALIŞMALAR:**

**1-**

**2-**

**3-**

**4-**

**5-**

**TRAVMA MÜDAHALESİNİ KOLAYLAŞTIRACAK VEYA ZORLAŞTIRACAK HUSUSLARLA İLGİLİ GÖZLEMCİNİN GÖRÜŞ VE ÖNERİLERİ:**

**KRİZE MÜDAHALE GÖZLEM EKİBİ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Sıra** | **Adı Soyadı** | **Kurumu** | **Cep Tel** | **Elektronik Posta** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**FORM 2**

**TRAVMA ve KRİZE MÜDAHALE EKİBİ GÖZLEM ve BİLGİ FORMU**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Kurum** |  | **Tarih** |  |
| **Adres** |  | **Kurum Telefon** |  |
| **Yönetici**  |  | **Cep Telefonu****Email** |  |
| **İrtibat Kişisi****Görevi** |  | **Cep Telefonu****Email** |  |

**OLAY/DURUM:**

|  |
| --- |
| **( ) Trafik Kazası ( ) İntihar Girişimi ( ) İntihar ( ) İstismar** **( ) Doğal Afet ( ) Şiddet ( ) Okul Sisteminden Birinin Kaybı-Ölümü****( ) Diğer……………………………………..** |

 **KURUM**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Yönetici Sayısı:** |  | **Öğretmen Sayısı:** |  |
| **Öğrenci Sayısı** |  | **Sınıf Seviye ve Sayısı:** |  |
| **Eğitim Şekli** | **( )Normal Öğretim ( ) İkili Öğretim** |
| **Sosyo-Ekonomik Düzey:** | **( ) Alt ( ) Orta ( ) Üst** |
| **( ) Konferans Salonu ……………. ( ) Grup Toplantı Salonu ………………...****( ) Ekip Çalışma Odası ……………. ( ) Bireysel Çalışma Odası …………………** |

**Krize Müdahale Ekibi:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **S** | **Adı Soyadı** | **Kurumu** | **Cep Tel** | **Elektronik Posta** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**OLAY / DURUM**

|  |
| --- |
|  |

**YAPILAN ÇALIŞMALAR**

|  |
| --- |
|  |

**GÖZLEM ve ÖNERİLER**

|  |
| --- |
|  |

**UYARILAR: (Travma Müdahalesini Kolaylaştıracak ve ya Zorlaştıracak Hususlarla İlgili Görüş ve Öneriler)**

|  |
| --- |
|  |

**Çalışmada Öncelikli Kişi ve Guruplar**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **S** | **Adı Soyadı**  | **Kişinin Unvanı** | **Etkilenme Durumu** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

 **Form 3**

**KRİZE MÜDAHALE EKİBİ GÜNLÜK KURUM RAPORU**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Kurum** |  | **Tarih** |  |
| **Adres** |  | **Kurum Telefon** |  |
| **Kriz Durumu** |  |

**Yapılan Çalışmalar:**

|  |
| --- |
|  |

**Planlanan Çalışmalar:**

|  |
| --- |
|  |

**Okulunuzda Yaşanan Kriz Durumunun Sağlıklı Atlatılabilmesi Ve Sürecin İyi Yönetilmesi İçin Yapılması Gereken Tavsiye ve Öneriler:**

|  |
| --- |
|  |

**Krize Müdahale Ekibi:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **S** | **Adı Soyadı** | **Kurumu** | **Cep Tel** | **Elektronik Posta** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

 **Form 4**

**KRİZE MÜDAHALE EKİBİ GÜNLÜK RAPOR**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Kurum** |  | **Tarih** |  |
| **Adres** |  | **Kurum Telefon** |  |
| **Kriz Durumu** |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **Okul Yönetimi İle Yapılan Çalışmalar** |  |
| **2** | **Rehberlik Servisi İle Yapılan Çalışmalar** |  |
| **3** | **Öğretmenler İle Yapılan Çalışmalar** |  |
| **4** | **Sınıflarla Yapılan Çalışmalar** |  |
| **5** | **Bireysel Çalışmalar** |  |
| **6** | **Aileler İle Yapılan Çalışmalar** |  |
| **7** | **Planlama Ve Hazırlık** |  |
| **8** | **Sonraki Çalışmalar İçin Öneriler** |  |

