

PSİKOSOSYAL DESTEK
PSİKOEĞİTİM PROGRAMI

TERÖR

ORTAOKUL



Özel Eğitim ve
Rehberlik Hizmetleri
Genel Müdürlüğü

PSIKOSOSYAL DESTEK
PSIKOEĞİTİM PROGRAMI

TERÖR

ORTAOKUL



PSİKOSÖŞYAL DESTEK
PSIKOEĞİTİM PROGRAMI
TERÖR

1. Baskı: Ankara, 2022

ISBN: 978-975-11-6056-0

Genel Yayın No: 8122

Yardımcı Kaynak Dizi Yayın No: 273

Yayın Yönetmeni: Prof. Dr. Kemal Varın NUMANOĞLU

Editör: Mecit Ramazan BARIN

Yazarlar: Dr. Öğr. Üyesi Tansu MUTLU ÇAYKUŞ • Doç. Dr. Özlem TAGAY

Yayın Hazırlayanlar: Uzm. Psk. Dan. Yalçın ÇINAR • Uzm. Psk. Dan. İsmail YILDIRIM
Murat TANRIKOLOĞLU • Serap ERDEĞER • Sinan AKSOY • Seda SOYDEMİR

Tashih: Erdoğan MURATOĞLU

Baskı:

T.C. Millî Eğitim Bakanlığı Gazi Mesleki Eğitim Merkezi Matbaası

Adres: Emniyet Mahallesi, Abant 1 Caddesi, No:12, Yenimahalle/ANKARA

Tel:0312 212 62 18

Bu yayın Millî Eğitim Bakanlığı'nın finansal desteği ile hazırlanmıştır.
Yayında beyan edilen görüşler kişilerin kendi sorumluluğundadır ve hiçbir şekilde
Millî Eğitim Bakanlığı'nın görüş ve politikalarını yansıtmamaktadır.

İÇİNDEKİLER

Terör	5
Terör Sonrası Tepkiler.....	6
Terör Saldırılarının Çocuklar ve Ergenler üzerindeki Etkileri.....	8
Terör Sonrası Müdahaleler	10
Psikoeğitim Uygulamalarında Uygulayıcının Önemi	13
Psikoeğitim Programı Amacı	13
Programın Uygulanması	14
Etkinlikler Uygulanırken Dikkat Edilecek Hususlar	15
Özel Eğitim İhtiyacı Olan Öğrenciler İçin Ek Bilgi Ve Uyarılar	15
Programın Değerlendirilmesi	16
Modül 1 Terör Yaşantısını Anlamlandırmak	24
Modül 2 Duygu-Beden-Biliş İlişkisini Kurmak	30
Modül 3 Kişisel Kaynakları Güçlendirmek	37
Modül 4 Duyguları Düzenlemek	42
Modül 5 Kayıp Ve Yasa Dair Paylaşım Yapmak	46
Modül 6 Sosyal Destek Kaynaklarını Güçlendirmek	50
Modül 7 Benlik Saygısını Artırmak	55
Modül 8 Gelecekle Bağ Kurmak	59
Psikoeğitim Programı Genel Değerlendirme Formu	61
Kaynaklar	62



TERÖR

Terör bireylerin yaşamlarında köklü değişimlerin meydana gelmesine neden olan, insan eliyle yapılan, pek çok insan için travmatik bir yaşantı olarak değerlendirilen olaylardan biridir. Latince 'terrere' sözcüğünden gelen terörün kelime anlamı Türk Dil Kurumu (2021) tarafından "yıldırı" olarak açıklanmıştır. Terör sözcüğünün kapsamında "dehşet oluşturmak", "korkutmak" "yıldırımak", "caydırmak" gibi eylemler yer almaktadır (Danieli, Brom ve Sills, 2005). Terör sözcüğünün küresel boyutta üzerinde hem fikir olunmuş bir tanımı olmasa da terörün insan eliyle oluşan, geniş kitleleri derinden sarsan, normal yaşam rutininin bozulmasına neden olan bir olay olduğu aşikârdır.

Türkiye'de 27 Temmuz 2008 tarihinde İstanbul'da bombalama yapılarak gerçekleştirilen saldırı, 03 Ocak 2008 tarihinde Diyarbakır'da bir otomobil içerisine patlayıcılar konularak gerçekleştirilen saldırı ve 20 Temmuz 2015 tarihinde Şanlıurfa'da düzenlenen intihar saldırısı, Türkiye'de de terörist saldırılarının farklı zamanlarda gerçekleştirilerek geniş kitleleri hem ekonomik hem de psikolojik açıdan etkilediğini göstermektedir. 11 Mayıs 2013 tarihinde Hatay'da bomba yüklü araçlarla yapılan saldırı sonrasında 5'i çocuk olmak üzere 52 kişi yaşamını yitirmiştir. 13 Mart 2016 tarihinde Ankara'da bir otobüs durağında gerçekleşen patlamada 38 kişi yaşamını yitirirken 125 kişi yaralanmıştır. Yaralanmaların ve kayıpların yanı sıra saldırının gerçekleştiği yerlerde binalar, iş yerleri ve araçlar zarar gördüğü için ekonomik kayıplar gerçekleşmektedir.

Örnekleri verilen terör olayların bireysel ve toplumsal düzeyde oluşturduğu kısa ve uzun vadeli sonuçlara bakıldığında bu tür saldırılar sonrasında bireylere psikososyal desteğin verilmesi gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Diyarbakır'daki terörist saldırısından 1 ay sonrasında yapılan çalışmada Travma Sonrası Stres Bozukluğu olan kişilerin oranı %12.5 iken (Eşsizoğlu, Aydın ve Bülbül, 2009), İstanbul'daki bombalama olayından sonra ise bu oran %29.9'dur (Aker vd., 2008).

Tarihsel açıdan bakıldığında "Terörizm" ve "Terörist" terimlerinin sadece 200 yıldır kullanıldığı görülmekte öte yandan terörist saldırılarının gerçekleşmesi daha eskilere dayanmaktadır (Geifman, 1992). Terörü tanımlayan ortak kavramlara rağmen, terörün hedefleri, terör örgütlerinin doğası ve teröristler tarafından kullanılan taktikler açısından büyük farklılıklar olduğu görülmektedir. Örneğin, terörizmden etkilenen işyerleri arasında hükümet binaları, askeri tesisler, büyükelçilikler, ofis binaları, çeşitli işletmeler, alışveriş merkezleri, trenler, metrolar, uçaklar, havaalanları, hapishaneler, polis karakolları, bankalar, oteller, hastaneler

ve üniversiteler bulunmaktadır. Dahası, teröristler veya terörist ağlar strateji, kaynak, kültür, örgütsel yapı ve yöntem bakımından farklılık gösterebilir (Bowman, 1994; Inness ve Barling, 2007). Bu tanımlardan yola çıkılarak terörün bir insan eliyle oluşturulan geniş kitleleri sosyal, ekonomik, psikolojik gibi pek çok boyutta etkileyen kitlesel bir şiddet türü olarak ele almak mümkündür (Horgan, 2005).

Terörist saldırılar herhangi bir coğrafi bölgeyle sınırlı değildir, insan yapımıdır, doğal afet değildir ve insan hatası veya ihmalinin sonucu değil, kasıtlı bir niyetin sonucudur. Terörist saldırıların, diğer felaketlere kıyasla daha yaygın ve kalıcı bir korkuya ve endişeye neden olduğu düşünülmektedir. Her durumda, terörist şiddet diğer felaketlerden ve şiddet türlerinden potansiyel olarak daha yıkıcı olabilir, çünkü (Knemeyer vd., 2009; Ryan vd., 2003):

- a) Kasıtlı olarak zarar verme niyetini içerir,
- b) Belirli hedeflerden ziyade kalabalık alanları hedefleyebilir,
- c) Tehditler genellikle kalıcı olduğundan genellikle net bir son noktadan yoksundur ve
- d) Terörizmde hiç kimse en kötüsünün bitip bitmediğinden emin olamaz.

Terör Sonrası Tepkiler

Terör saldırılarına yönelik bireylerin gösterdiği stres tepkileri terörün nasıl algılandığına göre değişmektedir. Terör olayının öznel anlamda nasıl değerlendirildiği konusunda altı boyut belirlenmiştir (Inness ve Barling, 2007):

- Birinci boyut; algılanan olayları önemli ölçüde değiştirme yeteneği olarak tanımlanan kontrol boyutudur.
- İkinci boyut; bireyin olaya ilişkin nedensel atıflarıdır. Birey olumsuz ve beklenmedik bir olayın nedenini dış kaynaklara atfettiğinde, kişisel güç duygusu zayıflayabilir.
- Üçüncü boyut; insan ihmali, hatası veya doğal afetlerin tersine kasıtlı zarar verme girişimiyle insan eliyle gerçekleşen olumsuz olaylar daha çok strese neden olabilir.
- Dördüncü boyut; bireyler terörist saldırıların meydana gelebileceğine veya tekrarlanabileceğine inandığı sürece stres yaygın ve kalıcı olur.
- Beşinci boyut; terörist saldırıların geleceğine ilişkin belirsizlikler ve olumsuz beklentiler

bireylerin iyi oluş düzeylerini olumsuz etkiler

- Altıncı boyut; ise tahmin edilebilirlik durumudur. Başka bir deyişle terörist saldırılar diğer felaketlere göre daha öngörülemezdir ve insanlar bu konuda nasıl önlem alacaklarını da bilememektedir.

Sürekli terör tehdidi yaşayan bireylerin tehlide maruz kalma tepkisi noktasında iki farklı bakış açısı bulunmaktadır. Bir bakış açısına göre sürekli tehlide maruza kalan bireyler bu duruma alışır ve onu beklemeyi öğrenir. Başka bir deyişle, sürekli tehdit duyarsızlaşmaya ve alışmaya neden olur. Bu durum zamanla tekrarlanan travmatik bir olaya karşı azalan yanıt olarak ifade edilmektedir (Lader ve Wing, 1966; Matthews vd., 1989). Diğer bakış açısına göre tehlide sürekli maruz kalmak hassaslığı artırır ve zaman geçtikçe daha güçlü ve daha ciddi tepkilerin gelişmesine yol açabilir. Sürekli tehdit dünyanın güvenli bir yer olduğu varsayımı başta olmak üzere kişinin dünyaya bakış açısında kalıcı bir değişime neden olur (Baker ve Shalhoub-Kevorkian, 1999; Macksoud ve Aber, 1996).

Terör saldırıları, bu saldırılara oldukça uzakta olan bireyleri de etkileyebilmektedir. Örneğin Amerika'da gerçekleşen 11 Eylül terör saldırısından sonra Avusturyalıların daha çok korktukları ve bu korkunun bir sonucu olarak davranışsal düzenlemelerde buldukları belirlenmiştir. Benzer şekilde İtalya'nın Sicilya şehrinde yaşayanların %35'i terör saldırılarının kendilerini ve akrabalarını etkileyeceğinden korktuklarını belirtmişlerdir. Zimbardo ve Kluger (2003) bu durumu "travma öncesi stres sendromu" olarak nitelendirmiş ve bu kavramı farklı geçmiş olaylara verilen tepkiler ile gelecekteki terör olaylarından korkma arasındaki ilişkiye vurgu yaparak açıklamışlardır. Sinclair (2010) bu süreçte potansiyel tehdidi düşünerek kullanılan zaman ve enerjinin önemli olduğunu vurgular. Bazı kişilerin tehdidi daha da büyütebileceğini ve gelecekteki terör tehdidini sık sık düşünerek, terörün zaman geçtikçe daha da kötüleşeceğinden endişe duyarak bu durumu büyütme eğiliminde olabileceklerini belirtmiştir. Son olarak, aşırı korku bağlamında, insanlar bu gerçeği değiştirmek için yapabilecekleri hiçbir şey olmadığına inandıklarında ise çaresizlik duyguları artar ve bütün bu anlatılanlar çerçevesinde bireylerin ruh sağlığı bozulur.

Özetle, terörist saldırılarından sonra bu saldırılara doğrudan maruz kalan ve dolaylı bir şekilde bu saldırılarla ilgili görüntüleri izleyen veya okumalar yapan bireyler farklı şekilde tepkiler göstermektedir. Terörist saldırılarına doğrudan tanık olan veya bu saldırıların hedefi olan bireylerde travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) görülme olasılığı dolaylı yoldan maruz kalan bireylere göre daha yüksektir (Norris vd., 2002). Örneğin 11 Eylül saldırılarından sonra bireylerde TSSB görülme oranı %11.2 (Schlenger vd., 2002) iken 11 Mart 2004'te Madrid'de yapılan saldırılarından sonra bu oran %44.1'dir (Gabriel vd, 2007).

Terörist saldırılar sonrası bu saldırılara doğrudan veya dolaylı olarak maruz kalma tek başına TSSB geliştirileceği anlamına gelmemektedir. Terörün bireyler için travmatik bir yaşantı olması ve bu travmatik yaşantı sonrası TSSB tanısı alma olasılıkları sahip olduğu risk ve koruyucu faktörlerine bağlı olarak değişmektedir. Bireylerin cinsiyeti, medeni durumu, istihdam edilme durumları, sosyal destek kaynakların varlığı, psikiyatrik öyküsü gibi sahip olduğu özelliklerin varlığı veya yokluğu terörist saldırılara, sonrasında göstereceği tepkilerin yoğunluğunu ve bu travmatik durumla baş etme düzeyini belirleyebilmektedir. Çünkü risk ve koruyucu faktörlerin niteliksel olarak varlığı; bireylerin psikolojik sağlamlığını doğrudan etkileyerek terör saldırısı sonrasında bireylerin bu koruyucu faktörlerin desteğini almasını ve terör travmasıyla baş edebilmesini kolaylaştıracaktır. Eşsizöglü, Aydın ve Bülbül (2009) genç yaşta olan, kısıtlı sosyal destek kaynaklarına sahip olan, terör saldırısı öncesi psikiyatrik öyküsü olan bireylerin terör saldırı sonrasında TSSB geliştirme olasılığının daha fazla olduğunu ifade etmektedir.

Terör Saldırılarının Çocuklar ve Ergenler Üzerindeki Etkileri

Terör saldırılarına doğrudan veya dolaylı olarak maruz kalma, genellikle çocuklar da dahil olmak üzere masum insanları etkileyen bir durumdur. Herhangi bir savaş veya terör eylemi yıkım, acı ve ölümü içerir. Bu fiziksel kayıplar yeniden oluşturulabilir veya yerine konulabilirse de kitlesel şiddete eşlik eden psikolojik yaralar, travma, korkunç görüntüler ve anılar kolay iyileşmez. Terör durumlarında hayatta kalma, yaşı ve gelişim düzeyi nedeniyle kaçınılmaz stresörlerin etkilerine karşı daha savunmasız olan çocuklar için zorlayıcı ve karmaşık bir durumdur. Genel olarak, savaş ve terörizmle ilgili psikolojik etkilerin, doğal ve insan kaynaklı felaket olaylarıyla ilişkili olanlara benzer olduğu bulunmuştur.

Okul öncesi dönemdeki çocuklar terörizmle karşı en belirsiz tepkiye sahip olan gruptur ve bu durum onların yaşayacağı sıkıntıların büyüklüğünü maskeleyebilir. Bu yaş grubundaki çocukların bilişsel, duygusal ve sosyal özellikleri terörün yıkıcı etkilerine karşı onları daha savunmasız kılar. Altı yaşın altındaki çocuklar başkalarının bakış açısını anlamakta zorlanır ve travmatik olayları kendi hatası olarak düşünebilir. Ayrıca çocuğun kendini suçlaması ya da kafa karışıklığı çevresindeki yetişkinler tarafından da istenmeden pekiştirilir. Yetişkinler travmatik durumlarda daha gergin ve öfkeli olduklarından çocuklar yetişkinin bu davranışlarının kendisine yönelik olduğunu düşünebilir. Çocukların travmaya karşı tepkileri uykuya dalma,

uyuma güçlüğü ve kâbuslar görme şekliyle kendini gösterebilir. Bununla birlikte öfke nöbetleri, ayrılma kaygıları ve endişe tepkileri bu dönemde çocuklarda artabilir (Arroyo ve Eth, 1996; Osofsky, 1995).

