

**AFETZEDELERE  
YÖNELİK  
MANEVİ  
İLK YARDIM  
(UYGULAMA SÜRECİ)**





## Manevi İlk Yardım Sürecinde Afetzedeye Yaklaşımınız Nasıl Olmalıdır?

- Kıyafetleriniz oldukça sade olsun, aşırı renkli kıyafetler giymeyin ve takı kullanmayın. Çalışacağınız bölge ve kültürle çelişmeyen kıyafetleri tercih edin.
- Diğer yardım ekipleriyle ve çalışma arkadaşlarınızla uyumlu ve koordineli çalışın. Onlarla tartışmaya girmekten kaçınin.
- Yemek ve eşya dağıtımını gibi yardım faaliyetlerine katılın. Bunlar afetzedelerle bağ kurmanızı kolaylaştırır.
- Gittiğiniz bölgede ilk teması saygın, sözü dinlenir ve idareci olan kişilerle kurmaya çalışın.
- Afetzedeye bir mağdur olarak değil, saygınlığına yakışır bir biçimde davranın.
- Manevi ilk yardımı, fiziksel ve psikolojik ilk yardım ilkelerine aykırı olmayacak şekilde yerine getirin.
- Orada var olun! Fiziksel varlığınız afetzede için en önemli destektir. İçinde buldukları şok sebebi ile konuşmalarınızı anlayamayacak durumda olanlar hâl diliyle vermiş olduğunuz "Senin için buradayım." mesajını anlayacaktır.



- Afetzedenin size başvurması hâlinde onu dinleyin. Ortamın ve afetzedenin durumuna göre o size gelmeden de gidip kendinizi tanıtabilirsiniz.
- Konuya ilk giren siz olmayın, öncelikle sıcak bir ses tonuyla sohbete başlayın.
- Kişiyeye özel acil ihtiyaçların farkında olun ve bunları sağlamaya gayret edin (Kadınlara özel hijyen ürünü temin etmek, mahremiyete yönelik hassasiyetleri gözetmek, ibadet etmek isteyeneye abdest ve namaz için uygun şartları sağlamak vb.).
- Afetzedenin vefat eden yakınının ahiretteki durumu ile ilgili sorularına sağlam dinî kaynaklardan doğru bilgiler verin.
- Mahremiyete azami derecede önem verin. Afetzedelerin fotoğraf ve videosunu çekmeyin, görüntülerini paylaşmayın, bilgi ve hikâyelerini başka afetzedelere anlatmayın, kişisel bilgilerini koruyun.
- Acil durumlarda afetzedenin bilgilerini yetkililerle paylaşın. İntihara meyilli birini gözlemlediğinizde psikolojik destek ekiplerine, başka bir kişiyeye yönelik saldırganlık niyetini gözlemlediğinizde güvenlik güçlerine haber vermek gibi.
- Afet bölgesinde karşılaştığınız olumsuz durumlar ve izinsiz eylemler için amirlerinize ve güvenlik güçlerine bilgi verin. Bu olayları sosyal medya hesaplarınızda paylaşmayın.



## Beden Dilinde Nelere Dikkat Etmelisiniz?

- Sakin ve sıcak bir ses tonuyla kendinizi tanıttın.
- Konuşurken tüm dikkatinizi afetzedeye verin. Etrafta hareketlilik olması durumunda, muhatabınız konuşmayı kesip olay ile ilgilenirse siz de ilgilenin.
- Aranızdaki fiziksel mesafeye dikkat edin. Danışanın isteğinden daha yakın veya uzak durmayın. Merhamet niyetiyle de olsa ani ve keskin hareketlerden kaçınin.
- Dokunmak, temas kurmak ihtiyaç hâlinde iyi gelebilir. Fakat kesinlikle izin alın. (Elinizi tutabilir miyim, size sarılabılır miyim vb.).
- Verdiğiniz duygusal tepkiler, beden duruşu ve ses tonu karşınızdaki bireyi etkiler. Tabi ki böylesi durumlarda hepimiz hüznleniriz, bu durum yüzümüze yansır ama hüzn ile aşırı üzüntü hâli birbirinden farklıdır. Denge ve sakinlik hâlini koruyun.
- Kişilere kesinlikle acıyarak bakmayın. Bu, kendilerini güçsüz, yetersiz ve çaresiz hissetmelerine neden olacaktır. Şefkatle bakmak ile acıyarak bakmak arasında fark olduğunu unutmayın.
- Dirayetli ve metanetli olun. Hüznlenmek insanidir ama ağlayan biriyle oturup ağlamak "hemhâl olma" mesajı verse de "destek olma" mesajı vermez, aksine "Bu kişi bana destek olabilecek durumda değil." algısına



