



GAZİEMİR
REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

YIL:1

SAYI :2

TEMMUZ 2020

E-DERGİ



GAZİEMİR REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

1 YAŞINDA.

DOSYA KONUMUZ:

“COVID 19 VE PANDEMİ SÜRECİ”

GAZİEMİR



İmtiyaz Sahibi
Gaziemir Rehberlik ve Araştırma
Merkezi Adına
Cengiz TEĞİŞ
Merkez Müdürü

YAYIN KURULU
Süleyman Yavuz UZUN
Müdür Yardımcısı

Kazım ASLAN
Özel Eğitim Hiz. Bölüm Başkanı

Adnan Tahir GENÇYÜREK
Rehberlik Hiz. Bölüm Başkanı

Şahgarip DOĞAN
Özel Eğitim Öğretmeni

Neslihan DURAV
Rehber Öğretmeni



0232 281 10 81



www.gaziemirram.meb.k12.tr



@gaziemirram35



765993@meb.k12.tr

Yazıların sorumluluğu kişiye aittir.



İÇİNDEKİLER

EDİTÖRDEN SİZE

1



Merkez Müdürü

Cengiz TEĞİŞ'in

MESAJI 2

2



GAZEMİR RAM

1 YAŞINDA

3



FAALİYETLER

4-5

PANDEMİ DÖNEMİ
VE ALINMASI GEREKEN
TEDBİRLER

6-9



PANDEMİ DÖNEMİ

10-12



PANDEMİ DÖNEMİNDE ÇOCUK
RUH SAĞLIĞI

13-16



PANDEMİ DÖNEMİ
PSİKOSOSYAL DESTEK

17-18

COVID-19'UN SOSYOLOJİK,
PSİKOLOJİK VE EKONOMİK
ETKİLERİ

19-22



PANDEMİ DÖNEMİ
UZAKTAN EĞİTİMİ

23-26



EDİTÖRDEN SİZE...

Dünyayı etkisi altına alan Çin'nin Wuhan kentinde ortaya çıktığı söylenen Covid-19 salgını nedeniyle dünya ülkelerinin bir çok konuda tedbir aldığını hepimiz biliyoruz. Ülkemizde bu anlamda büyük önlemler alınmış bulunmaktadır. Ekonomi başta olmak üzere, eğitim, sosyo-ekonomik duurm, sosyolojik yapı ve psikolojik durumlarla ilgili olarak yapılması gerekenler sıralarınırken, Bizler de Gaziemir Rehberlik ve Araştırma Mwerkezi eğitimcileri olarak Covid 19'un etkileri nedeniyle Dünya sağlık Öğrtüt tarafından ilan edilen Pandemi sürecine ilişkin bir araştırma çalışması yaparak sizlere sunmak

istedik. Özveri ile yapılan bu çalışmanın bundan sonraki süreçte faydalı olacağı kanaatindeyiz. Gaziemir Rehberlik ve Aratırma Merkezi yaptığı ve yapacağı bütün çalışmalarını ekip/takım ruhu ile yapmaktadır. Ülke olarak birinci evresini başarı ile tamamladığımız Pandemi dönemi sürecinin ikinci evresini de bireysel ve toplumsal duyarlılıkla atlatacağımızı umut ediyoruz. Vatan ve millet sevdası ile yanan yüreklerin gereken hassasiyeti göstermesinin vatandaşlık görevi olduğunu bilmesi bizleri mutlu etmektedir.

Büyük başarılarla imza atmanın yolunun ekip-takım-ruhu ile gerçekleşeceğinin bilincindeyiz. O nedenle kararlılığımızla en güzellerini yapma gayretindeyiz. Bu sayımızda Dünyanın gündeminde olan Covid 19'u dosya konusu yaparak sizlere sunmak istedik...

Gaziemir Rehberlik ve Araştırma Merkezi olarak 1 Temmuzda 1. Yaş günümüzü kutlamanında ayrı bir heyecanını yaşamaktayız. Bu bir yıl içinde neler yaptık, bu yaptığımız çalışmaları ve heyecanımızı sizlerele

paylaşmaktadanda büyük onur duymaktayız. Alanında etkin ve saygın Uzman görüşlerinden de yararlanacağımız çalışmalara devam edeceğiz.. Saygılarımla

Vatan ve millet sevdası ile yanan yüreklerin gereken hassasiyeti göstermesinin vatandaşlık görevi olduğunu bilmesi bizleri mutlu etmektedir.



Birey ve toplum olarak neredeyse hepimizde olumsuz etki oluşturan Covid19 ve Pandemi sürecine dair çok şey yazıldı, çizildi ve söylendi. Bizde Merkezimiz uzman eğitimcileri ile bu sürece ilişkin bir değerlendirme çalışması yapmış bulunmaktayız.

Alınan kararlara hem toplumsal hem de bireysel uyma nezaketini gösterirsek farkındalığımızı daha da önemli kılacaktır düşüncesindeyiz.

Her şeyden önce can taşıyoruz. Can taşıyanlarla iç içe yaşıyoruz. Emanet olan canları korumak ve onlara zarar gelmesine neden olacak etkenlere karşı alınan tedbir kararlarına uymak gibi hem kanuni hem vicdani sorumluluğumuz bulunmaktadır. Bu süreçle ilgili olarak, son yapılan duyuru çok önem arz etmektedir. Maskeni tak, mesafeni koru ve hijyene dikkat et. Bu üç kural hayati önem taşımaktadır. Bu kurallara uyarsak hep birlikte başaracağımız konusunda şüphemiz yoktur.

Gaziemir RAM 1 Temmuz 2020 tarihi itibariyle 1. Yaşını doldurmuş oluyor. 1 yıl önce başlarken söylediğimiz gibi adından söz ettirecek bir kurum olma yolunda emin adımlarla ilerlemeye devam ediyoruz.

Bir yıl içinde biri online olmak üzere toplam 7 konferans yapıldı. Kurum içi ve okullarda öğrenci veli ve öğretmenlere çalışmalar yapıldı. Resmi/özel okul müdürlerine, müdür yardımcılara özel toplantılar yapıldı. Yüzden fazla kurum kuruluş ve resmi/özel kurum/okullara ziyaretler yapıldı. 23 akademisyenle yapılacak çalışmalar ilişkin görüşmeler yapıldı.

Gaziemir RAM ailesi olarak bütün çalışma arkadaşlarıma ve emeği geçen herkese çok teşekkür ederim. E-dergimizin 2. sayısı hayırlı olsun.

01.07.2020
Cengiz TEĞİŞ
Merkez Müdürü



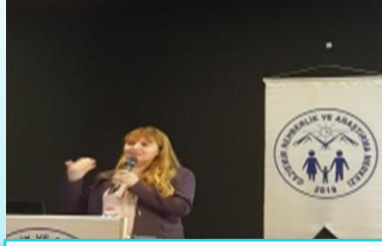
GAZİEMİR REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

“1 YAŞINDA”

MERKEZİMİZİN BİR YIL İÇİNDE YAPTIĞI SEMİNER/KONFERANSLARDAN



Doç. Dr. Aysun DOĞAN



Prof. Dr. Safiye Sunay
DOĞRU YILMAZ



Dr. Ahmet Bilal ÖZBEK



Doç. Dr. Ayşe Dolunay
SARICA



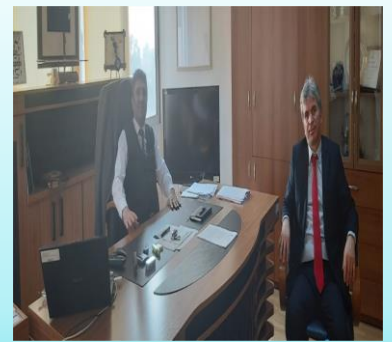
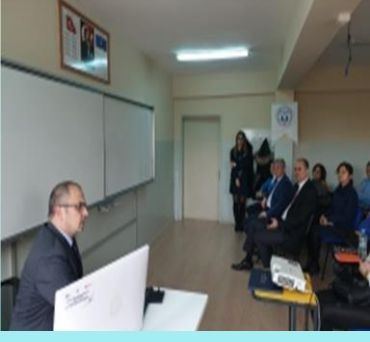
Prof. Dr. Kemal YÜRÜMEZOĞLU
Dr. Burak KARABEY



