

OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE ÇOCUKLARDA DOĞAL AFETLER SONRASI NELER YAPILABİLİR

SEÇİL AKKURT ANAOKULU PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ



AFET SONRASI NASIL DAVRANIŞLAR GÖRÜLEBİLİR?

DOĞAL AFETLER SONRASINDA ÇOCUKLARDA:

HIZLICA GÖZ ATIN!

OKUL ÖNCESİ DÖNEMİNDEKİ ÇOCUKLAR, AFETİN NEDEN OLDUĞU KAYIPLARLA VE YAŞAMLARINDA OLUŞAN DEĞİŞİKLİKLERLE MÜCADELE ETMEKTE ZORLANIRLAR. BU DÖNEMDEKİ ÇOCUKLAR GENELLİKLE AFETTEN ETKİLENDİKLERİNİ SÖZCÜKLERLE İFADE EDEMEMELERİNE KARŞIN KAYGILI VE ÜZGÜN OLDUKLARINI DAVRANIŞLARIYLA BELLİ EDERLER.

Terk edilme korkusu, anne babalarını veya değer verdiği bir eşyasını kaybetme korkusu, bu yaş aralığındaki çocukların gösterdiği en belirgin reaksiyonlardan bir tanesidir.. Bunun yanında aşağıdaki davranışlar görülebilir:

Anne babaya aşırı bağlanma, onlardan ayrı kalmama isteği oluşabilir,

- Yakınlarına doğru amaçsızca ve nedensiz koşma, hiperaktif davranışlar gösterme yaşanabilir,
- Karanlığa veya hayvanlara karşı korku duyulabilir,
- Aniden, yüksek sesle, hıçkırarak veya yardım istercesine ağlanabilir,
- Uyku terörü yaşama ve gece kâbuslar görme nedeniyle sağlıklı bir uyku uyunamayabilir,
- Parmak emme, yatağı ıslatma, tuvalet eğitimini yitirme, yeme içme ve giyinme yetisini kaybetme gibi davranışlarda gerileme yaşanabilir,
- Aşırı sinirlenme, kaygı, yüksek seslere karşı aşırı hassasiyet duyma oluşabilir,
- Farkında olunmayan ani stresler nedeniyle fiziksel rahatsızlıklar, vücudun herhangi bir yerinin ağrması veya baş dönmesi yaşanabilmektedir



NASIL ANLATMALI?

- AÇIK VE NET OLMALI
- ÇOCUĞUN YAŞINA UYGUN DOĞRU BİLGİ VERMELİ
- OYUN OYNAMAK İSTEDİĞİNDE GERİ ÇEVİRİLMEMELİ
- DUYGULARINI İFADE ETMESİ SAĞLANMALI
- ÇOCUKLARA NASIL GÜVENDE KALABİLECEKLERİ VE KENDİLERİNİ NASIL KORUYABİLECEKLERİ KONUSUNDA NET BİLGİLER VERMELİ



Deprem sırasında hayatınızı kurtarabilecek hayat üçgeni nasıl kurulur?

- Üçgen oluşturmak için binanın dış duvarlarına en yakın bölgeyi seçmeye çalışın.
- Bunu yaparken pencere ve camların patlama riski olduğunu unutmayın, yüzünüzü koruyun.
- Deprem sırasında araç kullanıyorsanız yolu kapatmadan sağa yanaşıp park edin.
- Kapalı otoparkta iseniz araç dışına çıkıp, aracın yanına cenin pozisyonunda kıvrılıp hayat üçgeni oluşturun.
- Metro ya da diğer toplu taşıma araçlarında yakalanırsanız, sabitlenmiş tutamaçlara tutununuz.