

Çocuklar ve yetişkinler için Flüsterpost e.V. bilgilendirme materyalleri

Bilgilendirme materyallerimiz, çocuklar ile yetişkinler arasında doğrudan diyalog kurmayı geliştirir ve desteklerler. Bunlar aynı zamanda didaktik ders materyalleri şeklinde de kullanılmaya uygundurlar.



Info-Flyer für Erwachsene★

mit Tipps zum Gespräch mit Kindern sowie Informationen über Ziele und Angebote von Flüsterpost e.V..



Info-Würfel aus vorgestanztem Karton zum Basteln (12 x 12 cm) für Kinder ab 6-7 Jahren zum alleine oder gemeinsam Basteln und Austauschen von Gedanken und Gefühlen mit Eltern, Geschwistern, Großeltern, Freunden,



Kinderbroschüre „Mir sagt ja doch (K)einer was!“★ mit Erklärungen zum Thema Krebs-erkrankung und den klassischen medizinischen Behandlungsmethoden sowie Tipps zum Umgang mit der Situation, wenn ein Eltern-/ Großelternanteil an Krebs erkrankt ist. Für Kinder ab 6-8 Jahren.

★ Auch als pdf-Download unter www.kinder-krebskranker-eltern.de

Her biri Ruth Krisam tarafından sevgi ve itinali bir şekilde resimlendirilen materyallerimiz, mağdurlar için ücretsizdirler. Sizin/sizler için varlığımızı sürdürmek için, posta ücretini karşılamanız veya işimize destek amacıyla küçük bir bağışta bulunmanız bizi pek tabii çok sevindirecektir. Multiplikator siparişi verildiğinde, masrafların karşılanması talep edilir. Bu konudaki bilgileri, internet sayfamızda INFOS (pdf-download) bölümünde indirilebilir multiplikator sipariş formunda bulabilirsiniz.

Teşekkürler!

Candan Teşekkürler
Bir elin nesî iki elin sesi var!



Kinderbuch „Als der Mond vor die Sonne trat“ von Gerhard Trabert

2. Auflage 2008, G. Trabert Verlag
Mama hat Brustkrebs. Marc fragt den Großvater: „Was ist eigentlich Krebs?“ Janina und Marc beginnen zu verstehen und trauen sich, mit den Eltern darüber zu sprechen. Für Kinder ab 6-8 Jahren.
Das Buch gibt es auch in französischer Ausgabe: „Quand la lune passe devant le soleil“.



Kinderbuch „Als der Mond die Nacht erhellte“ von Gerhard Trabert

1. Auflage 2009, G. Trabert Verlag
Fünf Jahre sind seit der Brustkrebsdiagnose vergangen. Marc und Janina sind mittlerweile 10 und 13 Jahre alt. Mama muss wieder zur Nachsorgeuntersuchung. Alle haben gelernt, mit der „Familiendiagnose“ Krebs zu leben ... und sie erinnern sich daran, wie es war, als Mamas beste Freundin gestorben ist ...
Für Kinder ab 6-8 Jahren.



Hörbuch des Kinderbuches „Als der Mond vor die Sonne trat“ Einfühlsam gelesen vom bekannten Schauspielers Walter Sittler, musikalisch umrahmt passend zum Text mit Kompositionen des französischen Gitarristen Jean-Yves Zimmermann. Für Kinder ab 5 Jahren.

Flüsterpost e.V., 2003 yılından beri Mainz-Mitte Maliye Dairesinde 26/674/0774/4 Vergi Numarası ile kamu yararına hayırsever sıfatıyla kayıtlıdır. Bağımsız bir dernek olarak hizmetimizi, sadece üyelik aidatları, bağışlar, proje destek paraları ve sponsorlar üzerinden finanse ediyoruz. **Bundan dolayı, anne ve/veya babası kanser olan çocuklar için varlığımızı sürdürebilmemiz için, sizin desteğinize de ihtiyacımız var.**

Bize

- ★ Yıllık 25 Euro üyelik aidatı veya bir defalık bağış ödeyerek
- ★ Bizi potansiyel destekçilere önererek
- ★ Kimin için gücümüzü topladığımızı daha başka insanların da haberdar olmasını sağlamak üzere varlığımız hakkında ağız yoluyla propaganda yaparak
- ★ İnternet sayfanıza bir link ekleyerek www.kinder-krebskranker-eltern.de yardımcı olabilirsiniz.