yol açabilir. Kişiler yakınlarıyla hemhâl olur ama manevi destek uzmanı metîn olmalıdır.

- Destek olacağım diye neşeli veya umarsız tavırlar takınmayın. Merhametli, şefkatli ve güven verici olmaya çalışın.
- Göreviniz sırasında sakinliğinizi, güven veren duruşunuzu koruyamayacağınızı hissettiğiniz durumlarda ara verin. Afetzedelerin sizi görmeyeceği bir yere geçin. Arkadaşlarınızdan veya yetkili birimlerden destek alın, sakinleşin ve sonra göreve devam edin.

## Afetzedeye Nasıl Güven Aşlayabilirsiniz?

- Güvenlik ihtiyacı önceliklidir. Onlara “Destek ve yardımlar gelmeye devam ediyor, buradayız, güvendesiniz.” gibi cümleler kurun.
- Temel güven duygusunu yeniden oluşturun. “Temel güven”, yetişkin bireylerde barındığı yer iken, çocuk ve ergenlerde ailesinin veya yakınlarının yanında olmaktır.
- Afetzedenin psikolojik olarak kendisine, çevreye ve geleceğe olan güveni sarsılabilir. Manevi olarak ise Allah’a olan güveni zedelenabilir.
- Afetzedenin kendine güvenini artırmak için güçlü taraflarını öne çıkarın (Yorgun olmanıza rağmen, bir şekilde ailenizin yanında olmayı başardınız vb.).



- Çevresine olan güvenini artırmak için yanını da olduğunuzu hissettirin ve destek birimlerinin gayretlerinden bahsedin.
- Geleceğe olan güvenini artırmak için umut verici cümleler kurun (Zor günler yaşıyoruz ama atlatmak için hep birlikte çalışıyor ve elimizden geleni yapıyoruz vb.).
- Allah'a olan güvenini artırmak için Allah'ın rahmetinden bahsedin. "Zorluklara göğüs gerip sabredenler, yararlı ve iyi işler yapanlar için bağışlanma ve büyük bir ödül vardır." (Hûd, 11/11) gibi ayetler okuyabilirsiniz.
- Gizliliğe önem verin, afetzedelerin yaşadıklarını birbirlerine anlatmayın. Böyle yaparsanız danışanın başından geçenleri de başkalarına anlatacağınız hissini oluşturunuz ve size olan güveni sarsılır.
- Afetzedenin metanetini artıracak olayları örnek verebilirsiniz ama isim, mekân gibi ipuçları vermeyin.
- O an ihtiyaç duydukları şeyi sorun ve bunu sağlamaya çalışın (Bir yakınına telefon etmek, battaniye bulmak, dua ve ibadet etmek vb.). Bu eylemler sözlerden daha etkilidir ve güven hissini güçlendirir.
- Güven vermek için kısa ve net cümleler kurun (Yan mahallede yemek dağıtım merkezi var vb.). Belirsizlik hissettirecek cümleler kurmayın (Yan mahallede yemek dağıtımı olabilir vb.).



