

# Çocukların Depremle İlgili Bilmesi Gerekenler



Türkiye aktif fay hatları üzerinde yer aldığından deprem gerçeğini de kabullenmeli. Çocuklar davranışlarını ve toplumsal kuralları ebeveynlerinden, öğretmenlerinden ve büyüklerinden öğrendiği için de onları depreme hazırlamak gerekir. Büyükler kendini depreme ne kadar iyi hazırlarsa çocuklar da onlarla aynı davranışı sergileyecektir. Okullarda yapılan tatbikatlarda ve anlatımlarda olabildiği gibi öğrendiğiniz bazı tedbirleri çocuklara aktararak da deprem öncesi ve deprem sonrasında yapabileceklerini basit bir dille onlara anlatmalısınız.



Merhaba, ben Aslı 🙋  
Efe'nin annesiyim 🤗

Çocuklar özellikle 4-5 yaş döneminde doğal afetlerden ve bunlardan dolayı ölmekten veya ailelerini kaybetmekten çok korkuyorlarmış.

Efe de son dönemdeki deprem haberlerini duydu ve korktu. 0 yüzden bugün ona

**DEPREMİ** anlattım.

Nasıl anlattığımı da sizlerle paylaşmak istedim. 🙋

@uam.simgesnuden



Çocuklar 12 yaşına kadar soyut düşünemezler, bu nedenle depremin neden olduğunu, nasıl olduğunu kavramakta zorlanırlar. Anlamlandıramadıkları bu durum kaygıya ve korkuya sebep olabilir. Bu nedenle depremi somutlaştırarak ve oyun içinde anlatmak daha doğru olur.

@uam.simgesnuden



Çocuklar gerçek hayata oyunla hazırlanırlar. Bu nedenle depremden korkuyorlarsa veya siz depremi anlattıktan sonra oyunlarında depremi konu alabilirler.

**Bu çok normaldir.**

Çocuk depremi oyunlarıyla içselleştirip normalleştirmeye çalışmaktadır. 50 kez de aynı oyunu oynasa o istemediği sürece oyununa katılmayın ve müdahale etmeyin.

@uam.simgesnuden

Bu oyun için dışarıdan toplayacağımız iri taşlar, taşların üzerine yeryüzünü temsil edecek düz bir zemin (karton, tepsi, yastık vb) ve birkaç maket eve ihtiyacımız olacak.

**Haydi oyun oynayalım, etkinlik yapalım 🤗**



Önce çocuğunuzdan taşları dizmesini, ardından üzerine düz zemini yerzeltirmesini isteyin. Ardından maket evlerden birini zemin üzerine (çift taraflı bant, yapıştırıcı vb kullanarak) yapıştırmasını diğerini ise yapıştırmadan koymasını isteyin.

Sonra açıklayın;

- Aradaki karton bizim yeryüzümüze olsun, altındaki taşlar da yerin altındaki taşlar. Üzerindeki de evlerimiz. İstersen camdan bakarak gerçeklerini de görebiliriz.

- Peki yeryüzünün altındaki taşlar sallarırsa ne olur? Haydi taşları hareket ettir bakalım ne olacak?





- Yerin altındaki taşlar bazen hareket edebilir, o zaman yeryüzü ve üzerindeki taşlar sallanabilir. Bu yağmur ve kar yağması gibi doğal bir olaydır. Nasıl kar yağarken üşümek için montumuzu giyip şapkamızı ve eldivenimizi takıyoruz, yağmur yağdığında ıslanmamak için şemsiyemizi açıyoruz, deprem için de bazı önlemler almamız güvende olmamızı sağlar.



- Sen taşları yerinden oynattığında evin biri devrildi ama diğeri sapa sağlam duruyor değil mi? Çünkü onu yapıştırarak dayanıklı hale getirmiştik. Gerçek evler de yapılırken daha fazla demir ve beton kullanılarak devrilmemesi için dayanıklı hale getirilebilir. İşte bizim evimiz de o dayanıklı evlerden. Biz bu eve oturmadan önce buna özellikle dikkat ettik ve dayanıklı olduğu için bu evde oturuyoruz. Yani evimizde güvendesizlik ❖ Ama deprem olursa diye evimizin içinde de bazı önlemler almamız gerekiyor. Haydi birlikte bakalım neler yapabiliriz?



