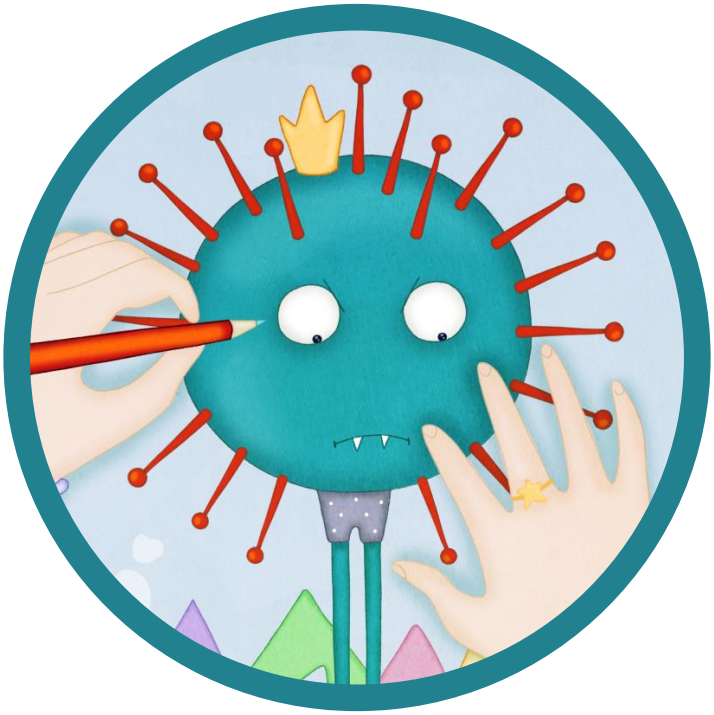
ÇOCUKLAR İÇİN KORONAVİRÜS ÖYKÜSÜ

Yazan: Francesca Dall'Ara
Resimleyen: Giada Negri

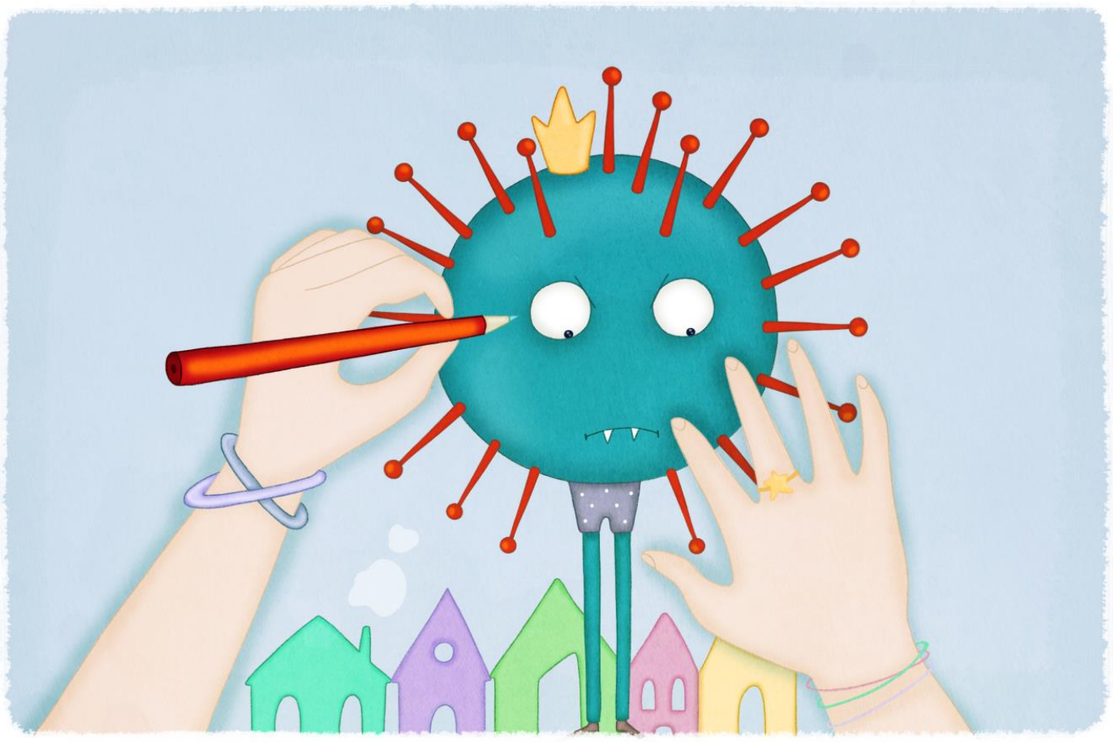


Erickson

Doğan Egmont
Okumak gelecektir.