İlkokul dönemi olarak da bilinen 7-11 yaş aralığındaki çocuklar, başkalarının bakış açılarını anlayabilirler ancak somut olanları anlayabildiklerinden birçok travmatik deneyimi tam ve doğru olarak kavramakta zorlanırlar. Yaşanılan travma nedeniyle kafaları karışıktır ve endişelidirler. Bu süreçte çocuklarda yatak ıslatma, parmak emme, bebek konuşması ve oyuncak ayı ya da battaniye gibi geçiş nesnesi taşımaya istemek şeklinde gerileme davranışları görülebilir (Osofsky, 1995). Bu yaşta çocuklar ayrıca iştahsızlık ve çok sayıda fiziksel şikâyetler (karın ağrısı, baş ağrısı, baş dönmesi) gibi fiziksel semptomlar geliştirebilirler. Konsantre olamama, okula gitmeyi reddetme veya artan meydan okuma, saldırganlık ve hiperaktivite gibi okulla ilgili sorunlar da görülebilmektedir (Dodge, 1993). Uzun süreli yalnız kalma korkusu, sorumluluk ve suçluluk duyguları ve güvenlik kaygıları ortaya çıkabilir (Perry, 2001). Çocuklar çoğu zaman ebeveynlerinin endişelerinin farkındadır, ancak kriz sırasında ebeveynlerinin tepkilerine özellikle duyarlıdır. Nasıl davranacakları ve tepki verecekleri konusunda ebeveynlerini model alırlar. Ebeveynlerin okul çağındaki çocuklarına karşı korkuları ve endişeleri konusunda dürüst olmaları ve durumla başa çıkma yeteneklerini vurgulamaları özellikle önemlidir (James, 1994).

Ergenler travma konusundaki duygularını daha çok kendi içinde yaşayabilir ve daha depresif olabilir. Soyut düşünme yeteneğine sahip olan ergenler ve gençler terörizm konusundaki tepkilerini din, ahlak ve etik anlayışıyla gösterebilir. Ergenler ailesinden ve arkadaşlarından uzaklaşmaya başladığından içsel korku ve kaygıyı yönetmenin bir yolu olarak başkalarıyla ilişkisini artırabilir. İntikam arzusu ve travmaya karşı eylem odaklı tepkiler gibi asabiyet ve meydan okuma davranışları ortaya çıkabilir. Kendisini yabancılaşmış veya haklarından mahrum hissedilen gençlerin terör örgütlerinin etkisine özellikle duyarlı olabileceğini dikkate almak önemlidir. Çocukların ve gençlerin terörizme karşı tepkileri risk ve koruyucu faktörlere göre farklı biçimlerde kendini gösterebilir. Bu nedenle, terör saldırılarına maruz kalan bazı çocuklarda ve ergenlerde ani semptom başlangıcı görülebilirken, bazıları haftalar veya aylar sonrasına kadar sıkıntı semptomları göstermeyebilir (Galante ve Foa, 1986).

Dünyanın dört bir yanındaki terör ve savaş kurbanlarının çoğu, sürgüne zorlanan ve evlerinden kaçmak zorunda kalan, genellikle ebeveynlerinden ayrılmış veya ebeveyn gözetimi ve bakımı olmadan yaşayan yerinden edilmiş çocuklardır. Ev ortamı çocukların kimlik oluşumunda ve gelişiminde önemli bir rol oynar. Yerinden edilmiş çocuklar çok az kişisel eşyalarıyla evlerinden ve köklerinden uzaklaşmak zorunda kalmaktadır. Buna ek olarak, yerinden edilmiş çocuklar,

tanıdık bir çevreden, kendi eğitim ortamlarından, sosyal ağlarından ve rutin aile yaşamından da uzaklaşmak zorunda kalırlar (Shaw, 2000). Evlerini terk etmek zorunda kalan ve öncesinde travmatik deneyimler yaşamış çocuklara özel ilgi gösterilmelidir. Zayıf başa çıkma kapasitesine sahip olan ve destekleyici aile ortamından yoksun çocukların, daha fazla psikolojik zorlukların için risk altında oldukları gözlenmektedir (Adjukovic, 1996).

Terör Sonrası Müdahaleler

Terör saldırıları gibi geniş kitleleri doğrudan ya da dolaylı bir şekilde etkileyen olaylarda psikososyal müdahaleler ön plana çıkmaktadır. Terör kitlesel şiddet türü olarak ele alındığı için terör saldırıları sonrasında yapılacak önleme ve müdahale çalışmaları hem topluma hem de bireylere yönelik düzenlenmektedir.

Terör saldırıları sonrası pek çok insan daha önceki rutinlerine tekrar dönmeye çalışacaktır. Bununla birlikte bazıları biyopsikososyal dengelerini yeniden kurmakta diğerlerinden daha fazla zorluk çekebilmektedir. Olay öncesinde insanların yaşadığı yoksulluk, sosyal destek eksikliği gibi faktörler bireylerin terör saldırısı sonrası toparlanmasını güçleştirir, bir anlamda risk faktörleridir. Çoğu terör müdahale programı, yaşamı tehdit eden olayların ardından çaresizlik ve sıkıntıyla ilişkili risklerin üstesinden gelmenin bir yolu olarak ihtiyaçların kazanmasına, özgüvene ve kontrol duygularına odaklanır. Terör saldırısı sonrası müdahale programlarının işlevsel olabilmesi için hizmet verilen bireylerin ve çocukların ihtiyaçlarını iyi belirlemek önemlidir (Stamm, Piland, Van der Hart ve Fairbank, 2004).

Terör saldırılarının ardından ailelerle ve çocuklarla çalışmak oldukça önemlidir. Çocuklar ve gençler nasıl tepki verecekleri konusunda ailelerinden ve yetişkinlerden etkilenirler. Aileler ve okul personeli çocukların her şeyden önce güvenlik duygusu oluşturmalarına yardımcı olmalıdırlar. Ayrıca ailelerinin çocuklarıyla konuşması, çocuğun yaşanan olayları anlamasında yardımcı olunması önemlidir. Çocukların bu sürece ilişkin bilgilendirilirken kendi anlayışları çerçevesinde doğru bilgilerin verilmesi ve çocukların kandırılmaması gerekmektedir. Ayrıca çocuklar yetişkinlerin onları korumaya çalıştıklarını bilmek isterler. Ayrıca çocukların duygularının konuşulması ve kendilerini ifade etmelerinin sağlanması da bu süreçte çok önemlidir. Aşağıda terör saldırıları sonrası çocuklarla çalışırken kullanılacak genel müdahale ilkeleri sunulmuştur (Orner vd., 2006; Wolmer, Laor ve Yazgan, 2003):

- Emniyet ve güvenlik duygusu sağlama
- Çocuğu aile ve sosyal destekleri ile bir araya getirme
- Gerçekliğı netleştirme, belirsizliğı azaltma
- Çocuklara kendi hikâyelerini anlatmaları konusunda fırsat sağlama
- Çocuğun gerçekçi benlik algısı geliştirmesini destekleme
- Çocuğun bilişsel çarpıklıklarını belirleme ve bunun üzerinde çalışma
- Çocuğun psikolojik sağlamlığını artıracak etkinlikler düzenleme
- Suçluluk, intikam, ihanet, çaresizlik, duyguları üzerine konuşma
- Kendine, başkalarına ve geleceğe yönelik değışen tutumları belirleme ve bu konuda çalışma
- Travmatik hatırlatıcıları belirleme
- Teröre ilişkin düşünce, duygu ve ruh haline ilişkin toleransı kolaylaştırma
- Uyarlanabilir başa çıkmayı teşvik etme

Terör ve savaş yaşantılarının ardından bireylerin ve çocukların toplanmalarına ve başa çıkmalarına yardımcı olabilecek en önemli uygulamalardan birisi de psikoeğitim programlarının hazırlanması ve uygulanmasıdır. Psikoeğitim kişileri travmaya maruz kalma, yas, risk, koruyucu faktörler, başa çıkma stratejileri, problem çözme becerileri ve stres yönetimi tekniklerinin etkileri hakkında bilgilendiren bir müdahaledir. Amaç, afet tepkilerini normalleştirmek, hayatta kalanların kontrol hissini artırmak, ailelerin daha fazla değerlendirme veya müdahale gerektiren durumları tanımasına yardımcı olmak, çocuklar ve aileler için sosyal destekleri belirlemeye ve kullanmaya teşvik etmek ve uyarlanabilir başa çıkmayı teşvik etmektir. Psikoeğitim, kendi ebeveynlik becerilerine olan güvenlerini artırarak ve çocuklarını nasıl destekleyeceklerine dair özel rehberlik sağlayarak ebeveynler için güven verici olabilir (Cohen vd., 2006; Gard ve Ruzek 2006; Young 2006).

Ebeveynler, çocuklarıyla travmatik olaylar hakkında nasıl konuşacaklarını anlamak için yardıma ihtiyaç duyabilir. Ebeveynler, çocuğun korku ve kaygılarını ifade etmesine saygı duyabilmeli ve çocuğun hikâyesini dinleyebilmelidir. İdeal olarak, ebeveynlerin iletişimlerinde dürüst olmaları, güvenli bir ortam oluşturmaları, çocuklarıyla empati kurmaları, destekleyici ve anlayışlı olmaları beklenmektedir. Ebeveynler, çocukların afet deneyimini yönetmeye yönelik doğal eğilimlerini teşvik etmeli ve öfke ve kaygı gibi duyguları ifade etmesine izin vermelidir. Ebeveynler çocuklarının soru sormalarını teşvik edebilir; çocuğuyla kendi duygularını paylaşabilir, iş, yemek, uyku ve eğlence gibi ev rutinlerini sürdürebilirler. Ayrıca ebeveynler, çocuklarının polis,

itfaiye ve acil durum personeli gibi güvenilir toplum yardımcılarını belirlemelerine yardımcı olabilir ve çocuklara acil durum numaraları ve yardıma nasıl erişecekleri konusunda rehberlik sağlayabilirler. Ebeveynler ve bakıcılar, çocukların felaket anılarını tetikleyen durumlar, etkinlikler veya yerler gibi travmatik hatırlatmalara maruz kalmasını en aza indirmeye teşvik edilir (Shaw, Espinel ve Shultz, 2007).

Alanda gerçekleştirilen çalışmalar felaketin hemen sonrasında hangi müdahalelerin en yararlı olduğunu ve hangilerinin sürekli iyileşme için en etkili olabileceğini ayırt etmeye başlamıştır. Psikososyal müdahaleler belirli bir süreç içerisinde gerçekleştirilir. Psikolojik İlk Yardım, felaketin hemen sonrasında uygulanır ve bunu gerektiğinde kriz odaklı müdahale stratejileri izler. Devam eden değerlendirme, kalıcı sıkıntı ve ortaya çıkan psikolojik problemi belirlerse kalıcı terapötik müdahaleler kullanılır.

Psikoeğitim Uygulamalarında Uygulayıcının Önemi

Çocuklara travmatik olayların neden olduğu stresle nasıl başa çıkılacağı konusunda yardım yöntemlerinin öğretilmesinin ileride gelişebilecek sorunların ortaya çıkmasını engellediği bilinen bir gerçektir. Uygulayıcılar travmatik olaylarla ilgili normal tepkiler hakkında öğrencileri bilgilendirerek süreci anlamlandırmalarına yardımcı olmaları ve travmatik olaylar sırasında okul/sınıf içi uygulamalarla ilgili öğrencileri hazırlamaları; yaşanan olayın etkilerini azaltmakta ve normalleşme sürecinde öğrencilerin psikolojik sağlımlıklarını artırmaktadır. Ayrıca;

- Çocukların oyun ve diğer okul etkinliklere katılması, özellikle afet dönemlerinde fazlaca ihtiyaç duydukları, süreklilik, değişmezlik ve normallik hissinin oluşmasına yardımcı olur.
- Uygulayıcıların yardımıyla daha ileri düzeyde psikolojik yardıma ihtiyacı olan çocuklar belirlenerek gerekli yönlendirme yapılabilir.
- Öğretmenler, sadece çocukları eğitmek ve onlara belirli bilgi ve becerileri öğretmekle kalmazlar, aynı zamanda onların mutlu ve sağlıklı büyümelerine yardımcı olacak bir öğrenme ve gelişme ortamı yaratırlar.
- Öğretmenler çocuklarla birlikte oldukları için, onların ihtiyaçlarını daha iyi bilir ve gerektiğinde onlara yardım edebilirler.

NOT: Öğretmenler, travmatik yaşantıların normalleştirilmesi ve okulların hem velilere hem de çocuklara yardım ve destek sağlayan kurumlar haline gelmesinde önemli görevler üstlenebilirler. Araştırmalar, öğretmenlerle olan ilişkinin, travmatik bir yaşantının ardından çocukların yaşamında daha da önemli hale geldiğini göstermektedir.

Psikoeğitim Programı Amacı

Bu program travma sonrasında öğrencilerin tepkilerini normalleştirmek ve zorlayıcı yaşantıların etkileri konusunda öğrencilerin psikolojik iyi oluşlarını arttırmak amacıyla oluşturulmuştur. Program öğrencilerin gelişimsel ihtiyaçları doğrultusunda hazırlanmıştır.

Programın Uygulanması

Bu program psikolojik danışman/rehber öğretmenler tarafından uygulanmak üzere hazırlanmıştır. Programın uygulanmasından önce psikolojik danışman/rehber öğretmen tarafından okul yönetimi ve tüm öğretmenlere, uygulanacak psikoeğitim programı hakkında bilgi verilecektir. Programın uygulanması sürecindeki görev ve sorumluluklar aşağıda maddeler halinde belirtilmiştir:

1. Okulda psikoeğitim programının planlaması ve yürütülmesi sürecinden okul müdürü sorumludur.
2. Programın uygulanması için gerekli düzenlemeler okul yönetimi tarafından sağlanacaktır.
3. Psikolojik danışman/rehber öğretmen veli ve öğretmen oturumları ile öğrenci oturumlarını yapmakla yükümlüdür.
4. Ancak afet ve acil durumlarda bölgeyi büyük oranda etkileyen travmatik olaylarda Millî Eğitim Bakanlığı, Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü'nün izni ve onayı ile öğrenci oturumları psikolojik danışman/rehber öğretmen müşavirliğinde, sınıf rehber öğretmeni tarafından uygulanabilir.
5. Öğretmen ve veli oturumları öğrenci oturumlarından önce yapılmalıdır.
6. Öğrenci oturumunun ardışık günlerde yapılmaması şartı ile iki hafta içerisinde tamamlanması, aynı gün yapılacak olan oturumların ardışık ders saatlerinde yapılması esastır.
7. Öğrenci oturumları yapılırken grup sayısı 20 kişiyi geçmemelidir. Ancak afet ve acil durumlarda bölgeyi büyük oranda etkileyen travmatik olaylarda sınıf mevcudu kadar öğrenciye uygulanabilir.
8. Psikoeğitim uygulamaları sırasında yapılan paylaşımlarla ilgili "gizlilik" ilkesi dikkate alınmalıdır.
9. Psikolojik danışman/rehber öğretmenler, psikoeğitim programının uygulanması sürecinde travmatik olaydan ileri düzeyde etkilendiği düşünülen öğrencileri ilgili kurum ya da kuruluşlara yönlendirmelidir.

Etkinlikler Uygulanırken Dikkat Edilecek Hususlar

1. Uygulayıcı psikoeğitim öğrenci oturumlarına başlamadan önce, etkinlikleri dikkatle okumalı ve psikoeğitim programı çıktısını alarak ön hazırlıklarını tamamlamalıdır.
2. Etkinlik paylaşımlarında öğrencilerin gönüllülüğü esastır. Paylaşımında bulunmak istemeyen öğrenciler teşvik edilmeli, fakat zorlanmamalıdır.
3. Psikoeğitim programı uygulamasında, öğrencilerin duygu ve düşüncelerini ifade etmeleri önemlidir. Bu nedenle etkinlik uygulamalarında olabildiğince fazla öğrenciye söz hakkı verilmesi, zaman kaygısıyla paylaşımların eksik bırakılmaması faydalı olacaktır.