- Net ve doğru bilgi sahibi olmadığınız konuyu söylemeyin. Önce bilgiyi teyit edin sonra paylaşın. Güven hissi için netlik önemlidir.
- Güven vermek amaçlı da olsa uzun vadeli sözler vermeyin. "Mutlaka yarın uğrarım, kesin sorar öğrenirim, mutlaka yaparım." gibi. Bunun yerine "Yarın sizi görmeye gelmek için elimden geleni yapacağım." diyebilirsiniz.
- Davranış temelli olmayan manevi içerikli sözler de verebilirsiniz (Tüm Türkiye şu an size dua ediyor. Ben de size özel dua etmeye devam edeceğim vb.).
- Şartlara ve afetzedelerin talebine göre grup hâlinde dua ve ibadet edin. Grup hâlinde ibadete katılmaları yalnız olmadıklarını hissettirdiği için çevreye olan güvenlerini, ibadet ettikleri için de Allah'a olan güvenlerini artıracaktır. Ancak onları bu etkinliklere katılmaya zorlamayın.

## **Afetzede ile Konuşurken Nelere Dikkat Etmelisiniz?**

- "Sen" değil "siz" dili kullanın (Ahmet Bey, Ali Amca, Ayşe Hanım vb.). Destek süreci içerisinde o size yakınlık gösterip "sen" diline geçebilir.
- Aynı afetzede ile birden fazla görüşme imkânınız olursa onunla kurduğunuz bağı güçlendirin (Sizi tekrar gördüğüme memnun oldum vb.).



- Vefat eden kişi hakkında “ceset”, “mevta” ve “rahmetli” gibi genel ifadeler yerine şahsın ismini kullanın veya “anneniz”, “kardeşiniz” deyin.
- Afetzedeye ilk aylarda bu kadar yoğun stres, kaygı, üzüntü gibi ağır duygular yaşamalarının doğal olduğunu belirtin.
- Afettede bir taraftan olumsuz duygu ve düşüncelerini dile getirip ani davranışlarla tepkiler verirken bir taraftan da aslında böyle bir insan olmadığını düşünerek pişmanlık ve suçluluk yaşayabilir. Ona olumsuz duygusal, bilişsel ve davranışsal tepkilerinin olağanüstü bir olaya verilen doğal tepkiler olduğunu hatırlatın.
- Afet ortak olsa da verilen tepkilerin kültürden kültüre hatta kişiden kişiye değiştiğini göz önünde tutun ve muhatabınızın tepkilerine odaklanın.
- Kişide güçlü yönler arayın ve uygun olduğunda bu güçlü yönleri onaylayarak onu cesaretlendirin.
- Onlara kendilerini çaresiz hissettirecek ifadelerden uzak durun (Vah vah nasıl olur! Aman ya Rabbi inanılır/katlanılır bir şey değil vb.). Bunun yerine “Zor günler ama geçecek inşallah, birlikte atlatacağız.” gibi cümleler kurun.
- Herhangi bir konuda afetzedeye direktif vermeyin (Konuş, anlat, iletişim kur, ağla, ağlama, tövbe et vb.). Anlatmak isteyeniyi dinleyin,





konuşmak istemeyenin yanında olun ama onu hiçbir şeye zorlamayın.

- Yakınını, bir uzvunu ya da maddi imkânlarını kaybetmiş olan her insanın konuşmaya, yardıma hatta ileriki safhalarda danışmanlığa ihtiyacı olmayabilir. Bu farklılıklara saygı duyun ve destek istemeyen insanları zorlamaktan kaçının. Onlara belirli periyotlarla "Bana ihtiyacınız olduğunu düşünürseniz burada hazır olacağım." mesajını vermek yeterlidir.
- Duygu ve düşüncelerinden dolayı muhatabınızı yargılamayın. "Böyle düşünmemelisin, söylediklerin doğru değil." gibi cümleler kurmayın.
- "Seni çok iyi anlıyorum, ben de hissediyorum." demeyin. Empati kurduğunuzu ifade etmek için daha çok "İçinde bulunduğunuz durumun sizin için ne kadar üzücü olduğunu tahmin edebiliyorum." gibi cümleler kurabilirsiniz.
- Anlatmadığı detayları afetzedeye kesinlikle sormayın (Sonra ne oldu, enkazdan nasıl çıktınız vb.). Asıl yardım dinlemektir!
- Kendi hayatınızdan örnek vermeyin (Ben de depresyon yaşadım, yakınımı kaybettim vb.). Bu durumda acınızı yarıştırdığınızı düşünebilir veya onun üzerine ilave bir yük yüklemiş olursunuz. Odak siz değil, karşıdaki kişidir, unutmayın! Ancak ileride manevi da-



nışmanlık sürecinde bağ kurmak için bu tecrübeler paylaşılabilir.