KORONAVİRÜS ÖYKÜSÜ

Hava birazdan kararacaktı ama Defne'nin uyumaya hiç niyeti yoktu. Karanlıkta oturmuş, canavar resimleri çiziyordu.
"Tatlım, ne çiziyorsun? Yatma vakti geldi," dedi annesi.
Defne, "Koronavirüs'ü çiziyorum," diye yanıt verdi sakince.
"Hımm... Ama Koronavirüs o kadar büyük değil ki!" diyerek gülümsedi annesi.
"Gerçekten mi? O zaman neden herkes ondan bu kadar korkuyor?" diye sordu Defne. Kafası çok karışmıştı. Büyükleri bu kadar korkutan, okulları kapattıran, herkesin hayatına karışan bu şey, babasından en az 10 metre uzun olmalıydı!

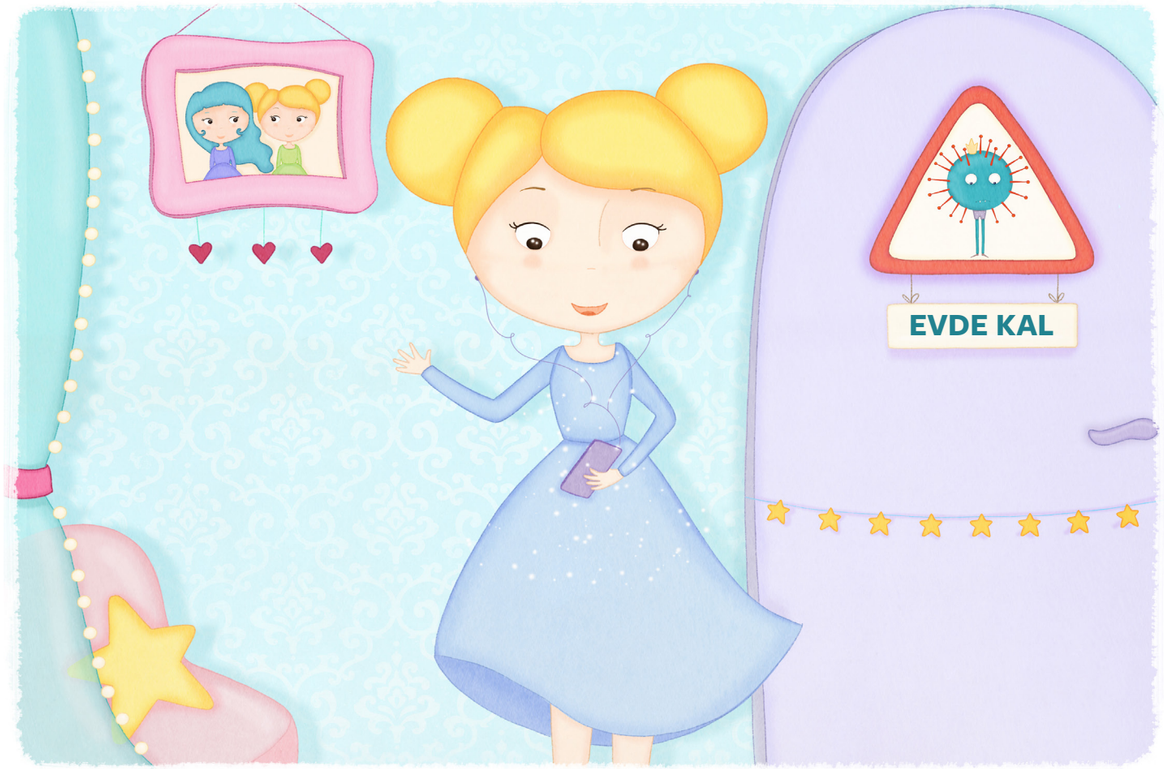


"Hadi yatağa gidelim de sana şu küçük canavarı anlatayım," dedi annesi.
Defne ve annesi, sıcacık battaniyenin altına girdiler. Annesi yumuşacık bir sesle anlatmaya başladı.
"Evvel zaman içinde Koronavirüs isimli küçük bir canavar varmış. Evimizden uzak mı uzak bir ülkede dünyaya gelmiş. O kadar mini minnacıkmış ki, insanların tükürüğünde yaşarmış."
Defne, "Iyy!" diyerek annesinin sözünü kesti. "İnsanların tükürüğünde mi?"
"Evet, ayrıca sümükte de yaşarmış," dedi annesi. Bu kez Defne kıkırdamaya başladı.
"Koronavirüs çok terbiyesizmiş ve böyle iğrenç yerlerde yaşamaya bayılırmış. Bu sayede bir yerden diğerine gider, dünyayı dolaşır ve insandan insana geçermiş!"
Defne merakla sordu: "Nasıl gezermiş? İnsandan insana da ne demek?"
"Hapşırınca, öksürünce ağzımızdan çıkan küçük tükürük damlacıklarıyla gezermiş," dedi annesi ve anlatmaya devam etti.
"İşte ben de bu yüzden senden ellerini eskisinden daha fazla yıkamanı istiyorum. Ve aynı sebeple kardeşlerini, arkadaşlarını, dede ve nineni öpmemeni, onlara sarılmamanı istiyorum."
"Büyüklerin okulları kapatmaya karar vermesinin sebebi de bu. Tabii yine bu yüzden maske takan insanlar görüyorsun etrafımızda, hem de maskeli baloya gitmediğimiz halde!"
"Bugün seni ve babamı öptüm... Ya küçük canavar benim de sümüğümdeyse?" diye endişeyle sordu Defne.
"Endişe etme tatlım; büyükler ve doktorlar bu küçük canavarı öğrenmek ve onunla savaşmak için çok çalışıyor. Ne bulmuşlar duydun mu?"