Özel Eğitim İhtiyacı Olan Öğrenciler İçin Ek Bilgi Ve Uyarılar

1. Etkinlikler, görseller ve oyuncaklarla desteklenebilir.
2. Etkinlikleri anlamakta güçlük yaşayan öğrenciler için tekrar yapılabilir.
3. Öğrenciler, etkinliklere katılım konusunda teşvik edilmelidir.
4. Etkinliklerin uygulanma sürecinde ihtiyaç halinde öğrencilerin ailesinden yardım alınmalıdır.
5. Etkinlik içerisinde geçen ve öğrencinin bilmediği kavramlar açıklanmalıdır.
6. Resim çizmek ve gözlerini kapatmak istemeyen öğrenciler zorlanmamalıdır.

Programın Değerlendirilmesi

Psikoeğitim programının gerçekleştirilmesi surecinde ve sonrasında izleme ve değerlendirme çalışmaları yapılmalıdır. Yapılan izleme neticesinde değerlendirme, sure ve sonuç odaklı olmak üzere iki aşamalı yürütülmelidir. Sure değerlendirmesi; uygulayıcı tarafından Psikoeğitim Programı Değerlendirme Formu doldurularak gerçekleştirilmeli. Sonuç değerlendirmesi; rehberlik ve psikolojik danışma servisince yapılmalıdır. Psikoeğitim oturumlarının tamamlanmasından sonra ise programın amaçlarına ulaşıp ulaşmadığını tespit edebilmek amacıyla gözlem, anket vb. lme araçları ile değerlendirmelere yönelik çalışmalara devam edilmelidir.

PSİKOSOSYAL DESTEK
TERÖR PSİKOEĞİTİM PROGRAMI
ORTAOKUL

Modül	Genel Amaç	Alt Amaçlar	Temel Dayanak
<p>Modül 1 Terör Yaşantısını Anlamlandırmak</p> <p>Oturum 1: Tanışma Ve Terör Yaşantısını Anlamlandırma</p>	<p>“Terör saldırısı sonrası çocukların bu saldırı öncesi, sırası ve sonrasındaki deneyimlerini anlamlandırmalarına yardımcı olmak “</p>	<p>“Çocuğun terör saldırısı sonrası dünyaya ve kendine ilişkin değişen varsayımlarını gözden geçirmelerine fırsat vermek”</p> <p>“Çocuğa terörle ilgili deneyimlerini bir bütün halinde tanımlamasına ve ifade etmesine destek olmak”</p> <p>“Çocuğun kaygı ve öfke hissetmesine neden olan terör saldırısıyla ilgili anımsatıcıları fark etmelerine rehberlik etmek”</p> <p>“Çocuğun travmatik olayla ilgili deneyimlerini normalleştirmelerine yardımcı olmak”</p>	<p>Travma ve Yas Odaklı Terapi</p> <p>Layne, C. M., Saltzman, W. R., Poppleton, L., Burlingame, G. M., Pašalić, A.</p> <p>Duraković-Belko, E. Ćampara, N., Musić, M., Đapo, N., Arslanagić, B. Steinberg, A.</p> <p>M., & Pynoos, R. S. (2008). Effectiveness of a School-Based Group Psychotherapy</p> <p>Program for War-Exposed Adolescents: A Randomized Controlled Trial. Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 47, 1048-1062.</p> <p>NCTSN (2005). Trauma and Grief Component Therapy for Adolescents. Erişim Adresi: https://www.nctsn.org/sites/default/files/interventions/tgcta_fact_sheet.pdf</p> <p>Saltzman, W. R., Layne, C. M., Steinberg, A. M., Arslanagic, B., & Pynoos, R. S. (2003). Developing a culturally and ecologically sound intervention program for youth exposed to war and terrorism. Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America, 12(2), 319–342. doi: 10.1016/s1056-4993(02)00099-8</p>

Modül	Genel Amaç	Alt Amaçlar	Temel Dayanak
<p>Modül 2 Duygu ve Beden İlişkisini Kurmak</p> <p>Oturum 2: Terör Yaşantısı Sonrası Duygu-Beden-Biliş Arasında Bağ Kurma</p>	<p>“Çocukların terör saldırısı sonrası psikosomatik belirtileri keşfetmelerine ve başa çıkma becerileri kazanmalarına yardımcı olmak”</p>	<p>“Çocuğun duygu-beden ve biliş arasındaki ilişkiyi anlamalarına rehberlik etmek”</p> <p>“Çocuğun terör saldırısı sonrası yaşadığı duygulara, aklından geçen düşüncelere ve duygularının bedeninde yarattığı değişimlere ilişkin farkındalık kazanmasına yardımcı olmak”</p> <p>“Çocuğa terör saldırısı sonrası deneyimlenen duyguları fark etme ve isimlendirme becerisi kazandırmak”</p> <p>“Çocuğun terör saldırısı sonrası deneyimlediği duyguları hissetmesine neden olan bilişleri keşfetmesine destek olmak”</p>	<p>Berger, R., Pat-Horenczyk, R., & Gelkopf, M. (2007). School-based intervention for prevention and treatment of elementary-students' terror-related distress in Israel: A quasi-randomized controlled trial. <i>Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies</i>, 20(4), 541-551.</p> <p>Gelkopf, M., & Berger, R. (2009). A school-based, teacher-mediated prevention program (ERASE-Stress) for reducing terror-related traumatic reactions in Israeli youth: A quasi-randomized controlled trial. <i>Journal of Child Psychology and Psychiatry</i>, 50(8), 962-971.</p> <p>Palmer, L. (2012). <i>The PTSD Workbook for Teens: Simple, Effective Skills for Healing Trauma</i>. New Harbinger Publications.</p> <p>Saltzman, W. R., Layne, C. M., Steinberg, A. M., Arslanagic, B., & Pynoos, R. S. (2003). Developing a culturally and ecologically sound intervention program for youth exposed to war and terrorism. <i>Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America</i>, 12(2), 319-342. doi:10.1016/s1056-4993(02)00099-8</p>

Modül	Genel Amaç	Alt Amaçlar	Temel Dayanak
<p>Modül 3 Kişisel Kaynakları Güçlendirmek</p> <p>Oturum 3: Yeni Baş Etme Becerileri Kazanma</p>	<p>“Terör saldırısı sonrası çocukların sahip olduğu kaynakları fark etmenlerine ve bu kaynakları arttırmalarına destek olmak”</p>	<p>“Çocuğun terör saldırısı sonrası tepkileri arasındaki benzerlik ve farklılıkları fark etmesini sağlamak”</p> <p>“Çocuğa yeni baş etme becerileri kazandırmak”</p> <p>“Çocuğun farklı baş etme yönlerine dair farkındalığını arttırmak”</p>	<p>Travma ve Yas Odaklı Terapi</p> <p>Berger, R., Pat-Horenczyk, R., & Gelkopf, M. (2007). School-based intervention for prevention and treatment of elementary-students' terror-related distress in Israel: A quasi-randomized controlled trial. <i>Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies</i>, 20(4), 541-551.</p> <p>Gelkopf, M., & Berger, R. (2009). A school-based, teacher-mediated prevention program (ERASE-Stress) for reducing terror-related traumatic reactions in Israeli youth: A quasi-randomized controlled trial. <i>Journal of Child Psychology and Psychiatry</i>, 50(8), 962-971.</p> <p>NCTSN (2005). Trauma and Grief Component Therapy for Adolescents. Erişim Adresi: https://www.nctsn.org/sites/default/files/interventions/tgcta_fact_sheet.pdf</p>

Modül	Genel Amaç	Alt Amaçlar	Temel Dayanak
<p>Modül 4 Duyguları Düzenlemek</p> <p>Oturum 4: Duyguları Fark Etme, İsimlendirme ve Kontrol Etme</p>	<p>“Çocukların terör saldırısı sonrası duygularını fark etmelerine, bu duyguları isimlendirmelerine ve kontrol etmelerine yardımcı olmak”</p>	<p>“Çocuğun terör saldırısı sonrası hissettiği duyguları normalleştirmesine yardımcı olmak”</p> <p>“Çocuğun güvende olma duygusunu kazanmasına rehberlik etmek”</p> <p>“Çocuğa duygularını düzenleme becerisi kazandırmak”</p> <p>“Çocuğun duygularını uygun yöntemlerle ifade etmesine rehberlik etmek”</p>	<p>Berger, R., Pat-Horenczyk, R., & Gelkopf, M. (2007). School-based intervention for prevention and treatment of elementary-students' terror-related distress in Israel: A quasi-randomized controlled trial. <i>Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies</i>, 20(4), 541-551.</p> <p>Foa, E. B., Chrestman, K. R., & Gilboa-Schechtman, E. (2008). Prolonged exposure therapy for adolescents with PTSD emotional processing of traumatic experiences, therapist guide. Oxford University Press.</p> <p>Gelkopf, M., & Berger, R. (2009). A school-based, teacher-mediated prevention program (ERASE-Stress) for reducing terror-related traumatic reactions in Israeli youth: A quasi-randomized controlled trial. <i>Journal of Child Psychology and Psychiatry</i>, 50(8), 962-971.</p> <p>Layne, C. M., Saltzman, W. R., Poppleton, L., Burlingame, G. M., Pašalić, A.</p> <p>Duraković-Belko, E. Čampara, N., Musić, M., Đapo, N., Arslanagić, B. Steinberg, A.</p> <p>M., & Pynoos, R. S. (2008). Effectiveness of a School-Based Group Psychotherapy Program for War-Exposed Adolescents: A Randomized Controlled Trial. <i>Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry</i>, 47, 1048-1062.</p> <p>Palmer, L. (2012). <i>The PTSD Workbook for Teens: Simple, Effective Skills for Healing Trauma</i>. New Harbinger Publications.</p>

Modül	Genel Amaç	Alt Amaçlar	Temel Dayanak
<p>Modül 5 Kayıp ve Yasa Dair Paylaşım</p> <p>Oturum 5: Kayıp ve Yasa Dair Paylaşım</p>	<p>“Terör saldırısı sonucu yakınlarını kaybeden çocuklara bu kayıplarla baş edebilme becerisi kazandırmak”</p>	<p>“Çocuğun kayıp ve yasa ilişkin deneyimleri keşfetmesine destek olmak”</p> <p>“Çocuğun kayıp ve yasa ilişkin duygularını ifade etmesine fırsat vermek”</p>	<p>Travma ve Yas Odaklı Terapi</p> <p>Gelkopf, M., & Berger, R. (2009). A school-based, teacher-mediated prevention program (ERASE-Stress) for reducing terror-related traumatic reactions in Israeli youth: A quasi-randomized controlled trial. <i>Journal of Child Psychology and Psychiatry</i>, 50(8), 962-971.</p> <p>Layne, C. M., Saltzman, W. R., Poppleton, L., Burlingame, G. M., Pašalić, A.</p> <p>Duraković-Belko, E. Čampara, N., Musić, M., Đapo, N., Arslanagić, B. Steinberg, A.</p> <p>M., & Pynoos, R. S. (2008). Effectiveness of a School-Based Group Psychotherapy Program for War-Exposed Adolescents: A Randomized Controlled Trial. <i>Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry</i>, 47, 1048-1062.</p> <p>NCTSN (2005). Trauma and Grief Component Therapy for Adolescents. Erişim Adresi: https://www.nctsn.org/sites/default/files/interventions/tgcta_fact_sheet.pdf</p> <p>Saltzman, W. R., Pynoos, R. S., Layne, C. M., Steinberg, A. M., & Aisenberg, E. (2001). Trauma- and grief-focused intervention for adolescents exposed to community violence: Results of a school-based screening and group treatment protocol. <i>Group Dynamics: Theory, Research, and Practice</i>, 5(4), 291-303. doi:10.1037/1089-2699.5.4.291</p> <p>Saltzman, W. R., Layne, C. M., Steinberg, A. M., Arslanagic, B., & Pynoos, R. S. (2003). Developing a culturally and ecologically sound intervention program for youth exposed to war and terrorism. <i>Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America</i>, 12(2), 319-342. doi:10.1016/s1056-4993(02)00099-8</p>

Modül	Genel Amaç	Alt Amaçlar	Temel Dayanak
<p>Modül 6 Sosyal Destek Kaynaklarını Fark Etme</p> <p>Oturum 6 : Sosyal Destek Kaynaklarını Keşfetme ve Arttırma</p>	<p>“Terör saldırısı sonrası çocukların kişilerarası ilişkileri yapılandırılmalarına ve güçlendirmelerine yardımcı olmak”</p>	<p>“Çocuğun terör yaşantısı sonrası uyumunda sosyal destek kaynaklarının önemini anlamasına rehberlik etmek”</p> <p>“Çocuğun zorlu yaşam olaylarında destek alabileceği kaynakların sayısını arttırmasına destek olmak”</p> <p>“Çocuğun sosyal destek kaynaklarını fark etmesine yardımcı olmak”</p>	<p>Cox, J., Davies, D. R., Burlingame, G. M., Campbell, J. E., & Layne, C. M., & Katzenbach, R. J. (2007). Effectiveness of a Trauma/Grief-Focused Group Intervention: A Qualitative Study with War-Exposed Bosnian Adolescents. <i>International Journal of Group Psychotherapy</i>, 57, 319-345. DOI:10.1521/ijgp.2007.57.3.319</p> <p>Gelkopf, M., & Berger, R. (2009). A school-based, teacher-mediated prevention program (ERASE-Stress) for reducing terror-related traumatic reactions in Israeli youth: A quasi-randomized controlled trial. <i>Journal of Child Psychology and Psychiatry</i>, 50(8), 962-971.</p> <p>Saltzman, W. R., Layne, C. M., Steinberg, A. M., Arslanagic, B., & Pynoos, R. S. (2003). Developing a culturally and ecologically sound intervention program for youth exposed to war and terrorism. <i>Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America</i>, 12(2), 319-342. doi:10.1016/s1056-4993(02)00099-8</p>
<p>Modül 7 Benlik saygısını arttırmak</p> <p>Oturum 7: Kendini Tanıma ve Kabul Etme</p>	<p>“Çocukların yaşadıkları bu travmatik durumun üstesinden gelebileceğine ilişkin inancın gelişmesine destek olmak”</p>	<p>“Çocuğun güçlü ve zayıf yönlerini keşfetmesine destek olmak”</p> <p>“Çocuğun sahip olduğu özelliklerin başa çıkma becerilerini nasıl etkilediğini fark etmesine rehberlik etmek”</p> <p>“Çocuğun zayıf yönlerini kabul etmesine yardımcı olmak”</p>	<p>Gelkopf, M., & Berger, R. (2009). A school-based, teacher-mediated prevention program (ERASE-Stress) for reducing terror-related traumatic reactions in Israeli youth: A quasi-randomized controlled trial. <i>Journal of Child Psychology and Psychiatry</i>, 50(8), 962-971.</p> <p>Hobfoll, S. E., Watson, P., Bell, C. C., Bryant, R. A., Brymer, M. J., Friedman, M. J., ... & Ursano, R. J. (2007). Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma intervention: Empirical evidence. <i>Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes</i>, 70(4), 283-315.</p>

Modül	Genel Amaç	Alt Amaçlar	Temel Dayanak
<p>Modül 8 Gelecekle Bağ Kurmak</p> <p>Oturum 8: Amaç Belirleme ve Umudu Arttırma</p>	<p>“Çocukların terör saldırısı sonrası amaç belirleyebilmelerine, plan yapmalarına ve geleceğe umutla bakmalarına destek olmak”</p>	<p>“Çocuğa amaç belirleme becerisini kazandırmak”</p> <p>“Çocuğa amaçlarına ulaşması için plan yapma becerisi kazandırmak”</p> <p>“Çocuğun umudunu arttırmasına destek olmak”</p> <p>“Çocuğun geleceğini şekillendirirken umudun rolünü fark etmesine rehberlik etmek”</p>	<p>Travma ve Yas Odaklı Terapi</p> <p>Gelkopf, M., & Berger, R. (2009). A school-based, teacher-mediated prevention program (ERASE-Stress) for reducing terror-related traumatic reactions in Israeli youth: A quasi-randomized controlled trial. <i>Journal of Child Psychology and Psychiatry</i>, 50(8), 962-971.</p> <p>Hobfoll, S. E., Watson, P., Bell, C. C., Bryant, R. A., Brymer, M. J., Friedman, M. J., ... & Ursano, R. J. (2007). Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma intervention: Empirical evidence. <i>Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes</i>, 70(4), 283-315.</p> <p>NCTSN (2005). Trauma and Grief Component Therapy for Adolescents. Erişim Adresi: https://www.nctsn.org/sites/default/files/interventions/tgcta_fact_sheet.pdf</p>