 **Form 5**

**KRİZE MÜDAHALE EKİBİ SONLANDIRMA RAPOR**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Kurum** |  | **Tarih** |  |
| **Adres** |  | **Kurum Telefon** |  |
| **Kriz Durumu** |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **Okul Yönetimi ile yapılan çalışmalar** |  |
| **2** | **Rehberlik Servisi ile Yapılan Çalışmalar** |  |
| **3** | **Öğretmenler İle Yapılan Çalışmalar** |  |
| **4** | **Sınıflar İle Yapılan Çalışmalar** |  |
| **5** | **Bireysel** **Görüşme** **Çalışmaları** |  |
| **6** | **Aileler İle Yapılan Çalışmalar** |  |
| **7** | **Karşılaşılan Güçlükler** |  |
| **8** | **Sonraki Çalışmalar İçin Öneriler** |  |

 **Form 6**

**BİREYSEL GÖRÜŞME FORMU**

**Görüşmeyi Yapan : Tarih:**

**Görüşme Saati : Görüşme Mekanı:**

**Danışan Adı Soyadı: Sınıfı:**

**Olaydaki Konumu:**

**Kişisel , Aile ve Okul Bilgileri *(Rehberlik servisinden bilgi alınır*) :**

|  |
| --- |
| **Olay:** |
| **Olaya İlişkin Düşünceleri:** |
| **Olaya İlişkin Duyguları :** |
| **Olay Anından Bugüne Kadar Neler Yaşadı:** |
| **Başetme Becerileri :** |
| **Güçlü Yanları :** |
| **Olay Olmadan Önceki Sen ile Olay Sonrasındaki Sen Arasında Değişen Nedir?**  |
| **Psikolojik Bilgilendirme: *(Aşağıdaki metin örnek bir bilgilendirmedir. Size yol göstermesi amacıyla yer verilmiştir.)****Öncelikle, yaşantılarını duygu ve düşüncelerini benimle samimi bir şekilde paylaştığın için teşekkür ederim.* *Görüyorum ki; yaşadığın bu durum karşısında kendinle ilg o günden bugüne birçok şey yaşamışsın ( Görüşmeyi kısaca özetleyin. Olumsuz yaşantılardan kısaca söz edin ama daha çok olumlu tepkilerini ve baş etme becerilerini bir kez daha vurgulayın. ) Yaşadığın bu olay sonrasında vermiş olduğun tepkiler son derece normal. Zaman zaman kendini üzgün, isteksiz ve yorgun hissedebilirsin. Eskiye oranla yaptığın bazı işlerden keyif almayabilirsin. Bu olayı rüyalarında görüp uyku problemleri yaşayabilirsin. Bize acı veren olaylar karşısında ortaya çıkan duygularımızı yaşamalıyız. Acını / yasını yaşamana izini ver. Şu an duygularının doğal akışında yaşanmasına engel olmak ilerleyen günlerde kendini daha kötü hissetmene yol açabilir. Bu tepkiler her geçen gün biraz daha azalacak. Her gün bir önceki günden daha iyi olacak. Gün geçtikçe yas tepkilerin azalmıyor artıyorsa bir uzmana başvurmanı öneririm.* *Kendine yakın hissettiğin kişilerle duygularını paylaşmak sana iyi gelecektir. Duygu ve düşüncelerini yazmak sana yardımcı olabilir. Bu günlerde kendini iyi hissettirecek aktivitelerde bulunabilirsin. Gördüğüm kadarıyla yaşadığın bu zor durumla bu güne kadar çok iyi baş etmişsin. Kendinle ilgili bir çok şeyi keşfetmişsin.* |
| **Danışmanın Önerileri :** |

**EK- 2**

**Ölümle Sonuçlanan Travmatik Yaşantılar İçin Öğretmen Kılavuzu**

* Kaza sonrası yaşanan psikolojik etkilerin ortadan kalkması uzun zaman alabilir.
* Başlangıçta mağdur olan kişi maruz kaldığı zihinsel ve psikolojik hasarın ciddiyetinden nadiren tam olarak haberdardır.
* Mağdur olan kişi, anlık problemler ile uğraşırken zihinsel ve psikolojik hasar geçici olarak bir yana itilir. Ancak etkisi zaman içinde kendini göstermeye başlar.
* Muhtemelen hasarın ciddiyetini görmek kişide endişe yaratır. Bu nedenle zihinsel ve psikolojik sorunuyla yüzleşmekten kaçınır.
* Yas tepkileri verilmez ve yaşanmazsa, gecikmiş yas tepkileri ortaya çıkabilir.