"Ne? Söyle söyle! Bilmek istiyorum!" dedi Defne heyecanla.
"Koronavirüsün çocukları ve gençleri pek de sevmediğini buldular, hem de çok sümüklü olduğunuz halde!"

“Bütün büyükler hastalanırsa çocuklar ne yapacak peki?” diye sordu Defne endişeyle.
“Bunun olmasını hiç istemeyiz. Bu yüzden çok fazla hasta kişi olan ülkelerde, birazcık sıkılsak ve bazen çok zor gelse bile, hepimiz evde ve güvende kalıyoruz. Tükürüklerin etrafta dolaşmasını istemeyiz! Hepimiz hastalanırsak doktorlar bize bakmakta zorlanabilir.”
“Haklısın anne, hiç böyle düşünmemiştim,” dedi Defne. O sırada doktorların da hastalanabileceğini fark etti ve merakla sordu: “Peki ya doktorumuz hastalanırsa? Bize hangi ilacı alacağımızı o zaman kim söyleyecek?”
“Evet tatlım, şu an büyükleri de bu endişelendiriyor. Hasta insanları iyileştirmek istiyoruz ve bu küçük canavarın etrafta dolaşmasını durdurmayı deniyoruz.”
“Bilmen gereken bir şey daha var tatlım. Koronavirüs bazı insanların sadece boğazlarını ağrıtıyor. Biraz ateşleri çıkıyor ama doğru ilaçlarla birkaç gün sonra tekrar kendilerini iyi hissediyorlar.”

“Peki ya diğer insanlar?” diye sordu Defne endişeyle. Bunu düşünmeden duramıyordu.
“Yaşlılar ve başka sağlık sorunu olan insanlar risk altındalar ve biz onları korumalıyız.”
“Mesela yaşlı ve zor yürüyen ninem gibi mi?”
“Evet, tatlım onun gibi insanlar. Eğer onlar virüs kaparsa hastaneye yatabilir ve uzun süre orada kalabilirler. Ne yazık ki aralarından bazıları iyileşemeyebilir ve hayatlarını kaybedebilirler.”
“Anladım annecim. Nineme artık dışarı çıkmamasını söyler misin?” dedi Defne, işte şimdiden çözümü bulmuştu bile!
“Bunu kendisi de biliyor, tatlım. Bu yüzden bir süredir nineni ziyaret etmedik. Ama Damla ablan onu her gün arıyor ve ona göz kulak oluyor!”
“Öyleyse babam niye işe gidiyor?” diye sordu Defne.
“Çünkü çoğu büyüğün çalışması gerek. Mesela baban ve doktor amcan gibi. Ama onlar dikkatli olmaları gerektiğini biliyorlar.”