MODÜL 1

TERÖR YAŞANTISINI ANLAMLANDIRMAK

Oturum 1: Tanışma ve Terör Yaşantısını Anlamlandırma

Etkinliğin Adı:	Tanışıyorum, Anlamlandırıyorum
Amacı:	<p>Çocuğun terör saldırısı sonrası dünyaya ve kendine ilişkin değişen varsayımlarını gözden geçirmelerine fırsat vermek.</p> <p>Çocuğa terörle ilgili deneyimlerini bir bütün halinde tanımlamasına ve ifade etmesine destek olmak.</p> <p>Çocuğun kaygı ve öfke hissetmesine neden olan terör saldırısıyla ilgili anımsatıcıları fark etmelerine rehberlik etmek.</p> <p>Çocuğun travmatik olayla ilgili deneyimlerini normalleştirmelerine yardımcı olmak.</p>
Yöntem:	Soru-cevap, tartışma
Sınıf Düzeyi:	Ortaokul
Süre:	Bir ders saati
Materyal:	1 adet küçük top, katılımcı sayısı kadar yaka kartı, Ek-3 “Benim Terör Hikâyem” çalışma kâğıdım
Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık:	<p>Uygulayıcı tanışma etkinliği sırasında kullanacağı topu etkinliğin yapılacağı yere getirir.</p> <p>Uygulayıcı yaka kartını öğrenci sayısı kadar çoğaltır.</p>
Süreç (Uygulama Basamakları):	<ol style="list-style-type: none"> 1. Uygulayıcı “Bugün birlikte düşüneceğimiz, öğreneceğimiz, paylaşımlarda bulunacağımız aynı zamanda da eğleneceğimiz bir sürece başlıyoruz. İlk olarak birbirimizi tanımaya başlayalım” diyerek eline bir top alır. 2. “Bu belki de birçoğunuzun bildiği bir oyunun biraz değiştirilmiş bir hali. Bir daire oluşturacak şekilde sıralanalım. Topu yakalayan kişi adını ve geldiği yeri söyleyerek havaya atacak. Yakalayan kişi kendisinden bir önceki grup üyesinin adını ve geldiği yeri söyledikten sonra kendi adını ve geldiği yeri söyleyerek tekrar havaya atacak. Topu alıp bilgilerini söyleyen kişi tekrar topu yakalamaya çalışmayacak, bu şekilde herkes bu etkinliğe katılmış olacak. Anlaşılmayan bir yer var mı ya da sorusu olan var mı?” 3. Soru yoksa, uygulayıcı grubun ortasına geçer ve topu havaya atarak etkinliği başlatır. 4. Tanışma etkinliği bittikten sonra uygulayıcı grup üyelerinden kendilerini tanımlayan veya sevdiği bir eşya, bitki veya hayvanı çizerek yanına isimlerini yazabilecekleri kâğıtları dağıtır.

5. Grup üyelerinden bu kâğıtlara şekli ve ismi yazarak yakalarına takmaları istenir (Örn; Kardelen Aslı, Aslan Mehmet, Çiçek Yasemin).
6. Tanışma etkinliği tamamlandıktan sonra grup lideri “Birbirimizi süreç içerisinde daha yakından tanıyacağız şimdi bizi burada bir araya getiren nedenlere odaklanmak istiyorum” der ve öncelikle grup kuralları birlikte belirlenir. (Uygulayıcı ihtiyaç duyarsa Ek-1’den yararlanabilir.)
7. Uygulayıcı terörün ne olduğunu tanımlar ve nelerin terörizm olduğunun bilgilerini verir. (Uygulayıcı ihtiyaç duyarsa Ek-2’den yararlanabilir.) Grup üyelerinin kendilerini yalnız hissetmemesi için bu yıl kaç kişinin terör mağduru olduğunun sayısını verir.
8. “Şimdi sizlerden bir araya gelmemize neden olan olayı paylaşmanızı isteyeceğim. Bu hikâyenin baş kahramanı sizin oluşturduğunuz bir karakter olacak. Örneğin Ali diye bir çocuk varmış... diyerek başlayabilirsiniz. Hikâyenizde nereden geldiğinizi yada olayı nerede yaşadığınızı, ailenizi, arkadaşlarınızı, başınıza ne geldiğini, sizi üzen ya da kıran şeyleri dilediğiniz gibi anlatabilirsiniz. Anlatmak istediklerinizi belirlediğiniz karakter üzerinden anlatabilirsiniz.” der ve Ek-3’ü öğrencilere dağıtır.
9. Uygulayıcı tüm katılımcıların hikâyelerini yazabilmeleri için 10-15 dakikalık bir süre tanır ve ardından gönüllü olan kişi ile etkinliğe başlar.
10. Bütün grup üyeleri hikâyelerini anlattıktan sonra uygulayıcı her birine teşekkür eder ve etkinliğin ikinci aşamasına geçilir.
11. Bu aşamada grup üyelerine “Hikâyelerinizi anlattığınız için tekrar teşekkür ederim, bu hikâyelerde kahramanların başlarına gelen zor olaylar vardı. Bunun yanında kahramanların hikâyelerinizde anlattığınız güçlü yönleri de vardı. Bazı hikâyelerde bu güçlü yönlerin açık olmadığını fark ettim. Şimdi anlattıklarınızı tekrar gözden geçirmenizi ve bu sefer “örneğin, karakterimin güçlü özelliği yalnız kaldığında yardım aramasıydı veya inancını kaybetmemesiydi” gibi bir cümleyle anlatmanızı istiyorum” der.
12. Çalışmanın bu aşamasında önemli olan öğrencilerin yaşadıkları zorlayıcı olaylarında kendi güçlü yönlerini fark etmelerini sağlamak olduğundan güçlü yönlerini ifade eden öğrencilerin ifadeleri vurgulanır ve güçlü yönünü belirtmeyen öğrencilerin ifade etmesi için motive edilir.
13. Ardından gönüllü olan grup üyesi ile etkinlik tekrar başlar. Uygulayıcı her üyenin paylaşım yapmasının ardından benzer duyguları ve paylaşımları özetleyerek oturumu sonlandırır.

Kazanımın Değerlendirilmesi:	Öğrencilerin terör yaşantısına dair anılarını bir bütün halinde anlatabilmeleri.
Ödevler:	Öğrencilerden oturum sırasında fark ettikleri güçlü yönlerini aile üyeleriyle paylaşımları istenir.
Uygulayıcıya Not:	Grup üyeleri hikayelerini anlatırken uygulayıcı hikâyedeki kahramanın güçlü yönlerini not alır. Bu sayede etkinliğin ikinci yarısında grup üyesi güçlü yön bulamadığında uygulayıcı bunu fark ettirebilir. Hikâyelerin anlatımı sırasında grup üyelerinin dikkat dağıtıcı hareketler yapmaması etkinliğin işleyişini ve grup üyelerinin katılımını artıracaktır.
Etkinliği Geliştiren:	-
Ek:	Ek-1 Grup kuralları, Ek-2 Terör bilgi notu, Ek-3 Benim terör hikâyem

EK-1 GRUP KURALLARI

Biri konuşurken onu dinlemeliyiz.
Yönergelere uymalıyız.
Arkadaşlarımızla kibar konuşmalıyız.
Grup içerisinde konuştuklarınızı arkadaşlarımızın izni olmadan başkalarıyla paylaşmamalıyız.
Tüm oturumlara gelmeliyiz.
Her zaman konuşmak zorunda değiliz, ancak birbirimizi dinlemeliyiz.
Birbirimize saygılı olmalıyız.
Başkalarını susturmaya alışmamalıyız.
Etkinliklerde sıranın bize gelmesini beklemeliyiz.
vb. kurallar ihtiyaca göre eklenebilir.

EK-2 TERÖR BİLGİ NOTU

TERÖR

Latince 'terrere' sözcüğünden gelen terörün kelime anlamı Türk Dil Kurumu (2021) tarafından "yıldırı" olarak açıklanmıştır.

Terör sözcüğünün kapsamında "dehşet yaratmak", "korkutmak" "yıldırımak", "caydırmak" gibi eylemler yer almaktadır.

Terör sözcüğünün küresel boyutta üzerinde hem fikir olunmuş bir tanımı olmasa da terörün insan eliyle oluşan, geniş kitleleri derinden sarsan, normal yaşam rutininin bozulmasına neden olan bir olay olduğu aşıkardır.

Terör;

Bireylerin yaşamında köklü değişimlerin meydana gelmesine neden olan; geniş kitleleri sosyal, ekonomik, psikolojik gibi pek çok boyutta etkileyen kitlesel bir şiddet türü olarak ele almak mümkündür.

İnsan eliyle yapılan, pek çok insan için de travmatik bir yaşantı olarak değerlendirilen olaylardan biridir.

Terörist saldırılar;

Herhangi bir coğrafi bölgeyle sınırlı değildir.

İnsan yapımıdır.

Doğal afet değildir.

Kasıtlı bir niyetin sonucudur.

Terörist saldırıların, diğer felaketlere kıyasla daha yaygın ve kalıcı bir korkuya ve endişeye neden olduğu düşünülmektedir.

Terörizmden etkilenen yerler arasında;

- Hükümet binaları,
- Askeri tesisler,
- Büyükelçilikler,
- Ofis binaları,
- Alışveriş merkezleri,
- Trenler, metrolar, uçaklar,
- Bankalar, Oteller, Okullar, Hastaneler ve Üniversiteler

bulunmakla birlikte dolaylı ya da doğrudan bir çok yeri de etkileyebilmektedir.

EK - 3 BENİM TERÖR HİKÂYEM ÇALIŞMA KÂĞIDI

Benim Terör Hikâyetim

Aklımdan bir türlü çıkartamadığım düşünce:

Bu süreçte beni en çok zorlayan olay:

Ekleme istedikleriniz:

MODÜL 2

DUYGU-BEDEN-BİLİŞ İLİŞKİSİNİ KURMAK

Oturum 2: Terör Yaşantısı Sonrası Duygu-Beden- Biliş Beden Arasında Bağ Kurma

Etkinliğin Adı:	Düşünce Kutularım
Amacı:	<p>Çocuğun duygu- beden ve biliş arasındaki ilişkiyi anlamalarına rehberlik etmek</p> <p>Çocuğun terör saldırısı sonrası yaşadığı duygulara, aklından geçen düşüncelere ve duygularının bedeninde oluşturdu değişimlere ilişkin farkındalık kazanmasına yardımcı olmak.</p> <p>Çocuğa terör saldırısı sonrası deneyimlenen duyguları fark etme ve isimlendirme becerisi kazandırmak.</p> <p>Çocuğun terör saldırısı sonrası deneyimlediği duyguları hissetmesine neden olan bilişleri keşfetmesine destek olmak.</p>
Yöntem:	Soru - cevap, tartışma
Sınıf Düzeyi:	Ortaokul
Süre:	Bir ders saati
Materyal:	<p>Düşünce Etiketleri (Ek - 1)</p> <p>Renkli Konuşma Balonu Etiketleri (Ek - 2)</p> <p>5 adet küçük boy karton kutu; 5 adet orta boy karton kutu; 5 adet büyük boy karton kutu</p> <p>Yapıştırıcı veya bant</p> <p>Öğrencilere uygun mutlu çocukları resmeden görseller (Ek - 3)</p> <p>Projektör</p>
Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık:	<p>Ek-1’de yer alan görselleri projektör yardımıyla tahtaya yansıtır ya da çıktısını alarak öğrencilerin görebileceği bir yere asar.</p> <p>Uygulayıcı boyları birbirinden farklı karton kutuları ortamın zeminine karışık şekilde yerleştirir.</p>
Süreç (Uygulama Basamakları):	<ol style="list-style-type: none"> 1. Uygulayıcı etkinliğin uygulanacağı ortama giren öğrencilere ortamdaki malzemeleri tanıtır. 2. Malzemeleri tanıtan uygulayıcı “Merhaba sevgili öğrencilerim, bugün sizlerle “Düşünce Kutularım” adını verdiğimiz bir etkinliği yapacağız. Bu etkinlikte düşüncelerimizin bizim duygularımızı nasıl etkilediğini anlayacağız. Bizler için hem eğlenceli hem de öğretici olacağını düşünüyorum. Haydi, etkinliğimize başlayalım” diyerek etkinliğin amacını açıklar.

3. Uygulayıcı öğrencilerden yarım ay oluşturarak oturmalarını ister.
4. Uygulayıcı öğrencilerin oluşturduğu yarım ayın farklı bölgelerine çeşitli boyutlardaki karton kutuları rastgele yerleştirir.
5. Kutular yerleştirildikten sonra uygulayıcı her öğrenciyeye Ek-1'den ve Ek-2'den birer tane verir. Kullanmaları için yapıştırıcı verir.
6. Uygulayıcı öğrencilerden düşünce etiketlerini incelemelerini ve düşünce etiketleri üzerinde yazan düşünceleri okumalarını ister.
7. Uygulayıcı aşağıdaki cümleleri kurarak düşüncelerin önemini açıklar.
 “Sevgili öğrenciler, bazen insanların yaşadığı bir takım zorluklar olabilir, istemediği ya da hoşuna gitmeyecek bazı durumlarla karşılaşmak gibi. Böyle zamanlarda elbette bu kişiler korkabilir, üzülebilir, ağlayabilir veya kimseyle konuşmak istemeyebilir. Bu tepkilere zorlayıcı yaşam olayı sonrası tepkiler diyoruz. Sizler de yaşadığınız bu durumlarda bu tür tepkiler verebilirsiniz. Bazı tepkiler zihnimizden geçen düşüncelerle daha da yoğunlaşabilir. Örneğin bir ses duyduğunuzda sizin için zor olan yaşam olayının tekrar edebileceğini düşünüp korkabilirsiniz. Ellerinizde bulunan etiketlerde bu tür zamanlarda aklımızdan geçen düşünceler var. Bunların bazıları bizde mutluluk, neşe gibi duyguların daha da artmasına bazıları da korku, endişe, öfke gibi duyguların artmasına neden oluyor. Şimdi etiketlerdeki düşünceleri okumanızı, üzerinde düşünmenizi ve eğer şu sıralar aklınızdan başka bir düşünce geçiyorsa bu düşünceyi boş etiketin üzerine yazmanızı istiyorum.”
8. Uygulayıcı öğrencilere aklından geçenleri yazmaları için zaman tanır. Öğrenciler düşüncelerini yazarken öğrencilerle konuşarak aklından geçenleri bulmalarına yardımcı olur.
9. Düşünceler yazıldıktan ve etiketler tamamlandıktan sonra uygulayıcı renkli konuşma balonları etiketleri üzerinde konuşur.
 “Sevgili öğrenciler şimdi elimize renkli konuşma balonlarının olduğu etiketleri alalım. Gördüğünüz gibi birbirinden farklı boyutlarda ve renklerde konuşma balonları var. Şimdi sizlerden yazdığınız veya seçtiğiniz düşüncelerin aklınızdan ne sıklıkla geçtiğini düşünmenizi istiyorum. Eğer seçtiğiniz düşünce aklınızdan çok geçiyorsa renkli konuşma balonlarından en büyük olanına bu düşünce etiketini yapıştırabilirsiniz ya da yazabilirsiniz. Eğer nadiren aklınızdan geçiyorsa daha küçük boyutlardaki balonlara yapıştırabilirsiniz ya da yazabilirsiniz.”
10. Uygulayıcı etiketleri yapıştırılmaları ya da yazmaları için öğrencilere zaman tanır. Öğrenciler etiketleri yapıştırırken ya da yazarken doğru eşleştirmeyi yapmaları için öğrencilere yardımcı olur.
11. Etiketlerin yapıştırılması ya da yazması tamamlandıktan sonra uygulayıcı “Şimdi düşünce etiketlerini yapıştırdığınız ya da yazdığınız renkli düşünce balonları etiketleri elinize almanızı istiyorum. Bakalım arkadaşlarınız ve siz neler yaptınız?” diyerek grup içi etkileşimleri başlatır. Öğrencilerin paylaşımlarını desteklemek için aşağıdaki soruları okur.

