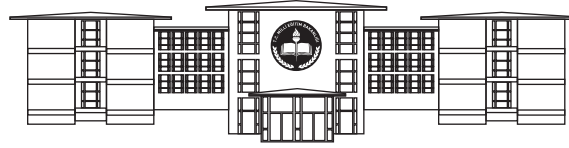


## Kriz

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 İhmal 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

Öğretmenler İçin

# OKULLARDA KRİZE MÜDAHALE



## Krize 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  
İştahtan 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, "Krize Gösterilen Tepkilerdir" diyebiliriz.
- ✓ Yaşanan travmatik durumdan sonra krizin şiddetine göre 6 aydan fazla bu tepkiler sürerse bir uzman yardımı alınması gereklidir.

## Okul Çağındaki Çocukların Krize 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.