

## PIY bireyin;

- Güvende hissetmesine,
- Başkalarıyla bağ kurmasına,
- Sakinleşmesine,
- Umut geliştirmesine,
- Sosyal, fiziksel ve duygusal desteğe güvenli ve daha hızlı erişmesine,
- Yaşanan travmatik durum için birey veya topluluk olarak yalnız olmadığını kendilerine yardım edileceğini hissetmesine katkı sağlar.



## Depremde 8 Eylem Basamağına Dayalı Okul Temelli Psikolojik İlk Yardım

### Temel Eylem 1: Bağlılık ve Temas

**Amaç:** Depremden etkilenen öğrencilerle şefkatli bir şekilde iletişim kurmak, öğrencilerin ve okul çalışanlarının sorularına cevap vermek. Böylece öğrencilere sakinlik, umut ve kontrol duygusu kazandırmak.

### Temel Eylem 2: Güvenlik ve Rahatlık

**Amaç:** Deprem sonrasında öğrencilerin güvenliğini artırmak, fiziksel ve duygusal olarak rahatlamalarını sağlamak.

### Temel Eylem 3: Dengeleme/Stabilizasyon

**Amaç:** Depremden sonra duygusal olarak bunalmış veya kafası karışmış öğrencileri sakinleştirmek ve ihtiyacı olanları yönlendirmek.

### Temel Eylem 4: Bilgi Toplama/ İhtiyaçlar ve Sorunları Belirleme

**Amaç:** Depremden etkilenen öğrenci ve okul çalışanlarının acil ihtiyaçlarını karşılamak için okul psikolojik ilk yardım müdahalelerini uyarlamak.

### Temel Eylem 5: Pratik Yardım Sunma

**Amaç:** Depremden etkilenen öğrencilerin acil ihtiyaçları için pratik yardım sunmak.

### Temel Eylem 6: Sosyal Destek İçin Bağlantı Kurma

**Amaç:** Depremden sonra öğrencilerin ailesi, arkadaşları, öğretmenleri ve diğer toplumsal kaynaklar da dâhil olmak üzere sosyal desteğe ulaşmasını sağlamak.

### Temel Eylem 7: Başa Çıkma Becerileri Hakkında Bilgilendirme

**Amaç:** Öğrencilerin deprem sonrasında yaşadıkları stresi, verdikleri tepkiyi azaltmak ve bunlarla başa çıkmak için ihtiyaç duydukları bilgileri sağlamak.

### Temel Eylem 8: İş Birliğine Dayalı Hizmetlerle Bağlantı

**Amaç:** Öğrencilerin deprem sonrasında ortaya çıkmış ve gelecekte ortaya çıkacak ihtiyaçları için mevcut hizmetleri öğrencilere ulaştırmak.

**NOT:** Sekiz eylem basamağına göre verilen deprem örneği, farklı afet ve acil durumlara göre psikolojik ilk yardım desteğini sunacak kişi tarafından uyarlanabilir.



Özel Eğitim ve  
Rehberlik Hizmetleri  
Genel Müdürlüğü

unicef

"Bu broşür Millî Eğitim Bakanlığı tarafından UNICEF'in finansal desteği ile Zorlayıcı Yaşam Olaylarında Psikoeğitim Projesi (ZOYOP) kapsamında hazırlanmıştır."

# OKUL TEMELLİ PSİKOLOJİK İLK YARDIM (PIY OKUL)

Psikolojik Danışman/  
Rehber Öğretmenlere Yönelik

## Psikolojik İlk Yardım (PIY) Nedir?

Psikolojik ilk yardım (PIY); doğal afetler, şiddet, kaza, terör saldırısı gibi bireysel ya da toplumsal düzeyde olumsuz etkilere neden olan bir kriz esnasında ya da hemen sonrasında sunulan ilk psikososyal müdahaledir.



Özel Eğitim ve  
Rehberlik Hizmetleri  
Genel Müdürlüğü

unicef

## Psikolojik İlk Yardım (PİY) Nedir?

- Müdahaleci olmayan, pratik bakım ve destektir.
- Bireylerin kriz ya da travmatik bir olay sonrası ihtiyaçlarını ve endişelerini değerlendirir.
- İnsanların temel ihtiyaçlarının (yiyecek, su vb.) giderilmesine yardımcı olur.
- Bireyleri dinlemek ancak onları konuşmaya asla zorlamamaktır.
- İnsanları rahatlatmak ve sakin hissetmelerine yardımcı olmaktır.
- İnsanların bilgi, hizmet ve sosyal destek sistemlerine ulaşmalarına yardımcı olmaktır.
- İnsanları kriz ve travma sonrasında daha fazla zarar görmekten korumaktır.