- “Hangi düşünceleri seçtiniz?”
 - “Bu düşünceler ne zaman aklınıza geliyor?”
 - “Bu düşünceler aklınıza geldiğinizde neler hissediyorsunuz?”
 - “Bu düşünceler aklınıza geldiğinde bu düşünceyle başa çıkmak için neler yapıyorsunuz?”
 - “Bu düşünceler aklınıza geldiğinde nasıl davranıyorsunuz?”
12. Uygulayıcı öğrenciler arasındaki benzerliklere dikkat çekerek bu paylaşımları sonlandırır ve şu sözleri söyleyerek etkinliğin diğer aşamasına geçer.
“Şimdi önünüzde gördüğünüz büyüklükleri farklı karton kutulara bu renkli konuşma balonları etiketlerini bu karton kutulara yapıştırmanızı istiyorum. Yapıştırırken büyük konuşma balonların etiketlerini büyük karton kutulara, küçük konuşma balonların etiketlerini ise küçük karton kutularına yapıştırmanızı istiyorum.”
13. Uygulayıcı etiketlerin karton kutulara yapıştırılması için öğrencilere zaman tanır. Öğrenciler etiketleri yapıştırırken doğru eşleştirmeyi yapmaları için öğrencilere yardımcı olur.
14. Uygulayıcı etiketlerin yapıştırılması tamamlandıktan sonra tahtaya mutluluk görseli yansıtır ya da çıktısını alarak öğrencilerin görebileceği uygun bir yere asar (Ek-3) ve öğrencilerden kutuların büyüklüğüne göre üst üste dizmelerini ve bu kutuları ellerinde taşıyarak tahtada yansıtılan ya da asılan mutluluk görseline doğru yürümelerini ister.
15. Uygulayıcı her bir öğrenci görsele doğru yürürken karton kutularının yüksekliğine göre yorumlar yapar. Görseli görebilen öğrencilere
“Aklından onu rahatsız eden veya korku, öfke, huzursuzluk gibi duygulara neden olan düşünceleri sıklıkla geçirmediği için görseli görebiliyor. Görebiliyor musunuz sizler de?” der.
Görseli göremeyen öğrencilere ise
“Arkadaşınız onu rahatsız eden veya korku, öfke, huzursuzluk gibi duyguları hissetmesine neden olan düşünceleri sıklıkla aklından geçirdiği için görseli göremiyor. Siz de görebiliyor musunuz.” der.
16. Uygulayıcı görseli göremeyen öğrencilerin elinde bulunan dizilmiş kutulardan en küçüğünden başlamak üzere almaya başlar. Her bir kutuyu aldıktan sonra “Şimdi görebiliyor musun?” diye sorar. Öğrenci görseli bütünüyle görene kadar kutuları almaya devam eder.
17. Uygulayıcı aşağıdaki açıklama ile etkinliği sonlandırılır.
“Sevgili öğrenciler sizlerin de gördüğü gibi hepimizin aklından farklı farklı düşünceler geçmektedir. Bazılarımız bu cümleleri içinden sürekli tekrar ederken bazılarımız bu cümleleri aklından geçirmez bile. Eğer bizde korku, endişe, öfke gibi duyguları veya ağlamamıza, bedenimizde değişimlere neden olan olumsuz düşünceleri aklımızdan sıklıkla geçiriyorsak mutluluğu görebilmemiz zorlaşır. Bu nedenle bu düşünceleri tespit etmemiz ve bunları değiştirmek için uğraşmamız gerekir.”

Kazanımın Değerlendirilmesi:	Öğrencilerin duyguları-bedenleri ve bilişleri arasındaki ilişkiyi anlayabilmeleri. Öğrencilerin terör saldırısı sonrası deneyimlenen duyguları fark etmeleri ve isimlendirebilmeleri.
Ödevler:	Öğrencilerden bu etkinlik sonrasında kendilerine benim düşüncelerim adlı bir günlük tutmaları, fark ettikleri düşüncelerini ve bu düşüncelerin duygularına ve davranışlarına etkilerini bu günlüğe yazmaları istenir.
Uygulayıcıya Not:	Uygulayıcı terör sırasında ve sonrasında ortaya çıkan sıklıkla tekrarlanan düşüncelerin pek çok çocuk tarafından düşünüldüğünü paylaşmaya özen gösterir. Uygulayıcı paylaşımlar sırasında duygu-düşünce- davranış arasındaki bağın kurulmasına dikkat eder. Ek-1'de ve Ek-2'de yer alan görselleri yansıtacak bir projektörün çalışıp çalışmadığı kontrol edilmelidir. Eğer projektör etkinliğin uygulanacağı ortamda bulunmuyorsa Ek-1'deki görsellerden birer tane çoğaltılmalı, Ek-3'te yer alan görselden bir tane çoğaltılmalı ve öğrenciler etkinliğin yapıldığı ortama gelmeden Ek-1 uygun bir yere asılmalıdır. Uygulayıcı boyları birbirinden farklı karton kutuları ortamın zeminine karışık şekilde yerleştirir. Uygulayıcı renkli konuşma balonları etiketlerinden ve düşünce etiketlerinden söz ederken örnekler vermeye özen gösterir.
Etkinliği Geliştiren:	-
Ek:	Ek-1 Düşünce etiketleri, Ek-2 Renkli konuşma balonu etiketleri, Ek-3 mutlu çocuklar görseli
EK-3	

EK-1 DÜŞÜNCE ETİKETLERİ

Sevdiklerimi Kaybedeceğim.	Başıma Kötü Şeyler Gelecek.	Yine O Sesleri Duyacağım.	Neden Sürekli Başıma Bunlar Geliyor?
Ya Tekrar Olursa?	O Sesleri Tekrar Duyarsam Ağlamaya Başlarım.	Bu Korkuyla Baş Edemeyeceğim.	Yaşadıklarımı hak ediyorum.
.....
.....
.....

EK-2 RENKLİ KONUŞMA BALONU ETİKETLERİ



EK-3 MUTLU ÇOCUKLAR GÖRSELİ



MODÜL 3 KİŞİSEL KAYNAKLARI GÜÇLENDİRMEK

Oturum 3: Yeni Baş Etme Becerileri Kazanma

Etkinliğin Adı:	Zor Zamanlarımla Başa Çıkıyorum
Amacı:	Çocuğun terör saldırısı sonrası tepkileri arasındaki benzerlik ve farklılıkları fark etmesini sağlamak. Çocuğa yeni olumlu baş etme becerileri kazandırmak. Çocuğun farklı olumlu baş etme yönlerine dair farkındalığını arttırmak.
Yöntem:	Drama, soru-cevap, tartışma
Sınıf Düzeyi:	Ortaokul
Süre:	Bir ders saati
Materyal:	Terör yaşantısı sonrası tepkiler (Ek 1) Terör yaşantısı sonrası olası olumlu baş etme becerileri (Ek 2) Mavi, sarı, mor, yeşil ve kırmızı top Marker kalem
Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık:	Uygulayıcı Ek 1'de yer alan posterini tüm öğrencilerin görebileceği bir yere asar. Ek 1'e dair çalışmalar tamamlandığında Ek 2'de yer alan posterini tüm öğrencilerin görebileceği bir yere asar. Mavi, Sarı, Mor, Yeşil ve Kırmızı Top olmak üzere 5 farklı renkte top etkinlik öncesi etkinliğin uygulanacağı ortama getirilir.
Süreç (Uygulama Basamakları):	<ol style="list-style-type: none"> 1. Uygulayıcı "Her birimiz yaşamımızda farklı zamanlarda bizlerde stres oluşturan, beklemediğimiz ve bedenimizde, duygularımızda, davranışlarımızda değişikliklere yol açan zorlu yaşam olaylarıyla karşılaşırız. Bugün sizlerle terör yaşantısı sonrası verilen tepkileri ve bu tepkilerle baş etme becerilerimizi konuşabileceğimiz bir etkinlik yapacağız." diyerek etkinliğe giriş yapar. 2. Uygulayıcı şu cümleleri kurarak bu etkinliğin amacını anlatır: "Buradaki temel amacımız sizlerin terör yaşantısı sonrası gösterdiğiniz tepkilerinizi yakından görmek, tepkileriniz arasındaki benzerlikleri fark etmek ve sizlerin bu tepkilerle başa çıkma becerilerinizi ortaya çıkarmaktır."

3. Uygulayıcı "Sevgili öğrenciler, unutmayalım ki bu etkinlik sırasında paylaşacağınız tüm tepkiler normal tepkilerdir. Bu tepkilerle baş etme biçimleriniz de kendinize özeldir. Bu nedenle paylaşım yapan arkadaşlarınızı YORUM YAPMADAN dinlemeniz yeterlidir." diyerek öğrencilerin birbirini önemsemeleri ve empati kurarak dinlemeleri için etkinliğin kurallarını açıklar.
4. Uygulayıcı astığı Ek-1'i öğrencilere açıklar. Terör yaşantısı sonrası ortaokul öğrencilerinin gösterebileceği tepkileri anlatır.
5. Uygulayıcı "Sevgili öğrenciler bu tabloda (Ek-1) yer alanlar genellikle gözlemediğimiz tepkiler. Her birinizin gösterdiği tepkileri duymak istiyorum. Şimdi sizinle bir oyun oynayarak gösterdiğiniz tepkileri dinleyeceğim.
Burada gördüğünüz gibi 5 top var. Kırmızı Top duygularımızı, Yeşil Top davranışlarımızı, Mavi Top aklımızdan geçen düşüncelerimizi ve Sarı Top bedenimizin verdiği tepkileri temsil ediyor. Top size geldiğinde önce topun rengine bakmanızı ve sonrasında topun rengine göre o tepki alanıyla ilgili gösterdiğiniz bir tepkiyi paylaşmanızı istiyorum. Eğer topun rengiyle ilgili paylaşım yapacağınız bir tepki bulamazsanız diğer renkteki topları seçebilirsiniz. Hadi başlayalım şimdi." diyerek etkinliğin sürecine ilişkin bilgi verir.
6. Uygulayıcı, Kırmızı Topu rastgele bir öğrenciye atarak oyunu başlatır. Farklı renklerdeki her bir top en az üç öğrenciye ulaştığında etkinliğin bu kısmı tamamlanır.
7. Eğer Ek-1'de yer almayan bir tepki varsa ilgili sütuna marker kalem ile bu tepki yazılır. Uygulayıcı öğrencilerin gösterdiği tepkileri özetler.
8. Ek 1 kaldırılır ve Ek 2 asılır.
9. Uygulayıcı Ek 2'yi öğrencilere açıklar ve etkinliğin ikinci kısmına geçilir. Uygulayıcı "Sevgili öğrenciler bu listede yer alanlar bazı öğrencilerin terör yaşantısı sonrası biraz önce paylaştığınız tepkilerle olumlu baş etme için kullandığı yöntemler. Şimdi Mor Topu kullanarak sizlerin olumlu baş etme becerilerini öğrenmek istiyorum. Az önce bizlerle paylaştığınız tepkilerle nasıl başa çıkmaya çalıştığınızı top size geldiğinde paylaşmanızı diliyorum. Hadi başlayalım."
10. Uygulayıcı mor topu alarak baş etme becerilerini paylaşan öğrencilere şu soruları sorar:
"Ne zaman bu baş etme becerisini kullanıyorsun?"
"Bu baş etme becerisini kullandığında nasıl hissediyorsun?"
"Sence hangi yönleriyle bu beceri işlevsel?"
11. Uygulayıcı, Mor Topu rastgele bir öğrenciye atarak oyunu başlatır. Gruptaki tüm öğrencilere Mor Top ulaşana kadar etkinlik sürdürülür.
12. Eğer Ek-2'de yer almayan bir olumlu baş etme becerisi dile getirilmişse Ek 2'deki boş yere marker kalem ile olumlu baş etme becerisi yazılır.
13. Uygulayıcı öğrencilerin sahip olduğu veya kullandığı olumlu baş etme becerilerini ve bu olumlu baş etme becerilerinin sonuçlarını özetler. Olumlu baş etme becerilerindeki ve sonuçlardaki benzerlikleri vurgular.
14. Aşağıdaki açıklama yapılarak etkinlik sonlandırılır.
"Her bir olumlu baş etme becerisi farklı insanlarda farklı çalışır. Bu etkinlikte de gördüğünüz gibi hepimizin kullandığı baş etme becerileri birbirinden farklı. Benzer şekilde baş etme becerilerini kullandıktan sonra hissettikleriniz de birbirinizden farklı."

Kazanımın Değerlendirilmesi:	Öğrencilerin terör saldırısı sonrası tepkileri arasındaki benzerlik ve farklılıkları fark etmeleri. Öğrencilerin farklı olumlu baş etme yönlerine dair farkındalıklarını arttırmaları.
Ödevler:	Öğrencilerden eve gittiklerinde olumlu baş etme becerilerini düşünmelerini ve arkadaşlarının iletmiş olduğu olumlu baş etme becerilerinden hangilerini kullanmak istediklerini listelemeleri istenir.
Uygulayıcıya Not:	Uygulayıcı öğrenciler tepkilerini paylaşırken öğrencileri gözlemlemeye devam etmelidir. Eğer öğrencilerin gösterdiği tepkilerin yoğun ve sıklıkla olduğunu gözlemliyor veya öğrenci dile getiriyorsa uygulayıcı bu öğrenciyi uzman desteği almak üzere uzmana yönlendirmelidir. Öğrenciler tepkilerine dair örnek verirken bu tepkilerin anormal durumlara verilen normal tepkiler olduğu vurgulanmalıdır. Öğrencilerin paylaşımları sırasında birbirini yargılamalarına özen göstermelidir.
Etkinliği Geliştiren:	-
Ek:	Ek-1 Terör yaşantısı sonrası tepkiler, Ek-2 Terör yaşantısı sonrası olası olumlu baş etme becerileri

EK-1 TERÖR YAŞANTISI SONRASI TEPKİLER

Duygusal Tepkiler	Davranışsal Tepkiler	Bilişsel Tepkiler	Fiziksel/ Somatik Tepkiler
<p>Korku, kaygı ve endişe (Kendisinin ve sevdiklerinin güvende olmadığına inanma, travmatik olayın sonuçlarının daha fazla olacağına ilişkin kaygı, sınıf içinde eleştirilme korkusu)</p> <p>Ümitsizlik</p> <p>Boşlukta hissetme</p> <p>Sorumluluk duygusu (Aile içi roller değiştiği için aile üyelerinin sorumluluklarını alma isteği)</p> <p>Yalnızlık</p> <p>Şüphe (Yapacaklarının ve söyleyeceklerinin yeterli olmayacağına dair şüphe)</p> <p>Pek çok duyguyu kısa aralıklarla hissetme (Üzüntülüken birden öfkelenme)</p>	<p>Zarar verme (Zarar verme davranışının kendine yönelmesi, madde kullanımı gibi riskli davranışların artması)</p> <p>Sosyal geri çekilme (Okul arkadaşlarıyla vakit geçirmeme, teneffüslerde kendi başına oturma)</p> <p>Okul performansında düşüş (Ödevleri zamanında yapmama, öğretmenin sorularına bildiği halde cevap vermeme, okula gitmeme sonucu akademik başarısızlık)</p> <p>Okul kurallarına uymama ve okuldan kaçma</p> <p>Kaçınma davranışları (Travmatik olayın olduğu veya bu olayı hatırlatabilecek mekanlara gitmeme)</p>	<p>Travmatik olayı sürekli zihinde canlandırma</p> <p>Odaklanmada güçlük (Öğretmenin söylediklerinin sadece başını hatırlama, konuları takip edememe)</p> <p>Yeni konuları öğrenmede güçlük</p> <p>Hatırlamada güçlük</p>	<p>Somatik ağrılar (Sınıfa veya okula girdiğine başlayan, benzer durumlarda meydana gelen karın, baş ağrıları, mide yanmaları)</p> <p>Uyku sorunları (Okula yorgun gelme, derste uyuyakalma, okul devamsızlığı)</p> <p>Kilo değişimi (Kısa süre içinde kilo verme veya alma)</p> <p>Sindirim Sistemi Sorunları</p>

...

Terör yaşantısı sonrası verdiğiniz tepkiler anormal bir duruma verilen "NORMAL" tepkilerdir.