Prof. Dr. Necati CEMALOĞLU

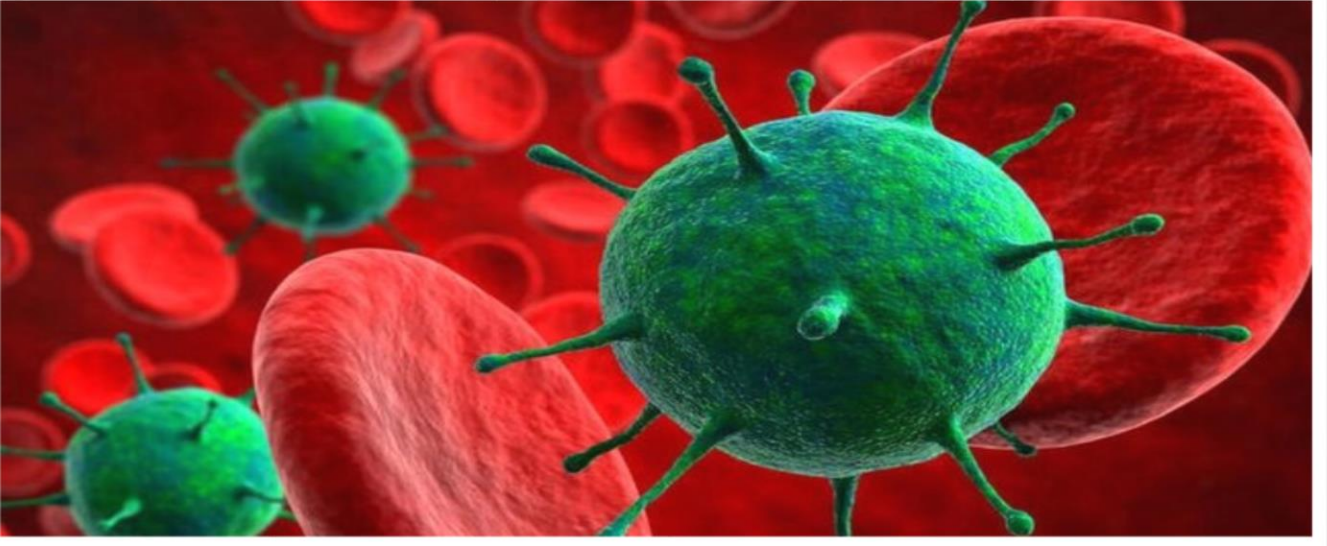


MERKEZİMİZİN BİR YIL İÇİNDE YAPTIĞI ÇALIŞMALARDAN BİR KISMI



MERKEZİMİZİN BİR YIL İÇİNDE YAPTIĞI ZİYARETLERDEN





PANDEMİ DÖNEMİ VE ALINMASI GEREKEN TEDBİRLER...

Dünyamız yepyeni ve hayatlarımızı tamamen etkisi altına alıp değişimi gerektiren bir virüsle karşı karşıya.

Koronavirüsler (CoV), soğuk algınlığı gibi toplumda yaygın görülen, kendi kendini sınırlayan hafif enfeksiyon tablolarından, Orta Doğu Solunum Sendromu ve Ağır Akut Solunum gibi daha ciddi enfeksiyon tablolarına neden olabilen büyük bir virüs ailesidir.

Ülkemizde ilk COVID-19 vakası 11 Mart 2020'de saptanmıştır. Devam eden süreçte Dünyada olduğu gibi ülkemizde de vaka sayılarında artış görülmüştür.

Virüsün hayatımıza girdiğinden beri bu süreçte yeni alışkanlıklar kazandık yeni terimler girdi hayatımıza. Bunlardan biri ise "Pandemi" oldu kuşkusuz.

Peki nedir Pandemi?

Pandemi: pandemiler veya pandemik hastalıklar, bir kıta hatta tüm dünya yüzeyi gibi çok geniş bir alanda yayılan ve etkisini gösteren salgın hastalıklara verilen genel addir.

Kaynağı henüz kesin olarak tespit edilemeyen yasa dışı olarak satılan hayvanlardan bulaştığı düşünülen Covid-19 virüsünün insandan insana bulaşma potansiyelinin çok yüksek olması sebebiyle hayatlarımızda "karantina", "sosyal izolasyon", ve "sosyal mesafe" gibi kavramlarla çok haşır neşir olduk.

Karantina: Bulaşıcı bir hastalığın yayılmasını önlemek için belli bir yerin veya bölgenin kontrol altında tutulup giriş çıkışların engellenmesi biçiminde uygulanan sağlık önlemidir.

Alınacak bireysel önlemlerle toplum düzeyinde riski azaltmak mümkün görünüyor. Bu sebeple alınacak önlemleri bilmek ve bir yandan normalleşmeye çalıştığımız bir yandan da

virüsten korunarak onun varlığını kabullenerek yaşamaya çalıştığımız şu günlerde herkesin üzerine düşeni yapması önem taşımakta. Bu sebeple birçok alanda paylaşılmasına rağmen biz de bu sayımızda alınacak tedbirlerden bahsetmek istedik.

Bireysel olarak alınacak her tedbir, toplumu korur.

Covid-19 virüsüne karşı alacağımız önlemleri bilmek için öncelikle virüsün nasıl bulaştığına bakalım.

Bulaşma Yolu

Hastalık esas olarak damlacık yoluyla bulaşmaktadır.

Ayrıca hasta bireylerin öksürme, hapşırma yoluyla ortaya saçtıkları damlacıklara diğer kişilerin elleri ile temas etmesi sonrasında ellerini ağız, burun veya göz mukozasına götürmesi ve temas etmesi ile bulaşmaktadır.

COVID-19'da toplumun tümü duyarlıdır.

"Bana bulaşmaz" düşüncesi sizi virüsten korumaz.

Belirtileri neler?

Hastalık Belirtileri

Ateş

Öksürük

Solunum Sıkıntısı

NASIL KORUNURUZ?

1. İnsanları yakın temastan uzak tutarak.

Covid-19 virüsü yayılma potansiyeli yüksek bir virüs olduğundan özellikle virüs riski altında yaşadığımız ve aynı zamanda normalleşmeye çalıştığımız bugünlerde hastalığın toplum içinde yayılma hızını azaltmak için yapılması gereken uygulamalardan en önemlisi insanları yakın temastan uzak tutmaktır.

Toplum içinde sosyal uzaklaşma, sosyal mesafe ya da sosyal izolasyon olarak ifade edilen sosyal temastan kaçınma ile bireylerin fiziksel temastan olabildiğince kaçınması anlaşılmalıdır.

Tokalaşma ve sarılmadan kaçınılmalı



2. Ellerimizi sık sık sabunla yıkayarak.



Sabun yoksa alkol içerikli el dezenfektanı kullanılmalı.

Ellerimizi Nasıl Yıkamalıyız?

7

- El yıkama öncesinde ellerdeki yüzük-saat gibi aksesuarlar çıkarılır.
- Akmakta olan su altında eller ıslatılır.
- Bilekler, avuç içi, ellerin sırt ve parmak araları ile tırnakların kenar ve uçları sabun ile köpürtülerek en az 20 saniye süreyle kuvvetlice ovuşturulur.
- Eller su altında iyice durulanır.
- Eller bileklerden başlayarak kağıt havlu ile kurulanır.
- Aynı kağıt havlu ile musluk kapatılır.

3. Sosyal mesafenin yetersiz olduğu alanlarda maske takarak.



4. Kirli ellerle ağız, burun ve göze dokunulmamalı.

Özellikle dış ortama çıktığımızda ve temas ettiğimiz her yüzeyden sonra ellerimizi sabunla yıkamamışsak göz, ağız, buruna dokunulmamalı. Hastalığın bu şekilde bulaştığı unutulmayarak her yüzeyin virüs taşıyabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

5. Kapalı alanları sık sık havalandırarak.

Sosyal mesafeyi her ne kadar korusak da kalabalık ortamlarda bulaşı riskini göz önüne alarak kapalı alanların havalandırılması önem taşımaktadır.

6. Virüsün bulaşmasında bağışıklık sisteminin zayıf olması risk taşıyan bir etken olarak değerlendirilmekte. **O halde bağışıklık sistemimizi güçlendirecek şekilde beslenerek** kendimiz virüsten koruma adına bir adım daha atmış olabiliriz.

7. **Hastalığın belirtilerini kendinizde görüyorsanız evde dinlenmeye kendinizi diğer insanlardan izole etmeye önem verilmeli.** Eğer zor nefes alma, öksürük gibi belirtiler görülüyor ve şiddeti arttıysa sağlık kuruluşuna başvurulmalı.

İzolasyon (yalıtım); bulaşıcı bir hastalığa yakalanan bireylerin, hastalıkları geçene kadar sağlıklı kişilerden ayrı bir yerde tutulmasını ve tedavilerinin gerçekleştirilmesini ifade eder.

8. Hayvansal ürünler tüketilmeden önce iyice pişirilmeli.

Hayvansal gıdaları tüketmeden önce yüksek sıcaklıkta iyice pişmiş olmasına önem vermek bu süreçte dikkat edilmesi gereken hususlardan. Eğer dışarıda yemek zorundaysak güvenilir yerlerde iyi pişmiş gıdalar tercih edilerek tek kullanımlık çatal bıçak kullanımı normalleşme sürecinde alınabilecek küçük ama önemli önlemler arasında.

**Yeni tip korona virüse
özel bir tedavi yöntemi
bulunmuyor.**

Yeni tip koronavirüse özel bir tedavi yöntemi bulunmuyor. Bu sebeple her ne kadar normalleşmeye çalışsak da eski alışkanlıklarımızı bir kenara bırakarak elimizden geldiğince gereken tedbirleri almalıyız.

Peki Ya Çocuklarımız?

Bu süreç çocuklarımızı da etkiledi tabi. Hem fiziki ortamın kısıtlanması hem de okulların kapanmasıyla sosyal ilişki alanlarının daralması ve bu süreci belki bizim kadar anlamlandıramamaları onların psikolojilerini de olumsuz etkilemiş olabilir.