**Biz Ne Yapabiliriz?**

1. Biz öğretmenler; öğrencilerimizin kendilerini güvende hissetmesini, öğrencilerimizin yaslarını tutmalarını sağlamaya çalışmalıyız.
2. Öğrencilerimiz bizim kendilerine destek olduğumuzu hissederlerse yaşadıkları travmatik olayın sıkıntısı hafifler ve silikleşir.
3. Unutmayın ki; bu olaydan siz de etkilendiniz. Etkilenmemiş gibi davranmayın. Yakınlarınızla, eşinizle ve çocuklarınızla olayı ve olayla ilgili duygularınızı paylaşın.
4. Sınıfınıza zamanında girin ve onlara kendi diliniz ve alışkanlıklarınıza göre başsağlığı dileyin (***"Acı bir olay yaşadık, hepimizin başı sağ olsun"***).
5. Olayı geçmiş ve yaşanmış bir anı olarak dile getirin. Şu anda devam ediyormuş gibi davranmayın (di'li geçmiş ve miş'li geçmiş zaman kullanın).
6. Bu acı durumdan hep birlikte çıkacağınızı vugulayın.
7. Yaşa uygun açıklamalar yapın.
8. Soyut açıklamalardan uzak durun.
9. Ölümü bir seyahat ya da uyku olarak açıklamayın.
10. Soru sormalarına ve kazayla ilgili konuşmalarına izin verin.
11. Kısa konuşmaları kabul edin
12. Çocukların törene katılmalarına izin verin ve yanlarında olun.
13. Çocuklar konuyla ilgili oyunlar oynayacaklar. Engellemeyin ve oyunlarını kabul edin.
14. Kendi duygularınızı saklamayın, ağlamak istediğinizde engel olmayın ama durumun kontrolünü de kaybetmeyin.
15. Ölen kişileri hatırlatan şeyleri ortada bırakın.
16. Bu kaza sonrasında yas tepkisi göstereceğimizi unutmayın. Yasımızı tutarken hayatın devam ettiğine dair konuşmaları da yapın.
17. Kendinizin ve öğrencilerinizin baş etme tepkinizi fark edin, paylaşın, kullanılmasını sağlayın.
18. Siz ve öğrencileriniz okula gelmek istemeyebilirsiniz. Gereksiz ayrılıkları önleyin. Çünkü yaşamın devamının bozulmaması gerekir. Yası hep birlikte tutacağız ve hep birlikte aşacağız. Uzakta olanların daha fazla zorlanacağını unutmayın. Şu anda ne kadar kötü hissediyor olsanız bile bu normaldir.
19. Öğrencilerinizle anne-babalarına veya kendilerine bir şey olacağına ilişkin kaygıları hakkında konuşun.
20. Çocuklarla suçluluk duyguları hakkında konuşun. Kaybı gerçek hale getirin.
21. Bu yaşanan kaza gerçek ve hepimizi bir süre etkileyecek. Yaşanmamış gibi davranmayın. Üzülecekler diye konuşmaktan kaçınmak yas sürecini uzatır.
22. Ölenlere veda etmelerini sağlayacak etkinliklere katılmalarına engel olmayın. Sınıfta bazı etkinlikler yapabilirsiniz. Örneğin; ölen arkadaşlarının sıralarına çiçek koymalarına, ‘taziye defteri’ oluşturup duygularını yazmalarına, ölenler için dua, şiir, öykü, resim vb. etkinlikler yapmalarına olanak tanıyabilirsiniz.

