

**AFETZEDELERE
YÖNELİK
MANEVİ İLK
YARDIM**

**(ÖNE ÇIKAN
UYGULAMA ALANLARI)**





Çocuklara Vefat Haberi Verirken Manevi İlk Yardımı Nasıl Uygulamalısınız?

- Çocuğun yakını afet sonrası kayıpsa veya vefat ettiyse bunu çocuktan saklamayın ve söylemeyi geciktirmeyin. Belirsizlik, onun beklenti içine girmesine, ne olduğunu anlamlandırmada zorlanmasına ve yas sürecinin gecikmesine sebep olabilir.
- Mümkünse çocuklara ölüm haberini yakınlarının vermesini sağlayın. Acılarını yakınlarıyla daha rahat paylaşabilirler.
- Çocukları farklı bölgelerdeki yakınlarıyla buluşturmak için Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı yetkililerine bilgi verin.
- Vefat haberinin çocuğa nasıl verilmesi gerektiğini yakınlarına kısaca açıklayın.
- Çocuğa vefat haberi vermeniz gerekiyorsa onun yaşını göz önünde bulundurun.
- Çocuğa yakınının vefatını aniden söylemeyin. Aşamalı olarak anlatıp bütün gayretlere rağmen kurtarılamadığını söyleyerek şok yaşamasına engel olun.
- 7 yaşından küçük çocuklar ölüm olgusunu tam olarak kavrayamadığı için söylediklerinizi anlayamayabilirler. Özellikle küçük yaştaki çocuklara vefat haberini oyuncaklar ve hikâyeler aracılığıyla verebilirsiniz.



- Çocukluk döneminde soyut düşünce gelişmediği için daha somut ifadeler kullanın. "Vefat etti, uzaklara gitti, Allah yanına aldı, uyuyor." gibi ifadeler yerine "... öldü" diyebilirsiniz.
- Ahiret, Azrail vb. soyut dinî ifadeler ve uzun cümleler kullanmayın.
- Çocuğun "Nereye gitti?" şeklindeki sorusunu "Cennete gitti." şeklinde cevaplayabilirsiniz ancak detaylı ve özendirici cennet tasvirlerinden kaçının. Çocuk "O zaman biz de gidelim." diyebilir.
- Konuşmada odağın öteki âlem değil, bu dünya olmasına özen gösterin (O şimdi başka bir yerde ama biz buradayız, yanındayım vb.).
- Duygularının anlaşıldığını hissettirin (Evet bu yaşandı, farkındayım üzülüyorsun, üzüntünü paylaşıyorum vb.).
- Çocuğu kendini anlatmaya zorlamayın. Kendisi istediği zaman anlatmasına izin verin.
- Çocuğun aynı soruları tekrar tekrar sorması durumunda sabırla yaklaşın ve cevaplarınızda tutarlı olun. Anlatımlarınızı değiştirmeyin.
- Çocuklar duyduklarından çok hissettiklerine odaklanır. Onlarla uzun konuşmalar yapmayın. O konuşmadığı sürece sessizce oturun ve "yanındayım, güvendesin" mesajı verin.
- 7 yaş öncesi çocukların her türlü duygularını oyunla ifade ettiklerini hatırlayın. Vefat ha-



berinin ardından çocuk oyuna dalarsa bunu doğal karşılayın.