EK-2 TERÖR YAŞANTISI SONRASI OLASI OLUMLU BAŞ ETME BECERİLERİ

Duygularını Anlatma
Yürümek
Koşmak
Spor Yapmak
Kitap Okumak
Arkadaşıyla Vakit Geçirmek
Seyahat Etmek
Sevdikleriyle Konuşmak
Bulmaca Çözmek
Ev İşlerinde Aileme Yardım Etmek
Aileme Konuşmak
Hayvan Beslemek
Sahilde Gezmek
Akraba Ziyareti
Video İzlemek
Duş Almak
Bisiklete Binmek
Film İzlemek
Enstrüman Çalmak
Resim Yapmak
Müzik Dinlemek
Şarkı Söylemek
Günlük Tutmak
Tamir İşleri Yapmak
Puzzle Yapmak
Uzman Desteği Alma
Yardım İsteme
vb. gibi

MODÜL 4 DUYGULARI DÜZENLEMEK

Oturum 4: Duyguları Fark Etme, İsmlendirme ve Kontrol Etme

Etkinliğin Adı:	Duygularım Elimde
Amacı:	Çocuğun terör saldırısı sonrası hissettiği duyguları normalleştirmesine yardımcı olmak. Çocuğun güvende olma duygusunu kazanmasına rehberlik etmek. Çocuğa duygularını düzenleme becerisi kazandırmak. Çocuğun duygularını uygun yöntemlerle ifade etmesine rehberlik etmek.
Yöntem:	Soru-cevap, tartışma
Sınıf Düzeyi:	Ortaokul
Süre:	Bir ders saati
Materyal:	4 Adet büyük mukavva kâğıt Katılımcı sayısına göre paylaşımlı kullanılacak sulu boya Köpük bardak Gazete Pamuk Yapıştırıcı 12'li sprej boya seti Çöp poşeti
Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık:	Uygulayıcı materyal bölümünde belirtilen materyalleri etkinlik öncesi hazır hale getirir.
Süreç (Uygulama Basamakları):	<ol style="list-style-type: none"> 1. Uygulayıcı "Bugüne kadar sizinle pek çok şey paylaştık, birbirimizi tanıdık, kişisel kaynaklarımızı güçlendirdik, duyguların ve düşüncelerin bizleri nasıl etkilediğini keşfettik. Bugün sizinle özel bir etkinlik yaparak duygularımızı nasıl düzenleyebileceğimizi öğreneceğiz. Bu etkinlikte üretkenliğinizin sınırı olmayacak." 2. Uygulayıcı üyelerin kullanabileceği materyalleri gösterir. 3. "Hepinizin buraya gelmeden önce korktuğu, kaygı duyduğu, sinirlendiği, üzüldüğü ve güvendiği hissettiği yerler oldu." der. Burada dört adet boş mukavva kâğıdı bulunuyor. Birine korku/kaygı, birine öfke, birine üzüntü/mutsuzluk, birine ise güvende olma duygusunu çizmenizi istiyorum. Bu bir resimde olabilir, bir duyguyu ifade eden tek bir renk de kullanabilirsiniz. Önemli olan bunu birlikte yapmanız." der ve sulu boya takımları paylaşımlı kullanılması için gruba dağıtılır.

4. Grup üyelerine çizimleri tamamlaması için yeterli zaman tanınır.
5. Çizimler tamamlandıktan sonra üyelerin güvende olma duygusu sonda olmak üzere çizimlerini istedikleri sırayla duvara yerleştirmesi istenir.
6. Uygulayıcı, grup üyelerinin çizdikleri resimlere yönelik düşünce ve duygularını alır. Sonrasında teşekkür ederek etkinliğin ikinci aşamasına geçilir.
7. Uygulayıcı; “Duyularınızı harika bir şekilde gösterdiniz teşekkür ederim. Zorlayıcı olaylarla karşılaştıktan sonra olumsuz duyguları istemeden de olsa zihnimizde ve bedenimizde taşıyabiliyoruz. Bugün bu duyguları düzenleyebilmek, onlarla yüzleşebilmek ve başa çıkabilmek için onları elle tutulabilir bir hale getireceğiz.” der ve katılımcıların etkinliğin bu aşamasında kullanabileceği köpük bardak, gazete kâğıtları, pamuk, yapıştırıcı ve boya gösterir.
8. “Şimdi gözlerinizi kapatmanızı ve içinde yaşadığınız bu duyguları bir şekilde hayal etmenizi istiyorum” der.
9. Biraz bekledikten sonra “Hayal ettiğiniz bu duyguyu buradaki materyallerle istediğiniz bir şekil vererek boyayabilirsiniz.” der.
10. Grup üyelerinin etkinliği tamamlaması için materyalleri paylaşımlı kullanmaları istenir.
11. Her grup üyesinin elinde bir şeklin oluşmasıyla etkinliğin üçüncü kısmına geçilir.
12. “Şimdi elinizde oluşturduğunuz şekillerle duvarda sıraladığınız resimlerin (korku, kaygı, öfke, mutsuzluk, güvende olma) önüne sırayla geçmenizi istiyorum. Her resmin önüne geldiğinizde buradaki duyguyu elinizde tuttuğunuz şekle söyleyeceksiniz.
13. Öğrencilerden cevap gelmediği durumlarda uygulayıcı aşağıdaki örneklerle öğrencileri yönlendirebilir.
Örneğin;
 - Ailemden ayrıldığımda öfkelenmişim çünkü onları çok özledim,
 - Evimden ayrılmak zorunda kaldığımda kaygılandım çünkü yanımda kimse yoktu.
 - Geceleri kötü rüyalar gördüm çünkü mutsuzdum.” diyebilirsiniz.
14. “Ardından güvenli yerin önüne gelip burada kazandığınız yeni olumlu baş etme yollarını söyleyerek elinizdeki şekli kopartarak yan taraftaki çöp poşetine atacaksınız.”
15. Öğrencilerden cevap gelmediğinde uygulayıcı olumlu baş etme yollarına da örnek verebilir. (Uygulayıcı ihtiyaç duyarsa Ek-1’den yararlanabilir.)
16. Etkinliğin yönergesi verildikten sonra gönüllü olan grup üyesi ile etkinliğe başlanır.
17. Her üyenin süreci tamamlandıktan sonra gruptan alkışlaması istenir.
18. Bütün üyelerin etkinliği tamamlamasının ardından, çöp poşeti uygulayıcı tarafından ortaya getirilir ve grup üyelerinden etrafında toplanması istenir.
19. Uygulayıcı; “Bugün harika bir iş başardınız, duygularınızı tanımladınız, paylaştınız, onlarla yüzleştiniz ve onları düzenleyebildiniz. Bu torba duygularla doldu. Bunu siz başardınız! Şimdi hep birlikte “Ben güçlüyüm.” diye bağırıyoruz.” der.
20. Grup üyeleri ve uygulayıcının alkışlarıyla etkinlik sonlandırılır.

Kazanımın Değerlendirilmesi:	Öğrencilerin duygularını düzenleyebilme becerilerini kazanmaları. Öğrencilerin duygularını uygun yöntemlerle ifade edebilmeleri.
Ödevler:	Öğrencilerden bir hafta boyunca hissettikleri duyguları ve bu duygularla olumlu baş etme biçimlerini not almaları istenir.
Uygulayıcıya Not:	<p>Bu psikoeğitim programında yer alan bir sonraki etkinlik terör yaşantıları nedeniyle kayıplar yaşayan öğrencilere yöneliktir. Uygulayıcı grup içerisinde kayıplar yaşayan öğrenciler olup olmadığını kontrol etmelidir.</p> <p>Eğer grupta yer alan öğrencilerin belirtilmiş kayıpları yoksa bir sonraki etkinlik uygulanmadan diğer etkinliğe geçilmelidir.</p> <p>Eğer grupta yer alan öğrencilerin belirtilmiş kayıpları varsa aşağıdaki not dikkate alınmalıdır.</p> <p>Öğrencilere bir sonraki oturumda kayıp ve yas konusunun ele alınacağı bilgisi verilir. Öğrencilerden yaşadıkları kayba dair bir sembol (örneğin; kuş, çiçek, yıldız, bulut gibi) ya da fotoğraf bulmaları ve bir sonraki görüşmede yanlarında getirmesi istenir. Öğrencilere yaşanan kaybın ekonomik bir kayıp, arkadaşını artık görememek, evini kaybetmek, okulunu kaybetmek şeklinde olabileceği açıklanır.</p> <p>Bir sonraki oturumda kayıp ve yas konusu ele alınacağı için uygulayıcı yeterliliklerini gözden geçirmelidir. Bu noktada uygulayıcı kendini yeterli görmüyor ise gerekli uzman yardımı almalı ve kayıpları olan öğrencileri uzmana yönlendirmelidir.</p>
Etkinliği Geliştiren:	-
Ek:	Ek-1 Olumlu baş etme yöntemleri

EK-1 OLUMLU BAŞ ETME BECERİLERİ

Duygularını Anlatma
Yürümek
Koşmak
Spor Yapmak
Kitap Okumak
Arkadaşıyla Vakit Geçirmek
Seyahat Etmek
Sevdikleriyle Konuşmak
Bulmaca Çözmek
Ev İşlerinde Aileme Yardım Etmek
Balık Tutmak
Aileme Konuşmak
Hayvan Beslemek
Sahilde Gezmek
Piknik Yapmak
Akraba Ziyareti
Video İzlemek
Deney Yapmak
Duş Almak
Bisiklete Binmek
Film İzlemek
Enstrüman Çalmak
Resim Yapmak
Müzik Dinlemek
Şarkı Söylemek
Günlük Tutmak
Tamir İşleri Yapmak
Puzzle Yapmak
Uzman Desteği Alma
Yardım İsteme
vb. gibi

MODÜL 5 KAYIP VE YASA DAİR PAYLAŞIM YAPMAK

Oturum 5: Kayıp ve Yasa Dair Paylaşım Yapma

Etkinliğin Adı:	Deneyimleri Keşfetme ve İfade Etme Kutusu
Amacı:	Çocuğun kayıp ve yasa ilişkin deneyimleri keşfetmesine destek olmak. Çocuğun kayıp ve yasa ilişkin duygularını ifade etmesine fırsat vermek.
Yöntem:	Soru-Cevap
Sınıf Düzeyi:	Ortaokul
Süre:	Bir ders saati
Materyal:	A4 Kâğıt Küçük dikdörtgen kâğıtlar (Ek-1) Kalem Öğrenci sayısı kadar küçük kutu
Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık:	<p>Bu etkinlik terör yaşantıları nedeniyle kayıplar yaşayan öğrencilere yöneliktir. Uygulayıcı grup içerisinde kayıplar yaşayan öğrenciler olup olmadığını kontrol etmelidir.</p> <p>Eğer grupta yer alan öğrencilerin belirtilmiş kayıpları yoksa bu etkinlik uygulanmadan diğer etkinliğe geçilmelidir.</p> <p>Eğer grupta yer alan öğrencilerin belirtilmiş kayıpları varsa aşağıdaki not dikkate alınmalıdır.</p> <p>Öğrencilere bir önceki oturumun sonunda bu oturumda kayıp ve yasasının ele alınacağı bilgisi verilmiş olması gerekmektedir. Öğrencilerden yaşadıkları kayba dair bir sembol (örneğin; kuş, çiçek, yıldız, bulut gibi) ya da fotoğraf bulmaları ve bu oturumda yanlarında getirmesi istenmiş olması gerekmektedir.</p> <p>Uygulayıcının bu oturumda öğrencilere yaşanan kaybın ekonomik bir kayıp, arkadaşını artık görememek, evini kaybetmek, okulunu kaybetmek şeklinde olabileceğini açıklaması gerekmektedir.</p> <p>Bu oturumda kayıp ve yasasının ele alınacağı için uygulayıcı yeterliliklerini gözden geçirmelidir. Bu noktada uygulayıcı kendini yeterli görmüyor veya daha önce bu yaş döneminde kayıp ve yasa dair çalışmalar yürütmediyse gerekli uzman yardımı almalı ve kayıpları olan öğrencileri uzmana yönlendirmelidir.</p>

Süreç (Uygulama Basamakları):

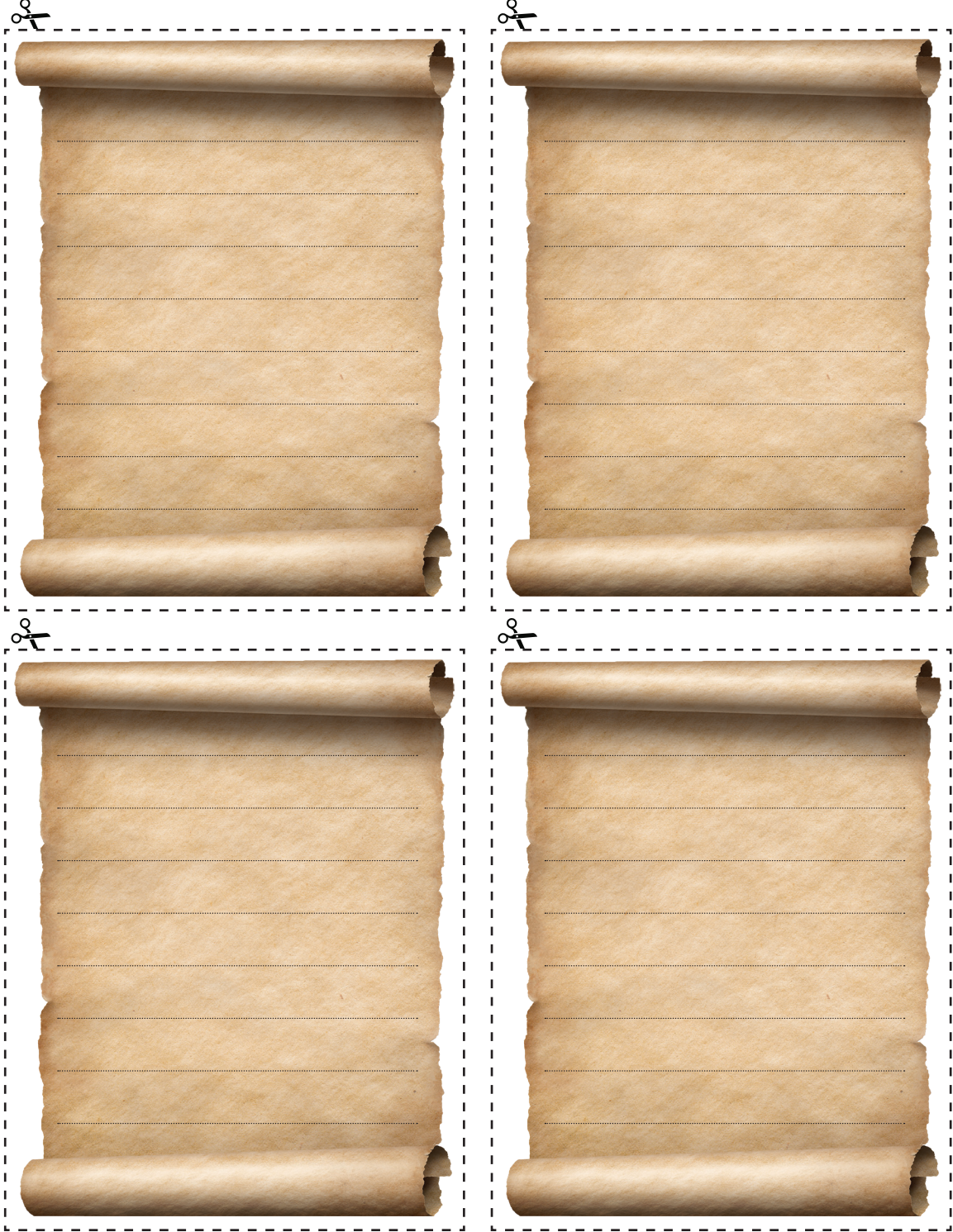
1. Uygulayıcı; "Bugün sizlerle beraber aklımızda olan ama konuşmakta zorluk çektiğimiz bir konu üzerinde duracağız. Zorluk çektiğimiz bu konu kayıp ve yas. Kayıp ve yasa ilgili yapacağımız bu etkinliğin ismi "Deneyimleri Keşfetme ve İfade Etme Kutusu!" Bu etkinlikte kayıp ve yasa dair deneyimlerinizi gözden geçirecek ve bu deneyimlere ilişkin duygularınızı paylaşacaksınız." diyerek etkinliğe giriş yapar.
2. Uygulayıcı "Sizlerden önceki görüşmemizde yaşadığınız kayıpla ilişkilendirebileceğimiz bir sembol veya fotoğraf bulmanızı istemiştım. Şimdi bu sembolleri göstermenizi ve sizin için anlamlarını paylaşmanızı istiyorum. Sizlerden biri bu paylaşımları yaparken diğer öğrencilerin sessizce paylaşım yapan arkadaşını dinlemesini bekliyorum." diyerek etkinliğe dair yönerge verir.
3. Gönüllü olan grup üyesiyle etkinlik başlar.
4. Uygulayıcı bu noktada tüm grup üyelerinin getirdiği sembollere ilişkin paylaşım yapmasına ve diğer öğrencilerin bu paylaşımlar sırasında paylaşım yapan öğrencilere müdahale etmemesine özen gösterir.
5. Uygulayıcı öğrencilerin paylaşımlar sırasında sırayla aşağıdaki soruları sorar:
 - Bu sembol neyi/kimi ifade ediyor?
 - Bugün burada bu sembolü ne oldu da anlatmak istedin?
6. Bütün grup üyelerinin etkinliğe katılması sağlanır.
7. Uygulayıcı "Şimdiye kadar yaşadığınız kayıpla ilgili konuştuk. Harika gidiyorsunuz. Bunları paylaşmak oldukça zor. Şimdi sizlerden bu sembolü göz önünde bulundurarak terör yaşantısı öncesinde sahip olduğunuz, bu sembolle ilişkilendirdiğiniz fakat şu an yapamadığınız şeyleri yani anılarınızı yazmanızı istiyorum." diyerek etkinliğin ikinci kısmına geçer.

