



TOSTOS DEDESİNİ ÖZLÜYOR

Yazar : Klinik Psikolog Bahar akır

Resimleyen : Gözde Eyce

Yayınevi : Beyaz Balina Yayınları

Okuyan Kişi : Beren Saat

Yaş Aralığı : +3 Yaş

Ülkemizde yaşanan Kahramanmaraş ve Hatay merkezli depremlerden milyonlarca çocuk, doğrudan veya dolaylı olarak etkilendi.

Çocuklar, özellikle beyinlerinin en hızlı gelişim gösterdiği erken yaşlarda, afet ve krizlerin olumsuz etkilerine karşı savunmasız hale gelir. Bu büyük afet sonrası yaşanan kayıpları anlamlandırma süreci de çocuklar için kaygı verici olabilir.

Bu nedenle, Okuyan Bir Gelecek projemizin dijital platformuna, depremden etkilenen çocuklar ve ailelerini desteklemek üzere yeni kitaplar ekliyoruz.

Proje kapsamında seçtiğimiz “Tostos Dedesini Özlüyor” kitabında, yaşanan bir kayıp, kitabın kahramanı aracılığıyla hikyeleştiriliyor ve bu kayıp sonucu ortaya çıkan zorlayıcı duygular ile baş etme yolları aktarılıyor.

Hikyeyi dinlerken çocuğunuz ile etkileşiminizi artırmak için aşağıdaki önerileri uygulayabilirsiniz.

- 30. Sayfada kahramanımız Tostos, ayaklarıyla sağa sola salınır gibi adımlar atarak mırıldanıyor. Sağa sola adımlar atarak keyifli bir şeyler düşünmek rahatlamamızı sağlar. Siz de çocuğunuzla birlikte bu sayfayı okuduktan sonra ayağa kalkıp sağa sola adımlar atarak sevdiğiniz bir şarkıyı birlikte mırıldanıp dans edebilirsiniz.
- 34. Sayfada, dede kaplumbağa kabuğunun üstünde ters dönüyor ve bir daha ayağa kalkamıyor. Burada eğer çocuğunuzun tam olarak ne olduğunu anlamaya ihtiyacı olduğunu fark ederseniz birlikte akıl yürütebilirsiniz. Örneğin; “Bir daha ayaklarının üstüne basıp yürüyemezsen ne olur?” gibi sorular sorabilirsiniz. Ayrıca çocuğunuz ölümle ilgili sorular sorarsa, onunla konuşurken aşağıda yer alan **Çocuğa Ölümü Anlatmak** kısmından faydalanabilirsiniz.
- 38. Sayfada, hikyenin sonuna geliyoruz. Bu hikyenin konusu, biz yetişkinlerin de üstüne konuşmakta ve kabullenmekte zorlanabileceği ‘ölüm’ üzerine. Bu nedenle hikyenin sonunda çocuğunuzla birbirinize sarılabılır, güzel günlerinizi tam da şimdi hatırlayabilir ve bu anın tadını çıkarmayı deneyebilirsiniz.

Çocuğa Ölümü Anlatmak:

Çocuğa ölümü anlatmak, ebeveynler için zorlayıcı görülebilir. Çocukların sorularını yanıtsız bırakmamak, bu konuşmayı yaparken çocuğun yaşını dikkate almak ve sorulara kısa ve net yanıtlar vermek önemlidir.

“Sen daha küçüksün, büyüyünce konuşuruz, bu konular konuşulmaz.” gibi yanıtlar vermek, çocuğun hem bu soruların yanıtlarını başka yerlerde aramasına neden olur hem de sizinle iletişimini olumsuz etkiler.

Çocuklar, ölen kişinin nereye gittiğini merak edebilir. Okul öncesi dönemdeki çocuklara ölümü anlatırken ölen kişi için *“Melek oldu, uçtu, yukarıdan bizi görebiliyor ve duyabiliyor, ebedi uykusuna yattı, uzaklara gitti”* gibi benzetmeler yapmak, çocukta kafa karışıklığı ve endişe yaratabilir. Bu tür soyut yanıtlar verildiğinde çocuğun zihninde bir şey canlanmayacaktır. Çocukların ilkokula başlayana, yani yaklaşık 7 yaşına kadar soyut kavramları anlama becerileri henüz gelişmez. Göremedikleri, duymadıkları, dokunamadıkları şeyleri kavrayamazlar. Bu yüzden onlara açıklamalarımızın somut ve anlayacakları şekilde olması çok önemlidir.

Benzer şekilde, bir ölüm haberini *“O çok yaşlıydı, o yüzden öldü.”* diye paylaşmanız, çocukta yine ebeveynlerinin de bir gün yaşlanıp onu terk edeceklerine dair bir korkuya neden olabilir. Bunun yerine, ölen kişinin artık yanınızda olamayacağını, göremeyeceğiniz bir yerde olduğunu, ama onu sevmeye devam edebileceğinizi anlatabilirsiniz. Çocuklar, bu süreçte *“Siz de ölecek misiniz?”* gibi sorular sormaya başlayabilir. Kendisinin yalnız kalacağına dair bir korku yaşayabilir. Bu durumda çocuğun korkusunu giderecek bir yanıt vermek gerekir; ama *“Biz hiç ölmeyeceğiz.”* gibi doğru olmayan yanıtlardan da kaçınılmalıdır. *“Bizi de ileride kaybedeceğin için korkuyorsun; ama bizler sağlıklı insanlarız. Daha uzun seneler senin yanında olacağız, bize ihtiyacın olduğunda yanındayız.”* gibi bir yanıt verilebilir.