Bu süreçte onlara koronavirüs hakkında ve alınabilecek önlemler hakkında gelişim seviyelerine uygun kaygı düzeylerini arttırmadan bilimsel bilgilerin verilmesi uygun olacaktır.

Çocuğu dinleyerek merak ettiği soruları sormasına izin vererek, ve bu süreçte yapılması gerekenler ile ilgili çocuğa model olarak onların rahatlamaları sağlanabilir. Tabi bu süreçte psikolojik olarak kendini kötü hisseden yetişkinler de olabilir. Onlar ise hem kendilerinin hem de çocukların ve gençlerin bu süreçte yararlanması için Milli Eğitim Bakanlığı tarafından çıkarılan “Salgın Hastalık Döneminde Psikolojik Sağlamlığımızı Korumak İçin Bilgilendirme Rehberi”nden faydalanabilirler.

Kaynakça:

<http://www.covid19bilgi.saglik.gov.tr>
08.06.2020

<http://www.saglik.gov.tr> 08.06.2020

Her şeyden önce can taşıyoruz. Ve can taşıyanlarla iç içe yaşıyoruz. Emanet olan canları korumak ve onlara zarar gelmesine neden olacak etkenlere karşı alınan tedbir kararlarına uymak gibi hem kanuni hem vicdani sorumluluğumuz bulunmaktadır.



PANDEMİ DÖNEMİ



Merkezimiz tarafından yayımlanan dergimizin 2. sayısının ana temasını, içinden geçtiğimiz ve tüm dünyayı etkisi altına alan pandemi dönemi olarak belirledik. 2020 yılı Ocak ayında yayımladığımız ilk e-dergimizin sizlerle buluştuğu günlerde kimin aklına gelirdi değil mi son 2-3 ay içerisinde yaşadıklarımız...

Şubat sonu sınırlarımıza kadar dayanan bir virüsün yaşamımıza getireceği değişikliklerin sonuçlarını bazı bilim insanları dahi kestiremedi. İnsanlık olarak hazırlıksız yakalandık. 16 Mart 2020 itibarıyla okullarımız kurumlarımız çalışmalarına ara verdiğinde neyi, ne kadar ciddiye alacağımızı kestiremez durumdaydık.

Ekran karşısında zaman geçtikçe ‘‘Çin’in Wuhan kentinde ortaya çıkan ve binlerce kişinin ölümüne neden olan korona virüs...’’ cümlesiyle başlayan haber bültenlerini yerini, Sağlık Bakanlığı tarafından günlük olarak açıklanan test ve vaka sayıları aldı. Kendimizi evlere kilitlendik ve hızla alınan yeni tedbirlere uymaya çalıştık. En büyük tedbir olan temastan kaçındık. Sevdiklerimizden uzak, sarılamadan, dokunmadan, öpmeden, koklayamadan günler, aylar hatta bayram günleri geçirdik. Yakınlarımızı kaybedenleri belki uzaktan duyduk, belki en sevdiklerimizin acılarını birebir yaşadık. Bir - iki kuru öksürük bile endişelenmemize sebep oldu, sevdiklerimizin gözünün içine baktık ters giden bir şey mi var düşüncesiyle...

Zaten mevcut olan hijyen kurallarını daha detaylı bir yaklaşımla uygulamaya başladık. Elleri yıkarken saniyeleri saydık. Çamaşır suyu ve sirkeyle, neredeyse evdeki evcil hayvanlarımız dâhil her şeyimizi pakladık. Genellikle hanımların çantalarında yer alan kâğıt mendil, ıslak mendil paketleri artık herkesin cebinde, çantasında kolonya veya el dezenfektan şişelerine dönüştü. Maskelerimizi, siperliklerimizi artık yeni aksesuarlarımız olarak baş tacı ettik, maalesef...



Dünya başka bir yöne evrildi. Hayatımıza dâhil olan bilmediğimiz bir sürü yeni kavramla tanıştık. Pandemi, endemi, epidemi, karantina, bulaş, entübe, mortalite vb. kelimelerini kullanır olduk. Peki, neydi pandemi?

Pandemi, Eski Yunanca'da tüm anlamına gelen παν (*pan*) ile insanlar anlamına gelen δῆμος (*demos*) kelimelerinden türemiştir ve insan sağlığına etki eden, çok geniş bir alanda yayılan ve ölümcül etki gösteren salgın hastalıkların adıdır. Bir hastalık veya tıbbi durum sadece yaygın olması ve çok sayıda insanın ölümüne yol açması nedeniyle pandemi olarak nitelendirilemez, aynı zamanda bulaşıcı olması gereklidir. Örneğin kanser, insanlarda çok sayıda ölüme sebep olan bir hastalık olmasına rağmen bulaşıcı olmadığı için pandemi olarak adlandırılmamaktadır. (Bazı kanser türlerinin bulaşıcı etmenler tarafından ortaya çıkabildiği de unutulmamalıdır).

Endemi, epidemi ve pandemi birbiri ile karıştırılan ancak aralarında fark olan kavramlardır. Bu üç kavramın arasındaki farkı şu şekilde anlatalım;

*Dünyanın yarısından fazlasını hatta neredeyse tümünü etkileyen salgınlara PANDEMİ denildiğinden yukarıda bahsetmiştik.

*Küçük çaptaki salgınlara ENDEMİ denir. Bu salgınlar dünya genelinde bir tehdit değildir yalnızca belirli bir bölgeyi etkiler.

*Daha büyük çaplı salgınlara EPİDEMİ denir. Epidemiler bir ülkeyi etkileyecek kadar büyük olur. Endemi kadar basit değil, pandemi kadar da korkutucu değildir ancak korkutucu olmaması, basite indirgeneceği anlamına gelmez çünkü burada söz konusu bir ülkedir.

Pandemi Nasıl İlan Edilir?



Pandemi, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından ilan edilir. Yeni ortaya çıkan virüsün insandan insana kolay bir şekilde hızlıca yayılıyor olması önemli kriterdir. WHO (Dünya Sağlık Örgütü) tanımlamasına göre bir pandemi ancak aşağıdaki 3 koşulu sağladığında başlamış sayılır:

*Nüfusun daha önce maruz kalmadığı bir hastalığın ortaya çıkışı,

*Hastalığa sebep olan etmenin insanlara bulaşması ve tehlikeli bir hastalığa yol açması,

*Hastalık etmeninin insanlar arasında kolayca ve devamlı olarak yayılması...

Pandeminin toplum düzeyindeki etkisi virüsün bulaştırıcılığına, hastalık oluşturma yeteneğine (virülansına), toplumdaki bireylerin bağışıklık

durumuna, bireyler arası temas ve toplumlar arası ulaşım özelliklerine, risk faktörlerinin varlığına, sunulan sağlık hizmetlerine ve iklime bağlı olarak değişiklik göstermektedir.

İnsanlık Tarihinin Seyrini Değiştiren 11 Salgın Hastalık



İnsanlık tarihinin büyük bölümünde bölgesel ve özellikle kıtasal nüfus nispeten birbirlerinden izole idi. Ancak günümüzde hava, deniz ve kara ulaşımı, yolculuk hızı, yolcu ve mal taşıma hacmi giderek artan oranlarda genişlemeye devam etmektedir. İnsan hareketliliği 18. yüzyıldan bu yana 1.000 kat artış göstermiştir. Özellikle geçen yüzyıldan itibaren kıtalar arası iletişimde büyük artışlar olmuştur.

Sıtma, cüzam, veba, grip, çiçek hastalığı, verem, frengi... Salgınlar ve hastalıklar insanlık tarihinde yeni değil... MÖ 430'da Mora Savaşı'nda ortaya çıkan bilinen eski salgın ile beraber, salgın hastalıklar insanlık tarihi boyunca medeniyetleri etkiledi.

Jüstinyen Vebası (MS 541-750)
Kara Ölüm (1347-1351)
Çiçek hastalığı (15. – 17. yüzyıllar)
Kolera (1817-1823)
İspanyol Gribi veya H1N1 (1918-1919)
Hong Kong Gribi veya H3N2 (1968-1970)
HIV / AIDS (1981 – günümüz)
SARS (2002-2003)
Domuz Gribi veya H1N1 (2009- günümüz)
Ebola (2014-2016)
COVID-19 (2019 – günümüz)

Son yirmi yılda dünya genelinde çok sayıda ciddi enfeksiyon hastalıkları salgınları görülmüştür. Bu salgınlar sadece dünyayı kasıp kavurmakla kalmadı; 2009 yılında biz de bu salgınlardan nasibimizi aldık ne yazık ki... Domuz gribini hatırlamayan yoktur.



Etkilenen ülkelerde salgınlar, yüksek maliyetlere ve binlerce can kaybına neden olmuşlardır. Halk sağlığı altyapıları da harap olmuştur. Pandemiler ve seyahat olguları birlikte değerlendirilirse, gerekli önlemler alınmadığında gelecekte pandemilerin eskiye oranla daha geniş kitleleri etkileyeceği ve daha çok sayıda ölümlere yol açacağı kuşkusuzdur.

Gelecekte sık ve düzenli olarak karşılaşacağımız pandemik enfeksiyon hastalıkları insanlığın en önemli sorunları arasında yer alacaktır.