- 12 yaş öncesindeki çocukların mevtayı görmemesine dikkat edin ve mümkün olduğunca yoğun matem ortamından uzak tutun.
- Birkaç gün sonra çocukla birlikte kabir ziyareti yapılabilir. Sakin ve saygılı geçmesi gereken bu ziyaret, mekânsal ayrılığı hissettirerek çocuğun zihninde ölümü somutlaştırır ve kaybı gerçek kılar.
- Çocukların duyguları yoğun ve hayal dünyaları geniş olduğu için onlara ölüm şekline dair detayları (nefessiz kaldı, yıkıntıda ezildi, selde boğuldu vb.) anlatmaktan sakının. Başkalarını da anlatmamaları konusunda uyarın.
- Çocuğun ölümle ilgili sormadığı hiçbir detayı ona anlatmayın. "Bana kim bakacak, ben de ölecek miyim, annem/babam geri gelecek mi?" gibi sorular sorabilir. Bunlara açık, sade, doğru ve kısa cevaplar verin.
- Eğer anne ve babasını kaybetmişse çocuğa kendisiyle kimin ilgileneceğini ve ihtiyaçlarını kimin karşılayacağını açıklayın.
- Bu süreçte bakım verenin sürekli değişmemesi ve yemek, uyku gibi günlük rutinlerin korunması önemlidir. Bunu sağlamak için gerekli önlemleri alın.
- Yakın kaybindan etkilenen çocukların farklı tepkiler verebileceğini göz önünde bulundurun. Hemen oyuna dalabilir, ağlayabilir, içine kapanabilir ve yaşı büyük olsa da altını



ıslatma, kekeleme, tırnak yeme gibi davranışlar sergileyebilirler.

- Çocukların yakınlarının kaybına karşı tepkileri akşam saatlerinde artabilir. Uyuyunca öleceğini zanneden veya kâbus gören çocuklar uyku problemi yaşayabilirler. Bir süre bu tepkiler doğaldır. Böyle zamanlarda çocuğun yanında olduğunuzu hatırlatarak ona kendisini güvende hissettirin.
- Çocuk, vefat eden yakını yanındaymış gibi davranabilir veya fotoğraflarına çokça bakabilir. Çocuğa vefat eden yakını ile hâlâ gönül bağının olduğunu hatırlatın. Onun başka bir dünyada olduğunu, kendisini göremeyeceğimizi ve duyamayacağımızı ancak onun bizi duyabildiğini anlatın. Yürekten bağ kurmasına, sevgi beslemesine ve bu sevgiden destek almasına yardımcı olun.
- Çocuğa kaybettiği kişi için dua edebileceğini, onu düşünerek iyilik yapabileceğini söyleyin. Böylece onu göremese de iletişim hâlinde olabileceğini hisseder.
- “Beraber dua etmek ister misin?” diye sorun ve olumlu cevap alırsanız onun dilinden dua edin. (Allah’ım anne/babamı çok seviyor ve özlüyorum. Onlara iyi bak, bana da yardımcı ol vb.) Cümlelerinizi tekrarlarsa buna izin verin.
- Bundan sonra da onun için dua edeceğinizi söyleyin.



Örnek

“Sana bir haber vereceğim. Annen/baban... depremde/kazada öldü. Ölenler gider ve bir daha geri gelmezler. Ölenler nefes almaz, hareket etmez ve bizimle birlikte olmazlar. Onu özleyebilir ve üzülebilirsin. Ölen kişileri görmesek de onları kalbimizde hissedebiliriz. Her zaman hatırlayabiliriz. Biz senin yanındayız ve güvendesin.”

Yetişkinlere Vefat Haberi Verirken Manevi İlk Yardımı Nasıl Uygulamalısınız?

- Mümkün olduğunca sakin bir ortam bulun veya oluşturmaya çalışın.
- Tek başınıza olmamaya gayret edin. Yanınızda bir çalışma arkadaşınızın veya sağlık ekibi, güvenlik güçleri gibi diğer destek birimlerinin olmasını sağlayın.
- Afetzedeye sakin bir ses tonuyla yakınının vefat ettiğini bildirin ve hemen dua edin (Mekânı cennet olsun vb.).
- Afetzedenin bağırarak, ağlamak gibi tepkilerle duygularını yaşamasına izin verin. O sırada siz sakin kalmaya çalışın. Derin nefes alabilir, içinizden dua edebilirsiniz.
- Afetzede, duygusal tepkilerin yanı sıra kendine veya çevreye zarar verecek davranışlarda bulunursa diğer destek elemanlarıyla müdahale edin.
- Kişinin ağlamasını engellemeyin, dikkatini başka konulara çekmeye çalışmayın.



