

## MODÜL 8

### EV KAZALARINDA ÖZ-ETKİLİLİK

**Amaç:** Bu eğitim modülünün amacı, diyabetli bireylerde öz-etkililik kavramını tanıtmak, öz-etkililik düzeyini artırmak için gerekli bilgi ve becerileri kazandırmak ve bireylerin kendi sağlık yönetimlerinde daha aktif bir rol almalarını desteklemektir.

**Hedefler:** Bu modülün sonunda katılımcılar:

- Öz-etkililik kavramının ev kazalarını yönetmedeki rolünü açıklayabilecektir.
- 0-3 yaş çocuğu olan anneler ev kazalarına ilişkin öz etkililik algısının önemini ve ev kazalarını önlemeye ilişkin öz etkililiklerini arttıran düşüncelerini tanımlayabilecektir.

### EV KAZALARINI ÖNLEMEDE ÖZ-ETKİLİLİK ALGISININ ÖNEMİ

**Öz-yeterlik**, kişinin kendine güveni ve bir görevi başarıyla tamamlayabileceğine olan inancını ifade eder. Okul öncesi dönemdeki çocuklar ev kazalarına karşı oldukça savunmasızdır; düşme, yanma, boğulma ve zehirlenme gibi risklerle karşılaşabilirler. Bu nedenle annelerin, ev kazalarına karşı alınacak güvenlik önlemleri hakkında bilgi sahibi olmaları büyük önem taşır.

Anneler, 0–3 yaş grubundaki çocukların temel bakım verenleri olarak, çocuklarının güvenliğini sağlamada kritik bir rol üstlenirler. Annelerin kazalara karşı farkındalıklarının yüksek olması hem çocukların hem de ailenin güvenliğini ve sağlığını açısından hayati öneme sahiptir. Bu nedenle çocuklardan sorumlu kişilerin, özellikle annelerin, ev kazalarını önleme bilgisine sahip olmaları büyük önem taşır.

Annelerin sahip olduğu kazaları önleme bilgisi ve öz-yeterlik, 0–3 yaş grubundaki çocuklar ev kazası yaşadığında oluşabilecek zararların en aza indirilmesini sağlar. Böylece hem ciddi yaralanmalar önlenebilir hem de çocukların hayatı kurtarılabilir.

Okul öncesi dönemde çocukların annelerinin ev kazalarına karşı güvenlik önlemlerini bilmesi ve öz-yeterlik konusunda donanımlı olması, hem anne hem de çocuğun güvenliğini sağlamada açısından büyük önem taşır. Bu farkındalık, çocuğun kendini güvende hissetmesini kolaylaştırır ve anneye olan iletişimin güçlendirir. Böylece çocuğun duygusal ve zihinsel gelişimini desteklenir. Ayrıca güvenli bir ev ortamı sağlanması ve kazaların önlenmesi, çocukların sağlıklı yaşam alışkanlıklarını kazanmalarına da katkı sağlar.

## ANNELERDE EV KAZALARINI ÖNLEMENE YÖNELİK ÖZ-YETERLİĞİ ARTIRAN DÜŞÜNCELER

### ❖ Kontrol İnanç ve Sorumluluk Duygusu

Annelerin, ev kazalarını önlemeye kendilerini etkin olarak uyguladıkları, öz-yeterliliklerini güçlendirmektedir. Bu inanç, annelerin güvenlik önlemleri alma ve ilk yardım uygulamaları konusunda daha proaktif olmalarını sağlamaktadır.