- Sen taşları yerinden oynattığında evin biri devrildi ama diğeri sapa sağlam duruyor değil mi? Çünkü onu yapıştırarak dayanıklı hale getirmiştik. Gerçek evler de yapılırken daha fazla demir ve beton kullanılarak devrilmemesi için dayanıklı hale getirilebilir. İşte bizim evimiz de o dayanıklı evlerden. Biz bu eve oturmadan önce buna özellikle dikkat ettik ve dayanıklı olduğu için bu evde oturuyoruz. Yani evimizde güvendesizlik ❖ Ama deprem olursa diye evimizin içinde de bazı önlemler almamız gerekiyor. Haydi birlikte bakalım neler yapabiliriz?



Sonrasında çocuğunuzla ev içinde hayat üçgeni oluşturabileceğiniz güvenli bölgeleri belirleyin. Bu bölgelerde nasıl durulması gerektiğini oyunlaştırarak anlatın. Özellikle odasının güvenli olduğunu bilmesi kendini daha da güvende hissettirecektir. Odasındaki güvenli bölgeleri birlikte bulup deprem çantasını bu bölgeye bırakabilirsiniz.



Türkiye aktif fay hatları üzerinde yer aldığından deprem gerçeğini de kabullenmeli. Çocuklar davranışlarını ve toplumsal kuralları ebeveynlerinden, öğretmenlerinden ve büyüklerinden öğrendiği için de onları depreme hazırlamak gerekir. Büyükler kendini depreme ne kadar iyi hazırlarsa çocuklar da onlarla aynı davranışı sergileyecektir. Okullarda yapılan tatbikatlarda ve anlatımlarda olabildiği gibi öğrendiğiniz bazı tedbirleri çocuklara aktararak da deprem öncesi ve deprem sonrasında yapabileceklerini basit bir dille onlara anlatmalısınız.

Çocuğu depreme hazırlamak için depremin ne olduğunu ve neden gerçekleştiğini onu korkutmadan, yumuşak bir dille anlatmak öncelikli işiniz olmalı. Konuyu benimseyen bir çocuktan anlatımınız sırasında geri dönüşler almanız, onun da fikirlerini paylaşmasına izin vermeniz hem öğretici hem de eğlenceli bir süreç haline gelebilir. Deprem bilinci değişmeden hayat boyu süreceği için tüm eğitimi bir gün içinde yapmanıza gerek yok. Çocuğunuzun öğrenmesi ve araştırması için ona zaman verin. Bu şekilde bir öğrenme kalıcı olacaktır. Unutmayın, o da öğrendiklerini gelecek nesile aktaracak.

Çabuk korkan ve heyecanlanan yapıları travmatik sonuçların doğmasına neden olabileceğinden çocuğunuzun deprem haberlerinde tekrar tekrar gösterilen afet görüntülerinden uzak tutulmalıdır. Çocuk televizyonda gördüklerinin aynısının tekrar gerçekleşeceğini düşünerek korkuya kapılabilir. Çocuklar anne, baba, öğretmen gibi kişilerden "biz senin yanındayız" benzeri güven içeren sözleri duymak isteyebilir.

Çocukların deprem hakkında bilmesi gerekenleri uygun bir dille anlatabilmeniz için aşağıdaki

## 1. Anlayabileceği dilde anlatın

Çocuğunuzun depremi anlayabilecek olgunlukta olduğundan emin olun. Yeryüzünde meydana gelen sarsıntıların doğal bir oluşum olduğunu, eğer güvende olunursa, depremin zarar verme olasılığının olmadığını anlatabilirsiniz. Okul binasının ve evinizin incelenerek sağlamlığının onaylandığını duymak, ilk bilmek istediği şey olacaktır. Konuşmanız sırasında kafasını karıştırabilecek ekstra bilgiler vermeyin ve onu korkutmayın. Soru sormasına izin verirseniz, endişelerinin giderilmesine yardımcı olursunuz.