- Ağlamanın yas sürecindeki olumlu etkisini unutmayın.
- Mümkünse kişinin ağlaması hafifleyene kadar yanında kalın, sakin olun ve dua edin.
- Direktif veren (ağla, ağlama, şükret, dua et, sabret vb.), duyguları bastıran (koca adam-sın ağlama vb.) ve ilave manevi yük yükleyen (Allah'ın gücüne gider, kadere isyan mı ediyorsun, sus vb.) cümlelerden sakının.
- Çevredekilerin vefat dolayısıyla ağlayan kişiye "Kendine hâkim ol, ağlama, ağlamak ölüye azaptır, ağlamak Allah'a isyandır." gibi cümlelerle baskı kurmasına izin vermeyin.
- İlk şok evresinde "daha kötüsü olabilirdi, şükret, sen hayattasın ya" gibi cümlelerden uzak durun. Bunlar umut ve teselli değil, öfke ve çaresizlik oluşturabilir.
- "Ağla açılırsın, iyileşmen için ağlaman lazım." gibi cümleler de kurmayın. Bunun yerine "Ağlamak istiyorsan ağlayabilirsin." diyebilirsiniz.
- O anda aklınıza yapıcı cümleler gelmiyorsa konuşmayın ama göz temasıyla ve izin verdiği ölçüde ona dokunarak yanında olduğunu hissettirin.
- Afettede ölen yakını için dua etmek veya Kur'an okumak isterse ona yardımcı olun.
- Sizden ölen yakını için dua etmenizi veya Kur'an okumanızı isterse hafif ve sakin bir



sesle bu isteğini yerine getirin. İçinden gelirse onun da size katılmasına izin verin.

Örnek

“Biliyorsun ailen enkaz altındaydı, haber bekliyordun. Ben bu haberi aldım. Çok üzgünüm ama gelen bilgiler maalesef üzücü. Vefat etmiş/etmişler. Başın sağ olsun. Mekânları cennet olsun. İnşallah onlarla cennette buluşacaksın. Bundan sonraki süreç için neler yapılabileceğini yetkililerle konuştum. Sana bilgi vermemi ister misin? Ne yapmak istersin şu anda?”

Yas Sürecindekilere Manevi İlk Yardımı Nasıl Uygulamalısınız?

- Yas süreci ile ilgili üç temel kavram hakkında bilgi sahibi olun: Kayıp, yas ve matem.
- “Kayıp”, anlamlı ve değerli görülen bir şeyden mahrum kalmak veya mahrum kalmış gibi bir algıya kapılmaktır. Bu kavram, ölümle ilgili olan veya olmayan bütün kayıplara atıfta bulunur. Kaybedilen şey, aile yadigârı bir nesne olabileceği gibi, bir umut, bir dostluk, bir evlat veya bir vatan olabilir. Afetzedeler birden fazla kayıp duygusunu bir arada yaşayabilir.
- “Yas”, kayıp karşısında verilen fiziksel, psikolojik ve manevi tepkilere işaret eder. Yakınlarını, ev ve işlerini hatta memleketlerini kaybeden afetzedeler yastadır.