Gerektiği durumlarda profesyonel destek almasını teşvik edin. Sizinle birlikte çalışacak psikolojik danışman, psikolog vb. uzmanlara yardımcı olun.

 **EK—3**

**İntihar Girişimi İçin Öğretmenlere Yönelik Kılavuz**

İntihar girişimlerinin önemli bir bölümü kriz durumlarındaki aciliyet ve çare­sizlik duyguları içinde yapılan, yardım çağrısı ya da zorlayıcı durumdan uzaklaşma isteği niteli­ğindeki girişimlerdir. Karşı karşıya oldukları sorunla baş edebilmek için yardım aramış ancak elde edememişlerdir. Gereksinim duydukları yardımı elde edebilmek için intihar girişiminde bulunurlar. Ümitsizlik içindedirler. Karşı karşıya ol­dukları sorunları çözmeye çalışmaktan vaz­geçmişlerdir ve intiharı, yaşadıkları ağır bas­kıdan kurtulmanın en iyi ve kolay yolu olarak görürler.

Bir kişi inti­hardan söz ediyorsa ***“yalnızca dikkat çekmeye çalışıyordur, gerçek bir tehlike söz konusu değil­dir"*** biçimindeki inanç, büyük bir yanılgıdır.

 As­lında intihara eğilimi olan kişilerin küçük bir bölü­mü gerçekten ölmeyi ister; çoğunun istediği öl­mek değil sıkıntılı durumlarının ve duydukları ruhsal acının sona ermesidir. Bu durumda inti­harın önlenmesinde esas hedef, kişinin sıkıntısı­nın ve çektiği ruhsal acının azaltılarak yaşama devam etmesinin sağlanmasıdır.

* Olay sonrası yaşanan psikolojik etkilerin ortadan kalkması zaman alabilir.
* Başlangıçta mağdur olan kişi maruz kaldığı zihinsel ve psikolojik hasarın ciddiyetinden nadiren tam olarak haberdardır.
* Mağdur olan kişi, anlık problemler ile uğraşırken zihinsel ve psikolojik hasar geçici olarak bir yana itilir. Ancak etkisi zaman içinde kendini göstermeye başlar.
* Muhtemelen hasarın ciddiyetini görmek kişide endişe yaratır. Bu nedenle zihinsel ve psikolojik sorunuyla yüzleşmekten kaçınır.
* Tepkiler verilmez ve yaşanmazsa gecikmiş tepkileri zamansızca ortaya çıkabilir. Bu da herkes normalleştiğinde kişinin anormal durumda kalmasına neden olur.

**İntihar Girişimleri ve Dikkat Edilmesi Gerekenler**

* İntihar girişiminde bulanan kişi kendini çaresiz ve zayıf hissetmektedir. Bu acı ve kötü deneyim onları çok etkilemiştir.
* Kişinin intihar girişiminde bulunması; sizde öfke ve kızgınlık duygularının oluşmasına neden olabilir. Öfke ve kızgınlık tepkilerinizi sergilemeyin.
* Olayın neden ve nasıl olduğu ile ilgili merak yüklü sorular yöneltmeyin.
* Bu kişiler ile konuşurken yargılayıcı, suçlayıcı, nasihat edici (Niye yaptın? Hiç böyle bir şey yapılır mı? Şu yaptığına bak, bu yaptığın şımarıklık ve dikkat çekmek vb.) yaklaşmak yerine empatik, samimi ve içten bir dil (çok üzüldüm, kendimi kötü hissettim, İnsan bazen kendini çaresiz hissedebiliyor ama biz yanındayız vb.) kullanın.
* Olumsuz tepkiler kişinin kendini değersiz, işe yaramaz, suçlu, zayıf ve yalnız hissetmesine yol açabilir.
* Öğrencileriniz konu hakkında konuşmak isterlerse neden ve nasıl olduğu gibi ayrıntılara girmeden, kısa ve net, duyguları hakkında olan konuşmaları kabul edin. Bu tür, kötü bir deneyim yaşamış kişiye yardımı olabilecek duygu ve düşüncelerini paylaşmaları önerisini hatırlatın.