© Ruth Krisam

Flüsterpost e.V. Anne ve/veya babası kanser olan çocuklara destek

DANIŞMA MERKEZİ

Kaiserstraße 56
55116 Mainz
Tel: 06131 / 55 48-798
Fax: 06131 / 55 48-608
info@kinder-krebskranker-eltern.de
www.kinder-krebskranker-eltern.de

DANIŞMA MERKEZİ MÜDÜRÜ

Anita Zimmermann
Dipl. bayan sosyal pedagog
anita.zimmermann@kinder-krebskranker-eltern.de

1. Başkan:

Prof. Dr. tip Gerhard Trabert
Hekim ve Dipl. sosyal pedagog
Toplum Hekimliği kürsüsü
RheinMain, Wiesbaden Yüksek Okulu

BAĞIŞ HESAP NUMARAMIZ 63790010

Mainzer Volksbank e.G., Banka kodu: 55190000

Flüsterpost e.V. ist Mitglied bei:
Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Psychosoziale Onkologie e.V.

www.dapo-ev.de

und im Palliativ Netzwerk Mainz

www.palliativnetzwerk-mainz.de

Wir bedanken uns herzlich bei Herrn Hüseyin Boyrazlı für die türkische Übersetzung. Ein ganz besonderer Dank geht an die Hauptsponsorin Emel Ates im Gedenken an ihren Ehemann und Familienvater Baki Ates.

Türkçeye tercümesi için sayın Hüseyin Boyrazlı'ya teşekkür ediyoruz. Özellikle anasponsor sayın bayan Emel Ateş'e candan teşekkür eder, merhum eşi ve ailebabası Baki Ateş'i saygı ile anarız.

Çocuk ve gençlerle kanser hakkında açık ve samimi konuşmak!? Bunu nasıl yapabilirim?



© Ruth Krisam

Flüsterpost e.V.

Anne ve/veya babası kanser olan çocuklara destek



Neden çocuklarla kanser hakkında konuşalım?

Annesi, babası, büyükbabası ya da büyükannesi kanser olan çocukların durumu çoğu zaman dikkate alınmıyor ve yeteri derecede kayda değer bulunmuyor.

Kanser hastalığı, sadece hastanın değil, bütün aile fertlerinin hayatını değiştiriyor. Tabii ki hasta olan kişi, çocukları ile kanser hastalığı hakkında konuşmaya zorlanır, çünkü onları büyük bir yükün altına sokacaklarından korkarlar. Hiç bir şey söylemeyip veya tam doğruları söylemedikleri zaman, çocuklarını koruduklarını sanırlar. Ama çocukların çok hassas alıcıları vardır ve meydana gelen yeni durumu özellikle oldukça yoğun şekilde algırlar. Herşeyi eksiksiz izlerler, ancak büyüklerin bu konu hakkında açıkça konuşmadıklarını hissettiklerinden, kendileri de konu hakkında konuşmaya cesaret edemezler. Yurtiçi ve yurtdışında yapılan araştırmalar, böyle bir durumla karşılaşan çocukların davranışlarında değişiklikler meydana geldiğini göstermektedir; bu değişikliklerin bazıları şunlardır:

- Korku ya da suçluluk duygularından kaynaklanan aşırı hırçınlaşma
- Başparmak emmek, altını ıslatmak şeklinde alışılmış davranış biçimlerine geri dönmek
- Tırnak yemek ve uykuya dalamamak gibi sinirlilik hali
- Korku, depresyon, mecburiyet hissi belirtileri
- Kâbus, uykuda huzursuz olma
- Aşırı his ve ruhsal değişim gösterme, mesela ağlamaya başlamak ve ardından birdenbire gülmek ve gülerек oynamaya devam etmek ve sonra yine ağlamak
- Geri durmak ve içe kapanmak, çok sakın davranışlar göstermek
- Ayrılık ve kaybetme korkuları
- Yoğunlaşma bozuklukları, okulda davranışlarıyla dikkat çekme
- Fazla sorumluluk üstlenmek, mesela evde veya kardeşleriyle ilgilenmede
- Göz bozulması, şuur kaybı veya felç olma
- Fazla gergin olma
- Uyuşturucu kullanmak

Çocuğuma bu durumu nasıl söyleyim?

Neye dikkat etmem gerekiyor?

Genel geçerli bir çözüm yok. Gelişim psikolojisi açısından baktığımızda çocuklar, yaklaşık 3 yaşına kadar, olabildiğince, içinde çok yakınlık ve fiziki temas kurabileceği anne ve babasının olduğu, sakın ve güvenilir bir atmosfere ihtiyaç duyarlar.

3 yaşından gençlik çağına kadarki çocuklar için öneriler:

- Konuşmalar ve fiziki temas için („birbirine sarılıp sokulma saati“) **zaman ayırınız**, tabii çocuğunuz buna izin veriyorsa veya bunu istiyorsa.
- **Kanserin bulaşıcı bir hastalık olmadığını anlatınız!**
- **Çocuğa**, sevildiğini ve bu hastalıktan kendisinin **sorumlu olmadığını tekrarlayarak söyleyiniz.**
- **Çocuğu**; sözlü, resim çizerek, müzik, spor üzerinden **bütün düşünce ve duygularını (korku, öfke ve üzüntü de dahil olmak üzere) ifade etmesi konusunda cesaretlendiriniz!**
- **Hastalığı bildiğiniz kadarıyla anlatınız (teşhis, seyir).** Küçük çocuklara uzun açıklamalar içeren bilgiler vermekten kaçınınız; parça parça anlatmayı tercih ediniz.
- **Çocuğun bilgiyi alma temposuna**, onun sorduğu sorulara doğrudan cevaplar vererek, **ayak uydurunuz.**
- Eğer bilgi aktarmada ve aktarılan bilgi miktarıyla ilgili sizde bir şüphe olursa, şu cümleyi kendinize rehber ediniz: **Her bildiğim konuyu çocuğa hemen anlatmam gerekmiyor, ama anlattığım her şey gerçek olmalı!**
- **Çocuğun şefkat göstermesine ve yardım etmesine izin verin**, fakat onun büyük bir insanın rolünü üstlenmesine izin vermeyiniz.
- **Çocuğu, arkadaşlarıyla buluşmaya devam etmesi**, onlarla oynaması ve neşelenmesi konusunda **teşvik ediniz.**
- **Çocuğa, oluşan bu yeni durum ile kanser hastalığı hakkında gerek arkadaşlarıyla gerek güvendiği kişiler ile konuşması konusunda cesaret veriniz.**
- **Kendilerine, hem anne hem de babalarının hastalıktan dolayı** sinirlenip aniden öfkelenebileceklerini anlatınız.



• **İlişki çerçevesi işlevi** görece rutin bir günlük yaşam akışını sürekli uygulamaya, dolayısıyla yeniden organize etmeye çalışınız.

• **Kendinize**, size ve sizinle olan ilişki üzerinden çocuğa yardım edebilecek arkadaşlar, tanıdıklar, akrabalar ve uzman kişiler arayınız.

• **Çocuğa bir yarar veya avantaj sağlayacağını düşünürseniz**, anaokulu eğitimcilerini veya okuldaki öğretmenleri gelişmeler hakkında bilgilendiriniz.

• Çocukla ilgili ilişki ve iletişim konusunda **kendinizi baskı altına koymayın!** Çocuğa açılmak konusunda ihtiyaç duyduğunuz zamanı kendinize ayırınız!