- Bir başka afetzedenin daha zor durumda olduğunu örnek verip onun şanslı olduğunu ima etmeyin (Senin en azından ailen hayatta, bak şu kişinin ailesi de vefat etti vb.). Acının azı çoğu olmaz, unutmayın.
- Bilmediğiniz şeyi biliyormuş gibi cevaplamayın: “Ben de bilmiyorum, öğrenmeye çalışayım.” diyebilirsiniz.
- Afetzede istemedikçe tavsiye vermeyin. Tavsiye istediği zaman da manevi destek alanında kalmaya özen gösterin.
- Uzmanlık alanınız dışındaki konularda asla tavsiye vermeyin. Örneğin sağlık sorununa “Şu ilaç iyi gelir, bu bitki karışımını sür.” gibi öneriler sunmayın. Doğrudan sağlık ekiplerine yönlendirin. Aynı şekilde psikolojik sorunlar için uzman desteği almasını söyleyin. Bu hizmetlere nasıl ulaşacağı hakkında bilgi verin.
- Bilirkişi edasıyla konuşmayın. Mütevazı olun ve destek sunmaya çalıştığınızı hissettirin.
- Basmakalıp sözler kullanmaktan kaçının (Allah güçlüleri sınar, derdi sevdiklerine verir, şükretmek lazım, ne yapalım kaderimizde varmış, böyle konuşman doğru değil vb.).
- Afetzede size katılmayıp karşı çıkar ve meydan okursa savunmaya geçmeyin.



- Kişi söylediğiniz veya yaptığınız bir şeye olumsuz tepki verdiğinizde hemen özür dileyin. Haklı olmak için değil, yardım etmek için orada olduğunuzu unutmayın.
- Kişi görüşmeye devam etmek istemezse sakince görüşmeyi bitirin, tekrar görüşmek istemesi hâlinde hazır olduğunuzu bildirin.

## Afetzedeyi Dinlerken Nelere Dikkat Etmelisiniz?

- Sakin, samimi bir ses tonu ve göz teması ile "Yanınızdayız." mesajı verin.
- Dinlemek pasif bir süreç değildir. Aktif dinlemeye özen gösterin. Aktif dinleme, susarak sessizce dinleme değil, muhatapla iletişime girerek söz ve mimiklerle onu dinlediğini belli etmektir.
- Fiziksel ihtiyaçlarını dile getirenleri dahi dinlemenin manevi destek kapsamında önemli olduğunu hatırlayın.
- Çocukları dinlerken göz hizasında bulunun.
- Asla karşınızdaki kişinin sözünü kesmeyin.
- Zorlu deneyimleri olan bazı insanlar hiç nefes almadan yaşadıkları her şeyi bir çırpıda anlatmak isteyebilir. Onları durdurmayın, araya girmeyin, tekrara düştüklerini söyleyerek uyarmayın.
- Dinlerken özellikle kendi merakınızı giderecek sorular sormayın (Enkaz altından nasıl



çıkarıldı, enkaz altındayken neler yapmış vb.).