- “Matem”, kayıp karşısında verilen toplumsal tepkileri ve belirli kültürel pratikleri yansıtır. Örneğin afet sonrası girdiğiniz bir çadırda matem havası herkesi sarmış olabilir. Yas sürecindekiler, kahve dağıtmak, Kur’an okumak gibi o yörenin matem uygulamalarını yaşatmak isteyebilirler.
- Kayıplar karşısında ortaya çıkan bireysel yas tepkilerinin yanı sıra göreve gittiğiniz bölgenin matem geleneklerini de bilmeniz ve buna uygun davranmanız önemlidir.
- “Başa çıkma”, yas sürecinde kişinin kaybını kabul ettiği sınırlı bir dönemdir.
- “Uyum” ise yas sürecinde kişinin kaybın ardından hayatını yeniden anlamlandırıldığı, bir öz değerlendirme ve değişimin yaşandığı daha kapsamlı ve uzun dönem için kullanılır.
- Yas süreci temelde “şok, inkâr, öfke, pazarlık, depresyon ve kabullenme” dönemlerinden oluşmaktadır. Bu dönemleri araştırarak öğrenin.
- Afetzedenin hangi dönemde olduğuna dikkat edin. Öfke döneminde söylenen motive edici bir sözün ya da depresif dönemde söylenen sakinleştirici bir sözün afetzedenin olumsuz tepkisine yol açabileceğini unutmayın.
- Vefat eden kişiden bahsederken “mevta” ve “rahmetli” yerine, şahsın ismini kullanın veya “anneniz”, “kardeşiniz” deyin.



- Enkaz altında kalanın beden olduğunu, ruhun ise sonsuz olduğunu söyleyin. Ruhun ölümsüzlüğü ile ilgili ayet ve hadislerden örnek verebilirsiniz. Allah'ın insana ruhundan üflediğini ifade buyurduğu ayeti (Secde,32/ 9) veya *"Müminin ruhu, yeniden dirileceği kıyamet günü cesedine geri dönünceye kadar cennet ağaçlarından beslenen kuş gibidir."* (Nesâî, Cenâiz, 117) hadisini hatırlatabilirsiniz.
- Yas sürecindeki afetzedede, vefat eden yakını için *"Onu kaybettim."* diyebilir ama bu ifadeyi siz kullanmayın. Yakınının kaybolmadığını, başka bir âlemde var olmaya devam ettiğini ve onunla gönül bağının hâlâ güçlü olduğunu hatırlatın.
- *"Onu kaybettik."* cümlesi yerine *"Onu Hakk'a uğurladık."* diyebilirsiniz.
- O iyilik yapmaya devam ettikçe vefat eden yakınının bundan nasibdar olduğunu ve sevap kazandığını anlatın. Vefat eden ebeveynin arkasından çocuğun yaptığı iyilikler sadaka-i cariye olarak faydası sürüp giden sevap kaynaklarıdır.
- Vefat eden yakını için yapabileceği eylemleri hatırlatın. Kur'an okumak, onun adına sadaka vermek, zikir ve dua etmek, iyilik ve yardım faaliyetlerine katılmak gibi. Bu, afetzedelerin günlük hayata dönmelerine yardımcı olacaktır.
- Afetzedelere bu dünyada iyi olmalarının ve iyi işler yapmaya devam etmelerinin vefat



eden yakınlarını da memnun ettiğini hatırlatın. Bu bilgi, afetzedelerin normal hayata döndüklerinde kendilerini suçlamalarına engel olacaktır.

- Afetzedenin vefat eden yakınlarının ahiretteki hâllerine ilişkin sorularını doğru bir şekilde cevaplandırın. "Biz çok üzgünüz ama onlar Allah katında hükmen şehit sayılıyor. Rabbim onlara en güzel şekilde muamele edecektir." gibi cümleler kurun. Manevi ilk yardım aşamasında şehitliğe dair bilgileri -her ne kadar doğru da olsalar- müjde üslubuyla vermeyin.
- Vefat eden yakınlarının hâlini dünya ile ilişkilendirerek soranlara, sorunun mantıksız olduğunu ima etmeyin. Örneğin "Bebeğim acıkmıştır, şimdi orada ona kim bakacak?" diyen bir anneye "Bebeğin öldü artık acıkmaz." demeyin. "Cennette ona melekler bakıyor." diyebilirsiniz.
- Yas sürecinde kişinin cenaze ile vedalaşmasının önemli olduğunu unutmayın. Bu nedenle imkânlar ölçüsünde afetzedenin, yakınının naaşı ile konuşarak veya sadece yüzünü görerek veda etmesini sağlayabilirsiniz.
- Mevtanın bedeninin bakılacak durumda olmaması hâlinde afetzedenin onun bir eşyası ile vedalaşmasını sağlayabilirsiniz.
- Vefat eden yakınının son hâlini göremeyen ve defin törenine katılmayan afetzede ona