KAYNAKÇA

<https://www.medikaynak.com/covid19>

<https://www.sozcukitabevi.com/Kitap/mahir-yesildal-salgin-psikolojisi>

<https://arkeofili.com/insanlik-tarihinin-seyrini-degistiren-11-salgin-hastalik/>

<https://tr.wikipedia.org/wiki/Pandemi>

**Alınan kararlara uyma
nezaketini gösterirsek bu hem
toplumsal hem de bireysel
farkındalığımız daha da önemli
kılacaktır.**



Pandemi Döneminde Çocuk Ruh Sağlığı

Dünyamızı etkisi altına alan Covid – 19 (Koronavirüs) nedeniyle fiziksel sağlığımızı korumak ve hastalığın yayılmasını önlemek amacıyla alınan önlemler sonucunda günlük yaşamımızda bir çok değişiklik yaşandı. Hastalığın genel yapısı, (belirtileri, bulaşma şekli, sonuçlarının ölümcül olması vb.), belirsizlik ve alınan önlemler sonucunda günlük rutininin değişmesi, çeşitli nedenleri de göz önüne alırsak insanların kaygı, stres, panik, korku vb. duygular yaşamasına neden oldu.



Yaşanan tüm bu değişiklik ve gelişmeler karşısında bazı dezavantajlı gruplar oluştu. Bu dezavantajlı grupların başında *çocuklarımız gelmekte ve onların dezavantajı belki de ilk defa böyle bir durumla karşılaşılıyor olması değil, biz yetişkinlerin de böyle bir durumla yeni tanışmış olması.* Unutmamak gerekir ki çocuklarımızın yaşları itibarıyla yaşanan olumsuz süreçten daha az etkilenerek yeni ortama uyum sağlamaları belki de yetişkinlerden çok daha kolay olacaktır; ancak bunun da mümkün olması yetişkinlerin alacağı bazı koruyucu ve önleyici tedbirlere bağlıdır. Baltaş, A. ve Z.

(1990), sağlıklı psikolojik gelişimin esas olarak, duygusal ihtiyaçların doğru tanınması ve duygusal doyumun karşılanması ile sağlanacağını; duygusal doyumun sağlanmasının da güven, sevgi, anlaşılma, yaşanılana katılmak ve paylaşmak ile gerçekleşeceğini belirtmişlerdir.

Çocuklarımızın pandemi döneminde fiziksel sağlığı ve akademik gelişimi için hızla önlemler alınmaya başlandı. Zullinger (2005), insan ruh sağlığının eğitim ile yakından ilgili olduğunu ve psikoloji olmadan insanın eğitilemez olduğunu, bilimsel ruhbilimden çok önceleri de eğitimcilerin görevlerini yaparlarken, psikolojik deneyim ve görgülerden yararlandıklarını belirtmiştir. Ayrıca biliyoruz ki yaşamın herhangi bir döneminde yaşanan ruhsal zorlanma gerekli önlemler alınmazsa tüm yaşamı olumsuz etkileyebilmektedir.

“Bir bilim dalı olarak Çocuk Psikolojisi, büyüme ve olgunluk aşamalarını, çevresel faktörlerin bireyin gelişim biçimlerine olan etkisini, **çocukla toplumun diğer üyeleri arasındaki duygusal ve sosyal etkileşimini** konu edinir.” (Yavuzer, 2001, s.15)

Cüceloğlu (1996), çocuğun bazı temel gereksinmelerinin **(dokunulma, sosyalleşme vb.)** erken yaşlarda aile içinde karşılanmazsa, çocuğun *normal gelişiminin sekteye uğrayacağını ve kişilik gelişimlerinin aksayacağını* belirtmiştir.

Yukarıda belirttiğimiz ve insanın olumsuz duygular yaşamasına neden olan etkenler ve bu bilgiler doğrultusunda çocuklarımızın ruh sağlığını olumsuz etkileyen nedenleri genel olarak:

- Uzun süre arkadaşlarından, öğretmenlerinden ve okul ortamından ayrı kalmaları,
- Anne, baba, kardeş ve aile büyükleri (büyükanne, büyükbaba) vb. fiziksel temas kuramamaları,
- Uzun süre dışarıya çıkma ihtiyaçlarının karşılanmaması; evde kalmak zorunda olmaları,
- Oyun ihtiyaçlarının yeterli düzeyde karşılanmaması vb. kısacası daha önce iletişim halinde oldukları bireylerle yeterli düzeyde iletişim kuramamaları şeklinde sıralayabiliriz.

Tüm bunların dışında yakın çevreden birinin sağlığının etkilenmesi, kendi sağlığı ve/veya çevresinden birinin sağlığı için endişelenmesi, **bir yakının kaybı**, iletişim araçları ve iletişim halinde olduğu kişilerden aldığı bilgiler sonucunda hastalık ve yaşanan can kayıplarından haberdar olması, etrafında bulunan kişilerin olaylara verdiği tepkiler, konuları yorumlama şekillerinin yetişkinlerden farklı olması ve bazı kavramlara yabancı olması vb. nedenleriyle ruh sağlıklarının olumsuz olarak etkilenebileceğini belirtmek gerekmektedir.

- **Bir yakının kaybı söz konusu ise mutlaka uzman desteğine başvurulmalıdır.**

“İnsan, normal ve anormal davranışlarıyla biyopsikososyal bir varlıktır.” (Öztürk, 2004, s.15) Swedo ve Leonard (2000, akt. Kuzucu, 2016, s. 5) çocukların sorunlu davranışlarının geçici bir durum mu yoksa daha ciddi bir durum mu olduğunu belirlemenin zor olduğunu belirtmişlerdir. Şenol (2006, akt. Kuzucu, 2016, s. 5) çocukların problem davranışlarına etkili bir şekilde yaklaşmanın zor olduğunu ifade etmiştir. Bu nedenlerle aşağıda yaşanan süreç nedeniyle gösterebilecekleri ortak tepkiler verilmeye çalışılmıştır:

Okul Öncesi Dönem (3 – 6 yaş)

- Yanlarında bulunan yetişkinlere aşırı bağımlılık, yanlarından ayrılmak istememe,
- Ağlama nöbetleri,
- Sinirli, huzursuz, saldırgan ve huysuz davranışlar,
- Fiziksel nedeni olmayan ağrı şikayetleri,
- Aşırı derecede korku duymak, ürkek ve çekingen davranışlar,
- Konuşmada zorlanma, vb.

Okul Dönemi (6 – 11 yaş)

- Dikkat dağınıklığı, motive olamama, ilgi kaybı,
- Uyku ve yeme bozuklukları,
- Yanlarında bulunan yetişkinlere aşırı bağımlılık,
- Sinirli, huzursuz, saldırgan, alıngan ve huysuz davranışlar,
- İç kapanıklık,
- Sürekli salgınla ilgili konuşma isteği ve abartılı konuşmalar,

- Fiziksel nedeni olmayan ağrı şikayetleri,
- Aşırı derecede korku duymak,
- Daha önceleri yapmaktan zevk aldığı şeyleri yapmak istememek, vb.

Ergenlik Dönemi (12 – 18 yaş)

- Dikkat dağınıklığı, motive olamama, ilgi kaybı,
- Uyku ve yeme bozuklukları,
- Daha önceleri yapmaktan zevk aldığı şeyleri yapmak istememek,
- Sinirli, huzursuz, saldırgan, alıngan ve huysuz davranışlar,
- İçer kapanklık,
- Sürekli etrafındakilerle çatışma halinde olmak,
- Davranış sorunları,
- Sürekli salgınla ilgili konuşmak veya tam tersi konuyla ilgili konuşmaktan kaçınmak, vb.

Bu bilgiler doğrultusunda ve ruh sağlığının hassas, uzmanlık gerektiren bir alan olduğunu belirterek aşağıda pandemi sürecinde ve içinde bulunduğumuz normalleşme sürecinde çocuklarımızın ruh sağlığını ve psikolojik sağlamlığını korumaya yönelik bazı öneriler verilmiştir.



Pandemi Döneminde Çocuklar İçin Yetişkinlere Öneriler:

- Öncelikle çocuklarla iletişim halinde olan yetişkinlerin ruh sağlığını ve psikolojik sağlamlığını korumaya çalışması ve gerekli önlemleri alması ve ihtiyaç halinde kendileri için uzman desteğine başvurmaları,
- Çocukların öğretmenleri ile ve uzman kişilerle iletişim halinde olmak ve çocuğun pandemi sürecinden önce iletişim halinde olduğu kişilerle iletişim araçlarını kullanarak iletişim kurmasına imkan vermek,
- Konu ile ilgili güvenilir kaynaklardan bilgi almak,
- Çocuklarımızın konu ile ilgili sorduğu soruları yanıtlamaktan kaçınmak yerine ya da konudan bahsetmekten kaçınmak yerine çocukların yaş grubuna göre bilgiyi net ve anlaşılır bir şekilde çocuğa iletmek.
- Gerekli görüldüğü zaman uzman desteğine zaman kaybetmeden başvurmak,
- Uzaktan eğitim fırsatlarını değerlendirip çocukların akademik gelişiminin kesintiye uğramamasını sağlayarak pandemi döneminden önce çocuğun içinde bulunduğu ortamdaki tamamen uzaklaşmasını engellemek,
- Pandemi dönemi nedeniyle içinde bulunduğumuz koşulların elverdiği oranda aile ve çocuğun günlük

rutininin bozulmamasına özen göstermek,

- Güvenilir kaynaklardan bilgi alıp çocuğumuza iletirken hastalık hakkında alınacak tedbirler hakkında da bilgi vermek ve çocuğun konu ile ilgili güvenilir kaynaklardan bilgi alıp almadığını kontrol ve takip etmek.
- Çocukların duygularını görmezden gelmek yerine kabul etmek, anlamaya çalışmak ve uygun tepkiler vermek,
- Çocuklarla çok fazla zaman geçirmek yerine, kaliteli zaman geçirmeye özen gösterip evde çeşitli oyun, etkinlik ve egzersizleri saatleri düzenlemek,



- Çocuğun ilgi, istek, yaş vb. özelliklerine göre bir serbest zaman alışkanlığı edinmesine yardımcı olmak.