- Anlatmak istemeyen, arada duraksayan, sessizleşen, dalıp giden insanlara “Anlat, bak anlatırsan rahatlarsın, içinde kalmasın.” demeyin. Saygıyla bekleyin, o ihtiyaç duyduğunda iletişime tekrar geçmeye hazır olun.
- Dinlerken “Şimdi ne söylemeliyim, buna ne cevap vermeliyim?” diye sonraki adımı düşünmeyin. Sadece karşınızdaki kişinin söylediklerine odaklanın.
- Zihinlerindeki karışıklık sebebiyle söylediklerinin kimi zaman gerçeği yansıtmama ihtimalini göz önünde bulundurun ancak onları dinlerken bunu hissettirmeyin. Felaketi yaşayan insanlar, içinde buldukları şok sebebi ile sağlıklı düşünemeyebilir ve söyledikleri size mantıksız gelebilir. Yüz ifadenize dikkat edin ve onun söylediklerine odaklanın.
- Dinlerken çare üretmeye çalışmayın. “Evimle beraber her şeyim gitti.” diye üzülen bir insan ya da “Ayağımı kaybettim.” diye ağlayan birisi, yaşadığı acının büyüklüğü ile baş etmeye, duygularını boşaltmaya çalışıyordur. “Yeni bir ev yapacaklar merak etme.”, “Senin için protez bacak ya da kol değnekleri temin edilecek, sakın üzülme.” demek bu duygu boşalımının önüne engel koymak olacaktır. Bu tarz bilgilendirmeleri duygusal patlama geçtikten sonra daha rasyonel bir zeminde yapabilirsiniz.



- Sabırlı olun ve acele etmeyin. Görüşme sırasında asla saate veya cep telefonuna bakmayın. "Sana ayıracak fazla vaktim yok." mesajı vermeyin.
- Sessizliğin gücünü unutmayın. Konuşma sırasında derin sessizlik olursa kendinizi konuşmak zorunda hissedip gereksiz detaylara girmeyin.
- Sessizlik sırasında göz temasını sürdürün.
- Bazı afetzedeler hiç konuşmayıp yüzünüze dahi bakmazsa bunu doğal karşılayın.
- Vaaz ve nasihat dilini kullanmayın (Size sabırlı olmak düşer, günahlarınıza af dilemelisiniz vb.).
- Biz dili kullanın ve birlik mesajı verin (Bu zor günleri inancımızla ve umudumuzla aşacağız inşallah vb.).
- Ümitvar olmak ile gerçekçi olmak arasındaki dengeyi tutturmanız gerekir. Bunun için "Hepsi geçecek, yarınlar çok güzel olacak, herkes kurtulacak." gibi cümleler kurmayın. "Bugünleri atlatmak için elimizden geleni yapıyoruz." gibi cümleler kurun, yardım ve destek ekipleri hakkında bilgi verin.
- Karşınızdaki kişi sizi anlamadığını veya ona yardımcı olamadığınızı söylerse üzülmeyin veya savunmaya geçmeyin.



## Afetzedenin Günlük Yaşam Düzenine Kavuşmasına Nasıl Yardımcı Olabilirsiniz?

- Afetzedenin zaman zaman yalnız kalmak istemesi doğaldır ancak tamamen izole olanlara dikkat edin. Gün içinde ailesiyle ve arkadaşlarıyla birlikte zaman geçirmesi için teşvik edin.
- Kendini aşırı meşgul edip oradan oraya koşanlarla kendini tamamen kapatıp kimseyle iletişim kurmayanları gözlemleyin ve uzman psikoloji ekiplerine bildirin.
- Afetzedelere yönelik çeşitli etkinliklerle (film izlemek, kitap okumak vb.) onları zaman zaman ortam dışına çıkarmaya çalışın. Özellikle çocuk ve ergenler için bu aktiviteleri artırın.
- Küçük işler ve sınırlı sorumluluklarla afetzedelerin yeni şartlara alışmalarına yardımcı olun.
- Afetzedelerin birbirlerine sürekli depremde bahsetmeleri sağlıklı değildir. Sohbet konularında gündem dışına çıkmak önemlidir. Siz de sürekli afet üstüne konuşmayın. Uygun bir dille konuyu değiştirin. Ancak uzun süre afet dışı konulardan bahsetmeyin. Gerçekleşen afeti ve onların acılarını yok saydığınız hissine kapılmalarına engel olun.
- Afetzedelere "Geçmiş olsun." gibi herkesin söyleyeceği ifadeleri kullanmayın. Sizden önce pek çok kişinin bunu söylediğini ve



bu ifadenin artık rahatsızlık verdiğini bilin. "Rabbim yüreginizi ferahlatsın." gibi farklı ifadeleri tercih edin.