“Onlar birçok yolla kendilerini koruyorlar. Mesela ellerini yıkıyorlar, maske takıyorlar, bazen eldiven kullanıyorlar ve hepsi de birbirlerinden uzak duruyorlar.”
“Aslında düşününce, bu küçük canavarın getirdiği olumlu bir şey de var tatlım. Bugünlerde bizim gibi birçok aile mesela, çocuklarıyla daha fazla zaman geçiriyor ve acele etmeden işlerini yapabiliyor.”
“Peki ya biz annecim? Biz parka gidebilir miyiz?” diye sordu Defne sabırsızca. Çünkü Defne parkta oyun oynamayı çok seviyordu.
“Dışarı çıkmak harika bir şey tatlım ama şu an biraz zor... Yarın odandaki halıya oturup, bütün camları açarak baloncuk yapmaya ne dersin? Dışarıdan gelen temiz rüzgârı hissederek birlikte gözlerimizi kapatıp parktaymış gibi davranabiliriz.”
“Ne?? İçeride baloncuk yapmama izin mi veriyorsun?” diye sordu Defne şaşkınlıkla.
“Evet öyle!” dedi annesi neşeyle.



“Bu tuhaf zamanların olumlu tarafları var demiştim sana...”
“Buna bayıldım! Teşekkürler annecim!”
“Ama...” Defne’nin bir anda yüzü asıldı. “Arkadaşlarımı özlüyorum. Bütün gün evde sıkılıyorum. Öğretmenlerimi bile özledim!”
“Anlıyorum tatlım, ben de arkadaşlarımı özlüyorum. Yarın en çok özlediğin arkadaşlarının listesini yapabiliriz ve onlarla görüntülü konuşmak için telefonumu kullanabilirsin!” dedi annesi.
“Ne? Senin telefonunla arkadaşlarımı aramama izin mi veriyorsun?” Defne buna çok sevindi. Çünkü bu kadar harika haberler duymayı hiç beklemiyordu!
Annesi gülümsedi, “Sadece günde yirmi dakika, tamam mı akıllı bıdık?” dedi. Defne’nin bu yeni duruma uyum sağladığını ve küçük şeylerle mutlu olduğunu görmek onu çok mutlu etti.
“Peki o zaman, yarın sabah ilk iş kahvaltıda krep yapıyoruz; sonra ödevlerini bitiriyoruz, hatta bazı ödevleri arkadaşlarınla görüntülü konuşurken yapabilirsin belki. Sonra bana bulaşıkta yardım ediyorsun ve en sonunda da pencereleri açıp odanda baloncuk yapıyoruz!”

“Ben belki öğleden sonra pizza yaparız diye düşündüm! Hem baban da işten gelince çok şaşırır! Pizzaya ne koysak? Etli mi yapsak, sebzeli mi? Defne?”
Defne’den hiç ses çıkmadı. Uykuya dalmak üzereydi. Artık küçük canavarı düşünmüyordu. Aklında yarın için başka fikirler ve projeler vardı.
“İyi geceler canım, tatlı rüyalar!” diye fısıldadı annesi ve Defne’nin alnına, dikkatlice küçücük bir öpücük kondurdu!