Çocukların gelişim dönemlerinin, içinde bulunduğu koşulların ve bireysel özelliklerinin de farklı olduğu ve her çocuğun aynı olay karşısında farklı tepkiler verebileceğini unutmamak

KAYNAKÇA

BALTAŞ, A.& BALTAŞ,Z. (1990) *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

CÜCELOĞLU, D. (1996). *İçimizdeki Çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

KUZUCU, Y. (2016). *Küçükler İçin Büyüklere*. Ankara: Pegem Akademi.

ÖZTÜRK, O. (2004). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*. Ankara: Nobel Tıp Kitabevi.

YAVUZER, H. (2001). *Çocuk Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

ZULLİGER, H. (2005). *Çocukta Ruhsal Bozukluklar ve Tedavisi*. Kamuran ŞİPAL (Çev. Ed.). İstanbul: Cem Psikoloji.

**MASKENİ TAK
MASAFENİ KORU.
HIJYENİNE DİKKAT ET.**

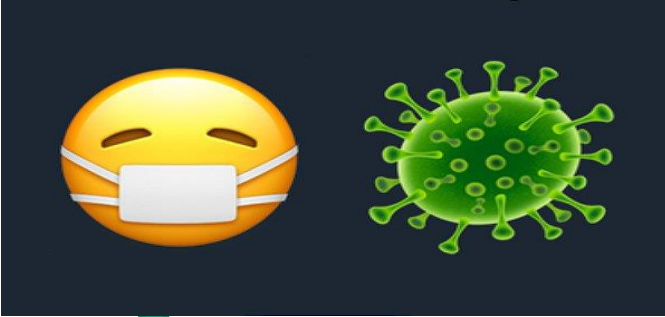


A. Tahir GENÇYÜREK/
Rehberlik Hizmetleri Bölüm Başkanı

PANDEMİ VE PSİKOSOSYAL DESTEK

Son dönemlerde tüm dünyayı etkisi altına alan zorlu bir olayla ile karşı karşıya kaldık. **11 Mart 2020 tarihinde Dünya Sağlık Örgütü** tarafından ilan edilen korona virüs pandemisi tüm dünyanın yaşam alışkanlıklarını değiştirdi.

Değişen yaşam koşullarımız, kimilerimiz üzerinde travmatik etkilere neden oldu. Dünya Sağlık Örgütü (WHO, 2004) travmatik yaşantıyı, olağan dışı ruhsal veya fiziksel bir stresörle kısa veya uzun süreli bir karşılaşma olarak tanımlamıştır. Koronavirüs (Covid-19) Salgını da travmatik bir olay olarak değerlendirmek durumundayız. Normal yaşantımızı etkileyen ve olağan dışı bir durumdur.



Salgın sonucunda kimilerimizin kaybettiği yakınları olabilir ya da yaşadıkları ekonomik sıkıntılar olabilir. Ayrıca uzun bir süre kapalı ortamda sosyal yaşamdan izole bir şekilde kalmak, arkadaşlarımızla görüşmemek, sevdiklerimizin, yakınlarımızın zarar görebileceği düşünceleri insanlarda kaygı, stres gibi tepkilerin ortaya çıkmasına neden olabilir.

Yoğun stres, kaygı , korku gibi tepkiler bu süreçte normal olarak değerlendirilebilir. Bu tepkileri vermek zayıflık olarak değerlendirilmemelidir.

Bazı kişilerin bu tarz olaylardan etkilenme düzeyi ve kişinin hayatına etkisi uzun süreli olmaktadır. Bu tarz durumlarda profesyonel destek almak önem arz etmektedir.



Yaşanan ya da yaşanması muhtemel travmatik olaylara karşı kişilerin psikolojik sağlıklarını arttırmak, sürecin daha az sancılı geçmesini sağlamak için; bakanlıklar, müdürlükler, dernekler bünyesinde (MEB, Sağlık Bakanlığı Türk Psikologlar Derneği, Türk PDR derneği gibi) kurulan ve çalışan Psikososyal destek ekipleri bulunmaktadır. Psikososyal destek ekipleri özellikle travmatik olaya maruz kalmış öğrenciler ve öğrencilerin aileleri ya da yetişkinlere yönelik olarak ,yaşanılan travmatik olaylarda destek sağlamaktadırlar.

11 Mart 2020 tarihinden itibaren ilan edilen korona virüs pandemisinden sonra, ülkemizde eğitim uzaktan olarak devam etmektedir. Bu süreçten etkilenen öğrencilere, öğrencilerin ailelerine ve yetişkinlere yönelik olarak Milli Eğitim Bakanlığı Özel Eğitim ve Rehberlik Genel Müdürlüğü'nün sorumluluğunda bulunan Psikososyal destek ekibi süreçle ilgili olarak çeşitli kılavuzlar hazırlanmışlardır. Aynı zamanda Milli Eğitim Bakanlığı bünyesinde destek

hatları oluşturularak ailelere telefon aracılığı ile de destekler sağlanmaktadır.



Gelinen noktada üç kural hayati önem taşımaktadır. Eğer kurallara uyarsak hep birlikte başaracağımız konusunda şüphemiz yoktur.

Psikososyal destek ekipleri sadece bu tarz büyük kitleleri etkileyen (salgın, doğal afet göç gibi) olaylarda değil aynı zamanda daha az kişinin etkilendiği ve daha spesifik olan (ihmal, istismar, intihar, Ölüm-Yas gibi) olaylarda da önemli destekler sağlamaktadır.

Bu tarz psikolojik destekler; normal seyrinde devam eden hayatımızda yaşanan anormalliklere karşı psikolojik sağlamlılığımızı arttırmak, verdiğimiz tepkilerin normal olduğunu anlamak ve bu tepkilerin etkilerini zamanla atlatarak süreçten daha güçlü çıkmak için oldukça önem taşımaktadır.

Son yaşanan pandemi sürecinde; hayatımız normal seyrinde devam ederken Mart ayından itibaren artık alıştığımız şeylerin dışına çıkmaya ve normal olmayan bir sürece girdik. Kimilerimiz bu sürece çabucak uyum sağlarken kimilerimiz zorlandı. Psikososyal destek ekipleri de bu salgın sürecinden zorlanan her yaşta kişiye destek sağlayarak süreci atlattıklarında yardımcı oldu ve olmaya devam etmektedir. Yaşanılan bu süreç Psikolojik destek sağlayan ekiplerin önemini ve gerekliliğinin bir kez daha göstermiştir.



Milli Eğitim Bakanlığı Özel Eğitim ve Rehberlik Genel Müdürlüğü tarafından korona virüs pandemisine yönelik hazırlanan psikososyal destek rehberlerine [buradan](#) ulaşabilirsiniz.



COVID 19'UN SOSYOLOJİK, PSİKOLOJİK, EKONOMİK VE SAĞLIK ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ



Dünya Sağlık Örgütü tarafından küresel pandemi ilan edilen COVID-19 (Koronavirüs Hastalığı) ilk olarak 2019 Aralık ayının sonunda solunum yolu belirtileriyle (öksürük, ateş, nefes darlığı) Çin'in Vuhan Eyaletinde ortaya çıkmış ve hastalarda yapılan araştırmalar sonucunda da Ocak 2020'de tanımlanmıştır. Bu salgın, sonrasında tüm dünyayı etkisi altına almış ve sadece sağlık alanında değil sosyolojik, psikolojik, ekonomik v.b. pek çok alanda toplumlara etkilemiştir. COVID-19 salgını önemli bir küresel sağlık felaketi haline gelmiş ve insanların yaşadığı büyük zorlukların arasında yer almıştır.

COVID-19'un Sağlık Üzerindeki Etkileri;

Pek çok alanda insanların hayatını etkileyen ve oldukça bulaşıcı olan virüs, hasta bireylerin öksürmeleri aksırmaları ile ortama saçılan damlacıkların solunması ile bulaşmaktadır. Hastaların solunum parçacıkları ile kirlenmiş

yüzeyle dokunulduktan sonra ellerin yıkanmadan yüz, göz, burun veya ağza götürülmesi ile de virüs bulaşabilmektedir.