 **Biz Ne Yapabiliriz?**

1. Biz öğretmenler; öğrencilerimizin kendilerini güvende hissetmesini sağlamaya çalışmalıyız.
2. Öğrencilerimiz bizim kendilerine destek olduğumuzu hissederlerse yaşadıkları travmatik olayın sıkıntısı hafifler ve silikleşir.
3. Unutmayın ki; bu olaydan siz de etkilendiniz. Etkilenmemiş gibi davranmayın. Yakınlarınızla, eşinizle duygularınızı paylaşın.
4. Olayı geçmiş ve yaşanmış bir anı olarak dile getirin. Şu anda devam ediyormuş gibi davranmayın (di'li geçmiş ve miş'li geçmiş zaman kullanın).
5. Bu durumdan hep birlikte çıkacağınızı vurgulayın.
6. Kendi duygularınızı saklamayın, ama durumun kontrolünü de kaybetmeyin.
7. Yaşanılana rağmen hayatın devam ettiğine dair konuşmaları da yapın.
8. Kendinizin ve öğrencilerinizin baş etme tepkilerinizi fark edin, paylaşın, kullanılmasını sağlayın (Öğrencilerin güçlü yanlarını vurgulayın ). Kötü hissettiğiniz zamanlarda neyin size iyi geldiğini, problemlerinizi çözmek için neler yaptığınızı paylaşın.
9. Öfke ve kızgınlık duyuyor olabilirsiniz. Bunu mümkün olduğunca öğrencilerinize yansıtmayın. ( olumsuz duyguları konuşabilirsiniz, bu tip duyguları fazla dramatize etmeden kısa bir şekilde konuşun, olumlu duyguların üzerinde daha fazla durup yaşamın değerliliğini vurgulayın )
10. Siz ve öğrencileriniz okula gelmek istemeyebilirsiniz. Gereksiz ayrılıkları önleyin çünkü yaşamın devamının bozulmaması gerekir. Uzakta olanların daha çok güçlük yaşayabileceğini unutmayın. Şu anda kendimizi çok kötü hissediyor olsak bile, bu normaldir.
11. Öğrencilerle suçluluk duyguları hakkında konuşun.
12. Bu yaşanan durum hepimizi bir süre etkileyecek. Yaşanmamış gibi davranmayın. Üzülecekler diye konuşmaktan kaçınmak normalleşme sürecini uzatır.
13. Sınıf içi paylaşımlarda bu tip durumlarda neler yapılabileceği üzerinde durun (ilk kime ulaşılacak, ilk fark ettiğimizde neler yapılacak).
14. Gerektiği durumlarda profesyonel destek almasını teşvik edin. Sizinle birlikte çalışacak psikolojik danışman, psikolog vb. uzmanlara yardımcı olun.
15. Yaşananlardan dolayı ve tekrar olma riskine karşı kendinizde bir müddet daha tedirginlik ve panik hali hissedebilirsiniz. Bu duygu sizi görev ve nöbet anlarınızda daha dikkatli ve olaylara karşı daha uyanık tutacaktır.
16. Unutulmaması gereken önemli bir nokta, eğer bir öğrenci her zamanki kişiliğinde değilse ve sizde endişe yaratan belirtiler sergiliyorsa, ölüm fikrini dile getiriyorsa riskli bir durum söz konusudur. Olay hakkında okul psikolojik danışmanı ile görüşünüz.
17. Pansiyonda sosyal etkinlikler düzenleyin (sinema, tv gösterimleri, satranç, masa tenisi vb. yarışmalar, hafta sonu aileleri ile birlikte piknik etkinliği vb.)
18. Okulda sosyal ve sportif etkinlikler düzenlenmesi okul kültürü, öğretmenler ve öğrenciler üzerindeki olumsuz havayı yok edecektir. (Okulda sportif turnuvalar, okul içi ilginç yarışma ve etkinlikler, pansiyon öğrencilerinin kendi sınıflarındaki gündüzlü öğrencilerin ailelerine yemek veya oturma ziyareti vb.)

 **KAYNAKÇA**

1. Aydın A, Sav İ, Sökmen N.F, Ustael S. (2010), *Travma ve Krize Müdahale Yol Haritası,* İzmir