

Açık ve Dürüst İletişim

- Çocuğa kaybı haber vermeyi ertelemeyin.
- Olanlarla ilgili ona doğru bilgiler verin.
- Ölen kişinin bir daha geri gelmeyeceğini söyleyin.
- Cenaze töreninde olacıklardan bahsedin.

Karışıklıktan Kaçın

Seyahatten ya da uykudan söz etmeyin.

Olanlarla ilgili tam ve doğru bilgi verin.

Soyut açıklamalardan kaçının.

Yaptığınız açıklamalar çocuğun yaşına uygun olsun.

Kayıp Bir Gerçek Haline Getirin

.Çocuğun cenaze törenine katılmasına izin verin.

- Çocuğu korumak için kendi duygu ve düşüncelerinizi saklamayın.

- Ölen kişiyi hatırlatacak şeyleri saklamayın.

Albümler hazırlayın, resimlere bakın, vs.

- Mezarlığı ziyarete giderken çocuğu da götürün.

- Kayıp ve özlem, çocukların normal tepkileridir. Çocuğa bunları gösterebileceğini hissettirin.

OKUL DÖNEMİ(6-11 YAŞ)

Okul başarısında düşüş

İçe kapanma

Yeme/uyku bozuklukları

Ebeveynlere aşırı bağlanma

Fobik tepkiler

Güven/ destek ihtiyaçlarında sarsılma

Seçici unutkanlık

ERGENLİK DÖNEMİ

(12-18 YAŞ)

Okul başarısında düşüş

Öfke

İnkar

Suçluluk

Üzüntü

İntihar düşüncesi

Madde kullanımı , suça yönelme

İçe kapanma

Yeme/ uyku bozuklukları



YAS NEDİR?

Yas süreci her türlü kayıp ve yitim duygusunun yaşandığı döneme verilen isimdir.



ÇOCUKLARIN YAS TEPKİLERİ

OKUL ÖNCESİ DÖNEM(2-6 YAŞ)

Fobik tepkiler

Güven/sevgi destek ihtiyaçlarında sarsılma

İçe kapanma

Yeme /uyku bozuklukları

Ebeveynlere aşırı bağlanma

Seçici unutkanlık

Düşüncelerin Kavranması İçin Zaman Tanıyın

- Zor olan herşeyle ilgili çocukla konuşmak için zaman ayırın
- Çocuğun sorduğu bütün sorular, daha önce de defalarca sorulmuş olsa bile cevaplandırın.
- Olanlarla ilgili olarak, çocukla birkaç defa konuşun.
- Çocuğun geçmişte ve o anda olanlarla ilgili düşünce ve değerlendirmelerini dinleyin.
- Çocuğun olanlarla ilgili resimler yapmasına ve oyunlar oynamasına izin verin ki, duygularını kendi “dilinde” ifade etmesi sağlamış olsun.

Çocuğun Anne ve Babasının Ölmesinden ya da Kendi Ölümünden Korktuğu Durumlarda Kaygısını Azaltmak İçin

- Çocuğun korkularıyla ilgili konuşun. Ona anne ve babasının yanında olacağı güvencesini verecek, ölümün ya da kaybın her zaman yaşanan bir şey olmadığını söyleyin.

Çocuğu Yas Yaşayan Anne Babalara Yönelik Öneriler

Evde, Okulda, Kreşte Devamlılık

- Çocukların, örneğin büyükanne ve büyükbabada kalarak evden uzaklaştırılmalarından kaçının; kısa ayrılıklar bile çocuğu kaygılandırabilir.
- Evde normal düzeni sürdürmeye çalışın.
 - Çocuğun yakınlık ve güven ihtiyaçlarının artmış olabileceğini kabul edin.
- Çocuğun en kısa zamanda okul ya da kreşe gitmesine izin verin

Çocuğun Muhtemel Suçluluk Duygularını Ortadan Kaldırmasına Yardım Etmek İçin

- Çocuğun düşündüklerini söylemesine, onlarla ilgili oyunlar oynamasına ve resimler yapmasına izin verin.
- Olanların nedeninin düşündükleri ya da yaptıkları olmadığı konusunda ona güvence verin

T.C. SEYHAN KAYMAKAMLIĞI SEYHAN REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



ÖLÜM-YAS TRAVMASI