Hastalık bulaşan bazı kişiler taşıyıcı olmalarına rağmen sağlıklarında bozulma olmadan ve belirti vermeden bu hastalığı atlatabilmektedirler. Fakat genel olarak insan sağlığı üzerinde ciddi etkileri olmakta ve hatta ölümlerle dahi sonuçlanabilmektedir. En sık rastlanan belirtiler hasta kişide ateş, öksürük, nefes darlığıdır. Aynı zamanda baş ağrısı, boğaz ağrısı, burun akıntısı, kas ve eklem ağrıları, aşırı halsizlik, yeni ortaya çıkan koku ve tat alma duyusu kaybı, ishal gibi belirtiler de görülebilmektedir. Şiddetli vakalarda zatürre, ağır solunum yetmezliği, böbrek yetmezliği ve ölüm gelişebilmektedir.

Hastalıktan En Çok Etkilenen Kişiler:

- 60 yaş üstü olanlar
- Ciddi kronik tıbbi rahatsızlıkları olan insanlar:
 - Kalp hastalığı
 - Hipertansiyon
 - Diyabet
 - Kronik Solunum yolu hastalığı
 - Kanser gibi
- Sağlık Çalışanlarıdır

Hastalanan kişilerin yüzde 80'i hastalığı hafif geçirmektedir, %20'si hastane koşullarında tedavi edilmektedir. Hastalık, genellikle 60 yaş ve üzerindeki kişileri daha fazla etkilemektedir.

Hastalıktan korunmanın en iyi yolu korunma yollarını bilerek gerekli tedbirleri almaktan geçmektedir.



COVID-19'un Sosyolojik Etkileri;

“Sosyoloji insanların birbiriyle ilişkilerinin bilimsel açıdan incelenmesidir” (Fichter, 2001). İnsanoğlu toplumun içinde yaşayan sosyal bir varlıktır. COVID-19 dönemi bu açıdan değerlendirilirse bu sürecin, insanların ve toplumların pek çok alışkanlığını değiştirdiği söylenebilir. Salgın başlamadan önce herkesin yapmaya alıştığı günlük rutinleri, kişisel ilişkileri, aileleri ve arkadaşlarıyla geçirdikleri özel zamanları düşünülecek olursa COVID-19 ile insanların bu rutinlerinde ve sosyal ilişkilerinde daha önce alışılmamış ciddi değişiklikler yaşandığı görülebilir.

Bir arada olmaya, kucaklaşmaya, evinde misafir ağırlamaya alışık olan insanlar, virüsün görülmesi ve önlemlerin alınmaya başlamasıyla birlikte, birbirlerine sarılmamaya, aralarına mesafe koymaya, maske takmaya, ailelerini görememeye başlamışlardır. Bazı insanlar sarılma ve tokalaşma yerine, ayaklarını ya da kollarını birbirine değdirme gibi kendi selamlaşmalarını geliştirmiş, fiziksel olarak vakit geçirmeye birlikte kahve içmeye sohbet etmeye alışık olan kişiler bu rutinlerini sosyal

medyadan görüntülü konuşmalarla yapmaya başlamışlardır.

Bu süreçte eğitim öğretim faaliyetlerine evden devam eden çocuklar okula gidemediği için her gün oyun oynayıp paylaşımında buldukları arkadaşlarından uzak kalmışlardır. Salgın döneminde bazı sektörlerde çalışan kişiler işe giderken, bazı sektörlerde çalışan kişiler ise evden çalışmaya devam etmiştir. Bu da kişilerin evden çalışırken aynı zamanda da evdeki farklı işlerle ve sorumluluklarla uğraşmasını beraberinde getirmiştir. Dolayısıyla da her aile bireyi için alışık olmadıkları ve uyum sağlamaları gereken bir durum ortaya çıkmıştır.

COVID-19 süreci bizim toplumumuz da dahil olmak üzere tüm toplumlarda yaşayan insanların birbiriyle olan ilişkilerini hatta kişilerin kendileriyle olan ilişkilerini hiç alışık olmayan şekilde değiştirmiştir.



COVID-19'un Psikolojik Etkileri;

İnsanlar tarih boyunca sağlığı olumsuz etkileyen ve yaşamı tehdit eden çeşitli salgın dönemleri yaşamışlardır. Yapılan birçok çalışma, salgın hastalıkların insanlarda büyük bir travma oluşturduğunu ve kaygı düzeyinin yükseldiğini göstermiştir (Yıldız, 2014; Lau et al., 2005; Taylor et al., 2008; Zhang et. Al.,2020, Akt; Ekiz, İlman ve Dönmez, 2020). Rubin, Amlôt, Page ve Wessely (2009) tarafından domuz gribi salgının İngiltere, İskoçya ve Galler'deki ülkelerdeki bireyler arasındaki davranış değişiklikleri yaratıp yaratmadığına dair yapılan çalışmada katılımcıların %28'i normalden daha sık sabun ve suyla yıkadığını, %17'si kapı kolu gibi dokunma sıklığının fazla olduğu yerleri dezenfekte etme oranının arttığını, %35'i kalabalık yerlerden uzak durduğunu belirtmişlerdir (Ekiz ve diğ., 2020). Kwok ve diğ. (2020) tarafından Hong Kong'ta yapılan çalışmada katılımcıların tamamına yakını COVID-19 hakkında endişeli olduğunu ve günlük rutinlerinin bozulduğunu ifade etmişlerdir (Ekiz ve diğ., 2020). Yapılan araştırmalara bakıldığında pandemi dönemlerinin insanların kaygı düzeylerini arttırdığı, normalden daha fazla hijyene ve temizliğe dikkat ettikleri görülmektedir. Ayrıca bu durum da bize bazı kişilerde obsesif kompulsif bozukluğun gelişebilme ihtimalinin olduğunu düşündürmektedir.

COVID 19 pandemi süreci yaşamı tehdit eden bir durum oluşturmuş, kişilerin hem kendileri hem de sevdikleri için kaygı duydukları bir dönem başlamıştır. Her bireyin kaygı düzeyi

ve kaygıyla baş etme biçimi çok farklıdır. Kişilerin keyifli vakit geçirebilecekleri alışkanlıklar geliştirmeleri (kitap okumak, film izlemek, çiçek yetiştirmek, el işi yapmak, spor yapmak v.b.), hastalıkla ilgili bilgiyi doğru yerden almaları, sevdiği birisiyle telefonla dahi olsa sohbet etmeleri gibi kendilerine iyi gelen şeyleri yapmaları bu süreci sağlıklı atlatalmalarına yardımcı olacaktır.

Bu dönemi kriz dönemi olarak değerlendirecek olursak, bu süreçte belli düzeydeki kaygı normaldir ve hatta kişilerin tetikte olmasını, virüsten korunmak için önlemler almasını sağlamaktadır. Fakat kaygı çok yoğunsa, tahrip edici boyuta geldiyse ve kişinin hayatını engellemeye başladıysa ya da depresyon belirtileri gözlendiyse bir uzmandan yardım alınması gerekmektedir.



COVID 19'un Ekonomik Etkileri;

COVID-19 İnsanların yaşamını ve Dünya ekonomisini olumsuz yönde etkilemiştir. Salgının daha fazla bulaşmasını engellemek için, hastalıktan etkilenen ülkelerin çoğu bazı

sektörlerde iş durdurma kararı vermiştir. Uluslararası yolcu taşımacılığı ve iş nakliyatı çoğu ülkede ertelenmiştir. Ayrıca yurt içinde de seyahat kısıtlamaları olmuştur. COVID-19 ile mücadele eden Ülkeler hastalığa yakalanan kişilerin tedavisi ve hastalığın yayılmasını engellemek için harcamalar yapmışlardır.

Dünya Ticaret Örgütü'ne (DTÖ) ve Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü'ne (OECD) göre, COVID-19 salgını 2008-2009 mali acil durumundan bu yana küresel ekonomiye yönelik en büyük tehdit olarak belirlendi (Chakraborty ve Maity 2020). Sonuç olarak pandemi hastalıktan etkilenen Ülkelerin ve tüm dünyanın ekonomisini olumsuz yönde etkilemiştir.

KAYNAKÇA;

Ekiz, T., İlman, E., Dönmez E. (2020). Bireylerin Sağlık Anksiyetesi Düzeyleri ile Covid-9 Salgını Kontrol Algısının Karşılaştırılması. *Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi*, 6(1), 139-154. Erişim adresi <http://dergipark.gov.tr/usaysad>

T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü (2020). COVID-19 (SARS-CoV-2 ENFEKSİYONU) (Bilim Kurulu Çalışması) Genel Bilgiler, Epidemioloji ve Tanı.

<https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/>

Fichter, J. (2001). Sosyoloji Nedir. (Çev. N. Çelebi). Ankara: Atilla Kitabevi.

Chakraborty, I., Maity, P. (2020). COVID-19 outbreak: Migration, effects on society, global environment and prevention. *Science of The Total Environment*. Erişim adresi <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2020.138882>





PANDEMİ DÖNEMİNDE UZAKTAN EĞİTİM

Uzaktan Eğitim Kavramı ve Uzaktan Eğitimin Tarihçesi

Pandemi sürecinde çok sık duyduğumuz ve hayatımızda çok önemli bir yer edine kavramlardan biri de “Uzaktan Eğitim” kavramıdır.



Uzaktan eğitim öğrenenlerin zaman ve mekan bağlamında birbirlerinden ve öğrenme kaynaklarından uzak olduğu eğitim modelidir. Uzaktan eğitimin gelişim evreleri incelendiğinde geçmişinin sanıldığından daha eskiye dayandığı [1]; içeriğin sunumu ve kullanılan teknolojilere beş ana döneme ayrıldığı görülmektedir [2][3].