Öğrenciler cevap veremediğinde uygulayıcı aşağıdaki örnekleri verebilir:

 - Babamla birlikte bahçemizde top oynardık.
 - Bana ait bir odam vardı.
 - Ailemle birlikte arabamızla gezerdik.
 - Kedimle birlikte oynardık.
8. Grup üyelerine anılarını yazabilecekleri dikdörtgen şeklinde kesilmiş küçük kâğıtlar dağıtılır (Ek-1).
9. Grup üyelerinin etkinliği tamamlaması için 10 dakika verilir.
10. Bütün üyelerin etkinliği tamamlamasının ardından gönüllü olan katılımcıdan başlayarak yazdıklarını grup üyeleriyle paylaşması istenir.
11. Uygulayıcı paylaşımlar sırasında öğrencilerden duygularını ve düşüncelerini de anlatmalarını ister.
12. Uygulayıcı etkinliğin sonunda grup üyelerine paylaşımları için teşekkür eder.
13. Son olarak uygulayıcı grup üyelerine kayıpla ilgili anılarını, duygularını ve düşüncelerini içeren, öğrencilerin oturuma getirdiği sembolü ve bu sembolle ilgili yazdıkları küçük kâğıtları koyabilmeleri için kutular dağıtır.
14. Her katılımcı bu kutuya bu etkinlikte kullandıkları sembolleri ve küçük kâğıtları bu kutuya koyar.

	<p>15. Uygulayıcı aşağıdaki açıklama ile etkinliği sonlandırılır.</p> <p>“Sevgili öğrenciler sizlerin de gördüğü gibi hepimizin bu süreçte kaybettiği şeyler oldu. Bu etkinlikte siz kayba ilişkin deneyimlerinizi keşfettiniz ve bu deneyimle ilgili duygularınızı dile getirdiniz. Kayıpla ilgili konuşmak oldukça zorken siz harika bir iş ortaya çıkardınız. Yaşadığınız kayıpları belki geri çeviremeyebilirsiniz fakat kayba ilişkin deneyimlerinizi keşfederek ve duygularınızı düzenleyerek hayatınıza devam edebilirsiniz. Siz bunu yapacak kadar güçlüsünüz. Hepinize paylaşımlarınız için teşekkür ederim. Oluşturduğunuz bu kutuları isterseniz burada bırakabilir, isterseniz evinize götürebilirsiniz.” der.</p>
Kazanımın Değerlendirilmesi:	<p>Öğrencilerin kayba ilişkin deneyimlerini paylaşmaları.</p> <p>Öğrencilerin kayba ilişkin duygularını isimlendirebilmeleri.</p>
Ödevler:	-
Uygulayıcıya Not:	<p>“Deneyimleri Keşfetme ve İfade Etme Kutusu” etkinlik alanında bırakmak isteyen katılımcıya isterse bütün program tamamlandıktan sonra kutuyu alabileceği isterse de etkinlik sonunda alabileceği bilgisi verilir.</p>
Etkinliği Geliştiren:	-
Ek:	Ek-1 Küçük dikdörtgen kâğıtlar

EK - 1 KÜÇÜK DİKDÖRTGEN KÂĞITLAR



MODÜL 6

SOSYAL DESTEK KAYNAKLARINI GÜÇLENDİRMEK

Oturum 6: Sosyal Destek Kaynaklarını Keşfetme ve Arttırma

Etkinliğin Adı:	Dalgalı Nehir
Amacı:	Çocuğun terör yaşantısı sonrası uyumunda sosyal destek kaynaklarının önemini anlamasına rehberlik etmek. Çocuğun zorlu yaşam olaylarında destek alabileceği kaynakların sayısını artırmasına destek olmak. Çocuğun sosyal destek kaynaklarını fark etmesine yardımcı olmak.
Yöntem:	Soru-cevap, tartışma, hayal ettirme
Sınıf Düzeyi:	Ortaokul
Süre:	Bir ders saati
Materyal:	Resim kâğıdı, kuru boya seti
Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık:	Uygulayıcı gruptaki öğrenci sayısı kadar resim kâğıdını ve kuru boya setini etkinlik yapılacak yere getirir.
Süreç (Uygulama Basamakları):	<ol style="list-style-type: none"> 1. Uygulayıcı; "Bugün sizlerle birlikte "Dalgalı Nehir" isimli bir etkinlik yapacağız. Şimdi çember oluşturalım." der ve grup üyelerinin hazırlanmasını bekler. 2. Grup üyelerinin oturmasının ardından, sosyal destek kaynaklarının ne olduğu ve ne işe yaradığı hakkında bilgi verilir. "Zorlayıcı yaşam olaylarında yardım aldığımız konuşmak istediğimiz kişiler olabilir. Korktuğunuzda bunu paylaşmayı ve yardım almayı tercih ettiğiniz kişiler aslında sizin sosyal desteklerinizdir. Bunlar anneniz, babanız, arkadaşınız, kardeşiniz ve öğretmeniniz olabilir. Sosyal desteklerimiz yalnız hissetmemizi engelleyen ve bize yardımcı olan bizi dinleyen kişi ve kurumlardır." (Uygulayıcı ihtiyaç duyarsa Ek-1'den yararlanabilir.)

3. “Şimdi rahatlayın ve gözlerinizi kapatın. Bir nehir hayal etmenizi istiyorum. Bu nehir hayatınızı, dalgalarsa başınıza gelen terör ve zorlayıcı yaşam olaylarını simgeliyor. Şimdi sizden kendinizi bu nehrin içerisinde düşünmenizi istiyorum.... Yanınızda bu nehirden kurtulmanızı sağlayacak herhangi bir şey yok.... Dalgalar geldikçe bu nehrin içerisinde sürükleniyorsunuz.... İlk dalga geliyor ve başınızın üzerinden geçiyor..... Tekrar su yüzeyine çıktığınızda bir tahta parçasının size geldiğini görüyorsunuz.... Bu parçayı yakalayın ve ona tutunun.... Artık gelen dalgalara karşı kendinizi koruyabileceğiniz bir şeyiniz var. Kendinizi biraz güvende hissediyorsunuz... Derken dalgalar sakinleşiyor fakat akıntı hala sizi sürüklüyor.... İkinci tahta parçasının size doğru geldiğini görüyorsunuz. Biraz çabayla ikinci parçayı da yakalayın.... Bu parçanın üzerinde bir ip de var. Bu iple iki parçayı birbirine bağlayın... Üzerine çıkıp derin bir nefes alın.... Sudan çıkmanın rahatlığını vücudunuzda hissedin... Akıntıyla beraber hala sürükleniyorsunuz. Derken ilerde nehrin daraldığını görüyorsunuz, suyun içinde birkaç kayalık var! Sonrasında kara! Bu sizin kurtulmanız için bir fırsat... Ellerinizi kullanarak kurduğunuz tahta parçalarının kayaya doğru gitmesini sağlayın.... Güzel... Başarıyorsunuz.... Kayanın tam yanından geçerken üzerine atlayın! Başardınız! Artık kıyıya çıkmak üzeresiniz. Buradaki kayaların üzerinden zıplayarak geçin... Ve sonunda karaya çıktınız!”
4. Biraz bekler. “Derin bir nefes alın kıyıda, tekrar toprağın üzerindediniz. Bu rahatlığı bütün vücudunuzda hissedin.” Biraz bekledikten sonra “Şimdi gözlerinizi açabilirsiniz” der.
5. Hayal etme süreci tamamlandıktan sonra grup üyelerine birer tane resim kâğıdı ve kuru boya seti dağıtılır.
6. “Şimdi hayal ettiklerinizi resim kağıdına aktarmanızı istiyorum. İlk tahta parçası, ikincisi, kullandığınız ip, çıktığınız kayalar sizin zorlayıcı olaylar karşısında bu olaylarla baş etmekte kullandığınız sosyal destek kaynaklarınız.” der. Grup üyelerine nehirden kurtulmalarına yardımcı olan tahta, ip kayaların kendi yaşamlarında kimi simgelediğini sorar. Bunların tek bir kişi/kurum olabileceği gibi birden fazla kişi/kurum olabileceği de vurgulanır. (Uygulayıcı ihtiyaç duyarsa Ek-2'nin çitısını alarak çocuklara dağıtabilir.)
7. Ardından grup üyelerinin resimlerini çizmesi için yeterli vakit tanır.
8. Etkinlik tamamlandıktan sonra grup üyeleri tekrar çember şeklinde toplanır.
9. “Hepinizin resimlerini tamamladığını görüyorum. Her biriniz harikasınız, şimdi benimle ve grupla bu nehirden çıkarken yardım aldığınız sosyal destek kaynaklarınızı paylaşmanızı isteyeceğim. İlk kim başlamak ister?” der ve gönüllü olan katılımcıyla etkinlik devam eder.
10. Bütün grup üyelerinin paylaşımları yapmasının ardından uygulayıcı; “Bugün sosyal destek kaynaklarının ne olduğunu, zorlayıcı olaylarla karşılaştığımızda bize nasıl yardımcı olduklarını ve gelecekte bu tip olaylarla karşılaştığımızda tekrar nasıl yardım alacağımızı konuştuk. Bilgilendiğimiz, fark ettiğimiz ve eğlendiğimiz bir süreçti. Sizler neler düşünüyorsunuz?” der.
11. Grup üyelerinin duygu ve düşüncelerinin alınmasıyla etkinlik sonlandırılır.

Kazanımın Değerlendirilmesi:	Öğrencilerin sosyal destek kaynaklarının önemini anlamaları. Öğrencilerin sosyal destek kaynaklarını fark etmeleri.
Ödevler:	Öğrencilerden aile üyelerine sosyal destek kaynaklarını ve bu kaynaklardan nasıl destek aldıklarını anlatmaları istenir.
Uygulayıcıya Not:	Öğrenciler paylaşım yapmakta güçlük çektiklerine uygulayıcı örnekler verebilmelidir. Bu nedenle uygulayıcı oturum öncesinde oturum amaçlarını gözden geçirerek verebileceği olası örnekler için hazırlık yapmalıdır. Oturum içerisinde paylaşım yapmakta güçlük çeken veya terör yaşantısı sonrası tepkileri hala gösteren öğrenciler varsa bu öğrenciler oturumlar boyunca gözlemlenmelidir. Uygulayıcı gözlemleri sırasında öğrencilerin bir uzman desteğine ihtiyacı olduğunu düşünüyorsa uzmanlardan destek almalıdır.
Etkinliği Geliştiren:	-
Ek:	Ek-1 Sosyal destek kaynaklarım, Ek-2 Sosyal destek kaynaklarım görselleri

EK-1 SOSYAL DESTEK KAYNAKLARI

Aile
Akrabalar
Arkadaşlar
Sevdiğimiz ve güvendiğimiz kişiler
Psikolojik Danışman/Rehber ğretmenim
Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (AFAD)
Valilikler ve Kaymakamlıklar
Sağlık Bakanlığı
Türk Silahlı Kuvvetleri (TSK)
Emniyet Genel Müdürlüğü (EGM)
Türk Kızılay'ı
İtfaiye
Ulusal Medikal Kurtarma Ekipleri (UMKE)
vb. kişi ve kurumlar bize yardım edebilir ve destek olabilir.

EK-1 SOSYAL DESTEK KAYNAKLARIM GÖRSELLERİ

 <p>Aile</p>	 <p>Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı (AFAD)</p>	 <p>İtfaiye</p>
 <p>Akrabalar</p>	 <p>Sağlık Bakanlığı</p>	 <p>Ulusal Medikal Kurtarma Ekipleri (UMKE)</p>
 <p>Arkadaşlar</p>	 <p>Türk Silahlı Kuvvetleri (TSK)</p>	 <p>Millî Eğitim Bakanlığı (MEB)</p>
 <p>Sevdiğimiz ve güvendiğimiz kişiler</p>	 <p>Emniyet Genel Müdürlüğü (EGM)</p>	
 <p>Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmenim</p>	 <p>Türk Kızılay'ı</p>	

MODÜL 7 BENLİK SAYGISINI ARTTIRMAK

Oturum 7: Kendini Tanıma ve Kabul Etme

Etkinliğin Adı:	Zayıf Yönüm de Benim Güçlü Yönüm de Benim
Amacı:	Çocuğun güçlü ve zayıf yönlerini keşfetmesine destek olmak. Çocuğun sahip olduğu özelliklerin başa çıkma becerilerini nasıl etkilediğini fark etmesine rehberlik etmek. Çocuğun zayıf yönlerini kabul etmesine yardımcı olmak.
Yöntem:	Soru-cevap, tartışma
Sınıf Düzeyi:	Ortaokul
Süre:	Bir ders saati
Materyal:	Güçlü ve zayıf yönlerim çalışma kâğıdı (Ek-1)
Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık:	Uygulayıcı Ek-1 de yer alan “Güçlü ve Zayıf Yönlerim” formunu öğrenci sayısı kadar çoğaltmalıdır. Uygulayıcı öğrencilerin güçlü ve zayıf yönlerine ilişkin örnekler verememesi durumunda örnekler verebilmek için hazırlık yapmalıdır. (Uygulayıcı ihtiyaç duyarsa Ek-2’den yararlanabilir.)
Süreç (Uygulama Basamakları):	<ol style="list-style-type: none"> Uygulayıcı “Bugün birlikte “Zayıf Yönüm de Benim, Güçlü Yönüm de Benim” isimli bir etkinlik yapacağız. Bu etkinlikteki amacımız güçlü ve zayıf yönlerimizi fark etmek. Hepiniz şu ana kadar süreç içerisinde pek çok şeyi fark edip birbirinizle paylaştınız. Zorlu yaşam olayları karşısında yeni baş etme becerileri olduğunu ve bunu nasıl kullanacağınızı öğrendiniz. Bugün kendinize yönelik farkındalığınızı biraz daha geliştireceğiz” der. Katılımcılara çalışma kâğıtları dağıtılır. “Elinizdeki çalışma kâğıtlarına kendinizde gördüğünüz güçlü ve zayıf yönlerinizi yazmanızı istiyorum” der. (Ek-1) Grup üyelerinin çalışma yapraklarını doldurmasının ardından uygulayıcı tarafından üyeler katılımcı sayısına göre 3 veya 5’li gruplara ayrılır. Grup üyelerinin yazdıklarını birbirlerine okumaları istenir ve sırasıyla şu soruları sorabilirler; <ul style="list-style-type: none"> Olumlu özelliklerin nelerdir? Olumsuz özelliklerin nelerdir? Olumsuz olarak gördüğün özellikleri abarttığını düşünüyor musun? Olumsuz özelliklerin değiştirilebilir şeyler mi? Sahip olduğun olumlu özellikler baş etme biçimlerini nasıl etkiliyor? Sahip olduğun olumsuz özellikler baş etme biçimlerini nasıl etkiliyor? Olumsuz özelliklerinin sana yardımcı olduğu yerler var mı? Olumsuz özelliklerini kabul etmen için ne yapman gerekir?