karşı son görevini yerine getirememekten dolayı suçluluk duyabilir ve size “Yıkandı mı, kefenlendi mi, telkin verildi mi?” gibi sorular sorabilir. Bu durumda afetzedeye “Yakınınız din görevlilerimiz eşliğinde İslami kurallara uygun bir şekilde defnedildi.” cevabını verin.

- Eğer afetzede, vefat eden yakınının usulüne göre yıkanarak defnedilmediği için kabirde huzur bulamayacağından endişe ediyorsa dinimize göre su ile yıkama imkânının olmadığı durumlarda cenazeye teyemmüm yaptırılabilirliğini söyleyin. Aynı şekilde kefen malzemesi bulunamaması ya da cenazenin kefenlenecek durumda olmaması hâlinde ceset torbası ve battaniye gibi örtülerin kefen sayıldığını ve bu şekilde defnedilmesinin dinen caiz olduğunu söyleyin.
- Belli bir süre yası tutulan kayıpların, insana olgunlaşma ve yeni anlamlar keşfetme imkânı sağladığını hatırlayın. Ancak bunu afetzedeye açıkça söylemeyin. Akut dönemde afetzedenin doğal bir şekilde yas tutmasını sağlamaya odaklanın. İleride manevi danışmanlık sürecinde yasın anlamı ve dönüştürücü etkisi üzerine konuşabilirsiniz.
- Afetzedenin olağan akış içerisinde yasını tutabilmesi için gerekli ortamı sağlayın. Onun duygularını bastıracak, manevi anlamda yüreğine yük olacak sözler söylemeyin. Bu sözleri çevresindekilerin söylemesine de izin vermeyin. Aksi takdirde bastırılmış duygular, ilerleyen dönemlerde daha vurucu bir şekil-



de ortaya çıkabilir. “Ertelenmiş yas” denilen bu olguya karşı dikkatli olun ve afetzedenin yas sürecinin akışına dikkat edin.

- Bazı afetzedeler kaybettikleri yakınlarının yerine hayattaki tanıdıklarını koyabilir. Bazı durumlarda bu siz de olabilirsiniz. Afettede sizi vefat eden kızı/oğlu, annesi/babası gibi görürse buna izin verin. Ancak manevi ilk yardım sırasında onunla bir süre görüştükten sonra ayrılacağınızı ima eden sözler kurun ve onun kendi yeni hayatına odaklanmasını sağlamaya çalışın. Kendinizi bu durumdan etkilenmemek için hazırlayın.

Ağır Yaralı Olan ve Uzuv Kaybı Yaşayanlara Manevi İlk Yardımı Nasıl Uygulamalısınız?

- Uzuv kaybı da yas süreci içinde değerlendirilir. Yas sürecindeki aşamalar uzuv kaybı durumunda da geçerlidir, buna dikkat edin.
- Bir uzvunu kaybetmiş veya vücudunda kalıcı hasar meydana gelmiş kişi, hayata nasıl devam edebileceğini bilemediği gibi, bir anlam krizine de girebilir.
- Uzuv kaybı yaşayan veya ağır yaralı olan afetzedeler kendilerini iyi hissedip sizinle görüşmeyi kabul ettiklerinde ilk tanışmadan sonra “Tüm sağlık personeli sizin tekrar sağlığınıza kavuşmanız için ellerinden geleni yapıyor. Tüm ülke size dua ediyor. Arzu



ederseniz ben de sizin için dua edebilirim.” gibi cümleler kurun.