Birinci dönem ,1700'lü yılların ilk çeyreğinde ortaya çıkan yazışarak eğitimin sağlandığı ve özellikle posta hizmetlerinde yaşanan gelişmelerin önemli etkilerinin olduğu dönemdir.

İkinci dönem ise 1900'lü yılların ilk çeyreğinde radyo ve televizyonun yaygınlaşması ile kitlesel eğitimin öne çıktığı dönemdir.

Üçüncü dönem, 1960 ve 1970'li yıllarda açık üniversitelerin ortaya çıkmasıyla yaşanan gelişmeleri nitelendirir.

Dördüncü dönem 1980'li yıllarla beraber ortaya çıkan telekonferans teknolojileriyle yaşanmıştır.

Son olarak beşinci dönem ise 1990'lü yıllarla başlayan ve bilgi ve iletişim teknolojilerinde yaşanan gelişmeler doğrultusunda özellikle bilgisayar, İnternet ve diğer iletişim araçlarının yaygın olarak kullanıldığı dönemi nitelendirir [2][3].

Uzaktan eğitim, disiplinler arası bir alandır [4] ve öğrenen, öğreten ve öğrenme kaynaklarının birbirinden uzakta olmasından dolayı ortaya çıkan sınırlılığı ortadan kaldırmak için farklı teknolojileri kullanır.

Uzaktan eğitimin bu özelliği kavramın bir çatıkavram olarak ortaya çıkmasına neden olmuş; yazışarak öğrenme, tele öğrenme, e-öğrenme, m-öğrenme, çevrimiçi öğrenme, esnek öğrenme gibi kavramları da nitelendirir için kullanılmıştır [5]. Çoğu zaman uzaktan eğitim, açık ve uzaktan öğrenme kavramları birbiri yerine kullanılmaktadır.

Günümüzde özellikle bilgisayar ve çevrimiçi teknolojilerle kullanılan hali en yaygın halidir ve sağladığı yaşam boyu öğrenme fırsatları ile eğitimde ana akımın bir parçası olmuştur [4].

Türkiye'de uzaktan eğitim Türkiye'de uzaktan eğitimin tarihi cumhuriyetin ilk yıllarına dayanmaktadır. Uzaktan eğitim süreçlerinde kullanılan yaygın teknolojiler ve uzaktan eğitim alanında yaşanan gelişmeler dikkate alındığında Türkiye'de uzaktan eğitimin temelde 4 dönemde incelenebileceği görülmektedir [6].

I. Dönem -Tartışma ve öneriler: Kavramsal (1923-1955)

II. Dönem -Yazışarak: Mektupla (1956-1975)

III. Dönem - Görsel-işitsel araçlarla: Radyo-Televizyon (1976-1995)

IV. Dönem - Bilişim tabanlı: İnternet-Web (1996-...)

1982 yılında Anadolu Üniversitesi, 2010 yılında ise Atatürk Üniversitesi ve İstanbul Üniversitesi'nde kurulan Açıköğretim fakülteleri uzaktan eğitimin Türkiye'de gelişmesine büyük katkı sağlamış, farklı üniversitelerde kurulan uzaktan eğitim merkezleri ise bu gelişimi desteklemiştir.

Pandemi Sürecinde Ülkemizde Uzaktan Eğitim

Her ne kadar uzaktan eğitimin tarihi çok eski olsa da kitlesel olarak kullanımı, COVID-19 Virüsünün 2020 Yılı'nın başlamasıyla birlikte tüm dünyayı etkisi altına almasıyla olmuştur.

Ülkemizde de uzaktan eğitimin kitlesel olarak sunulması içinde bulunduğumuz pandemi döneminde olmuştur. Pandemi döneminde dünyanın birçok ülkesi bölgesel olarak uzaktan eğitimi kullansa da Türkiye ülkenin tamamında, bütün eğitim kademesindeki bireylere yönelik olarak ve oldukça da başarılı bir şekilde kullanılmaktadır. TRT'nin MEB'e tahsis ettiği 3 TV kanalı üzerinden, İlkokul, Ortaokul ve Liselere ayrı ayrı olmak üzere uzaktan eğitim süreci. 23 Mart 2020 tarihi itibarıyla başlamıştır. Uzaktan eğitimde 23 Mart 2020 tarihinde ilk dersi veren Milli Eğitim Bakanımız Ziya Selçuk; "Gençler, ara tatil sona erdi. Bu sabah 9'da TRT-EBA TV'de hep birlikteyiz, ders başlıyor" diyerek uzaktan eğitim sürecini başlatmıştır.

Bakanlığın, evde eğitim süreçlerine ilişkin çalışmaları bulunduğunu dile getiren Sayın Selçuk, bu kapsamda TRT ile iş birliği yaparak uzaktan eğitimi hayata geçirdiklerini söyledi.

Yüzlerce gönüllü öğretmen ve teknisyenin uzaktan eğitimin hayata geçmesi için çaba gösterdiğine işaret eden Sayın Selçuk, "Bizim MEB olarak temel amacımız, okullarda yapılan birçok faaliyetin elbette tümüyle aynı şekilde evde yapılması değil. Bizim temel amacımız çocuklarımızın eğitimden kopmaması, okullarından, sınıflarından, derslerinden soğumamaları" diye konuştu.

Bakan Selçuk, uzaktan eğitimle ilgili bütün dünyada çalışmalar bulunduğunu, Bakanlığın da haftalardır bu konuda çalıştığını, İstanbul'da 5, Ankara'da 3 stüdyoda derslere ilişkin çekim yapıldığını anlattı.



Çocukların derslerdeki kazanımları ne şekilde alacaklarına dair ayrıntılı çalışmalar yapıldığını ifade eden Selçuk, Eğitim Bilişim Ağı'nın (EBA) internet altyapısında yüz binlerce video, animasyon, soru ve ders anlatımları bulunduğunu söyledi.

Öğrencilerin, öğretmenlerinin rehberliğinde bunlardan faydalanmaları için gereken hazırlığı yaptıklarını vurgulayan Selçuk, şunları kaydetti:

"Bu süreçte bazı zorluklarımız olabilir, bazı aksaklıklar olabilir çünkü dünyada uzaktan eğitimi bütün öğrencileri için aynı anda

yapabilen bir ülke yok ama Türkiye bu konuda öncülük ediyor. Biliyorsunuz 3 HD, 3 SD kanalımız var. Bunun nedeni Türkiye'deki tüm televizyonları kapsayabilmek ve bu kapsam dahilinde de her öğrencimizin erişebilmesini mümkün kılmak. Eğer bir çocuğumuz bir dersi kaçırsa ya da izlemeyi unutursa veya başka bir sebep olursa bunun tekrar yayını var. Daha sonra eğer gerekirse EBA'dan da internetten de konu tekrarlarını, soru çözümlerini, öğretmenlerle iletişimlerini hayata geçirebilirler. Bu bizim için de bütün ülke için de yeni bir deneyim, bunu hep birlikte yapacağız, hep birlikte başaracağız.”

Bakan Selçuk, uzaktan eğitim kapsamında TRT-EBA TV'de bugün derslerin başlayacağını ifade ederek şu değerlendirmelerde bulundu:

“Aslında buna ders dememek lazım. Benimki bir tür sohbet. Sadece buradayız, birlikteyiz, hep beraberiz ve ülke için çocuklarımız için çalışıyoruz, gayret ediyoruz mesajımızı paylaştık ve velilerimize nelere dikkat etmeleri gerektiği konusunda, birlikte çocuklarımızın eğitimini nasıl omuzlayacağımız konusunda bazı tavsiyeler ve önerilerde bulunduk. Bu anlamda sadece velilerimize değil aynı zamanda ilköğretim öğrencilerimize ve lise öğrencilerimize de ayrı ayrı bazı içeriklerden bahsetme imkânımız oldu. Yaş gruplarına göre, uzaktan eğitimle ilgili nelere dikkat edilmeli, bunları biraz detaylandırmaya çalıştık. O anlamda ben velilerimize ve öğrencilerimize zaman zaman yine hitap edip, bu işlerin nasıl gittiği, nerelerde ne yapmamız gerektiği konusunda bazı paylaşımlarda bulunacağım, Uzaktan eğitimi hayata geçirmemiz konusunda TRT'nin müthiş bir katkısı var çünkü Mili Eğitim Bakanlığı olarak bizim 6 kanalı birden bu şekilde hayata geçirmemiz elbette mümkün değildi ama çok güzel bir iş birliğiyle Türkiye'nin eğitimi için bir imza attık.” Uzaktan

eğitimden kasıtlarının televizyondan eğitim olduğunun altını çizen Selçuk ancak sadece televizyondan eğitimin yetmeyeceğini, buna ek olarak bazı çalışmalar yapılması gerektiğini söyledi.

Belirli saatlerde, belirli sınıf seviyelerindeki öğrencilerin, “eba.gov.tr” içeriklerden yararlanıp, konu tekrarı yapmak, soru çözmek isteyebileceğini ya da öğretmenlerinin gönderdiği ödevi alması gerekebileceğini ifade eden Selçuk, bunun için de EBA'nın kullanılacağını belirtti.