## 2. Hazırlıklarınızı birlikte yapın

Tüm aile fertlerinin ihtiyacı olan malzemeleri koyacağınız deprem çantasını çoğunuzla birlikte hazırlayın. Depremden sonra eviniz hasar almasa da dışarıda kalmanız gerekebileceğini ona anlatın. Bu çantada ona ait eşyaların da yer aldığını görmesi onu rahatlatacaktır. Deprem çantasında olması gerekenler:

- Su
- Enerji veren yiyecekler
- Yedek pilleri ile radyo ve fener
- İlk yardım çantası
- Kişisel reçeteli ilaçlar (kalp, damar, tansiyon, şeker için hormonal ilaçlar)
- Bir kat giysi
- Bir miktar para
- Çakı
- Düdük
- Kalem, kağıt
- İçinde önemli telefon numaralarının ve iletişime geçilecek kişilerin bilgilerinin bulunduğu su geçirmeyen bir dosya
- Çocuklar, yaşlılar, engelliler ve ev hayvanları için özel malzemeler
- Tuvalet kağıdı, tuvalet atıkları için naylon poşetler

## 3. Deprem anını anlatırken dikkatli olun

Çocukların deprem anını bilmesi gerekir ki bu noktada korkmaları ve heyecanlanmaları normal ancak kullanılan anlatım dili korkunun geçici olmasında etkilidir. Günümüzde depremin büyüklüğüne uygun olarak hazırlanan simülasyon araçlarıyla okullarda eğitim veriliyor. Bu araçlardaki eğitimlerin konusunda uzman ve çocuk dilinden anlayan kişiler olması gerekiyor. Eğitimler sırasında eşyaların neden sabitlenmesi ve ne şekilde korunmak gerektiği konularında uygulamalı olarak deprem anı yaşatılabiliyor.

## 4. En basit haliyle "deprem nedir?"

Dünya çekirdek, manto ve yer kabuğu olmak üzere 3 ana bölümden oluşur. "Çekirdek" dünyanın merkezinde, en iç kısımda bulunur ve en sıcak kısımdır. Manto, çekirdeğin üzerindedir ve kalın, sıcak lav durumundaki erimiş kayalardan oluşur. Yer kabuğu ise en dışta yer alır ve büyük, soğuk levhalardan oluşur.

Çekirdek mantodan daha sıcak olduğu için mantoyu yukarı doğru hareketlendirir. Yer kabuğu da mantodan soğuk olduğu için manto yukarıda soğur ve tekrar aşağı doğru hareket etmeye başlar. Bu hareketlilik levhaların hareket etmelerine neden olur. Bir levha başka bir levhaya dayandığında, arada kayalar kalır ve sıkışır. Bunun sonucunda kayalar yerlerinden oynar ve kırılır. Bu levhalardan bazıları

Avrasya, Afrika , Arabistan, Hint-Avustralya, Kuzey Amerika, Güney Amerika, Nazca ve Pasifik levhalarıdır.

Levhalar yılda birkaç santimetreye kadar yer değiştirebilirler. Hareket ettiklerinde oluşan sıkışma ve gerilmeler sonucunda yer kabuğunun bazı bölümlerinde yüzyıllar boyunca birikmiş olan büyük bir enerji ortaya çıkar. Bu hareketli kesimlere kırık (fay) adı verilir.