• Gerekirse, mesela Flüsterpost e. V. derneği tarafından hazırlanmış, **ilgili yaşa uygunluk arzeden bilgi materyallerini kullanınız.**



Flüsterpost e.V.

Siz / sizler için var! Hizmetlerimiz şunlardır:

- Bilgi, danışma ve refakat
- Ebeveynler, çocuklar/gençler, aile çevresi, yakın çevresinden kişiler ile multiplikatorler için
- Kendi danışma mekanımızda, hastane koğuşunda veya evde
- Almanya genelinde telefon, mektup veya e-posta aracılığı ile danışma
- Çocuklar ve yetişkinler için tarafımızdan bizzat hazırlanmış bilgi edinme broşürleri ile iletişim yardımları
- Çocuklar ve gençler için yaratıcılık ve yaşam tecrübesi pedagojisi ile müzik terapisi içerikli tek kişilik ve grup aktiviteleri
- Sosyal hukuk ile ilgili bilgiler
- Mağdurlar, multiplikatorler ve ilgi gösterenler için okumalar, konferanslar ve hizmetiçi eğitimler
- Değişik meslek grupları ve bilgisayar ağı ortaklarından uzmanlar ile işbirliği
- Mağdurlara yönelik lobi çalışmalarına güç kazandıracak halkla ilişkiler ile ağ aktiviteleri
- İnternet sitemizde **★** indirilebilir okuma ve link ipuçları ile (yaratıcı) fikir alışverişine yönelik FORUM ve GALERİ gibi çeşitli bilgiler



Anne ve babamız hayatta olduğu sürece Hepimiz çocuğuz!

Çocukların bilgi edinme hakları vardır! Çocuklar, yetişkinlerin düşündüklerinin aksine, hem çok güçlü hem de dayanıklıdır!

Flüsterpost e.V. size / sizlere açıkça konuşmak konusunda cesaret vermek istiyor.

Herkesin kendi duygu ve düşüncelerini samimi şekilde ifade edeceği konuşmalar, yanlış anlamalara açıklık kazandırmada, insanın kendine ve ilişki içinde bulunduğu diğer kişilere karşı güveni güçlendirmede ve oluşan yeni durumun üstesinden birlikte gelme konusunda kolaylık sağlar ve yardım eder.

★ www.kinder-krebskranker-eltern.de

Sunularımız gizli ve ücretsizdirler.

Danışma hizmetlerimizi Türkçe yapmamız maalesef mümkün değildir. İhtiyaç duyulduğunda bir tercüman çağırmak her halükarda mümkündür. Siz / sizler için var olabilmemiz için küçük veya büyük her türlü bağış çok işe yarayacaktır!

BAĞIŞ HESABIMIZ Mainzer Volksbank e.G. Hesap: 637900010, Banka kodu: 55190000

Sie können uns unterstützen! Werden Sie Mitglied bei Flüsterpost e.V. und fördern Sie unsere Arbeit mit einem Jahresbeitrag von 25 Euro! Diese Beitrittserklärung per Post an uns senden oder faxen an 06131/55 48-608. Herzlichen Dank!

BEITRITTSERKLÄRUNG ■ Ich möchte Mitglied im gemeinnützigen Verein Flüsterpost e.V. werden. (Bitte in Druckbuchstaben)

Vorname

Name

Telefon

Name

Name

Geburtsdatum

Straße

PLZ / Wohnort

Name

Name

Name

Geburtsdatum

Vorname

Name

Kontonummer

Name

Name

Geburtsdatum

Kreditinstitut

Name

Bankleitzahl

Name

Name

Geburtsdatum

Meine E-Mail

Datum

Unterschrift

Name

Name

Geburtsdatum

Newsletter ■ Bitte informieren Sie mich (2-3x jährl.) mit verdeckter E-Mail-Adresse über Aktuelles von Flüsterpost e.V.

Empfehlen Sie uns weiter, damit noch mehr Menschen erfahren, für wen wir uns einsetzen! Oder schalten Sie einen Link auf Ihrer Webseite zur Seite von Flüsterpost e.V. **Herzlichen Dank!**