## Psikolojik İlk Yardım (PİY) Ne Değildir?

- Sadece profesyonellerin yapabileceği bir eylem değildir.
- Profesyonel psikolojik danışma uygulaması değildir.
- Strese neden olan olayın detaylı bir şekilde tartışılmasını içermez.
- Psikolojik anlamlandırma değildir.
- Psikolojik bilgilendirme değildir.
- Krizden etkilenenlerin başlarına ne geldiklerini analiz etmelerini ya da zaman ve olayları sıralamalarını istemek değildir.
- PİY, insanların hikâyelerini dinlemek için hazır bulunmayı içermesine rağmen onlara olaydaki duygu ve tepkilerini anlatmaları için baskı yapmak değildir.

### ► PİY Kimler İçindir?

Psikolojik ilk yardım, travmatik bir olay veya bir kriz durumunun hemen sonrasında stres altındaki tüm yaş gruplarındaki bireyler için uygulanabilir. Psikolojik ilk yardımın, yetişkinlerde olduğu gibi, aynı uygulama basamaklarının, çocuk ve ergenlerin gelişim evrelerine ve özelliklerine uygun biçimde uyarlanarak uygulanması önerilmektedir.

### ► PİY Nerede Verilir?

PİY, yeterince güvenli olan; krizden etkilenen kişinin mahremiyetini ve haysiyetini korumak için uygun olan her yerde verilebilir. PİY için en uygun alanlar, genellikle olay/kaza yeri veya yardım hizmetlerinin verildiği sağlık merkezleri, sığınaklar, kamplar, okullar ve gıda yardımları dağıtıldığı tesislerdir.

### ► PİY Ne Zaman Verilir?

PİY krizden etkilenen insanlara olayın hemen ardından yardım etmeyi amaçlamaktadır. Travmatik bir olaydan sonra, yoğun stres altındaki kişilerle ilk temasa geçildiği anda psikolojik ilk yardım sağlanabilir. Bu yardım doğal afetlerde, genellikle afet sırasında ya da afetten hemen sonra uygulanır.

### ► Okul Temelli Psikolojik İlk Yardım Nedir?

Okul temelli psikolojik ilk yardım (PİY Okul); okul ortamında ya da okul dışında bir alanda ortaya çıkan kritik ve acil bir durumun hemen sonrasında öğrencilere, ailelere, okul personeline ve diğer kişi ve kurumlara yardımcı olmayı amaçlayan, kanıta dayalı bir müdahale modelidir.



### ► Okul Temelli Psikolojik İlk Yardımın Amacı Nedir?

Okul temelli psikolojik ilk yardımın amacı; okulda yaşanan kritik ve acil bir durumun hemen sonrasında öğrencilerin, ailelerin, okul personelinin stresini azaltmak, mevcut ihtiyaçlarını karşılamalarına yardımcı olmak ve uyum sağlayıcı bir işlevselliği teşvik etmektir.

### ► Okul Temelli Psikolojik İlk Yardım Ne Zaman Kullanılır?

PİY Okul, afet durumları ya da travmatik bir olaydan hemen sonra en etkili müdahaledir.

### ► Okul Temelli Psikolojik İlk Yardım Kimler İçindir?

PİY Okul; bir afete veya başka bir acil duruma maruz kalan öğrenciler, okul personeli ve aileleri için tasarlanmıştır. PİY Okulun odak noktası, travma ve kriz durumuna maruz kalan çocuk ve ergenleri desteklemek ve güçlendirmektir.

### ► Okul Temelli Psikolojik İlk Yardımı Kim Uygular?

PİY Okul; bir psikolojik danışmanlık veya psikoterapi uygulaması, genişletilmiş bir tedavi veya bağımsız bir ruh sağlığı müdahalesi olmadığı için psikolojik danışman/rehber öğretmen, öğretmen, yönetici, personel veya veli, ruh sağlığı eğitimi almış olsun ya da olmasın, PİY çerçevesinde eğitim almışsa iyileşme sürecine katkı sunabilir.