EBEVEYN NOTLARI

IRCCS Ca’ Granda Ospedale Maggiore Policlinico of Milan Foundation bünyesinde benim koordine ettiğim Milan Çocuk ve Ergen Nöropsikiyatri Birimi; Koronavirüs’e, duygulara ve beraberinde gelen bütün kısıtlamalar ile muhtemel sonuçlarına yaklaşımda ailelerin ve çocukların işini kolaylaştırmak için somut ve kullanıma hazır en doğru yolu bulma hedefiyle yola çıktı. İletişim kurmak ve duygular ile deneyimleri paylaşmak için birlikte bir öykü okumaktan daha iyi bir yol var mı? İşte okuduğunuz öykü de böyle doğdu; bir grup meslektaşın, psikolog ve psikoterapistlerin desteği ve değerli önerileriyle, Francesca Dall’Ara (kendisi uzun yıllardır Birimimiz bünyesinde karmaşık engellilikler alanında çalışmaktadır) yazmaya başladı. Bu karmaşık bir gerçeği anlatan basit bir öyküdür, amacı bu zorlu zamanlarla çocuklarıyla (ve belki de çocukları sayesinde) birlikte yüzleşmek konusunda anne ve babalara destek olmak hedefindedir.

Bu belirsiz ve karmaşık zamanda, dünya çapında bilim insanlarının Covid2’nin sebep olduğu zorlu sağlık durumunu anlamak ve üstesinden gelmek için sorular sorup cevaplar aradığı böyle bir dönemde, çocukları unutmamak çok önemli! Onların da bilmeye hakkı var! Günlük yaşantılarını kaybeden, etraflarında olan biteni anlamayan, birincil bakım verenlerinin endişelerini hisseden çocuklar için bütün bu yaşananlar, özellikle de daha küçük yaştakiler için büyük bir endişe ve belirsizlik kaynağı olabilir. Özellikle kolay incinen ya da nörogelişimsel bozukluklara sahip çocuklar durumu anlamlandırmakta, düşünce ve duygularını kontrol etmekte daha da zorlanabilirler.

Çocuklarla konuşmak ve onları sakin ama doğrudan bilgilendirmek, sorunu küçümsüyor izlenimi kesinlikle vermeden basit ve gerçekçi kelimeler kullanmak, mutlu sonun çok yakın olduğunu garantileyen “sihirli” çözümler üretmemek bu süreçte çok önemlidir. Açık olup gerçeği söylemek daha iyidir: Ne yazık ki yaşananlar her zaman kontrolümüzde değildir ve bu bizi endişelendirir. Esas yapılması gereken şey ise; bazı noktalara değinen dengeli bir açıklama bulmaktır. Değinilmesi gereken noktalar şunlardır: günlük yaşantımızdaki büyük değişimlerin kaynağı ve sebepleri, bu değişime eşlik eden duyguların kabullenilmesi ve kendimizi korumak ve enfeksiyondan kaçınmak için öğretilecek basit kurallar.

Hepsinin ötesinde, güven verici olmak ve insanların ellerinden gelenin en iyisini yaptığını ama yine de çok sayıda belirsizlik ve endişenin var olduğunu açıklamak çok önemlidir. Çocuklar dünyayı yorumlamak için yetişkinlerin açıklamalarını beklemez; onlar kendi fikirlerini yaratırlar.

Çocuklarla konuşmak ve elbette onları dinlemek, kafa karışıklığından ve endişeden kaçınmak için esas yapılması gereken şeylerdir. Tartışma ve sorulara alan açmak da çok önemlidir, böylece çocuklarımızın asıl endişelerini keşfedebiliriz (bu endişeler büyük ihtimalle bizimkilerden farklı ve başa çıkması daha kolay şeyler olacaktır).

Bu sebeplerle çocukların durumu anlamasına yardım etmek için yapacağımız en önemli şey endişelerimiz hakkında konuşmak, onlara bu zor zamanda bile birlikte umutlu ve mutlu olmayı başarabileceğimizi göstermektir. Biz yetişkinler olarak ilişkilerimizi sürdürmek için arada mesafeler olsa bile farklı yollar bulabilir, kendimizi yeniden keşfedip uyum sağlayabiliriz.