## 5. Soğukkanlı olmalarını sağlayın

Çocuğunuza deprem anında yapacağı şeyleri sırasıyla öğretin. Ne kadar iyi öğrenirse deprem anında o kadar soğukkanlı olacaktır. Ona evde deprem anında yapabileceklerini anlatabilirsiniz. Diğer aile fertlerinin de katılabileceği uygulamalı bir öğretme yolu seçebilirsiniz. Öncelikle:

- Güvenli bir yere geçerek diz üstüne çökün
- Başınızı ve ensenizi korumanız gerektiğini gösterin
- Deprem anında heyecanlanmak normaldir. Bu nedenle sakinleşerek, nefes alış verişlerin düzenlenmesi gerektiğini belirtin
- Sağlam bir yere tutunarak sarsıntı bitene kadar bu yerden ayrılmamaları gerektiğini söyleyin
- Balkona çıkmanın ve merdivenlere koşmanın yanlış davranışlar olduğunu söyleyin
- Şömine ve sobadan uzak durulması gerektiğini söyleyin
- Deprem sonrasında elektrik kesintileri yaşanabileceğinden asansörün değil, merdivenlerin kullanılması gerektiği konusunda uyarın

Çocuğunuzu, depremin ne zaman gerçekleşeceği belli olmadığı için deprem anında dış mekanda bulunuyorsa, binalardan uzaklaşarak açık bir alana doğru gitmesi gerektiği konusunda uyarın. Deprem sırasında yüksek binalardan düşebilecek maddelerin zarar vermemesi için başını koruması gerektiğini çocuğunuza sıklıkla tekrarlayın.

## 6. Evdeki güvenli ve tehlikeli yerleri gösterin

Çocuğunuza depremin oluşumu, neden olduğu gibi detaylı bilgileri vermek yerine onun güvenliğini sağlamak önceliğiniz olmalı. Bu nedenle deprem anında apartmanın dış duvarlarının tehlikeli olabileceğini, koridorlarınsa daha güvenli olduğunu söyleyebilirsiniz.

Tablo, süs eşyaları, devrilebilecek mobilya gibi nesnelerin zarar verici olduğunu çocuğunuza anlatabilirsiniz. Deprem anında dış mekandaysa ağaçlar, tabelalar ve elektrik direklerinden uzak durması gerektiğini de bilmeli.

Güvenli bilgiler çerçevesinde aile için deprem anında sığınabilecekleri bölgeleri birlikte belirlemeniz deprem anında herkese, özellikle de çocuğunuza kolaylık sağlayacaktır.

## 7. Onları görevlendirin

Çocuğunuza deprem sonrasında yapabilecekleri hakkında ona bazı basit görevler verebilirsiniz. Örneğin; depremden sonra elektrik, doğalgaz ve su vanalarını kapatmanız gerekiyorsa bunu çocuğunuzun size hatırlatmasını isteyebilirsiniz. Aynı şekilde, deprem çantasını çıkarken unutmamak için hatırlatma yapmasını isteyebilirsiniz.

Yapmak istediği ya da fikir vermek istediği durumlarda kendilerini ifade etmelerine izin vermelisiniz.

## 8. Rahatlığından emin olun

Çocuklardaki gerçeklik, kalıcılık kavramları zamanla oturur. Deprem konusunda da yıkılan binanın geri geleceğini düşünebilir ya da zarar kavramını tam olarak anlamayabilir. Bu normal bir davranıştır ve sıklıkla sorular sorarak bilgileri doğrulamaya çalışır. Eğer çocuğunuzda kaygılar oluşursa oyun, uyku ve yemek yeme rutinlerini iyi takip etmelisiniz. Ona sarılarak, onunla konuşarak, oyun oynayarak kaygılarını anlamaya çalışmalısınız.

Deprem bilgisini çocuğunuza zamana yayarak vermeniz onu gözlemlemeniz için size bir fırsat. Resim, oyun, oyun hamuru gibi aktivitelerle korkusunun dinmesini sağlayabilirsiniz. Çocuđunuzda deprem korkusu 2 haftadan daha fazla bir sürede uyku problemi yaratıyorsa uzmana danışmanız gerekebilir.

Etkili fay hatları üzerinde yer alan Türkiye yakın tarihlerde yıkıcı özellikte depremler yaşadı. Deprem riskleri ve depremden korunma yolları konusunda 7'den 70'e bilinçlenme yeteri kadar sağlandığında, zarar olasılıkları da ortadan kalkmış olacaktır.