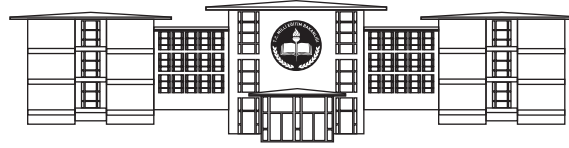


Kriz

Tüm doğal afetler, yangın, bir öğrencinin veya öğretmenin ölümü, intihar vakaları, cinsel istismar, taciz, öğrencinin maruz kaldığı veya şahit olduğu şiddet durumlarında okulda yaşanan panik, korku, kaygı gibi ruh sağlığını olumsuz etkileyen koşullardır.

Kriz Sonrası Evreler

- ✓ 4 Hafta: Acil durum safhasıdır. Fiziksel ihtiyaçların karşılanması ve konuşma, paylaşma evresidir.
- ✓ 6 Hafta: Konuşmaktan yorulurlar. Konuşturmak için yaratıcı olmalıyız. Hem yardım eden kişide hem yardım alan kişide kızgınlıkların olduğu dönemdir. Aile içi kopmalar, boşanmalar başlayabilir. Bu dönem direnç dönemidir.
- ✓ 6-8 Hafta: Sessizlik dönemidir, konuşmayı reddederler. Hiçbir şey yapmak istemezler.
- ✓ 8-12 Hafta: Uyum sağlayabilirler.
- ✓ 3-6 Ay: Olaylara göre tekrar önceki safhalara dönebilirler.
- ✓ 1 Yıl: Uyum sağlama dönemidir.
- ✓ 2-15 Yıl: Uzun süreli hatırlatıcılar vardır. Anma, “Ne öğrendik?”, “Kendimizi nasıl geliştirebiliriz?”



İSTANBUL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ

Broşür Setlerimiz

ÖĞRENCİ

Akran Zorbalığı
Bedenini Koruma
Ergenlik
Etkili Öğrenme

VELİ

Ağır Düzeyde Zihinsel Yetersizlik
Akran Zorbalığı
Alt İslatma
Anne Baba Tutumları
Bedensel Yetersizlik
Cerebral palsi
Çocuk İhmali ve İstismarı
Çocuklarda Davranım Bozukluğu
Çocuklarda Öfke ve Saldırganlık
DEHB
Destek Eğitim
Dil ve Konuşma Bozuklukları
Down Sendromu
Ergenlik İletişim
Ergenlik Dönemi
Etkili Öğrenme
Görme Yetersizliği
Güvenli İnternet Kullanımı
Hafif Düzeyde Zihinsel Yetersizlik
İşitme Yetersizliği
Kardeş Kıskançlığı
Kayıp ve Yas
Kekemelik

Hazırlayan Birim:
Özel Eğitim ve
Rehberlik
Hizmetleri
Bölümü

OKULLARDA KRİZE MÜDAHALE



İSTANBUL
MİLLÎ EĞİTİM
MÜDÜRLÜĞÜ
2018

Krizde Gösterilen Genel Tepkiler

Zihinsel Tepkiler

İnanmama ve reddetme
Düşünce karışıklığı
Dikkati toplayamama, konsantrasyonda azalma
Olumsuz düşünceler
Karar verme güçlükleri

Fiziksel Tepkiler

Fiziksel şok, hissizlik, donup kalma ya da kaçma
Tükenmişlik
Adrenalin artması
Kalp atışında hızlanma
Aşırı boşaltım, terleme
Uykusuzluk
Aşırı uyuma
İştahdan kesilme

Duygusal Tepkiler

Üzüntü, Depresyon
Korku veya Panik
Üzüntü, Yas
Kaygı Bozukluğu
Suçluluk, Kendini suçlama
Engellenmişlik
Utanç, Aşağılanmışlık
Kızgınlık, Öfke, İsyân

Davranışsal Tepkiler

Aşırı hareketlilik
İçeride dönük olma, ilişki kurmada güçlük
Aşırı yemek yeme
Anti sosyal davranışlar
Saldırganlığın artması
Alkol ve uyuşturucu kullanma,
Cinsel davranışın artması ya da azalması

✓ Bu tepkiler anormal durumlara gösterilen normal tepkilerdir.

- ✓ Açıklanan tepkiler, kişinin her zaman gösterdiği tepkilerin dışında ise, "Krizde Gösterilen Tepkilerdir" diyebiliriz.
- ✓ Yaşanan travmatik durumdan sonra krizin şiddetine göre 6 aydan fazla bu tepkiler sürerse bir uzman yardımı alınması gereklidir.

Okul Çağındaki Çocukların Krizde Gösterdikleri Duygusal Davranışsal Tepkiler

İlkokul

- ✓ Kendi ve başkalarının güvenliğinden endişe duyma
- ✓ Olayla ilgili sorumluluk ve suçluluk duyma
- ✓ Kayıplar karşısında üzüntü
- ✓ Saldırgan davranışlar
- ✓ Okul başarısında düşüş
- ✓ Regresif davranışlar (parmak emme, altına kaçırma)

Ortaokul ve Lise

- ✓ Üzüntü Kaygı
- ✓ Depresyon
- ✓ Korku
- ✓ Uyuşturucu kullanma
- ✓ Cinsel davranışlarda artış

Krizden Etkilenen Çocuklarla Çalışmada Genel Davranış İlkeleri

- ✓ Konuşurken sakin ve anlayışlı olun.
- ✓ Aynı şeyi defalarca anlatacaktır sabırlı olun.
- ✓ İyi bir dinleyici olun.
- ✓ Çocuğun duygularını ifade etmesini destekleyin,
- ✓ Yargılamayın, yorumlamayın, öğüt vermeyin
- ✓ Emir cümleleri kurmayın.
- ✓ Esnek olun, çatışmaya girmeyin.
- ✓ Asla tutamayacağınız sözleri vermeyin.
- ✓ Doğruyu söyleyin.
- ✓ Kaçamak veya doğru olmayan cevaplar vermeyin.
- ✓ Yapmacık olmayın.
- ✓ Acıma duygunuzu -eğer varsa- çocuğa yansıtmayın.
- ✓ Göz kontağı kurun.
- ✓ Destek ve güven veren mesajlar kullanın. Dokunmak ya da elini tutmak gibi.
- ✓ Bazı çocukların daha fazla zamana ihtiyacı olabilir, sabırlı olun.
- ✓ Zorlandığınız veya sizi aşan bir durum olduğunda destek alın veya çocuğu bir uzmana yönlendirin.