|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PSİKOSOSYAL KORUMA ÖNLEME VE KRİZE MÜDAHALE PSİKOLOJİK İLKYARDIM KONTROL LİSTESİ** | | | | | | |
|  | **İşleyiş** | | | **Kim** | | **Öneriler ve Açıklamalar** |
| **Sıra No** | **Yapılacak Çalışmalar** | **Uygulamalar** | **Yapıldı + Yapılmadı -** | **Sorumlular** | **Hedef Kitle** |
| **1** | Duygusal Deşarj Sağla | Duygularını ifade etmesine fırsat verilir. |  | Psikososyal Koruma Önleme ve Krize Müdahale Ekibi |  | Duygularını ifade ettikçe kişi rahatlar.  Kişi duygularına ilişkin yorum yapılmadan sadece dinlenilmelidir.  Gerekirse güvenli ve sakin bir alana geçilmelidir. |
| **2** | Somut Açıklama Yap | Öncelikle çocuklara, acilen durumu anlamalarını kolaylaştıracak somut bir açıklama yapılır. |  | Okul Yönetimi  Psikososyal Koruma Önleme ve Krize Müdahale Ekibi |  | Karmaşa yaşayan (örn. korku ve panik) öğrenciler sakinleştirilerek; olay hakkında bilgi verilmelidir. |
| **3** | Dikkatli Dinle | Kişinin hikâyeleri, anlattıkları; duyarlılıkla ve dikkatle dinlenir. |  | Psikolojik İlk Yardım Görevlisi |  | Geleceklerini yönlendirmeye çalışmak yardımdan çok zarar verebilir. |
| ***4*** | Kendini İfade Etmesine Fırsat Ver | Duygu, davranış, algı, düşünce, ilişki, hayal ve beden düzeyindeki tüm yaşantılarını aktarma konusunda teşvik edilir. |  | Psikolojik İlk Yardım Görevlisi |  | Konu kaçınmadan konuşulur. Sorular sorulur. Ne bildiği, nerden bilgi aldığı öğrenilmeye çalışılır. Aksi takdirde olayın konuşulamayacak kadar korkutucu bir olay olduğu izlenimi verir, olduğundan daha yoğun bir endişe ve korkuya yol açabilir. |
|  |  |  |  |  |  |  |
| **5** | Kişiyi Gözlemle | Kendine zarar verici düşünceleri olup olmadığı gözlenir. |  | Psikolojik İlk Yardım Görevlisi |  | Bu tür düşünce ve fiziksel rahatsızlıktan şüphe edilirse sağlık yetkililerine bildirilmelidir. |
|  | **İşleyiş** | | | **Kim** | | **Öneriler ve Açıklamalar** |
| **Sıra No** | **Yapılacak Çalışmalar** | **Uygulamalar** | **Yapıldı + Yapılmadı -** | **Sorumlular** | **Hedef Kitle** |
| **6** | Konuşmaya Zorlama | Konuşmakta zorluk çekenler ve konuşmak istemeyenler olabilir; onlar da konuşmaya zorlanmadan dinlenir. |  | Psikolojik İlk Yardım Görevlisi |  | Duygularını ifade etmesi için sanatsal ve günlük tutma gibi yöntemler teşvik edilebilir.  Sadece sorduğu soruların cevapları verilmelidir. Diğerlerinin de destek aldığını görmek, zamanla onların da kendilerini anlatmalarına yardımcı olabilir. |
| **7** | Travma Sonrası Normal Tepkiler Bilgilendirmesi Yap | Yaşanılan tüm tepkilerin olaydan sonra beklenen bir durum olduğu anlatılır ve bunların nasıl bir seyir izleyeceği hakkında bilgilendirme yapılır. |  | Psikolojik İlk Yardım Görevlisi |  | Benzer duygu, düşünce ve tepkileri herkesin yaşadığına dikkat çekilir. |
| **8** | Geleceğe Yönelik Planlama Yapmasına Yardım Et | Tüm bilgiler alındıktan sonra, kişi ile birlikte olası çözümler üzerinde durup geleceğe ilişkin bir planlama yapmasına yardımcı olunur. |  | Psikolojik İlk Yardım Görevlisi |  | Kişinin olay karşısındaki çaresizliği biraz olsun hafifleyebilir; ancak gerçekleştirilmesi çok zor olan vaatlerde bulunmak çok ciddi bir hatadır. |
| **9** | Belirsizlikleri Bir An Önce Belirgin Hale Getirmeye Çalış | Belirsiz olan barınak, ailelerindeki yaralı ve ölüm durumlarının tespiti, fiziksel olarak normal yaşam koşullarına ne zaman kavuşacakları ve kendi sağlık durumları ile ilgili konuların bir an önce belirgin hâle getirilmesine çalışılır. |  | Psikolojik İlk Yardım Görevlisi |  | Duruma ilişkin belirsizlikler, yaşadıkları psikolojik yıkımın artmasına neden olur. |
| **10** | Yaşantı İçinde Kalmasını Sağla ve Sorumluluk Etkinliklerine Teşvik Et | Normal yaşamlarına dönmelerini sağlayacak etkinliklere teşvik edilir. |  | Psikolojik İlk Yardım Görevlisi |  | Günlük yaşamında keyif aldığı iyi gelen etkinliklerin farkına varması ve hayata geçirmesi sağlanmalıdır. Böylece, az da olsa yaşamları üzerinde kontrol duygusu sağlanmış olur. |
| **11** | Dayanışma Desteği Sağla | Küçük grup çalışmaları, duygu paylaşımları, sportif ve sanatsal etkinlikler, anma törenleri vs. ile sosyal hayata uyumları sağlanır. |  | Psikolojik İlk Yardım Görevlisi |  | Kısa dönemde benzer olayları yaşayanların bir arada olması, destek ve dayanışma duygusunu yaşatır. Kendilerini daha güçlü hissederler ancak toparlanabilmeleri için dış çevreyle de bağlantı kurma ihtiyaçları vardır. |