## Afetzede ile Nasıl Dua Edebilirsiniz?

- Dua ve namaza hassasiyetle devam edin. İnsanların bunu fark etmesine izin verin.
- Afetzedenin dua ve ibadete yatkınlığı varsa buradan destek almasını teşvik edin. Yoksa bunları yerine getirme konusunda zorlama yapmayın.
- Okuyunca içinin ferahladığı, güç aldığı sure ve dualar olduğunu söylerse bunların neler olduğunu sorun. İsterse onunla beraber bu duaları okuyun.
- Konuşmanız esnasında bolca dua cümleleri kurun. Pek çok kişi ve grubun birleştiğini, kendilerine ve yakınlarına dua ederek güçlü bir manevi destek oluşturduğunu söyleyin. Varsa buna ilişkin mesaj ve fotoğrafları gösterebilirsiniz.
- O anda kendileri için dua etmenizi isteyip istemediklerini sorun ve reddederlerse kararlarına saygı gösterin.
- Onlar için dualarınızda dile getirebileceğiniz herhangi özel bir konu olup olmadığını sorun.
- Dua ederken kişinin paylaştığı isimler ve diğer anlamlı ayrıntıları duanıza dâhil edin.



- Sesli bir şekilde ve anlaşılabilir cümlelerle dua edin. Ne söyleyeceğinizi düşünmeyin, içinizden gelen insani ve manevi duyguların dilinizden dökülmesine izin verin.
- En önemli görevinizin afetzedenin dinî ve manevi değerler eşliğinde kendisini iyi hissetmesine, acılarının hafiflemesine ve hayata yeniden tutunmasına yardımcı olmak olduğunu sık sık hatırlayın.
- Manevi ilk yardımda odak noktanın afetzede ile Allah arasındaki bağı güçlendirmek olduğunu daima göz önünde bulundurun.

## Dinî Konulara Yaklaşımınız Nasıl Olmalıdır?

- Dinî konularda sade ve anlaşılır bir dille konuşun, kısa ve net cümleler kurun.
- Kullanmaya alışmış olduğunuz dinî terimleri değil, sade ve anlaşılır ifadeleri tercih edin. "Kur'an-ı azimü'ş-şan" kavramı yerine "yüce kitabımız Kur'an" demek gibi.
- Din ve maneviyat dilinin dışına çıkarak "terapi, depresyon" gibi psikolojik kavramlar kullanmayın, psikiyatrik teşhis koymaya kalkmayın. Bu tür konular sizin uzmanlık alanınız kapsamında değildir.
- Kurtarma çalışmaları devam ederken cenaze havası oluşturmamaya özen gösterin. Afetten hemen sonraki ilk günlerde afetzedelerin talebi olmadan aşr-ı şerif okumayın. Aşır





formatındaki okumalar, kişilere cenazeyi hatırlatabilir. Bu süreçte ibadet talep eden afetzedelere ayetleri tek tek okuyup Türkçe açıklama yapın ve bolca dua cümlesi kurun. Esmâ-i hüsnâdan örneklerle zikir tavsiye edin.

- Afettede dinî konularda soru sorarsa sadece o sorunun cevabını verin.
- Afettede kendini hazır hissettiğinde size dinî ve manevi inançlarını, hatıralarını ve tecrübelerini anlatmasına izin verin.
- Afetzedenin inançlarından dolayı asla tartışmaya girmeyin veya sizin gibi inanması için onu ikna etmeye çalışmayın.
- Bireysel farklılıklara, inançlara, geleneklere ve mezheplere saygı gösterin.
- Afetzedenin din, hayat, ölüm, ahiret veya günah hakkındaki inançlarının sizinkiyle aynı olduğunu varsaymayın. Önce onun bakış açısını anlamaya çalışın. Farklı görüşlere saygı duyun.
- Afetzedenin ibadet talebini mutlaka değerlendirin. Örneğin abdest alamadığı için üzülürse teyemmümü hatırlatın.
- Sizden afet hakkında dinî açıklama istediğinde yoğun kelami ve felsefi tartışmalara girmeyin. Önce muhatabınızın bakış açısını anlamaya çalışın.