Bakan Selçuk, “Ben velilerimize uzaktan eğitim dediğimizde televizyonla yaptığımız çalışmayı kastediyorum ama yardımcı destek olarak da internet altyapısındaki ‘eba.gov.tr’yi öneriyorum” diye konuştu.

Yaz Tatili Döneminde Uzaktan Eğitim Süreci Nasıl Olacak?

Milyonları ilgilendiren yeni uygulama için MEB harekete geçti. Uzaktan eğitim yazın da sürecek. TRT, EBA TV ve internet üzerinden yapılacak eğitimlerde ön plana İngilizce çıkacak. İşte yaz tatilinde uzaktan eğitimin detayları...Uzaktan eğitim süreci, 2019-2020 eğitim öğretim yılının son günü olan 19 Haziran Cuma gününe kadar devam edecek. Peki sonrasında uzaktan eğitim olacak mı? Milli Eğitim Bakanlığı nasıl bir program hazırladı?

Corona virüs (COVID-19) nedeniyle 23 Mart 2020 tarihinde başlayan uzaktan eğitim 19 Haziran 2020'de sona erecek. Tıpkı okulların kapanması gibi uzaktan eğitim de 2019-2020 eğitim öğretim yılı müfredatı son bulacak. Ama uzaktan eğitime ara verilmeyecek. Öğrenciler için yeni hazırlanan program ile bu kez yaz dönemi için uzaktan eğitiminden yaz okulu gibi yararlanabilecek. Öğrenciler yine TRT, EBA TV ve internet üzerinden EBA uygulamasından yararlanabilecek.



Milli Eğitim Bakanlığı öğrenciler için EBA' da yaz okulu programı hazırlıyor. Bu kapsamda öncelikli olarak öğrenciler uzaktan eğitimde aldıkları derslerin tekrarlarına ulaşabilecekler. Yani, ikinci dönemin derslerini EBA'dan tekrar etme şansları olacak. Hazırlanan yeni ders programlarında da bu yer alacak. Bakanlığın hazırladığı programda özellikle ön plana çıkan ise İngilizce eğitimi olacak. Bu kapsamda da bakanlık özel bir çalışma yürütüyor. Öğrencilerin yaz tatilinde İngilizceye yoğunlaşmaları için programa hazırlanıyor. Bu programda İngilizce konuşma ve dinleme olarak öğrencilerin dil yeteneklerinin kendi kademelerine göre geliştirilmesi hedefleniyor.

Kaynakça

1. ^ Casey, D. M. (2008). The Historical Development of Distance Education through Technology. *TechTrends*, 52(2), 45–51. doi:10.1007/11528-008-0135-z
2. ^ a b Moore, M. G., & Kearsley, G. (2011). *Distance Education: A Systems View of Online Learning* (3rd ed.). Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning.
3. ^ a b Bozkurt, A. (2019). From Distance Education to Open and Distance Learning: A Holistic Evaluation of History, Definitions, and Theories. In S. Sisman-Ugur, & G. Kurubacak (Eds.), *Handbook of Research on Learning in the Age of Transhumanism* (pp. 252-273). Hershey, PA: IGI Global. https://www.researchgate.net/publication/332652740_From_Distance_Education_to_Open_and_Distance_Learning_A_Holistic_Evaluation_of_History_Definitions_and_Theories
4. ^ a b Bozkurt, A. (2019). Intellectual roots of distance education: a progressive knowledge domain analysis. *Distance Education*, 40(4), 497-514. DOI: <https://doi.org/10.1080/01587919.2019.1681894>
5. ^ Demiray, U., & İşman, A. (2003). History of distance education. In *Online Distance Education Book* (Eds. İşman, A., Barkan, M., & Demiray, U). TOJET. Retrieved from <http://www.tojet.net/e-book/ebook.htm>
6. ^ Bozkurt, A. (2017). Türkiye'de uzaktan eğitimin dünü, bugünü ve yarını. *Açık Öğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi (AUAd)*, 3(2), 85-124. https://www.researchgate.net/publication/317342257_Turkiye'de_uzaktan_egitimin_dunu_bugunu_ve_yarini



İFTİHARLA SUNAR



Vizyonumuz

Eğitimin her alanında Gaziemir Rehberlik ve Araştırma Merkezinin adına yakışır farkındalıkları oluşturarak emsal kurumlar arasında söz sahibi ve lider olmaktır.

DEĞERLERİMİZ

Güvenirlilik/Dürüstlük/ Saygınlık
Adaletlilik /Hakkaniyet/ Sadakat
Zamanlılık/Saygınlık/ Ekip Ruhu
İş Ahlakı/Samimiyet/ Liyakatlilik
Eşitlilik / Verimlilik/ Evrensellik
Maharetlilik/Katılımcılık/Kalite
İsteklilik /Etkili İletişim/Ehliyet
Rehberlik/Duyarlılık/Kararlılık

Rahatlatıcılık /Sorumluluk/Liyat
Azimli kararlılık/Sürdürebilirlik
Medenilik/ İnovasyon/Şeffaflık



Misyonumuz

Özel Eğitim ve Rehberlik alanında bulunduğu bölgede etkin ve en verimli bir şekilde hizmetler sunarak farkındalığı ortaya çıkarmak. Rehberlik ve Araştırma kavramlarının içeriğini doldurarak başarılı bir hizmet vermektir.

İLKELERİMİZ

- * Sorunları çözebilecek yeteneğe sahip olmak.
- * Görev bilincine ve azmine tam sahip olmak.
- * İş ahlakına uyan samimiyete sahip olmak.
- * Saygın, alçak gönüllü ve güler yüzlü olmak.
- * Kurumunu içten samimiyetle sahiplenmek.
- * Etkili iletişim ve beden diline hakim olmak.
- * Görevine devamlı zamanında gelip gitmek.
- * Sorumluluk sahibi ve isinin uzmanı olmak.
- * Üstlendiği görevi eksiksiz yerine getirmek.
- * Görev ve meslek etiğine sahip olmak.
- * Herkese örnek ve rol model olmak.
- * Bilgi, ehliyet ve liyakat sahibi olmak.
- * Duyarlı, katılımcı ekip ruhu içinde olmak.
- * Zamanını kurumu için verimli kullanmak.
- * İisini yaparken ve her daim dürüst olmak.
- * Güvenilir, adanetli ve hakkanyetli olmak.
- * Üstlerine ve herkese karşı saygılı olmak.
- * Kendisi ile barışık olup ışık saçan olmak.
- * Yeniliklerle kendisini yenileyen olmak.
- * Emeye ve bilgiye saygı gösteren olmak.

Özel Eğitim; Sevgi, şefkat, azim, sabır, kararlılık, bilgi, donanım ve uzmanlık ister.

Rehberlik; Hedeflenen amaçlara ulaşmada doğru kararlar vererek bireyin özünü gerçekleştirebilmesi için yapılan sistematik ve profesyonel yardım sürecidir.



T.C.
İZMİR VALİLİĞİ
GAZİEMİR KAYMAKAMLIĞI



Gaziemir Rehberlik ve Araştırma Merkezi

"KURUMSAL İLKELERİMİZ OLARAK BİZ"

Güvenilir, adaletli ve hakkaniyetli olmak.
Aldığı görevini zamanında yerine getirmek.
Zamanını kurumu için verimli kullanmak.
İşini yaparken ve her daim dürüst olmak.
Etkili iletişim ve beden diline hakim olmak.
Mekanları düzenli ve işine uygun kullanmak.
İş ahlakına uyan samimiyete sahip olmak.
Riskli yönetme beceri ve yeteneği olmak.

Rahatlatıcı ve sakinleştirici olmak.
Erdemli olmak ve bunu uygulayan olmak.
Herkesine örnek ve rol model olmak.
Birlikte hareket etme bilincine sahip olmak.
Emeğe, bilgiye saygı gösteren olmak.
Rehberlik edici özelliğini öne çıkarmak.
Liyakat ve ehliyet sahibi olmak.
İçten ve samimiyetle kurumunu sahiplenmek.
Kendisi ile barışık olup kucaklayıcı olmak.

Vatan ve millet için özveri ile çalışır olmak.
Ekip ruhu içinde olmak ve duyarlı kalmak.

Aydınlık yarınlara için yenilikçiliğe açık olmak.
Rahlesini, kalemını adalet ve hak için kullanmak.
Alçak gönüllü, saygın ve güler yüzlü olmak.
Şevkini her şartta devam ettiren olmak.
Tesekkür etmeyi sorumluluk bilmek.
Işık saçan ve etrafını aydınlatan olmak.
Rekabetten ve kırıcı olmaktan uzak durmak.
Meslek ve görev etiğine sahip olmak.
Akıl ve mantık kurallarını uygulamak.

Merkezde üstüne ve herkese saygılı olmak.
Eksiksiz üstlendiği görevi yerine getirmek.
Rehberlik ve yönlendirme bilincine sahip olmak.
Katılımcı ve uygulayıcı özelliğe sahip olmak.
Etkin problem çözme becerisine sahip olmak.
Zamanında görevine gelme vasfına sahip olmak.
İşinin uzmanı ve sorumluluk sahibi olmak.