**Düşünce:** "Evdeki tehlikeleri fark edip önlem alabilirim."

**Örnek:** Anne, mutfakta kesici aletleri çocukların ulaşamayacağı bir dolaba koyar ya da prizlere koruyucu kapak takar.



<https://www.youtube.com/watch?v=PoByYD7CTMU>

## KAYNAR SU KAZASI

**Durum:** Anne mutfakta yemek pişirirken çocuk ocağa yaklaşıyor.

**Yanlış davranış:** Panikle bağırarak, çocuğu korkutmak.

**Doğru davranış:** Sakin biçimde uzaklaştırmak, ocağın ön gözünü kullanmamak, tencere saplarını içeriye çevirmek.

**Öz-etkililik mesajı:** "Durumu kontrol edebiliyorum."



Bu görsel yapay zekâ ile oluşturulmuştur. <https://chat.openai.com>

## DETERJAN ZEHİRLENMESİ

**Durum:** Çocuk banyoda açık deterjan şişesini eline alır.

**Doğru davranış:** Sakin kalarak şişeyi almak, ağzına almadığından emin olmak, deterjanları yüksek dolaba çıkarmak.

**Sonuç:** Anne çocuğu korumuş olur ve "ben başarabildim" hissini yaşar.



Bu görsel yapay zekâ ile oluşturulmuştur. <https://chat.openai.com>

## ANNELERDE EV KAZALARINI ÖNLEMeye YÖNELİK ÖZ-YETERLİĞİ ARTIRAN DÜŞÜNCELER

### ❖ Eğitim ve Bilgi Edinme

Annelerin ev kazaları ile ilgili eğitim almaları, öz-yeterliklerini doğrudan etkilemektedir.

Eğitim alan annelerin ev kazalarını önleme konusunda daha yüksek özyeterlilik göstermektedir.

**Düşünce:** “Ev kazaları konusunda eğitim aldım, bu nedenle olası bir durum da ne yapacağımı biliyorum.”

**Örnek:** Aile Sağlığı Merkezi merkezinde verilen 0-3 Yaş Çocuklarda Ev Kazalarının Önlenmesi ile ilgili eğitime katılan bir anne, eğitim sonrası evdeki tehlikeleri fark eder. Sobaya koruma filesi takar, temizlik malzemelerini çocukların erişemeyeceği bir dolaba kaldırır. Eğitim sayesinde hem ev ortamını daha güvenli hâle getirir hem de olası kazalarda paniğe kapılmadan hareket eder.

## EV KAZALARINI ÖNLEME



<https://www.youtube.com/watch?v=lVtWr3jxqso>

## ANNELERDE EV KAZALARINI ÖNLEMeye YÖNELİK ÖZ-YETERLİĞİ ARTIRAN DÜŞÜNCELER

### ❖ Deneyim ve Önceki Kazalarla İlişki

Annelerin daha önce ev kazalarıyla karşılaşmış olmaları, bu tür durumlarla başa çıkmaya konusunda deneyim kazanmalarını sağlamaktadır. Annelerin önceki ev kazaları deneyimleri, güvenlik önlemleri ve öz-yeterliklerini etkilemektedir.

**Örnek:** Daha önce çocuğu düşen bir anne, bu deneyimden yola çıkarak evdeki kaygan zeminleri düzenler ve merdivenlere koruyucu kapı takar. Edindiği deneyim, öz-yeterlik duygusunu güçlendirir.

## ANNELERDE EV KAZALARINI ÖNLEMeye YÖNELİK ÖZ-YETERLİĞİ ARTIRAN DÜŞÜNCELER

### ❖ Olumlu Beklentiler ve Sonuç Odaklı Düşünceler

Annelerin, güvenlik önlemleri alarak çocuklarının güvende olacağına dair olumlu beklentileri, öz-yeterliklerini artırır. Bu düşünce tarzı, annelerin güvenlik önlemleri alma konusunda daha kararlı olmalarını sağlamaktadır.

**Düşünce:** "Gerekli önlemleri alırsam çocuğum güvende olur."

**Örnek:** Anne, ocak kenarına güvenlik bariyeri yerleştirir ve çocuğunu tehlikeli alanlardan uzak tutar. Bu davranış, çocuğunun güvenliğini sağlayabileceğine dair inancını pekiştirir.

## ANNELERDE EV KAZALARINI ÖNLEMeye YÖNELİK ÖZ-YETERLİĞİ ARTIRAN DÜŞÜNCELER

### ❖ Sosyal Destek ve Teşvik

Eş, aile üyeleri ve sağlık profesyonellerinden alınan destek, annelerin öz-yeterliklerini güçlendirmektedir.

**Örnek:** Anne, hemşireden aldığı rehberlik doğrultusunda evdeki riskleri belirler ve aile bireyleriyle birlikte güvenli bir ortam oluşturur. Bu destek, annenin kendini yalnız hissetmeyen güvenli davranışları sürdürmesine yardımcı olur.



Sonuç olarak, annelerin ev kazalarını önlemeye yönelik öz-yeterliklerini artıran düşünceler, eğitim, deneyim, olumlu beklentiler ve destekle şekillenmektedir. Bu faktörlerin bir arada ele alınması, annelerin çocuklarının güvenliğini konusunda daha bilinçli ve etkin olmalarını sağlayacaktır.

Bu görsel yapay zekâ ile oluşturulmuştur. <https://chat.openai.com>