- Dinî açıdan “neden” sorularının yanıtlanmasının cazibesine kapılmayın. Sohbeti kişinin acil manevi ihtiyaçlarına yönlendirin.
- Akut dönemde afetzedeye “Eyüp Peygamber de çok acılar çekmişti ama sabretti, sen de sabret.” gibi cümleler kurmayın. “Allah, Eyüp Peygamber’in yüreğini nasıl ferahlatırsa senin yüreğini de öyle ferahlatsın.” gibi cümleler kurun.
- Çaresizlik, güvensizlik hatta isyan içinde olan afetzedeyi, Allah’ın merhameti, adaleti, kader, ceza ve imtihan konusundaki ayet ve hadisleri okuyarak susturmaya çalışmayın, sabır ve tevekküle zorlamayın.
- Afetzede kendi tevekkül ediyorsa, “Rabbimizden gelene razıyız.” diyorsa, bu erdemli duruştan destek almasına izin verin.
- Afetzede “imtihan” diyorsa bu inancından destek almasını sağlayın ancak siz imtihan açıklamasını yapan kişi olmayın.
- Afetzede “Allah’tan gelene sabretmek gerek.” diyorsa kendisini bu şekilde motive etmesine saygı duyun, sabrını pekiştirin ancak siz direkt sabır telkin etmeyin.
- Afetzede cezalandırıldığına dair bir inanca sahipse yaşananların ilahi bir ceza olmadığını, tabiat olaylarının Allah’ın dünya üzerine koyduğu düzenin bir parçası olduğunu hatırlatın. İnsana düşenin bu düzenle uyumlu yaşamak olduğunu bilerek sorunların insa-



nın ihmal ve tedbirsizliğinden kaynaklanabileceğini ifade edin.

- Afetzedenin eleştirilerini boşa çıkarmaya çalışmayın. Akut dönemde muhatabınıza yönelik karşıt tavırlarınız onun olumsuz fikirlerini pekiştiren bir etki yapabilir, unutmayın.
- Dinî konularda olumsuz cümleler kurduğunda itiraz etmeyin ama aynı zamanda onaylamayın. “Haklısın” demeyin, “Böyle hissetmeni anlıyorum.” deyin.
- Afetzede, şok ve öfke ile insanları, kurumları veya Allah’ı suçluyorsa, müdafaaya geçmeyin. “Bu günah! Böyle söyleme!” demeyin. İçindeki gerilimi boşaltmasına izin verin.
- Afetzedenin Allah’a ve kadere yönelik öfke ve isyan cümlelerinin üç farklı arka planı olabilir:
  1. Öfke dolu cümleler, hayatta kaldığı için suçluluk duymasından kaynaklanabilir. Onu hemen dinî açıdan yargılamayın.
  2. Öfkeli ve isyankâr cümleler, afetzedenin yıllardır edindiği bilgi ve izlenimlerin bir sonucu olabilir. Bu bakış açısı bir anda değiştirilemez. Bu sözlerin bir duygu boşalımı olduğunu bilin ve buna izin verin. Bu konular daha sonra manevî danışmanlık süreçlerinde yapısal ve uzun soluklu görüşmelerle ele alınabilir ancak akut dönemde bu yapılmamalıdır.
  3. Öfke dolu cümleler, çaresizlikten kaynaklanan anlık kişisel tepkiler olabilir. Bu du-



rumda afettede kısa süre sonra pişmanlık yaşayabilir. Ona bunların olağanüstü durumlara verilen doğal tepkiler olduğunu söyleyin. Allah'ın, kullarına karşı daima merhametli, hoşgörülü ve affedici 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