Maria Antonella Constantino
Çocuk ve Ergen Nöropsikoloji Birimi Direktörü (UONPIA)
IRCCS CA’ Granda Hospital Maggiore Policlinico of Milan Foundation

Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico
Sistema Socio Sanitario Regione Lombardia

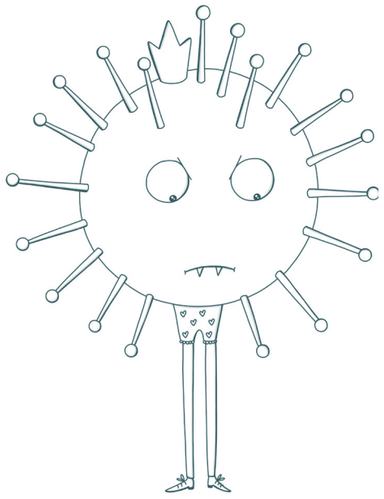
TEŞEKKÜR
Bu mütevazı öykünün kanatlanıp uçmasında destekleri bulunan herkese içtenlikle teşekkür ederim. Çalıştığım Nöropsikoloji Birimi'nin direktörü Antonelle Costantino ile başlamak isterim çünkü şubat sonu çok zor bir pazartesi sabahında, çocuklara olanları anlatmanın bir yolunu bulmamı benden kendisi istemişti. Hissettiğim endişe ve güçsüzlüğü işe yarar ve de yaratıcı bir işe dönüştürmeme imkân sağladı, özellikle de kendim için. Bir diğer özel teşekkürü de meslektaşlarım hak ediyor, bu projeye en az benim kadar tutkuyla yaklaştılar, bana yeni fikirler verdiler, onlar olmasa Defne'nin annesiyle sohbeti bu kadar ilginç detay barındıramazdı.
Son olarak da çalıştığım IRCCS Policlinico of Milan Foundation hastanesine kocaman teşekkür ederim, öykünün internet sitesinde yayınlamasına ve bu sayede çok sayıda kişiye ulaşmasına olanak sağladılar. Özellikle bu öyküyü çocuklarına okuyacak olan herkese teşekkür ederim çünkü bu zor zamanlarda iyi bir şeyi yayma fikri; yaşadıklarımızla, en acı verici olaylarla bile yüzleşmemizin mümkün olduğu inancımı ve umutlarımı yeşertiyor.

YAZAR HAKKINDA
Francesca Dall'Ara
Psikolog ve psikoterapist olan Francesca 2005 yılından beri IRCCS Ca' Granda Hospital Maggiore Policlinico of Milan Foundation bünyesindeki Çocuk ve Ergen Nöropsikiyatri Birimi'nde (UONPIA), Kompleks Engellilikler ve Nadir Görülen Hastalıklar (SDCMR) alanında çalışmaktadır.

ÇİZER HAKKINDA
Giada Negri
Psikolog ve psikoterapist olan Francesca 2005 yılından beri IRCCS Ca' Granda Hospital Maggiore Policlinico of Milan Foundation bünyesindeki Çocuk ve Ergen Nöropsikiyatri Birimi'nde (UONPIA), Kompleks Engellilikler ve Nadir Görülen Hastalıklar (SDCMR) alanında çalışmaktadır.

İngilizceye Valentina Sala ve George Cates tarafından çevrilmiştir; Norwich, İngiltere.

Koronavirüs Öyküsü

Özgün Adı: *Story of The Coronavirus*
Copyright © 2020 Edizioni Centro Studi Erickson S.p.A.
Tüm hakları saklıdır.
Yazan: Francesca Dall'ara
Resimleyen: Giada Negri
Türkiye yayın hakları:
Doğan ve Egmont Yayıncılık ve Yapımcılık Tic. A.Ş.
19 Mayıs Cad. Golden Plaza No:1 Kat:10 Şişli 34360 İstanbul
Tel: (0212) 373 77 00 www.de.com.tr
Çeviri: A. Deniz Topaktaş
Yayına hazırlayan: Elif Bilgin
ISBN: 978-605-09-7415-7

Bu hikâye, özel öğrenim bozuklukları ve kapsayıcı eğitim alanlarında olduğu kadar çocuklar ve aileler için hem anlatı hem eğitsel metinler üretme konusunda da uzman bir İtalyan yayınevi olan Edizioni Centro Studi Erickson S.p.A'nın nezaketiyle yayınlanmıştır.
Tüm hakları saklıdır.
Bu kitabın hiçbir bölümü yayıncısından izin alınmaksızın çoğaltılamaz.
© 2020 Edizioni Centro Studi Erickson S.p.A.
Via del Pioppeto 24
Trento, Italy
www.erickson.it
www.erickson.international