	<p>6. Grup üyelerinin birbirini dinlemesi ve sorulara cevap vermesinin ardından gruplar tekrar bir araya gelir.</p> <p>7. Uygulayıcı "Küçük gruplarınızda hem kendinizin hem de arkadaşlarınızın güçlü ve zayıf yönlerine dair görüşlerinizi paylaştınız. Bu gruplardan hepiniz farklı kazanımlarla ayrıldınız. Şimdi bu kazanımları bizimle paylaşmanızı istiyorum. Sizin kendiniz için keşfettiğiniz şeyler grup içerisinde de sizinle aynı şeyleri yaşayan arkadaşlarınız içinde yardımcı olabilir" der ve grup üyelerinin paylaşımları dinlenir.</p> <p>8. Etkinlik grup üyelerinin sürece dair düşünce ve duygularının paylaşımlarıyla sonlandırılır.</p>
Kazanımın Değerlendirilmesi:	<p>Öğrenciler güçlü ve zayıf yönlerinin farkında varır.</p> <p>Öğrenciler güçlü ve zayıf yönlerinden hangilerini değiştirmek istedikleri ve/veya geliştirmek istediklerini bilir.</p>
Ödevler:	<p>Katılımcılardan güçlü ve zayıf yönlerinin nerede ve nasıl ortaya çıktığını fark etmeleri için günlük tutmaları istenir.</p>
Uygulayıcıya Not:	<p>Uygulayıcı küçük grup çalışmasında grupları dolaşarak öğrencileri gözlemeli ve paylaşımlarını destekleyerek cesaretlendirmelidir.</p>
Etkinliği Geliştiren:	-
Ek:	Ek-1 Güçlü ve zayıf yönlerim çalışma kağıdı, Ek-2 Güçlü yönlerim

EK-2 GÜÇLÜ YÖNLERİM

Girişken
İyimser
Kolay İletişim Kuran
Adil
Merhametli
Sakin
Sabırlı
Soğukkanlı
İşbirliğine Yatkın
Düzenli
Planlı
Kararlı
Tedbirli
Sorumluluk Sahibi
Duyarlı
İlgi Alanları Geniş
Yeniliğe Açık
Üretken
Cesur Olma
Dürüstlük
Yaşam Sevinci
İyilikseverlik
Liderlik
Affedicilik
Alçakgönüllülük
Şükran Duyma
Umut
Mizah
Maneviyat
Meraklı
vb. gibi

MODÜL 8 GELECEKLE BAĞ KURMAK

Oturum 8: Amaç Belirleme ve Umudu Arttırma

Etkinliğin Adı:	Geleceğimle Köprü Kuruyorum
Amacı:	Çocuğa amaç belirleme becerisini kazandırmak. Çocuğa amaçlarına ulaşması için plan yapma becerisi kazandırmak. Çocuğun umudunu arttırmasına destek olmak. Çocuğun geleceğini şekillendirirken umudun rolünü fark etmesine rehberlik etmek.
Yöntem:	Soru-cevap, yaratıcı yazma
Sınıf Düzeyi:	Ortaokul
Süre:	Bir ders saati
Materyal:	Resim kâğıdı, boya kalemleri
Uygulayıcı için Ön Hazırlık:	Uygulayıcı etkinlik öncesinde öğrencilere örnek olması için kendi köprüsünü oluşturabilir.
Süreç (Uygulama Basamakları):	<ol style="list-style-type: none"> 1. Uygulayıcı; "Sevgili öğrenciler birlikte hem eğlendiğimiz hem de öğrendiğimiz faydalı bir süreç geçirdik. Buraya ilk geldiğiniz, tanıştığımız günden bugüne kadar pek çok şey kazandınız, fark ettiniz, geliştirdiniz ve uyum sağladınız. Hepinizi tebrik ederim. Bugün yapacağımız etkinlik geleceğe yani geleceğinize yönelik olacak." der. 2. Uygulayıcı; "Yaşadığınız bu terör yaşantısından önce hepinizin hayalleri olduğuna inanıyorum. Ulaşmak istediğiniz hedefleriniz vardı. Şimdi o hedeflerinize dönmenizi ve belirlediğiniz hedefleri tekrar düşünmenizi istiyorum. Geleceğe yönelik planlarınız nelerdir? Nerede ve kimle olmak istiyorsunuz? Kim paylaşmak ister? diyerek etkinliğe başlar. 3. Gönüllü öğrencilerin katılımıyla etkinlik başlar. Sırayla bütün öğrencilerin geleceğe yönelik hedefleri, hayalleri dinlenir. 4. Bütün öğrencilerin paylaşımlarının ardından uygulayıcı öğrencilerin hedeflerindeki benzerliklere ve farklılıklara dikkat çeker. Tüm öğrencilere paylaşımları için teşekkür eder. 5. Uygulayıcı "Şimdi sizlere birer resim kâğıdı dağıtacağım. Bu resim kâğıdına şimdi ve gelecek arasında bir köprü çizmenizi isteyeceğim. Fakat bu köprünün bazı basamakları eksik. Bu eksik basamaklarını; şüana kadar başardıklarınızla, ulaştığınız hedeflerinizle, hedeflerinize ulaşırken size destek olan kişilerle ve geleceğe dair planlarınızla doldurabilirsiniz."der.

	<p>6. Öğrencilere etkinliği yapmaları için 15 dakika süre verilir. Ardından gönüllü olan öğrenciler çizdikleri resimleri paylaşmaları istenir.</p> <p>7. Uygulayıcı; "Paylaşımlarınız için teşekkür ederim. Her güzel resmin bir ismi olur. Şimdi sizin de çizdiğiniz resimlere bir isim vermenizi istiyorum." der.</p> <p>8. Gönüllü olan öğrenciler resimlerine verdikleri isimleri ve neden bu ismi seçtiklerini paylaşır.</p> <p>9. Uygulayıcı öğrencilere paylaşımlarından dolayı teşekkür eder.</p> <p>10. Uygulayıcı etkinliği topladıktan sonra öğrencilere bu oturumun son oturum olduğu hatırlatmasını yapar ve öğrencilere iyi dileklerde bulunarak vedalaşır. Öğrencilerin ihtiyaç duymaları halinde kendisine nasıl ulaşabilecekleri bilgisini verir ve oturumu sonlandırır.</p>
Kazanımın Değerlendirilmesi:	Etkinliğin sonunda bütün oturumların değerlendirilmesi ve öğrencilerin bu eğitim sürecinde ne kazandıklarını ifade etmesi sağlanır.
Ödevler:	Öğrencilerden çizdikleri köprüleri arkadaşlarına ve ailelerine göstermesi istenebilir.
Uygulayıcıya Not:	Öğrenciler şu an ve gelecek arasındaki köprüyü kurgulamakta zorlanabilirler. Böyle bir durumda uygulayıcı kendisine ait köprüyü gösterebilir. Bazı öğrenciler resim çizmede ve isim vermede güçlük yaşayabilirler. Bu öğrencilerin cesaretlendirilmesi gerekli olabilir.
Etkinliği Geliştiren:	-
Ek:	-

PSİKOEĞİTİM PROGRAMI GENEL DEĞERLENDİRME FORMU
(Bu form Uygulayıcı tarafından doldurulacaktır)

Okulun Adı	:
Uygulayıcının Adı Soyadı	:
Uygulayıcının Unvanı	:
Programın Uygulandığı Sınıf	:

Programa Katılan Öğrencilere İlişkin Bilgiler					
S.No	Oturumlar	Oturum Tarihi	Kız	Erkek	Toplam
1	1. Oturum				
2	2. Oturum				
3	3. Oturum				
4	4. Oturum				
5	5. Oturum				
6	6. Oturum				
7	7. Oturum				
8	8. Oturum				
9	9. Oturum				
10	10. Oturum				
11	11. Oturum				
12	12. Oturum				
TOPLAM					

Sayın uygulayıcı, aşağıda listelenmiş ifadeleri okuyun ve ifadelerde yer alan duruma ilişkin değerlendirmenizi ilgili sütuna (X) işareti koyarak belirtin.

	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum
Oturum yönergeleri öğrenciler için açık ve anlaşılırdı.			
Oturumda yer alan açıklamalar öğretmenler için yeterliydi.			
Oturum öğrenciler için ilgi çekiciydi.			
Oturum öğrencilerin yaşına ve gelişim düzeyine uygundu.			
Oturum süresi etkinliğin uygulanması için yeterliydi.			
Oturumun amaçlarına ulaştığını düşünüyorum.			

Zorlayıcı Yaşam Olayından İleri Düzeyde Etkilendiği Düşünülen Öğrenci Sayısı		
Kız Öğrenci Sayısı	Erkek Öğrenci Sayısı	Toplam Öğrenci Sayısı
.....

RPD Servisine Yönlendirilen Öğrenci Sayısı	:
*Rehberlik ve Araştırma Merkezine Yönlendirilen Öğrenci Sayısı	:
*Sağlık Kuruluşuna Yönlendirilen Öğrenci Sayısı	:

* Bu bölümleri psikolojik danışman/rehber öğretmen dolduracaktır.

KAYNAKLAR

- Adjukovic, M. (1996). Mothers' perception of their relationship with their children during displacement: A six month followup. *Child Abuse Review*, 5, 34-49
- Aker, A. T., Sorgun, E., Mestçioğlu, Ö., Karakaya, I., Kalender, D., Acar, G., ... & Acicbe, Ö. (2008). İstanbul'daki bombalama eylemlerinin erişkin ve ergenlerdeki travmatik stres etkileri. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(61), 63-71.
- Arroyo, W., & Eth, S. (1996). Traumatic stress reactions and posttraumatic stress disorder (PTSD). In R. Apfel & B. Simon (Eds.), *Minifields in the heart: The mental health of children in war and communal violence*. New Haven, CT: Yale University Press
- Baker, A. & Shalhoub-Kevorkian, N. (1999). Effects of political and military traumas on children: the Palestinian case. *Clinical Psychology Review*, 19 (8), 935-950.
- Bowman, S. (1994). *When the Eagle Screams*, Carol Publishing Group. New York, NY.
- Cohen J.A, Mannarino A.P, Gibson L.E, Cozza S.J, Brymer MJ, Murray L (2006). *Interventions for children and adolescents following disaster*. In: Ritchie EC, Watson PJ, Friedman MJ (Eds.), *Interventions following Mass Violence and Disasters* (pp. 227-256). New York: Guilford Press
- Danieli, Y., Brom, D., & Sills, J. (2005). The trauma of terrorism: Contextual considerations, 1-17. Danieli, Y., Brom, D., & Sills, J., (eds.), *The trauma and terrorism: Sharing knowledge and shared care an international handbook*. The Haworth Maltreatment & Trauma Press, NY.
- Dodge, K. A. (1993). Social-cognitive mechanisms in the development of conduct disorder and depression. *Annual Review of Psychology*, 44, 559-584
- Eşsizoğlu, A., Yaşan, A., Bülbül, İ., Önal, S., Yildirim, E. A., & Aker, T. (2009). Bir terörist saldırı sonrasında travma sonrası stres bozukluğu gelişimini etkileyen risk faktörleri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(2).
- Gabriel, R., Ferrando, L., Cortón, E. S., Mingote, C., García-Camba, E., Liria, A. F., & Galea, S. (2007). Psychopathological consequences after a terrorist attack: An epidemiological study among victims, the general population, and police officers. *European Psychiatry*, 22(6), 339-346.

- Galante, R., & Foa, D. (1986). An epidemiological study of psychic trauma and treatment effectiveness for children after a natural disaster. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 25, 357-363.
- Gard, B.A., & Ruzek, J.I. (2006). Community mental health response to crisis. *Journal of Clinical Psychology*, 62(8):1029-1041
- Geifman, A. (1992). Aspects of early twentieth-century Russian terrorism: the socialist-revolutionary combat organization. *Terrorism and Political Violence*, 4(2), 23-46.
- Hagan, J. F. (2005). Psychosocial implications of disaster or terrorism on children: A guide for the pediatrician. *Pediatrics*, 116 (3), 787-795.
- Inness, M. and Barling, J. (2007). Terrorism and work, in Rogelberg, S.G. (Ed.), *Encyclopedia of Industrial and Organizational Psychology*, Vol. 2, Sage Publications Inc., Thousand Oaks, CA, pp. 795-7.
- James, B. (1994). *Handbook for treatment of attachment-trauma problems in children*. New York: Free Press
- Knemeyer, A.M., Walter, Z.& Cuneyt, E. (2009). Proactive planning for catastrophic events in supply chains. *Journal of Operations Management*, 27 (2).141-53.
- Lader, M.H. & Wing, L. (1966). *Physiological measures, sedative drug, and morbid anxiety*. Oxford University Press, London, UK.
- Macksoud, M.S. & Aber, J.L. (1996), "The war experiences and psychosocial development of children in Lebanon", *Child Development*, Vol. 67 No. 1, pp. 70-8.
- Matthews, K.A., Scheier, M.F., Brunson, B.I. & Carducci, B. (1989). Why do unpredictable events lead to reports of physical symptoms?. in Miller, T.W. (Ed.), *Stressful Life Events*, International University Press, Madison, CT, pp. 91-100.
- Norris, F. H., Friedman, M. J., & Watson, P. J. (2002). 60,000 disaster victims speak: Part II. Summary and implications of the disaster mental health research. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 65(3), 240-260.
- Orner, R. J., Kent, A. T., Pfefferbaum, B. J., Raphael, B., & Watson, P. J. (2006). The context of providing immediate postevent intervention. *Interventions following mass violence and disasters: Strategies for mental health practice*, 121-133.

- Osofsky, J. (1995). The effects of exposure to violence on young children. *American Psychologist*, 50, 782-788.
- Perry, B. D. (2001). The neurodevelopmental impact of violence in childhood. In D. Schetky & E. Benedek (Eds.), *Textbook of child and adolescent forensic psychiatry* (pp. 221-238). Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Ryan, A.M., West, B.J. & Carr, J.Z. (2003), "Effects of the terrorist attacks of 9/11/01 on employee attitudes", *Journal of Applied Psychology*, Vol. 88 No. 4, pp. 647-59
- Schlenger, W. E., Caddell, J. M., Ebert, L., Jordan, B. K., Rourke, K. M., Wilson, D., ... & Kulka, R. A. (2002). Psychological reactions to terrorist attacks: findings from the National Study of Americans' Reactions to September 11. *Jama*, 288(5), 581-588.
- Shaw, J. A. (2000). Children, adolescents and trauma. *Psychiatric Quarterly*, 71, 227-243.
- Shaw, J. A., Espinel, Z., & Shultz, J. M. (2007). *Children: Stress, trauma and disaster* (p. 141). Florida: Disaster Life Support Publishing.
- Sinclair, S.J. (2010). Fears of terrorism and future threat: theoretical and empirical considerations. in Antonius, D., Brown, A.D., Waletts, T.K., Ramirez, J.M. and Sinclair, S.J. (Eds), *Interdisciplinary Analyses of Terrorism and Political Aggression*, Cambridge Scholars Publishing, Newcastle upon Tyne, pp. 101-15
- Stamm, B. H., Tuma, F., Norris, F. H., Piland, N. F., Van Der Hart, O., Fairbank, J. A., ... & Levant, R. F. (2004). The terror part of terrorism. *IEEE engineering in medicine and biology magazine*, 23(1), 149-161.
- Türk Dil Kurum (2021). Terörün kelime anlamı. Erişim Adresi: <https://sozluk.gov.tr/>
- Wolmer L, Laor N, Yazgan Y. (2003). School reactivation programs after disaster: could teachers serve as clinical mediators? *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 12(2). 363-381.
- Young, B.H. (2006). The immediate response to disaster: Guidelines for adult psychological first aid. In: Ritchie EC, Watson PJ, Friedman MJ (Eds.), *Interventions following mass violence and disasters* (pp. 134-154). New York: Guilford Press.
- Zimbardo, P. & Kluger, B. (2003). Overcoming terror: is Washington terrorizing us more than Al Qaeda?. Erişim adresi: www.psychologytoday.com/articles/200307/overcoming-terror/



Bu kitap Millî Eğitim Bakanlığının finansal desteği ile hazırlanmıştır.
Bu kitap Millî Eğitim Bakanlığınca ücretsiz olarak verilmiştir. Para ile satılmaz.



**Özel Eğitim ve
Rehberlik Hizmetleri
Genel Müdürlüğü**