- Vücutlarında meydana gelen kalıcı hasarın kendilerine nasıl hissettirdiğini dinleyin.
- Dinlerken “Böyle düşünmemelisin.” gibi yargılayıcı ifadelerden kaçının.
- “Engelli insanlar neler başarmışlar!”, “Bir uzvunu kaybettin belki ama diğerleri hâlâ sağlam!”, “Peygamberler de yakınlarından büyük kayıplar verdiler ama ayakta kaldılar!” gibi kıyaslayıcı ifadelerden kaçının.
- Afetzedede, yaşadığı olayı dinî referanslarla açıklamak isterse buna izin verin. Sözlerindeki tevekkül, teslimiyet ve sabır içeren ifadeleri pekiştirin ama bu konuları ilk açan siz olmayın.
- Engellilik durumunu veya bedenindeki kalıcı deformasyonları hemen kabullenmesini beklemeyin, aceleci ifadelerden sakının.
- Acısını asla hafife almayın, “Geçti bitti, bir şeyin yok!” gibi ifadeler kullanmayın.
- “Bu duruma alışman zaman alacak ama bunu başaracak kadar güçlü olduğumu görüyorum. Sen enkaz altında pes etmedin, hayata karşı bundan sonra da başarabilirsin!” gibi cümlelerle onun kendine olan güvenini artırın ve eksikliklerine değil, güçlü yönlerine dikkat çekin.
- Afetzedede sık sık geçmişini ifade ediyor, eski güzel günleri anlatıyor ve sürekli afet anın-



dan bahsediyorsa veya gelecek endişelerini dile getiriyor "Bu hâlimle ne yaparım, artık bir işe yaramam." gibi umutsuz sözler sarf ediyorsa onu sözünü bitirene kadar dinleyin. Sonrasında onu içinde bulunduğu zamana getirmeye çalışın. "Şimdi dua etmek ister misin?" gibi.

- Gelecek endişelerine karşı el-Vehhab (çokça ihsan eden), er-Rezzak (rızkı veren) ve el-Fettah (yeni kapılar açan, darlıktan kurtaran) gibi Allah'ın esmâ-i hüsnâsından bahsedebilirsiniz.
- Yaşanan uzuv kaybını fedakârlıkla ifade etmeyin (Kolunu, bacağını feda ettin vb.). Çünkü fedakârlık daha sonra beklentiye neden olur. İlerleyen süreçte karşılanmayan beklentiler ise öfkeye ve çeşitli psikolojik rahatsızlıklara sebebiyet verebilir.
- Beden imajı bozulmuş afetzedelerin öz güven ve öz saygılarını destekleyin. Başarma duygusu yaşamalarına izin verin. Örneğin onlar bir bardağa ulaşıp su içmek istediklerinde bardağı alıp ellerine vermeyin. Zaman olsa da bunu kendilerinin yapmasını bekleyin.
- Acıma hissi oluşturacak her türlü bakış, söz ve davranıştan sakının.
- Kaybettiği organlara ahirette tekrar sahip olup olamayacağı şeklinde soru sorarsa cismani veya ruhani diriliş gibi kelami tartışmalara girmeden kısa ve net cevap verin.



Dünyada yaşadığı sıkıntılar karşısında elde edeceği ilahi mükâfatları anlatın.

- Manevi ilk yardım esnasında engelli konumuna gelmiş afetzedeye iş hakkı, engelli hakları, tazminat gibi devletin sağladığı sosyo-ekonomik kazançlardan bahsetmeyin ve yanında bunlardan bahsedilmesine izin vermeyin. Bu konuları konuşmak için kişinin kabullenme sürecini atlatmasını ve kendisinin sorup araştırmaya başlamasını bekleyin.
- Ona güç ve umut veren eylemleri keşfedip, bunları yapması için teşvik edin ve imkan sağlayın.

Afetzedelere Yardım Eden Diğer Personele Manevi İlk Yardımı Nasıl Uygulamalısınız?

- Göreviniz sırasında afetzedelerin yanı sıra onlara destek sunan kurtarma ve sağlık ekipleri, güvenlik güçleri, sivil toplum gönüllüleri gibi pek çok kişi ile irtibatınız olacaktır. İhtiyaç duyduklarını gözlemlediğiniz zaman onlara da manevi ilk yardım hizmeti sunun.
- Afet sonrası manevi anlamda kendini koruma tekniklerini ve manevi başa çıkma yöntemlerini onlarla paylaşın.
- Dinlenme, beslenme, uyku gibi temel ihtiyaçlarını ihmal etmemeleri gerektiğini hatırlatın. Bunun kendini öncelemek olmadığını, aksine afetzedelere daha çok yardım edebilmek için gerekli olduğunu vurgulayın.



- İçinde bulunduğunuz ağır şartlar nedeniyle uykuya dalmanız zor olacaktır. İlaveten çay, kahve, sigara gibi uyarıcıları tüketmemeye dikkat edin ve diğer destek personeline de bunun gerekliliğini açıklayın.
- Çalışırken mola vermelerini önerin ve molalarda yanlarında olmaya çalışarak sohbet edin.
- Sıkıntılarınızı ve yaşadıklarınızı onlarla paylaşmaktan çekinmeyin, onların paylaşımlarını da özenle dinleyin.
- Konuşmaktan olumsuz etkilendiklerini hissederseniz devam etmeyin. Olumlu ve güç veren örnekleri daha çok paylaşın.
- Kendilerine iyi gelen faaliyetlere zaman ayırmalarını söyleyin ve isterlerse onlara eşlik edin. Örneğin açık havada birlikte kısa yürüyüşler yapmak gibi rahatlatıcı eylemler yapın.
- Nefes egzersizlerini anlatın ve uygulayın.
- Onlara birer insan olduklarını hatırlatın ve yapacaklarının doğal olarak sınırlı olduğunu söyleyin.
- Yaptıkları işleri küçük görmelerine, yapamadıklarını abartmalarına izin vermeyin. Önemli olanın samimiyet ve iyi niyetle Allah'ın rızasını umarak insanlara yardım etmek olduğunu hatırlatın. En küçük bir yardımın bile Allah katında karşılıksız kalmayacağını söyleyin.



- İkincil travma izlerini gözlemleyin. İkincil travma, afete bizzat maruz kalmasa da afet bölgesinde olanlara şahit olmuş kişilerde görülen travmatik etkilerdir. İkincil travmada da afet travması kadar güçlü fiziksel, bilişsel, duygusal, davranışsal ve manevi tepkiler görülebilir.
- Onlara ikincil travma hakkında bilgi verin ve kendilerini kötü hissettiklerinde psikolojik uzman desteği almalarını önerin.
- Destek ekiplerinde görev yapanlara özel dua edeceğinizi söyleyin.
- İsterlerse onlarla birlikte dua edin, ibadet edin, Kur'an okuyun, dinî sohbetler yapın.
- *"Sonra çalışmasının karşılığı kendisine tammam verilecektir."* (Necm, 53/40-41) gibi ayetlerle onlara manevi motivasyon sağlayın.
- Yaptıkları işin sadece bu dünyada önemli olmadığını ayrıca Allah katında da çok değerli olduğunu hatırlatın.



İletişim
Diyanet İşleri Başkanlığı
Dini Yayınlar Genel Müdürlüğü
Basılı Yayınlar Daire Başkanlığı

Üniversiteler Mah. Dumlupınar Bulvarı
No:147/A 06800 Çankaya-ANKARA /TÜRKİYE
Tel : 0 312 295 72 93 - 94
Fax : 0 312 284 72 88
e-mail: diniyayinlar@diyanet.gov.tr